

# Krisen gehören auch im beruflichen Kontext zum Leben und Hilfe ist möglich!

## Etwas nicht mehr zu können oder zu wollen, ist kein Scheitern!

- ♡ Sprechen Sie mit jemanden über das, was Sie so stark belastet. Es gibt immer jemanden, der helfen kann (Kollegen, Vorgesetzte, Freunde, Familienangehörige, Fachleute in Beratungsstellen, Pastoren,...)
- ♡ Anonym können Sie mit Mitarbeitern der Telefonseelsorge sprechen (0800 1110111/222) oder chatten unter [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de).
- ♡ Manchmal muss man sich vor sich selber schützen und in der Klinik professionelle Hilfe in Anspruch nehmen

## Tun Sie Dinge, die Ihnen gut tun!

- ♡ Spaziergänge
- ♡ Aufschreiben der Gedanken, Tagebuch, ...
- ♡ Schöne Aktivitäten: Musik, schönes Essen, Fotoalben anschauen, ...

## Bitte geben Sie nicht auf!

Eine Initiative des Fachdienstes Gesundheit und weiterer Partner.  
Nähere Informationen unter: [www.schwerin.de](http://www.schwerin.de)

Diese Aktion wird finanziell unterstützt von der Aktion Mensch

*Bitte die brennende Kerze niemals unbeaufsichtigt lassen.  
Haftung für Schäden wird nicht übernommen!*

**Aktion**  
MENSCH

Welt-Suizid-Präventionstag

# Stelle eine Kerze in Dein Fenster!

Am Dienstag,  
den 10. September 2019  
um 21:00 Uhr

Suizidalität im beruflichen Kontext

Das Leben  
ist kostbar!

## Suiziden vorbeugen

*zuhören – ernst nehmen – nachfragen*

### Informiere Dich:

📍 10. September, 10:00 – 12:00 Uhr SVZ Lesertelefon

☎ 0385 63788007 Herr Hüselitz, Sozialpsychiatrischer Dienst SN

☎ 0385 63788008 U. Krause, Telefonseelsorge Schwerin

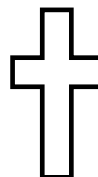
☎ 0385 63788009 Herr Olschewski,  
Ev. Lebensberatungsstelle, Notfallseelsorger

📍 10. September, 10:00 – 14:00 Uhr  
Informationsstände am Marienplatz,  
Rahlstedter Str., Platz der Freiheit

IM GEDENKEN AN  
**32 FRAUEN**  
**149 MÄNNER**

01.01. – 31.12.2017  
AUS MECKLENBURG-VORPOMMERN

**Zünde diese Kerze an**



- WENN DICH DAS THEMA SUIZID BERÜHRT
- IN GEDENKEN AN EINEN MENSCHEN, DEN DU DURCH SUIZID VERLOREN HAST
- IN VERBUNDENHEIT MIT MENSCHEN, DIE ÄHNLICHES ERLEBT HABEN

STELLE DIE KERZE IN DEIN FENSTER AM  
**DIENSTAGABEND, 10.09.2019**  
UM **21:00 UHR**