Setembro Amarelo

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

O que é Suicídio?

SUICÍDIO É UM GESTO DE AUTODESTRUIÇÃO, REALIZAÇÃO DO DESEJO DE MORRER OU DE DAR FIM À PRÓPRIA VIDA. É ESTIMADO QUE 15 A 20 MILHÕES DE PESSOAS PASSAM PELA TENTATIVA DE SUICÍDIO POR ANO.

Está vinculado a doenças psiquiátricas?

NÃO NECESSARIAMENTE. O SUÍCIDIO ATÉ PODE ESTAR LIGADO A ALGUMA DOENÇA MENTAL, MAS TRATA-SE DE UM MOMENTO CRÍTICO E QUE PODE SER SUPERADO. O PRIMEIRO PASSO PARA CORRER MENOS RISCO É PEDIR AJUDA.

Como ajudar?

A PRIMEIRA COISA A SE FAZER É PERDER O MEDO DE SE APROXIMAR E OFERECER AJUDA. O JOVEM QUE ESTÁ EM CRISE SUICÍDA SE SENTE SOZINHO E ISOLADO. NESSA HORA, TER ALGUÉM PARA OUVIR É ESSENCIAL, ALÉM DE SER INTERESSANTE O ALERTA AOS FAMILIARES E TAMBÉM O ACOMPANHAMENTO PROFISSIONAL.

Mude sua rota, Mas não desista do caminho

PEÇA AJUDA, NÓS ESTAMOS COM VOCÊ
LIGUE 188.

Coordenadoria Estadual da Juventude
Governo do Estado de Santa Catarina

Coordenadoria Municipal da Juventude
Prefeitura de Florianópolis

Setembro Amarelo

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO

Coordenadoria Estadual da Juventude
Governo do Estado de Santa Catarina

Coordenadoria Municipal da Juventude
Prefeitura de Florianópolis

E como vamos prevenir?

Tenha uma vida mais equilibrada.

BUSQUE REALIZAR, MODERADAMENTE, SUAS TAREFAS ACADÊMICAS E PROFISSIONAIS, NUNCA EXAGERANDO DEMAIS NA CARGA HORÁRIA. ALIMENTE-SE DE FORMA SAUDÁVEL, PRATICANDO EXERCÍCIOS FÍSICOS REGULARES.

Converse com alguém!

NÃO SE ISOLE. SE VOCE ESTA PENSANDO EM TIRAR SUA PROPRIA VIDA OU CONHECE ALGUEM QUE ESTEJA TENDO TAIS PENSAMENTOS, SAIBA QUE VOCE NAO ESTA SOZINHO. MUITAS PESSOAS JA PASSARAM POR ISSO E ENCONTRARAM UMA FORMA DE SUPERAR ESSE SOFRIMENTO.

Ligue 188 e peça ajuda!!

CONHEÇA O CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA ATRAVÉS DO SITE CVV.ORG.BR, ONDE É POSSÍVEL ENCONTRAR APOIO EMOCIONAL DE FORMA GRATUITA. O CVV RECENTEMENTE ABRIU O SEU NOVO CANAL DE ATENDIMENTO VIA LIGAÇÃO ATRAVÉS DO NÚMERO 188, DESTANCANDO A IMPORTÂNCIA DO APOIO PSICOLÓGICO NA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO.

Mas não desista do caminho

Material com intuito de informar a prevenção primária do suicídio.
Possui como base de estudos dados vinculados pela UNESCO, CVV e Min. Saúde