



10 Σεπτεμβρίου

Παγκόσμια Ημέρα για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας

Η 10η Σεπτεμβρίου έχει καθιερωθεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, τη Διεθνή Ένωση για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας και τη διεθνή επιστημονική κοινότητα ως η Παγκόσμια Ημέρα για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας, προκειμένου να ενεργοποιηθεί η κοινή γνώμη με στόχο την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση του πληθυσμού στα πεδία της πρόληψης της αυτοκτονίας και των αυτοκαταστροφικών συμπεριφορών.

Περισσότεροι από 500 άνθρωποι αυτοκτονούν τα τελευταία χρόνια στη χώρα, αφήνοντας πίσω τουλάχιστον **5000 πενθούντες** ετησίως. Σύμφωνα με διεθνείς έρευνες και μελέτες, για κάθε μία αυτοκτονία μένουν πίσω τουλάχιστον 5-10 άτομα που πενθούν, βιώνοντας όχι μόνο το συναισθηματικό φορτίο του πένθους αλλά και τις ψυχοκοινωνικές συνέπειες του στίγματος της αυτοκτονίας. Ακόμη, στην Ελλάδα δεν έχουμε καταγραφή των μη θανατηφόρων αποπειρών αυτοκτονίας, οι οποίες εκτιμάται ότι είναι σχεδόν **25 φορές** περισσότερες των καταγεγραμμένων αυτοκτονιών.

Η αυτοκτονία είναι ένα **μείζον πρόβλημα της δημόσιας υγείας** και ως τέτοιο αναγνωρίζεται και αντιμετωπίζεται σε ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο. Δυσνητικά αφορά τον καθένα, ανεξαρτήτως φύλου, φυλής ή κοινωνικοοικονομικής τάξης. Σ' αυτόν τον άξονα ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, συστήνει ήδη από το 1990 την καθολική αναγνώριση της αυτοκτονίας ως ζήτημα δημόσιας υγείας και την ανάπτυξη εθνικών προγραμμάτων πρόληψης, τα οποία θα είναι διασυνδεδεμένα με τις πολιτικές δημόσιας υγείας.

Η αυτοκτονία δεν είναι ένα μοιραίο γεγονός.

Το 95% των αυτοκτονιών θα μπορούσε να έχει προληφθεί.



Αυτοκτονίες στην Ελλάδα

Τα **πλέον πρόσφατα** στοιχεία από την Ελληνική Στατιστική Αρχή, όπως αυτά αναλύθηκαν από το Κέντρο Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας, σχετικά με τις αιτίες θανάτου στην Ελλάδα αναδεικνύουν μια μικρή μείωση των αυτοκτονιών για το **έτος 2016**, της τάξεως του 8,5% σε σύγκριση με το 2015. **Κατά τα έτη 2010 - 2016 σημειώθηκαν τουλάχιστον 3.473 αυτοκτονίες.**

Συγκεκριμένα, οι θάνατοι από αυτοκτονία για το 2016 ανήλθαν σε 484 έναντι του 2015 που είχαν καταγραφεί 529.

- Οι άντρες αυτοκτονούν 5 φορές περισσότερο από ότι οι γυναίκες. Πιο συγκεκριμένα ο δείκτης αυτοκτονιών για τους άντρες ήταν 7,71 ανά 100.000 και 1,45 ανά 100.000 για τις γυναίκες.
- Η περιφέρεια με τον υψηλότερο δείκτη θνησιμότητας από αυτοκτονία για το έτος 2016 ήταν η Ήπειρος και ακολουθούν η Δυτική Ελλάδα και η Ανατολική Μακεδονία & Θράκη.
- Η πιο συχνή μέθοδος αυτοκτονίας των αντρών ήταν ο απαγχονισμός ενώ για τις γυναίκες η πτώση από ύψος. Σε άτομα νεαρής ηλικίας (15 έως 24 ετών) η πιο συχνή μέθοδος αποτέλεσε η πτώση από ύψος, ενώ για τους ηλικιωμένους (70 – 74 ετών & 85+), ο αυτοπυροβολισμός. Το 64% του συνόλου των αυτοκτονιών έλαβαν χώρα εντός οικίας ενώ τουλάχιστον το 12% έλαβαν χώρα σε εξωτερικούς, δημόσιους χώρους, σχολεία, ιδρύματα κλπ.
- Η πλειοψηφία των αυτοκείρων ήταν έγγαμοι/-ες.
- Στους άνδρες η ηλικιακή ομάδα με τις περισσότερες αυτοκτονίες ήταν οι υπερήλικες (άτομα άνω των 80 ετών), και ακολούθησαν οι άντρες παραγωγικής ηλικίας (45 – 49 ετών και 55 – 59 ετών).

- Περίπου αντίστοιχα με των αντρών, η ηλικιακή ομάδα με τις περισσότερες αυτοκτονίες για τις γυναίκες ήταν εκείνη των 50 – 54 ετών και ακολουθούν οι γυναίκες ηλικίας 70 – 74 ετών.
- Ο μήνας με τις περισσότερες αυτοκτονίες για το έτος 2016 ήταν ο Απρίλιος. Η πλειοψηφία των αυτοχειρών (41%) ανήκαν στον οικονομικά ανενεργό πληθυσμό (συνταξιούχοι, οικιακά, άνεργοι, μαθητές – σπουδαστές κ.λπ)
- Ο υψηλότερος δείκτης αυτοκτονιών για τους άντρες εμφανίζεται στην Ήπειρο, ενώ των γυναικών στην Δυτική Ελλάδα.

Σύμφωνα με τα στοιχεία του **Παρατηρητηρίου Αυτοκτονιών** του Κέντρου Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας κατά τα έτη **2017, 2018 και μέχρι τις 31/8/2019:**

- Ο αριθμός των αυτοκτονιών παρουσιάζει μία σταθερή αυξητική τάση.
- Η πλειοψηφία των αυτοχειρών ήταν άνδρες.
- Άτομα ηλικίας 60-64 και 80 ετών και άνω σημειώνουν τα μεγαλύτερα ποσοστά αυτοκτονιών και ακολουθούν τα άτομα παραγωγικής ηλικίας που ανήκουν στις ηλικιακές ομάδες των 45 – 49 και 50 – 59.
- Οι περιφέρειες με το υψηλότερο ποσοστό θνησιμότητας από αυτοκτονία είναι η Κρήτη, η Θεσσαλία και η Αττική.
- Η πιο συχνή μέθοδος αυτοκτονίας κατά την τελευταία τριετία παραμένει ο απαγχονισμός.
- Η χρονική περίοδος κατά την οποία σημειώθηκαν τα υψηλότερα ποσοστά αυτοκτονιών είναι κατά τους ανοιξιάτικους και καλοκαιρινούς μήνες. (Μάρτιος έως Αύγουστος)



Υποκαταγραφή των αυτοκτονιών

Εκτιμάται ότι στην πραγματικότητα οι αυτοκτονίες είναι **πολύ περισσότερες** αυτών που καταγράφονται ενώ **δεν υπάρχουν καθόλου στοιχεία για τις μη θανατηφόρες απόπειρες**, οι οποίες εκτιμάται ότι είναι σχεδόν **25** φορές περισσότερες των καταγεγραμμένων αυτοκτονιών. Επισημαίνεται, ότι παγκοσμίως είναι δεδομένη η υποκαταγραφή των αυτοκτονιών, γεγονός το οποίο ισχύει σαφώς εντονότερα στη χώρα μας, λόγω των πολιτισμικών και κοινωνικών ιδιαιτεροτήτων. Η υποκαταγραφή αποδίδεται είτε στη δυσκολία να εξακριβωθεί ότι όντως υπήρχε αυτοκτονική πρόθεση (όπως στην περίπτωση ενός ατυχήματος), είτε σε κοινωνικούς, θρησκευτικούς και άλλους λόγους. Είναι γεγονός, λοιπόν, ότι οι θάνατοι από αυτοκτονία είναι πολύ περισσότεροι από τους επίσημα καταγεγραμμένους, ενώ δε θα πρέπει να παραβλέπονται οι επιπτώσεις τους στις ζωές αυτών που μένουν πίσω πενθώντας.

Η ΚΛΙΜΑΚΑ έχει απευθύνει συγκεκριμένες προτάσεις στα αρμόδια Υπουργεία Υγείας & Εσωτερικών καθώς και στις Ιατροδικαστικές Υπηρεσίες της χώρας, προκειμένου να βελτιωθούν οι διαδικασίες καταγραφής και αποτύπωσης των περιστατικών για να περιοριστεί η υποκαταγραφή των αυτοκτονιών και να καταστεί εφικτή η παραγωγή αξιόπιστων δεδομένων.

Στοιχεία του Κέντρου Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας

- Από την ίδρυση του ως τον Αύγουστο του 2019 ζήτησαν βοήθεια από το Κέντρο Ημέρας **3.102 άτομα** και πραγματοποιήθηκαν **24.988 επισκέψεις**.
- Το 60,5% των ατόμων που επισκέφτηκαν το Κέντρο Ημέρας ήταν γυναίκες και το 39,5% άνδρες.
- Από το σύνολο των χρηστών των υπηρεσιών του Κέντρου το 24,8% κατά την πρώτη τους επίσκεψη ήταν από 19-33 ετών, το 35,4% ήταν από 34 έως και 50 ετών, το 29,7% από 51-67 ετών ενώ το 8,2% ήταν πάνω από 68 ετών και μόλις το 1,9% κάτω των 18 ετών.

- Το 40,2% των χρηστών δήλωσαν άνεργοι, το 25,9% μισθωτοί, το 15,8% συνταξιούχοι (συμπεριλαμβανομένων και των συντάξεων αναπηρίας), το 10,7% ελεύθεροι επαγγελματίες, το 5,7% φοιτητές/-τριες και το 1,7% μαθητές/-τριες.
- Τρεις στους τέσσερις χρήστες επισκέφθηκαν το Κέντρο Ημέρας για λιγότερο από ένα χρόνο, το 17,4% από 1 ως 2 χρόνια, το 6,2% από 3-5 χρόνια, ενώ το 1% πάνω από 6 χρόνια.
- Στο Κέντρο Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας έχουν αναπτυχθεί το τελευταίο έτος οι ακόλουθες καινοτόμες θεραπευτικές παρεμβάσεις:
 - Η πρωτοποριακή μέθοδος επαναλαμβανόμενου Διακρανιακού Μαγνητικού Ερεθισμού (r-TMS) που απευθύνεται σε ασθενείς με μείζονα καταθλιπτικά επεισόδια και αυτοκτονικότητα
 - Φαρμακευτικές προσεγγίσεις με χορήγηση λιθίου σε χαμηλές δόσεις αξιοποίησης της αντιαυτοκτονικής του δράσης
 - Έρευνα σχετικά με την αντιαυτοκτονική δράση της κεταμίνης

Στοιχεία της 24ωρης Γραμμής Παρέμβασης για την Αυτοκτονία – 1018

- Από την έναρξη λειτουργίας της Γραμμής το 2007, το 1018 έχει δεχτεί περισσότερες από **200.000 κλήσεις**
- Το 2018 στη Γραμμή Παρέμβασης για την Αυτοκτονία-1018 έγιναν **16.424 κλήσεις**, εκ των οποίων 3.757 κλήσεις με αίτημα στο φάσμα της αυτοκτονικότητας.
- **59%** των καλούντων στο 1018 το έτος 2018 και **57%** των καλούντων το έτος 2017, **δεν είχαν έρθει σε επαφή με υπηρεσίες ψυχικής υγείας.**
- **Το 30%** των καλούντων στη Γραμμή το 2018 **είχε προηγούμενη ψυχιατρική νοσηλεία.**





Αυτοκτονίες σε Νοσοκομεία & Μονάδες Υγείας

Περισσότερες από 50 αυτοκτονίες έχουν γίνει μέσα σε νοσοκομεία ή Μονάδες Υγείας από το 2012 έως και σήμερα σύμφωνα με τα δεδομένα του Παρατηρητηρίου Αυτοκτονιών, ενώ ο αριθμός των αποπειρών μέσα σε αυτούς τους χώρους παραμένει άγνωστος. Η αυτοκτονία μέσα σε ένα νοσοκομείο, αποτελεί ένα απαράδεκτο γεγονός για την ιατρική κοινότητα και τους ευρύτερους συντελεστές του συστήματος υγείας.

Το επιστημονικό προσωπικό του Κέντρου για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας έχει επανειλημμένα προτείνει ένα σαφές πλαίσιο απαραίτητων παρεμβάσεων προκειμένου να αποφευχθούν οι αυτοκτονίες εντός μονάδων υγείας. Είναι σαφές, σύμφωνα και με την επιστημονική μας γνώση και εμπειρία, ότι υπάρχουν αποτελεσματικές παρεμβάσεις, οι οποίες μπορούν να λειτουργήσουν καταλυτικά στην αύξηση του επιπέδου ασφάλειας των μονάδων υγείας και στην πρόληψη της αυτοκτονίας νοσηλευόμενων ασθενών, μέσω της διαμόρφωσης ειδικών συνθηκών νοσηλείας καθώς και τη σχετική εκπαίδευση του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού.

Αυτοκτονίες σε Καταστήματα Κράτησης & Αστυνομικά Κρατητήρια

Περισσότερες από 15 αυτοκτονίες έχουν καταγραφεί σε καταστήματα κράτησης και αστυνομικά κρατητήρια κατά τα έτη 2017 και 2018, ενώ έχουν σημειωθεί τουλάχιστον 6 αυτοκτονίες κατά το πρώτο εξάμηνο του 2019 έως και σήμερα. Είναι γνωστό βιβλιογραφικά αλλά και εμπειρικά σε όσους εργάζονται ή έρχονται σε επαφή με τους χώρους των καταστημάτων κράτησης ότι οι αυτοκαταστροφικού τύπου συμπεριφορές εμφανίζουν εξαιρετικά μεγαλύτερη συχνότητα σε πληθυσμούς κρατούμενων απ' ό,τι στο γενικό πληθυσμό. Τα περιστατικά που βλέπουν το φως της δημοσιότητας αποτελούν μόνο την κορυφή του παγόβουνου και δεν περιλαμβάνουν τις απόπειρες αυτοκτονίας και τους αυτοτραυματισμούς κρατούμενων. Ένα πολύ μεγάλο ποσοστό των κρατούμενων νοσεί ενώ και ο ίδιος εγκλεισμός αποτελεί ένα ισχυρό πυροδοτικό παράγοντα εκδήλωσης ψυχικών διαταραχών και αυτοκτονικών συμπεριφορών. Επιπλέον, δεν υπάρχει καμία μέριμνα για τη θεσμοθέτηση της αξιολόγησης της ψυχικής υγείας των ατόμων την στιγμή της σύλληψής τους, πριν και κατά





τη διάρκεια της εκδίκασης της υπόθεσης τους, κατά την είσοδο, παραμονή και έξοδο τους από την φυλακή.

Η ΚΛΙΜΑΚΑ λειτούργησε από τον Ιανουάριο του 2011 Ιατρείο Τηλεψυχιατρικής στο Κατάστημα Κράτησης Γυναικών Ελεώνα Θηβών. Από την έναρξη της λειτουργίας του το ιατρείο Τηλεψυχιατρικής στο Κατάστημα Κράτησης Γυναικών Ελεώνα Θηβών έχει δεχθεί πάνω από 3000 επισκέψεις από περισσότερες από 1000 κρατούμενες.

Αυτοκτονίες στο Στρατό

Έχουν καταγραφεί τουλάχιστον **5 αυτοκτονίες αξιωματικών και στρατιωτών στο πρώτο εξάμηνο του 2019** ενώ περισσότερες από **14** αυτοκτονίες έχουν σημειωθεί κατά την διάρκεια των προηγούμενων δύο ετών (2017 - 2018). Η ΚΛΙΜΑΚΑ, έχει επανειλημμένα επισημάνει την απουσία ενός σαφούς πλαισίου υποστήριξης των στελεχών του στρατού και των στρατευσίμων καθώς και της συνεπαγόμενης δυνατότητας τους οπλοφορίας και οπλοχρησίας.

Στο 1018 – Γραμμή Παρέμβασης για την Αυτοκτονία έχουμε δεχθεί πολλές κλήσεις στρατευσίμων, κυρίως, οι οποίοι αδυνατούν να ανταπεξέλθουν στην υποχρεωτική στρατιωτική τους θητεία. Σ' αυτήν την κατεύθυνση επιβάλλεται η διεύρυνση και η πλήρης αναγνώριση του δικαιώματος στην αντίρρηση συνείδησης και την ισότιμη εναλλακτική κοινωνική υπηρεσία σύμφωνα με τα Ευρωπαϊκά και διεθνή πρότυπα χωρίς περιορισμούς και εμπόδια.

Αυτοκτονίες Αστυνομικών

Οι αστυνομικοί όπως και το προσωπικό των σωμάτων ασφαλείας εν γένει αντιμετωπίζουν υψηλό κίνδυνο για αυτοκτονία ενώ υπολογίζεται πως έχουν δύο με τρεις φορές υψηλότερους δείκτες θνησιμότητας από ότι ο γενικός πληθυσμός. Σύμφωνα με τα στοιχεία του Παρατηρητηρίου Αυτοκτονιών του Κέντρου για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας, από το 2007 μέχρι το 2016 έχουν καταγραφεί περισσότερες από **55 αυτοκτονίες αστυνομικών** (εν ενεργεία και αποστράτων), ενώ είναι δεδομένη η υποκαταγραφή των σχετικών περιστατικών. Το πρώτο εξάμηνο του 2019 έχουν καταγραφεί τουλάχιστον 5 αυτοκτονίες αστυνομικών ενώ περισσότερες από 8 αυτοκτονίες είχαν καταγραφεί αντίστοιχα, το 2017.





Η άμεση επικαιροποίηση του πλαισίου ψυχιατρικής και ψυχολογικής αξιολόγησης των στελεχών των σωμάτων ασφαλείας καθώς και η επανάληψη των σχετικών διαδικασιών ανά τακτά χρονικά διαστήματα, προκειμένου να διασφαλισθεί, ότι διαθέτουν έναν ικανοποιητικό βαθμό ψυχικής σταθερότητας και ανθεκτικότητας, αποτελούν προτεινόμενα μέτρα με άμεσα αποτελέσματα. Το Κέντρο για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας επανειλημμένα έχει προτείνει συγκεκριμένες παρεμβάσεις σ' αυτήν την κατεύθυνση ενώ παράλληλα έχουν συγγραφεί και εκδοθεί δύο εγχειρίδια για την πρόληψη της αυτοκτονίας, απευθυνόμενα στα σώματα ασφαλείας και στρατού.

Αυτοκτονίες σε Μέσα Μαζικής Μεταφοράς και Σημεία Υψηλής Επικινδυνότητας (Suicide Hotspots)

Από το 2012 μέχρι και σήμερα **τουλάχιστον 50 άτομα** έχουν αυτοκτονήσει σε τοποθεσίες υψηλής επικινδυνότητας όπως ο Ισθμός της Κορίνθου, η Γέφυρα Ρίου – Αντιρρίου, η Γέφυρα της Χαλκίδας, τα Ενετικά Τείχη του Ηρακλείου Κρήτης κ.α., ενώ έχουν σημειωθεί τουλάχιστον **10 αυτοκτονίες σε μετρό και άλλα μέσα σταθερής τροχιάς κατά τα τελευταία δύο χρόνια**. Δεδομένης της ανάδειξης του περιορισμού της πρόσβασης σε επικίνδυνες μεθόδους ως μιας από τις ισχυρότερες στρατηγικές πρόληψης της αυτοκτονίας η ΚΛΙΜΑΚΑ έχει αιτηθεί την υιοθέτηση συγκεκριμένων προληπτικών παρεμβάσεων χαμηλού κόστους όπως τα χαντάκια απορροής, τα πλέγματα κάθετης κίνησης και η αύξηση του φωτισμού σε σταθμούς των μέσων σταθερής τροχιάς και φυσικών εμποδίων (π.χ. τοποθέτηση φραγμάτων) σε σημεία υψηλής επικινδυνότητας όπως οι γέφυρες. Άλλες προληπτικές παρεμβάσεις που έχουν προταθεί είναι η τοποθέτηση πινακίδων με αναφορά σε τηλεφωνικές γραμμές άμεσης βοήθειας (όπως η 24ωρη τηλεφωνική Γραμμή Παρέμβασης για την Αυτοκτονία 1018) η παρουσία εκπαιδευμένου προσωπικού ασφαλείας ή ομάδων περιπολίας (κατάλληλα εκπαιδευμένοι και καταρτισμένοι άνθρωποι που θα περιπολούν την περιοχή ανά τακτά χρονικά διαστήματα) και η τοποθέτηση καμερών παρακολούθησης με σκοπό την ενθάρρυνση των ανθρώπων που σκέφτονται την αυτοκτονία να αναζητήσουν βοήθεια.





MME & Αυτοκτονία

Παρά τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, στη συντριπτική πλειοψηφία των σχετικών με περιστατικά αυτοκτονιών δημοσιεύσεων υπάρχει αναλυτική περιγραφή της μεθόδου αυτοκτονίας, φωτογραφίες με ακατάλληλο περιεχόμενο ενώ παράλληλα σε κανένα από τα δημοσιεύματα δεν αναφέρονται πηγές βοήθειας για άτομα, που σκέφτονται την αυτοκτονία ή βιώνουν την απώλεια κάποιου δικού τους προσώπου.

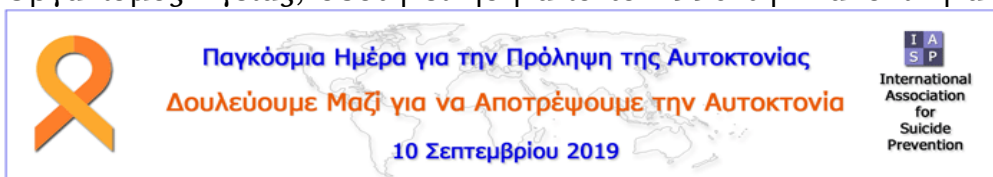
Γνωρίζουμε και είναι ερευνητικά τεκμηριωμένο, ότι συγκεκριμένοι τρόποι δημοσίευσης των αυτοκτονιών μπορούν, να αυξήσουν την πιθανότητα αυτοκτονίας σε ευάλωτα άτομα και το μέγεθος της αύξησης σχετίζεται με την ποσότητα, τη διάρκεια και την έμφαση που δίνεται στην είδηση από τα ΜΜΕ. Ο κίνδυνος για επιπρόσθετες και μιμητικές αυτοκτονίες αυξάνεται, όταν δημοσιεύεται σαφώς η μέθοδος αυτοκτονίας, όταν χρησιμοποιούνται δραματικές εικόνες ή τίτλοι, όταν μια αυτοκτονία δημοσιεύεται εκτενώς και επαναλαμβανόμενα και όταν η αυτοκτονία παρουσιάζεται σαν μια ηρωική ή εντυπωσιακή πράξη.

Η προσεκτική, ακόμα και σύντομη, αναφορά των ΜΜΕ στην αυτοκτονία, μπορεί να συμβάλλει στην ευαισθητοποίηση του κοινού, στη διόρθωση εσφαλμένων αντιλήψεων για την αυτοκτονία και μπορεί να ενθαρρύνει εκείνους που είναι ευάλωτοι ή βρίσκονται σε κίνδυνο να αναζητήσουν βοήθεια. Θεωρείται, λοιπόν, επιτακτική η αναφορά της Γραμμής Παρέμβασης για την Αυτοκτονία – 1018 σε κάθε δημοσίευση περιστατικού αυτοκτονίας, σύμφωνα με τη σχετική δεοντολογία.

Το Κέντρο για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας έχει εκδώσει στα ελληνικά τον οδηγό του Π.Ο.Υ. «Πρόληψη της Αυτοκτονίας - Μια πηγή ενημέρωσης για τους επαγγελματίες των ΜΜΕ».

Το πάγιο αίτημα μας για την κατάρτιση Εθνικής Στρατηγικής για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας

Η αυτοκτονία είναι ένα μείζον πρόβλημα της δημόσιας υγείας και ως τέτοιο αναγνωρίζεται και αντιμετωπίζεται σε ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο. Δυνητικά αφορά τον καθένα, ανεξαρτήτως φύλου, φυλής ή κοινωνικοοικονομικής τάξης. Σ' αυτόν τον άξονα ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, συστήνει ήδη από το 1990 την καθολική αναγνώριση της





αυτοκτονίας ως ζήτημα δημόσιας υγείας και την ανάπτυξη εθνικών προγραμμάτων πρόληψης, τα οποία θα είναι διασυνδεδεμένα με τις πολιτικές δημόσιας υγείας.

Αν και η αυτοκτονία θεωρείται ως ένα από τα πλέον πολυσύνθετα προβλήματα στον τομέα της υγείας, οι διεθνείς πρακτικές καθώς και τα σχετικά ερευνητικά αποτελέσματα αναδεικνύουν ότι μπορεί να επιτευχθεί μία προληπτική προσέγγιση αυτής με εμφανή αποτελέσματα, μέσω συντονισμένων, διεπιστημονικών παρεμβάσεων σε διάφορα επίπεδα της κοινωνικής σφαίρας καθώς και στους τομείς της υγείας και της εκπαίδευσης.

Στο πλαίσιο της εν λόγω στρατηγικής, η υλοποίηση διασυνδεδεμένων, χαμηλού κόστους, παρεμβάσεων και δράσεων καθώς και η αναμόρφωση μηχανισμών στους τομείς της υγείας, της εκπαίδευσης και της εργασίας, θα διαμορφώσουν ένα συμπαγές και αποτελεσματικό δίκτυο προστασίας των ευάλωτων συνανθρώπων μας, που, πληττόμενοι από τις συνέπειες της κοινωνικοοικονομικής κρίσης, εκτός των ατομικών προδιαθεσικών παραγόντων, αναπτύσσουν αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές.

Είναι υποχρέωση όλων να κρατήσουμε ασφαλείς και ζωντανούς τους ανθρώπους που, υπό το φορτίο του ψυχικού πόνου, αποφασίζουν να αυτοκτονήσουν. Δεν επιτρέπεται να συνεχίσουμε, να είμαστε παθητικοί αποδέκτες ειδήσεων για αυτοκτονίες και «τραγικά τέλη». Δεν επιτρέπεται, όχι μόνο σε πολιτικό και κοινωνικό επίπεδο, αλλά και ως μία ένδειξη αφύπνισης και ουσιαστικής αλληλεγγύης απέναντι στο διπλανό, φίλο, συγγενή, οικείο που βιώνει την απογοήτευση και την απελπισία, συμβάλλοντας στην αποτροπή άδικων πρόωρων θανάτων.



 Κλίμακα

Φορέας Ανάπτυξης Ανθρώπινου
& Κοινωνικού Κεφαλαίου
για την Αντιμετώπιση
του Κοινωνικού Αποκλεισμού

**ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ
ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑΣ**

1018 24ωρη Γραμμή
Παρέμβασης
για την Αυτοκτονία
ΜΕ ΑΣΤΙΚΗ ΧΡΕΩΣΗ

 Κλίμακα

Φορέας Ανάπτυξης Ανθρώπινου
& Κοινωνικού Κεφαλαίου
για την Αντιμετώπιση
του Κοινωνικού Αποκλεισμού

**ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ
ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑΣ**

1018 24ωρη Γραμμή
Παρέμβασης
για την Αυτοκτονία
ΜΕ ΑΣΤΙΚΗ ΧΡΕΩΣΗ

10 Σεπτεμβρίου 2019
Παγκόσμια Ημέρα για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας

Επιστημονική Εκδήλωση

13:00

Αίθουσα Εκδηλώσεων Κλίμαξ Plus
Λεωκλέων 50, Κεραμεικός



Παγκόσμια Ημέρα για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας
Δουλεύουμε Μαζί για να Αποτρέψουμε την Αυτοκτονία
10 Σεπτεμβρίου 2019



ΚΛΑΔΟΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ

#WSPD2019

#eimaiedo

Στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας, την Τρίτη 10 Σεπτεμβρίου, το Κέντρο ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας, που λειτουργεί η Κλίμακα με την υποστήριξη του Υπουργείου Υγείας διοργανώνει Επιστημονική Εκδήλωση. Η Εκδήλωση θα μεταδοθεί ζωντανά από το Κλίμαξ Plus Internet Radio

<http://www.koispe.org/%CE%BA%CE%BB%CE%AF%CE%BC%CE%B1%CE%BE-plus-radio/>

Η εκδήλωση αποτελεί την έναρξη της καμπάνιας «Είμαι Εδώ» #eimaiedo που θα διαρκέσει ένα μήνα, μέχρι τη 10η Οκτωβρίου, Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας, η οποία φέτος αφιερώνεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας στην πρόληψη της αυτοκτονίας με το μήνυμα: “Working together to prevent suicide”.

Στην εκδήλωση θα παρουσιαστεί και η επικείμενη διεθνής έκδοση “Suicide Risk Assessment and Prevention”, στην οποία συμμετέχουν αυτοκτονολόγοι από όλον τον



Παγκόσμια Ημέρα για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας
Δουλεύουμε Μαζί για να Αποτρέψουμε την Αυτοκτονία
10 Σεπτεμβρίου 2019

I A S P
International
Association
for
Suicide
Prevention



Κλίμακα

Φορέας Ανάπτυξης Ανθρώπινου
& Κοινωνικού Κεφαλαίου
για την Αντιμετώπιση
του Κοινωνικού Αποκλεισμού

ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑΣ

1018

24ωρη Γραμμή
Παρέμβασης
για την Αυτοκτονία
ΜΕ ΑΣΤΙΚΗ ΧΡΕΩΣΗ

κόσμο, εκθέτοντας για 1^η φορά παγκοσμίως ένα τόσο ευρύ φάσμα στρατηγικών και μοντέλων στο πεδίο της πρόληψης της αυτοκτονίας. Το επιστημονικό προσωπικό του Κέντρου Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας έχει αναλάβει τη συγγραφή του κεφαλαίου «Accountability and Malpractice in Suicidality».

Παράλληλες δράσεις θα υλοποιηθούν με τη συμμετοχή των Μονάδων Ψυχικής Υγείας που λειτουργεί η ΚΛΙΜΑΚΑ στην Αττική, την Πάτρα, την Κέρκυρα, τη Νάξο & τη Σαντορίνη.

Στη σελίδα της ΚΛΙΜΑΚΑ στο Facebook <https://www.facebook.com/klimakango/> μπορείτε να βρείτε σχετικό υλικό καθώς και στις ιστοσελίδες: www.klimaka.org.gr και www.suicide-help.gr.

Το σποτ της 24ωρης Γραμμής Παρέμβασης για την Αυτοκτονία μπορείτε να βρείτε εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=LUESYtDUoao>



Παγκόσμια Ημέρα για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας
Δουλεύουμε Μαζί για να Αποτρέψουμε την Αυτοκτονία
10 Σεπτεμβρίου 2019

I A S P
International
Association
for
Suicide
Prevention

 **Κλίμακα**

Φορέας Ανάπτυξης Ανθρώπινου
& Κοινωνικού Κεφαλαίου
για την Αντιμετώπιση
του Κοινωνικού Αποκλεισμού

**ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ
ΤΗΣ ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑΣ****1018**
ΜΕ ΑΣΤΙΚΗ ΧΡΕΩΣΗ

24ωρη Γραμμή
Παρέμβασης
για την Αυτοκτονία

Η ΚΛΙΜΑΚΑ είναι ένας κοινωνικός φορέας, μη κυβερνητικός οργανισμός που ιδρύθηκε το 2000 και δραστηριοποιείται τόσο στην παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας όσο και στην υλοποίηση προγραμμάτων κοινωνικής ένταξης αποκλεισμένων πληθυσμιακών ομάδων στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Σε ένα πρώτο επίπεδο οι δράσεις και τα προγράμματα του φορέα στοχεύουν στην πολύπλευρη ενδυνάμωση των κοινωνικά αποκλεισμένων στις κατευθύνσεις: της υιοθέτησης ενεργού ρόλου απέναντι στη ζωή, της υπεύθυνης διεκδίκησης των δικαιωμάτων, της σταδιακής αυτονόμησης και της ισότιμης ένταξης στον κοινωνικό ιστό. Απώτεροι στόχοι των δράσεων του φορέα αποτελούν:

- Η ανάπτυξη του ανθρώπινου και κοινωνικού κεφαλαίου για την αντιμετώπιση του κοινωνικού αποκλεισμού.
- Η ισότητα των ευκαιριών πρόσβασης και απολαβής των κοινωνικών αγαθών
- Η προαγωγή της ψυχικής υγείας
- Η αύξηση της κοινωνικής συνοχής και αλληλεγγύης

Πιστεύουμε και εργαζόμαστε για έναν κόσμο όπου η αλληλεγγύη και η συλλογική δράση αγωνίζονται να ανατρέψουν τα αίτια του αποκλεισμού και των ανισοτήτων.

Στον πυρήνα των δράσεων μας βρίσκονται η δημοκρατία, η κοινωνική δικαιοσύνη, το δημόσιο συμφέρον, η βιωσιμότητα, η διαγενεακή αλληλεγγύη, τα ανθρώπινα δικαιώματα.

Το Κέντρο Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας αποτελεί:

Μία συλλογική προσπάθεια επιστημόνων ψυχικής υγείας με σκοπό:

- Την άμεση παρέμβαση στην αυτοκτονική κρίση
- Την αντιμετώπιση της αυτοκαταστροφικής συμπεριφοράς
- Το σχεδιασμό και τη διαμόρφωση μίας εθνικής στρατηγικής πρόληψης της αυτοκτονίας.

Στο πλαίσιο του Κέντρου Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας παρέχονται υπηρεσίες ψυχικής υγείας σε άτομα με αυτοκτονική/αυτοκαταστροφική συμπεριφορά και επιζώντες (ως επιζώντες ορίζονται τα άτομα που έχουν χάσει κάποιο οικείο πρόσωπο από αυτοκτονία):

- Ψυχιατρική και Ψυχοκοινωνική αξιολόγηση
- Διάγνωση και θεραπεία ψυχιατρικών διαταραχών
- Ατομικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις
- Ομαδικές ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις
- Παρέμβαση σε περίπτωση επείγοντος περιστατικού και διαχείριση κρίσης
- Συνταγογράφηση φαρμακευτικής αγωγής
- Ψυχοεκπαίδευση
- Survivors' groups
- Ψυχολογική Αυτοψία

Το επιστημονικό προσωπικό του Κέντρου Ημέρας, επίσης, αναπτύσσει έργο στους παρακάτω άξονες:



- Ερευνητικό έργο
- Εκπαίδευση
- Κοινοτικές παρεμβάσεις
- Περιφερειακές Δράσεις
- Παρατηρητήριο Αυτοκτονιών – Δίκτυο Πληροφόρησης & Καταγραφής

Στο πλαίσιο του Κέντρου Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας εντάσσεται και η 24ωρη Γραμμή Παρέμβασης για την Αυτοκτονία – 1018, η οποία λειτουργεί από το 2007.

Η Γραμμή λειτουργεί σε εικοσιτετράωρη βάση, 7 ημέρες την εβδομάδα και δέχεται κλήσεις από κινητό ή σταθερό τηλέφωνο, από όλες τις περιοχές της Ελλάδας, με αστική χρέωση. Οι κλήσεις είναι ανώνυμες και εμπιστευτικές.

Απευθύνεται σε:

- Ανθρώπους που σκέφτονται να αυτοκτονήσουν
- Ανθρώπους που έχουν αποπειραθεί να αυτοκτονήσουν στο παρελθόν
- Ανθρώπους με αυτοκαταστροφική συμπεριφορά
- Ανθρώπους που βιώνουν την απώλεια ή ανησυχούν για κάποιο δικό τους άνθρωπο

Επιπρόσθετα, λειτουργεί υπηρεσία ηλεκτρονικού ταχυδρομείου όπου χρήστες του διαδικτύου μπορούν να αναζητήσουν βοήθεια για τον εαυτό τους ή για τρίτους στέλνοντας μήνυμα στο help@suicide-help.gr.

**Το Κέντρο Ημέρας για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας λειτουργεί από την ΚΛΙΜΑΚΑ
υπό την εποπτεία του Υπουργείου Υγείας.**

