

## GUIDE DE SECOURS – ARNAQUES SENTIMENTALES

Vous ou un proche êtes concerné(e) par une relation virtuelle douteuse ? Voici un guide clair, imprimable, avec toutes les ressources essentielles pour se protéger ou se faire aider.

### 1. Soutien psychologique immédiat

-  SOS Amitié : 09 72 39 40 50 (anonyme et confidentiel, 24/7)
-  Croix-Rouge Écoute : 0800 858 858 (écoute bienveillante, gratuite, 7j/7)
-  Ligne nationale prévention suicide : 3114 (urgence psychologique, 24/7)
-  PsyFrance : [www.psyfrance.fr](http://www.psyfrance.fr) (trouver un psy proche de chez vous)

### 2. Signaler l'arnaque / demander de l'aide officielle

-  Plateforme Pharos : [www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr)
-  Gendarmerie / Commissariat : dépôt de plainte classique ou en ligne
-  Info Escroqueries : 0805 805 817 (appel gratuit du lundi au vendredi)
-  [Cybermalveillance.gouv.fr](http://Cybermalveillance.gouv.fr) : accompagnement et conseils en ligne

### 3. En cas de détresse extrême

-  Prévention Suicide 3114 : numéro national gratuit, 24h/24
-  Urgences : appelez le 15 ou rendez-vous au service des urgences le plus proche
-  N'oubliez jamais : vous n'êtes pas seul(e). Parler, c'est déjà agir.