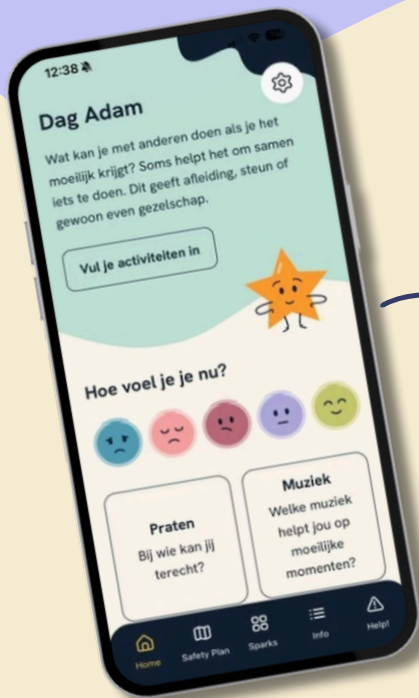


Spark

App voor jongeren met
zelfmoordgedachten



Spark geeft je houvast en
steun om vol te houden

De app is gemaakt met en
goedgekeurd door jongeren

Spark

Gebruik Spark **zelf** of **samen** met iemand die je vertrouwt zoals een hulpverlener, ouder of vriend.



In **Spark** vind je:

Jouw eigen **Safety Plan**

Tips & tricks voor moeilijke momenten

HopeBox met dingen die jou hoop geven

Info over wat helpt bij zelfmoordgedachten

Contactgegevens van hulp

Download gratis
in de app stores



Zelfmoord1813.be/Spark



Spark vervangt geen professionele hulpverlening. Als je aan zelfmoord denkt, raden we je aan om een professionele hulpverlener te contacteren.