

GO-ON

Das Leben ist es wert!

www.suizidpraevention-stmk.at

Kontaktdaten

Projektleitung

Mag.ª Sigrid Krisper
0676 / 847 886 100
krisper@suizidpraevention-stmk.at

Office

Grieskai 52/2, 8020 Graz
0676 / 847 886 101
office@suizidpraevention-stmk.at

Wissenschaftsabteilung

0676 / 847 886 100
kompetenzzentrum@
suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam

Bruck-Mürzzuschlag
0676 / 847 886 611
bm@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Deutschlandsberg

0676 / 847 886 411
dl@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Graz

0676 / 847 886 200
graz@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Graz-Umgebung Nord

0676 / 847 886 212
gunord@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Graz-Umgebung Süd

0676 / 847 886 220
gus@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Hartberg

0676 / 847 886 322
hb@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Leibnitz

0676 / 847 886 401
lb@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Leoben

0676 / 847 886 611
le@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Liezen

0676 / 847 886 701
li@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Murau/Murtal

0676 / 847 886 701
mu@suizidpraevention-stmk.at
mt@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Südoststeiermark/ Fürstenfeld

0676 / 847 886 301
so@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Voitsberg

0676 / 847 886 411
vo@suizidpraevention-stmk.at

Regionalteam Weiz

0676 / 847 886 310
wz@suizidpraevention-stmk.at

Für Krisengespräche stehen die steirischen Beratungsstellen zur Verfügung. Das Angebot ist kostenfrei und anonym. Weitere Informationen unter www.plattformpsyche.at



Suizidprävention –

Wissen hilft!

Stand: 2023/12



Wer wir sind

- Seit 2011 das Suizidpräventionsprojekt des Gesundheitsfonds des Landes Steiermark
- Träger sind die Psychosozialen Dienste Steiermark – Dachverband der sozialpsychiatrischen Vereine und Gesellschaften
- Unser Team besteht aus Expert:innen der Fachbereiche Psychiatrie, Psychotherapie, Psychologie, Sozialarbeit und Erziehungswissenschaften

Was wir tun

- **Vorträge, Workshops, Schulungen**
Informationsvermittlung, Aufklärung und Enttabuisierung im Sinne von „Wissen hilft!“
- **Öffentlichkeitsarbeit**
Kooperation mit Medien, Organisation von Veranstaltungen, Welt-Suizid-Präventionstag
- **Vernetzung**
Zusammenarbeit mit Multiplikator:innen und Netzwerkpartner:innen.

Unsere Grundsätze

- Wir sind für alle da.
- Wir beziehen uns auf aktuellste wissenschaftliche Erkenntnisse.
- Wir beurteilen nicht.
- Wir sprechen für das Leben.

Unsere Angebote

Veranstaltungen, Vorträge, Workshops, Schulungen zu ...

- ... Begrifflichkeiten, was ist Suizidalität?
- ... Zahlen und Fakten.
- ... Risikogruppen.
- ... Krisen im menschlichen Leben.
- ... Risikofaktoren wie Depression.
- ... dem Verlauf einer suizidalen Entwicklung.
- ... Warnsignalen.
- ... einem „Erste-Hilfe-Kurs“
(Was hilft? Was kann ich tun?)
- ... Krisenintervention und Gesprächsführung.
- ... professionellen Hilfsangeboten.
- ... Resilienz.
- ... den 10 Schritten zur psychischen Gesundheit.

Unsere Angebote sind kostenfrei

Unsere Ziele

- Sensibilisierung für die Themen Suizidalität und psychische Erkrankung.
- Vorurteile zum Thema Suizid abbauen.
- Wissen vermitteln
(Entstigmatisierung und Enttabuisierung).
- Menschen unterstützen, kompetent mit dem Thema Suizidalität umzugehen.
- Aufklärung und Ermutigung, Hilfe in Anspruch zu nehmen.
- Was kann ich tun, wenn es mir selbst oder anderen sehr schlecht geht?

Zielgruppe

Wir richten unsere Angebote an alle Menschen.

- ... unabhängig von Berufsgruppe, Ausbildungsstand, Herkunft und Lebenssituation.
- ... an alle die beruflich oder privat mit Suizidalität konfrontiert werden.
- ... öffentliche Einrichtungen, Arbeitgeber:innen, Vereinsgruppen, Gemeinden, alle, die mehr zu diesem Thema erfahren wollen.

Veranstaltungsformate und Schwerpunktthemen

Zu folgenden Schwerpunktthemen hält GO-ON Suizidprävention Steiermark nach individueller Vereinbarung Veranstaltung in Form von Vorträgen mit anschließender Diskussion (1 – 2 Stunden) oder Workshops (Halb- oder Ganztagesformat) ab:

- Suizidalität
- Suizidprävention
- Psychische Erkrankungen
- Krisenintervention und Gesprächsführung
- Hilfsmöglichkeiten
- Resilienz
- Zehn Schritte zur psychischen Gesundheit
- Kinder und Jugendliche
- Ältere und alte Menschen
- Nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten
- Corona und Pandemie
- Suizidpostvention
- Hinterbliebene nach Suizid
- Rechtliche Aspekte von Suizidalität
- Kurztherapie nach Suizidversuch/Attempted Suicide Short Intervention Program (ASSIP)
- Elternratgeber: Kinder und Jugendliche in suizidalen Krisen