



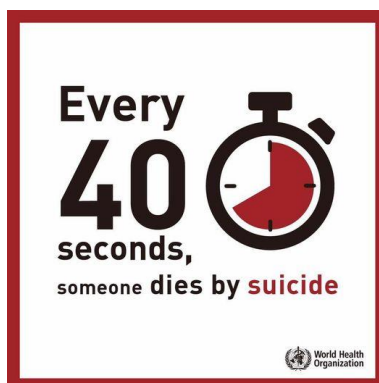
Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Świdnicy

10 września

Światowy Dzień **Zapobiegania Samobójstwom**



10 września, jak co roku obchodzimy Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom. Święto zainicjowane w 2003 roku przez Międzynarodowe Towarzystwo Zapobiegania Samobójstwom (IASP) we współpracy z Światową Organizacją Zdrowia (WHO) i Światową Federacją Zdrowia Psychicznego (WFMH). W Polsce Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom organizowany jest od 2018 roku przez Polskie Towarzystwo Suicydologiczne w ramach kampanii społecznej „Życie warte jest rozmowy”. Celem tego dnia jest zwiększenie świadomości społecznej w zakresie tematyki samobójstw i wsparcie psychologiczne dla osób, u których pojawiają się myśli samobójcze.



Według danych statystycznych Światowej Organizacji Zdrowia na całym świecie:

- ponad 700 000 ludzi rocznie odbiera sobie życie,
- co 40 sekund ktoś popełnia samobójstwo,

- co 3 sekundy podejmowana jest przez kogoś próba samobójcza.

W Polsce każdego dnia życie odbiera sobie 15 osób, a prawie 300 podejmuje takie próby.

Pandemia COVID-19, z którą mierzy się świat i która stała się najważniejszą kwestią w obszarze zdrowia publicznego wzmocniła siłę oddziaływania stresorów, prowadząc do obniżenia nastrojów społecznych. Polacy żyli w strachu, tracili prace, byli odizolowani od swoich bliskich. W pandemii pogorszyła się też kondycja psychiczna najmłodszych. Według danych Komendy Głównej Policji, od stycznia do maja 2021 r. było o prawie 19 proc. więcej zamachów samobójczych niż rok temu.

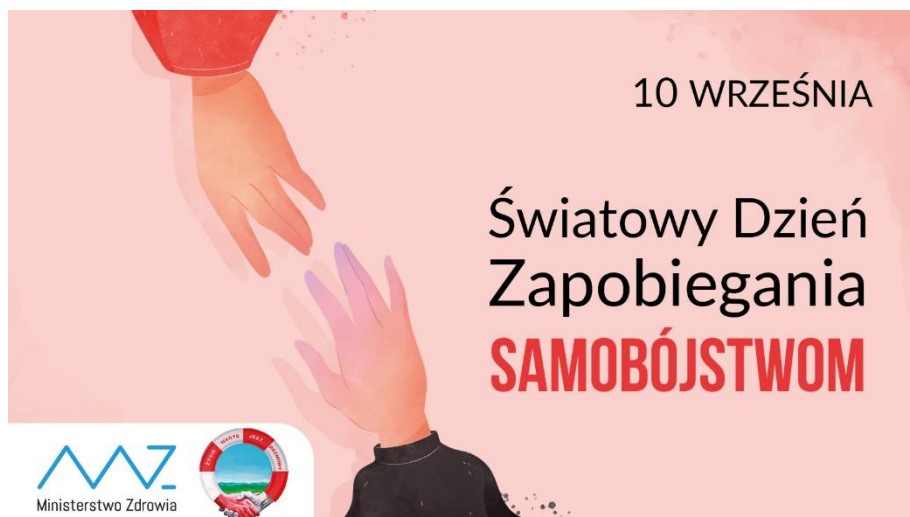


Promocja zdrowia psychicznego daje szansę jednostce na zrozumienie i rozwój własnych zasobów, które w znaczący sposób przyczyniają się do osiągnięcia pełni własnych możliwości psychicznych. Zdrowie psychiczne jest podstawą do radzenia sobie z wymaganiami codziennego życia. Dlatego tak ważne jest upowszechnianie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, a Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom służy właśnie temu.

Zachęcamy Państwa do zapoznania się z materiałami publikowanymi na stronach internetowych:

- Światowej Organizacji Zdrowia: <https://www.who.int/>
- Polskiego Towarzystwa Suicydologicznego: <https://suicydologia.org/>
- Kampanii „Życie warto jest rozmowy”: <https://zwjr.pl/>
- Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Samobójstwom: <https://ptzs.pl/>
- Ministerstwa Zdrowia: <https://www.gov.pl/web/zdrowie>
- Głównego Inspektoratu Sanitarnego: <https://www.gov.pl/web/gis>

Przypominamy również o profilu Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Świdnicy na portalu społecznościowym: <https://www.facebook.com/psseswidnica>, gdzie na bieżąco udostępniamy informacje, materiały informacyjno-edukacyjne, linki do stron internetowych kampanii społecznych oraz darmowych materiałów dydaktycznych z zakresu promocji zdrowia oraz profilaktyki.



Więcej informacji nt. Światowego Dnia Zapobiegania Samobójstwą znajdą Państwo na:
- stronie internetowej Światowej Organizacji Zdrowia
https://www.who.int/health-topics/suicide#tab=tab_1.