



SPOROČILO ZA MEDIJE

Vabilo k akciji *Prekolesarimo svet* **Kolesarili bomo za življenja**

Simbolično povezani v preprečevanju samomora po vsem svetu

Ljubljana, 10. avgust 2015 - Nacionalno združenje za kakovost življenja OZARA Slovenija, Nacionalni inštitut za javno zdravje, UP Inštitut Andrej Marušič Slovenski center za raziskovanje samomora in Slovensko združenje za preprečevanje samomora bodo v Sloveniji že drugo leto zapored ob Svetovnem dnevu preprečevanja samomora organizirali akcijo *Prekolesarimo svet*. Aktivnost simbolizira povezanost celotnega sveta v prizadevanjih za preprečevanje samomora. Vsakdo (odrasli, mladostniki, otroci, družine, organizacije ...) lahko postane del zgodbe o povezanosti pri preprečevanju samomora - potrebujemo le kolo, lahko je tudi sobno. Kolesarimo lahko na prostem ali doma, sami ali v družbi. Mesec dni, v času od 10. avgusta do 10. septembra 2015, bodo naši prekolesarjeni kilometri šteli skupaj z drugimi udeleženci iz vsega sveta.

Pobudnik aktivnosti je tudi letos Mednarodna zveza za preprečevanje samomora. Organizacija si je zadala izziv, da bi **udeleženci iz vsega sveta tudi letos v akciji z združenimi močmi prekolesarili 40.075 kilometrov, kolikor znaša obseg Zemlje**. Prekolesarjeni kilometri simbolizirajo povezanost sveta, saj bodo v akciji sodelovali udeleženci iz vseh celin in številnih držav. Lanskoletna akcija je bila zelo odmevna. Cilj je bil presežen za štirikrat, saj je bilo skupno po celem svetu prekolesarjenih 196.282 kilometrov, od tega kar 40.000 v Sloveniji. Organizatorji v Sloveniji letos ponovno vabijo ljudi na kolo - simbolično bomo

ponovno zavrteli pedala v prizadevanjih za ohranjanje življenj. Aktivnost bo pri nas potekala od danes, 10. avgusta 2015, in se bo zaključila 10. septembra 2015, ko uradno obeležujemo Svetovni dan preprečevanja samomora. Udeleženci kolesarjenja (udeležba je brezplačna) bodo tudi letos ob koncu akcije prejeli potrdilo o sodelovanju. Informacije o akciji so na voljo na spletnih straneh organizatorjev, kjer poiščemo logotip s kolesom: www.ozara.org, www.nijz.si, www.zivziv.si, www.posvet.org. K sodelovanju lahko povabimo svoje bližnje, znance, prijatelje in sodelavce.

Geslo ob Svetovnem dnevu preprečevanja samomora poudarja povezanost

Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije zaradi samomora vsako leto umre okrog 800.000 ljudi. Po nekaterih ocenah je ta številka še višja, saj zaradi stigme, ki je povezana s samomorom, prihaja tudi do prikrivanja smrti, ki so posledice samomora. Od leta 2003 obeležujemo 10. september – Svetovni dan preprečevanja samomora. Letošnje geslo **Preprečevanje samomora: Podajmo roko - rešimo življenje** nas spodbuja k razmišljanju o tem, kakšno vlogo ima nudenje pomoči in podpore pri preprečevanju samomora. Geslo poudarja, da lahko dosežemo pozitiven učinek in spremembo, če ogroženim posameznikom pokažemo, da nas zanje skrbi in da nam ni vseeno. Vprašamo jih lahko po njihovem počutju in prisluhnemo njihovim zgodbam. Kot je znano, osamljenost poveča tveganje za samomor, trdne in pristne vezi med ljudmi pa lahko delujejo varovalno. Pomoč in pozornost je pomembna tudi za tiste, ki so svoje bližnje izgubili zaradi samomora. Biti tam za nekoga, ki je v stiski, biti z njim in ob njem, lahko reši življenje ali olajša stisko. Nenazadnje geslo opozarja tudi na pomen sodelovanja med vsemi organizacijami, sektorji, strokovnimi službami in posamezniki, ki se ukvarjajo s preprečevanjem samomora.

Letošnja aktivnost poteka v Sloveniji **pod pokroviteljstvom Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014 v sklopu projekta MOČ**. Nosilec projekta je Nacionalni inštitut za javno zdravje, partnerji v projektu pa so organizacije, ki sodelujejo tudi pri kolesarski akciji. Podrobnejše informacije o projektu MOČ, ki je namenjen izboljšanju storitev na področju duševnega zdravja, so na voljo na spletnem naslovu www.nijz.si/moc.

Svetovni dan preprečevanja samomora Prekolesarimo svet



10. September, 2015

Ponudimo roko - rešimo življenje



International Association
for Suicide Prevention



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



POSVET
CENTER ZA PSIHOLOŠKO SVETOVANJE
Ker pogovor rešuje.



V Sloveniji letošnja aktivnost poteka pod pokroviteljstvom Norveškega finančnega mehanizma 2009–2014.

###

OZARA Slovenija, Nacionalno združenje za kakovost življenja

Ljubljanska 9, SI-2000 Maribor

Telefon: 01 62 00 422, 031 331 877, info@ozara.org

Služba za komuniciranje

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Trubarjeva 2, SI-1000 Ljubljana

Telefon: 01 2441 494, 01 2441 572, pr@nijz.si

Organizatorji akcije *Prekolesarimo svet v Sloveniji*

- OZARA Slovenija, Nacionalno združenje za kakovost življenja
- Nacionalni inštitut za varovanje zdravja
- UP IAM, Slovenski center za raziskovanje samomora
- Slovensko združenje za preprečevanje samomora

Kontakti za pomoč v stiski:

- 01 520 99 00 - Klic v duševni stiski (vsak dan med 19. in 7. uro zjutraj)
- 116 123 - Zaupna Telefona Samarijan in Sopotnik (skupna številka; 24h/dan; klici so brezplačni)
- 080 12 34 - TOM, telefon otrok in mladostnikov (vsak dan med 12. in 22. uro)

Mreža psiholoških svetovalnic MOČ

- info@posvet.org (031 704 707; naročanje vsak delovnik med 8. in 20. uro)
- svetovalnica@nijz.si (031 778 772; naročanje vsak delovnik med 8. in 15. uro)