

Fique Atento!

Você pode salvar uma vida! Saiba como!



**CONHECER
PARA PROTEGER:
A ASSISTÊNCIA
ESTÁ AO ALCANCE**

TMJ!

Todos vivemos dificuldades. A ajuda para superar esses problemas está ao seu lado.

Conheça as ações de enfrentamento ao suicídio realizadas pelo nosso Exército e ajude a salvar uma vida.



CAPACITAÇÃO

PEL

O MEU CANGA e a CAPACITAÇÃO PEL (Pergunte, Escute e Leve) são ferramentas que ensinam a identificar uma ideação suicida e buscar ajuda junto à rede de apoio de Assistência Social do Exército.

Caso você se depare com uma emergência, ligue 188 (Centro de Valorização da Vida) ou 193 (Corpo de Bombeiros).



Para mais informações sobre a Capacitação PEL e o MEU CANGA, acesse o QR Code:

