

**Niemand bringt sich gerne um!**



## **Internationaler Tag der Suizidprävention am 10.September**

Weltweit stirbt alle 40 Sekunden ein Mensch durch Suizid.

Allein in Deutschland nehmen sich jedes Jahr zwischen 11.000 und 12.000 Menschen das Leben.

Die Zahl der Suizidversuche liegt um ein vielfaches höher.

Suizide und Suizidalität sind in unserer Gesellschaft noch deutlich tabuisiert.

Das Verleugnen und Verdrängen führt jedoch zu keinen Lösungen, sondern verstärkt Vorurteile und Hilflosigkeit.

Durch rechtzeitige Hilfen können drohende Suizide oft verhindert werden.

Das Wissen über Hilfsmöglichkeiten kann lebensrettend sein.

### **Hilfe für Betroffene, Angehörige und Hinterbliebene bieten:**

Die Arche - Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V., München,

Tel. 089 / 33 40 41, [www.die-arche.de](http://www.die-arche.de)

Münchner Insel unter dem Marienplatz, Marienplatz Untergeschoss, Tel. 089 / 22 00 41

Mobiler psychiatrischer Krisendienst München, Tel. 089 / 72 95 96-0

Krisendienst Mittelfranken, Tel. 0911 / 42 48 550

Krisendienst Horizont Regensburg, Tel. 0941 / 58 181

Krisendienst Würzburg, Tel. 0931 / 57 17 17

Telefonseelsorgen Tel. 0800 111 0 111 und 0800 111 0 222 -rund um die Uhr; kostenfrei-

SuchtHotline Tel. 089 / 28 28 22 - rund um die Uhr, kostenfrei -

Nummer gegen Kummer - Kinder und Jugendtelefon Tel. 0800 111 0 333, anonym, kostenfrei

Netzwerk Offene Türen - Lebens-und Krisenberatung in der City in:

Erlangen, Nürnberg, Würzburg, Schweinfurt, München unter: [www.offene-tuer.net](http://www.offene-tuer.net)

Bundesweite Einrichtungen unter [www.suizidprophylaxe.de](http://www.suizidprophylaxe.de)