



**SOS Détresse**

Mir hëllefen iwwer Telefon an online  
anonym a vertraulich



**45 45 45**

11h-23h | fr/sa 11h-3h

Wierder, déi tréischten, déi eis encouragéieren a stärken. Des mots qui réconfortent, qui encouragent et qui nous renforcent. Worte, die trösten, ermutigen und Kraft spenden.



**SOS OnlineHelp**

24/24h

Vun der Séil schreiwen... Vu Mënsch zu Mënsch. Écrire pour soulager le coeur... Quelqu'un à qui écrire. Von der Seele schreiben... Von Mensch zu Mensch.



**www.454545.lu**

Infoen iwwer Liewenthemen. Informations sur des thèmes de la vie. Infos zu Lebensthemen. About life issues. Sobre questões da vida. Sobre cuestiones de la vida.