

Hedra den du mist med en minnesgåva eller en egen insamling.

Maila till [info@spes.se](mailto:info@spes.se) så hjälper vi dig. För minnesgåvor, bifoga namn på den avlidne och adress till begravningsbyrå eller närstående.

Plusgiro: 90 07 66-7

Swish: 900 76 67



**SPES** är en rikstäckande organisation som ger stöd till närstående när någon tagit sitt liv – och förebygger att suicid sker imorgon.

[www.spes.se](http://www.spes.se)

[info@spes.se](mailto:info@spes.se)



RIKSFÖRBUNDET FÖR  
SUICIDPREVENTION OCH EFTERLEVANDES STÖD

**Stöd i sorgen när någon tagit sitt liv**

Varje dag tar fyra personer i Sverige sina liv. Det innebär att en familj drabbas var sjätte timme, så även vänner och kollegor.

Det är traumatiska förluster och en sorg som är svår att relatera till för den som inte själv är drabbad. Därför finns SPES. Alla du möter hos oss har själva mist någon i suicid.

**SPES** erbjuder medmänskligt stöd genom samtalsgrupper, kontaktpersoner, digitala forum, chatt och telefon. Se mer på [spes.se](http://spes.se)



Stödlinje är öppen  
varje kväll kl 19-22

**Tel: 020-18 18 00**