

# à votre écoute

**SOS Détresse**  
aide anonyme et confidentielle

Besoin de quelqu'un à qui parler ?  
Appelez-nous au 454545 tous les jours de 11h à 23h  
vendredi et samedi toute la nuit jusqu'à 3h

ou écrivez-nous 24h/24 sur [www.454545.lu](http://www.454545.lu)



## SOS Détresse

Mir hëllefen iwwer Telefon an online  
anonym a vertraulech