

Apoio após uma morte inesperada

Neste momento, gostaríamos de apresentar as nossas sinceras condolências a si, à sua família e amigos que foram afetados por esta triste perda. Reconhecemos a dor e a angústia que é sentida após a morte inesperada de um ente querido.

Saiba que não está sozinho. Saiba que tem apoio logo após a morte súbita de um ente querido e nos dias, semanas, meses e anos após a morte súbita de um ente querido. Este apoio está disponível a todas as pessoas que foram afetadas pela perda.

Se estiver em sofrimento ou desespero, ou conhece alguém que esteja, pode contactar a Lifeline através do número **0808 808 8000** (Os surdos e as pessoas com dificuldades auditivas podem contactar a Lifeline pelo telefone 18001 0808 808 8000) ou Samaritanos em **116 123** (ambos os números são gratuitos para telefones fixos ou telemóveis a partir do Reino Unido). **Se pessoalmente, ou alguém que conhece, estiver em perigo imediato, ligue 999.**

A Rede de Luto do HSC disponibiliza informações e apoio a pessoas enlutadas em <https://setrust.hscni.net/healthy-living/concerned-about-suicide/>

Se estiver enlutado por suicídio, o apoio do luto encontra-se disponível através do seu Fundo de Saúde e Assistência Social local e os detalhes de contacto estão listados abaixo.

A PHA também publicou uma brochura intitulada "Help is at hand" (A ajuda está à mão), que oferece conselhos depois de alguém ter falecido por suicídio. Esta encontra-se disponível através do serviço local de enlutados por suicídio ou pode ser transferido do sítio Web da PHA em pha.site/hiah



Serviço de apoio ao luto por suicídio do HSC

Nome do Trust	Áreas do conselho	Nome de contacto	Contacto
Western HSCT	Omagh e Fermanagh	Ruairi O'Neill	Tlm.: 078 4156 9000
	Limavady, Derry City & Strabane	Fidelis Simpson/ Jennifer Sharkey	Tlm.: 073 8541 4442
Northern HSCT	Causeway Coast & Glens	Danielle Gallagher	Tlm.: 077 9563 3916
	Mid-Ulster (partes)	Nuala McLoughlin	Tlm.: 073 8539 3912
	Mid and East Antrim Antrim & Newtownabbey		Tlf: 028 9441 3544
Belfast HSCT	Belfast City	Darren Whiteside	Tlm.: 073 8595 7572 Tlf: 028 9504 4471
South Eastern HSCT	Lisburn & Castlereagh Ards & North Down	Fiona Dagg	Tlm: 077 3885 1807 Tlf: 028 4461 1797
Southern HSCT	Armagh, Banbridge & Craigavon	Gemma Maher	Tlm.: 078 2562 7133
	Newry, Mourne & Down		Tlf.: 028 3756 4461
	Mid-Ulster (partes)		