



**Chère consoeur, cher confrère,**

Nous mettons en lumière aujourd'hui **deux applications gratuites qui peuvent être très utiles en cas de difficulté**, pour vous-même ou pour des proches :

- l'appli **SPS**, développée par l'association Soins aux Professionnels en Santé, permet à tout professionnel de santé en situation de **burn-out** d'entrer en contact avec le (la) psychologue de son choix, 24h/24 :

EN SAVOIR +

- l'appli **Staying Alive** envoie des alertes, afin que vous puissiez **porter secours en cas d'arrêt cardiaque** à proximité.

+ un plan interactif qui localise les défibrillateurs cardiaques (DAE) :

EN SAVOIR +