

Com puc ajudar?

**Ser
EMPÀTIC**

**Secundar
ESTAR**

**Bona comunicació:
Escoltar
SENSE jutjar**

**Consultar amb un
Professional i/o grups
de suport**

**Educar-se
per a detectar-ho
precoçment**

**Establir
Límits**

**Desenvolupar
un Pla d'Acció**