

AIUTO PRATICO • MODELLO DA STAMPARE

Carta d'emergenza per il portafoglio

Formato carta di credito (85 × 54 mm). Stampi la pagina su carta spessa, ritagli fronte e retro e li incollate insieme. Sul retro inserisca i suoi numeri personali – il numero del suo cantone si trova su [krisenintervention.ch](https://www.krisenintervention.ch).

krisenintervention.ch
AIUTO 24 H

- 144** **Ambulanza** · Pericolo di vita
- 117** **Polizia** · Pericolo, violenza, minaccia
- 112** **Numero d'emergenza europeo** · Emergenza senza credito
- 143** **Telefono Amico** · Parlare, 24 h, anonimo
- 147** **Pro Juventute** · Bambini e giovani
- 142** **Aiuto alle vittime** · Dopo una violenza
- 145** **Tox Info Suisse** · Intossicazione

I miei numeri
DA COMPILARE

Urgenza psichiatrica cantone

Medico di famiglia

Persona di fiducia

Il mio/la mia terapeuta

Non è sola, non è solo. [krisenintervention.ch](https://www.krisenintervention.ch)

krisenintervention.ch
AIUTO 24 H

- 144** **Ambulanza** · Pericolo di vita
- 117** **Polizia** · Pericolo, violenza, minaccia
- 112** **Numero d'emergenza europeo** · Emergenza senza credito
- 143** **Telefono Amico** · Parlare, 24 h, anonimo
- 147** **Pro Juventute** · Bambini e giovani
- 142** **Aiuto alle vittime** · Dopo una violenza
- 145** **Tox Info Suisse** · Intossicazione

I miei numeri
DA COMPILARE

Urgenza psichiatrica cantone

Medico di famiglia

Persona di fiducia

Il mio/la mia terapeuta

Non è sola, non è solo. [krisenintervention.ch](https://www.krisenintervention.ch)

krisenintervention.ch
AIUTO 24 H

- 144** **Ambulanza** · Pericolo di vita
- 117** **Polizia** · Pericolo, violenza, minaccia
- 112** **Numero d'emergenza europeo** · Emergenza senza credito
- 143** **Telefono Amico** · Parlare, 24 h, anonimo
- 147** **Pro Juventute** · Bambini e giovani
- 142** **Aiuto alle vittime** · Dopo una violenza
- 145** **Tox Info Suisse** · Intossicazione

I miei numeri
DA COMPILARE

Urgenza psichiatrica cantone

Medico di famiglia

Persona di fiducia

Il mio/la mia terapeuta

Non è sola, non è solo. [krisenintervention.ch](https://www.krisenintervention.ch)

✂ Ritagliare lungo la linea tratteggiata • incollare fronte e retro o plastificare