

## Международный день предотвращения самоубийств - 2018 в Сарапуле



Подсчитано, что в мире ежегодно 800 000 человек умирают в результате самоубийств, множество других совершают суицидальные попытки. Каждые 40 секунд в мире один человек сводит счеты с жизнью. Любое самоубийство является трагедией и имеет разрушительные и далеко идущие последствия для родных, друзей и близких самоубийцы. Самоубийства происходят во всех регионах мира, и их совершают люди всех возрастов.

Россия занимает 18 место по уровню смертности от суицидов в мире, а Удмуртская Республика находится на 12-13 месте среди регионов страны по этому показателю. Каждый год в нашей республике более 500 человек совершают суицид. А это чьи-то близкие, родственники, друзья. В г. Сарапуле в 2017 году было зарегистрировано 30 самоубийств.

Международная ассоциация по предотвращению самоубийств (МАПС), организованная в 1960 году, ведет работу по профилактике суицидов по всему миру. По инициативе МАПС под патронажем ВОЗ с 2003 года 10 сентября отмечается ежегодный «Всемирный день предотвращения самоубийств». В течении трех лет они будут проходить под девизом – «Работая вместе, предотвратим суицид». Главная задача проведения – обратить внимание общественных, благотворительных организаций, исследователей, врачей, политиков, волонтеров на потребности людей, стоящих на грани совершения самоубийства. Объединение усилий имеет решающее значение для предотвращения самоубийств.

В 2018 году Удмуртская Республика станет первым регионом России, присоединившимся по инициативе Министерства здравоохранения Удмуртской Республики к акции «Всемирный день предотвращения самоубийств». Новые подходы к решению проблемы, основанные на опыте других стран, будут способствовать совершенствованию региональной стратегии по предотвращению суицида.

С 27 августа стартовал образовательный интернет проект Минздрава Удмуртии по превенции самоубийств «Сделай пять шагов, чтобы спасти жизнь», рассчитанный на разные социальные группы для привлечения внимания как можно большего числа людей к этой проблеме. Основная цель проекта научить граждан распознавать суицидальное поведение и оказывать помощь. Зайдите на <http://5шагов.перезагрузистресс.рф/>. Прочитайте, пожалуйста, внимательно. Это займет у Вас не больше десяти минут. Вы поймете, как грамотно вести себя с человеком, попавшим в тяжелую жизненную ситуацию и не видящим выхода из нее, как помочь самому себе, куда можно обратиться за получением профессиональной помощи. Выполните задания 5 шага, чтобы как можно больше людей узнали о нашей программе.

Любой суицид – это не трагедия отдельного индивидуума, это беда его окружения, его друзей и близких, проявление «болезни общества». Каждый из нас в силах оглядеться вокруг и обратить внимание на близкого человека, который нуждается в поддержке. И всегда мы силах помочь тому, кто нуждается в нашей помощи. Суицид предотвратим. Наша задача стимулировать людей к разговору. Потратьте пять минут – и Вы спасете чью-то жизнь.

Неделя с 10.09.2018 по 16.09.2018 в Удмуртии будет посвящена Всемирному дню профилактики суицидов.

В городах и районах республики запланированы обучающие семинары на тему «Объединяйтесь, общайтесь открыто, заботьтесь друг о друге». В г. Сарапуле 11 сентября это мероприятие пройдет в администрации города. На него приглашены представители администраций городов и районов, главы сельских поселений, врачи первичного звена, социальные педагоги, психологи образовательных учреждений, специалисты центров социального обслуживания населения г. Сарапула, Сарапульского, Каракулинского, Камбарского районов. В нем примут участие ведущие специалисты Минздрава Удмуртии, представители религиозных конфессий. На семинарах обсудят вопросы оказания помощи людям, находящимся в кризисном состоянии, признаки суицидального поведения, межведомственное взаимодействие и роль религиозных конфессий в системе профилактики суицидов.

Информационно-оздоровительную «Прогулку с врачом» на тему «Суицид – не выход из проблемы» будут проводить медицинские психологи и психотерапевты г. Ижевска и г. Сарапула, которые подготовили для этой встречи групповые психологические тренинги, обучение по суицидальной настороженности и оказанию помощи человеку, оказавшемуся в тяжелой психологической ситуации. Мы хотим, чтобы люди открыто говорили о своих проблемах, поддерживали друг друга, помогали найти специалиста, который окажет помощь.

В это же время бесплатный, анонимный прием будет вести медицинский психолог. Вы можете сами обратиться к нему со своей проблемой или получить практические рекомендации по оказанию своевременной помощи близким.

Мы ждем вас 11 сентября 2018 года в 14.00 часов в МБУ ДО «Детская школа искусств №1 имени Г.А. Бобровского» (г. Сарапул, ул. Горького, д. 61 Б).

Выражаем глубокую признательность за помощь в проведении мероприятий Главе администрации г. Сарапула А.А. Ессену, заместителю главы по вопросам социальной сферы социальным В.М. Шестакову, директору детской школы искусств №1 С.Г. Петровой.

Медицинский психолог

Л. Кривошеева