

Khám Phá Những Nỗi Đau Bí Ẩn Một Câu Hỏi Có Thể Cứu Một Mạng Sống.



Bạn có người thân nào có các hành động, hoặc nói với bạn:

- Nói là họ chán sống
- Gây tổn hại cho chính họ
- Họ đang chán nản, bị căng thẳng hay bực tức
- Mang tài sản của mình cho người khác
- Sắp đặt công việc của họ theo thứ tự
- Họ tự đặt mình vào tình trạng nguy hiểm
- Họ giận dữ hay lo lắng, và/hoặc là thay đổi tâm trạng đột ngột
- Họ gia tăng số lượng rượu và thuốc hiện đang sử dụng
- Họ thường kiếm cách xa lánh mọi người
- Họ ngủ liên miên hoặc mất ngủ
- Không làm những điều họ thường ưa thích
- Nói rằng họ là một gánh nặng cho những người khác

Liên lạc Đường Dây Cứu
Sinh Quốc Gia về Ngăn
Ngừa Tự Tử số:

1.800.273.8255

Các cố vấn đã được
huấn luyện đang sẵn
sàng 24/24 để hỗ trợ bạn
và có nhân viên nói tiếng
Việt Nam khi yêu cầu.

suicideispreventable.org



**KNOW
THE SIGNS**

