Hop
ma liste

Une application pour aider les personnes ayant des idées suicidaires, réalisée par des professionnels de santé du CHU d'Angers.

4 modules

UNE LISTE DE SECOURS
À personnaliser pas à pas, afin de savoir comment agir pour vous sentir mieux ou recevoir de l'aide.

UNE BOÎTE PERSONNELLE
Pour rassembler au même endroit des musiques, photos ou vidéos, ainsi que des citations et des mémos qui sont pour vous source d'espoir.

UN JOURNAL
Dans lequel noter les moments agréables et la reconnaissance ressentie jour après jour.

DES RESSOURCES
Pour mieux comprendre les idées suicidaires, connaitre les dispositifs d'aide, recevoir des conseils et pouvoir noter vos rendez-vous.

Pour la télécharger : hopmaliste.fr

DISPONIBLE SUR Google Play

Télécharger dans l'App Store

Cette application est GRATUITE et CONFIDENTIELLE

Les données sont stockées exclusivement sur le téléphone de l'utilisateur.

Il s'agit d'une ressource complémentaire à une prise en charge médicale.

CHU ANGERS
CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE

Création : welko.fr - Adaptation : Direction communication, CHU Angers - Imprimé par nos soins. IMPRIM'VERT®