

O operador deve criar um link para acessar as informações do site, no caso criar uma nova aba dentro do site pronto que leve as informações criadas abaixo.

### ***O que é uma central de apoio emocional?***

É um serviço que oferece escuta e acolhimento para pessoas que estão passando por sofrimento emocional, como tristeza, ansiedade, solidão ou crise.

### ***Qual é a importância?***

Uma central de apoio emocional é importante porque oferece acolhimento, escuta ativa e apoio psicológico a pessoas em sofrimento emocional, solidão, ansiedade ou em crise. Ela ajuda a prevenir transtornos mentais mais graves, como depressão e suicídio, ao proporcionar um espaço seguro e confidencial onde a pessoa pode falar sem julgamentos. Também orienta sobre a busca de ajuda profissional quando necessário.

### ***Quem pode procurar uma central de apoio emocional?***

Qualquer pessoa que esteja passando por um momento difícil e queira conversar. Não é necessário ter um diagnóstico ou estar em tratamento.

### ***O atendimento é gratuito?***

Sim, geralmente as centrais de apoio emocional oferecem atendimento gratuito, como o CVV (Centro de Valorização da Vida) no Brasil.

### ***O atendimento é sigiloso?***

Sim, todo o atendimento é feito com total sigilo e respeito à privacidade da pessoa.

### ***O que eu posso falar durante o atendimento?***

Você pode falar sobre qualquer coisa que esteja te incomodando — escola, amizades, família, autoestima, sentimentos ou dúvidas. O importante é que você seja ouvido.

### ***E se eu estiver pensando em me machucar ou em suicídio?***

Você pode e deve procurar uma central de apoio emocional. Eles vão te ouvir com respeito e acolhimento, e podem te orientar a buscar ajuda profissional, se necessário.