



NOUS SOMMES  
À VOTRE  
ÉCOUTE

NE FR BE JU SO

Tél 143 - La Main Tendue Nord-Ouest est le numéro d'appel bien connu, disponible depuis plus de 60 ans pour une écoute empathique. Notre bureau régional offre ses services par le biais du 143, reconnu comme numéro d'appel d'urgence national. Notre champ d'action s'étend de Bienne, au Seeland, en passant par le Jura bernois, et les cantons du Jura, Neuchâtel, Fribourg, ainsi qu'une partie du canton de Soleure.

Notre écoute est gratuite, confidentielle et anonyme. Elle est dépourvue de jugements de valeur et d'influence politique ou religieuse. Les 36 bénévoles, formé-e-s à cette tâche, se relayent nuit et jour pour donner à chacune la possibilité de déposer ce qui lui pèse.



**+10%**  
Le nombre d'appel a augmenté de plus de 10% entre 2021 et 2022



60  
ANS / JAHRE

60 ans d'écoute, 24h/24, 365 jours par an : La Main Tendue Nord-Ouest a ouvert sa ligne en décembre 1963, les appels n'ont jamais cessé depuis.

