

Krisen gehören auch im Alter zum Leben und Hilfe ist möglich!

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

- ♡ Bitten Sie soziale Einrichtungen um Hilfe.
- ♡ Teilen Sie Ihre Gedanken und Sorgen mit vertrauten Menschen, die Ihnen zuhören und Sie verstehen wollen.
- ♡ Bitten Sie bei suizidalen Gedanken, zum eigenen Schutz, die Klinik um Hilfe.

Tun Sie Dinge, die Ihnen gut tun!

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

Überlegen Sie, was Sie unter den erschwerten Bedingungen des Alters selber tun können!

- ♡ Gehen Sie auf andere Menschen zu?
- ♡ Neues Hobby? Ehrenamt? Alte Freunde anrufen? Fotoalben anschauen, ...

Beginnen Sie so früh wie möglich, der Einsamkeit im Alter entgegen zu wirken!

Eine Initiative des Fachdienstes Gesundheit und weiterer Partner.
Nähere Informationen unter: 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 Montag,
den 10. September 2018
um 21:00 Uhr

Suizidalität im Alter



Suiziden vorbeugen

zuhören – ernst nehmen – nachfragen

Informiere Dich:

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

- | | |
|-----------------|--|
| ☎ 0385 63788007 | R. Kubbutat, Amtsärztin Schwerin |
| ☎ 0385 63788008 | U. Krause, Telefonseelsorge Schwerin |
| ☎ 0385 63788009 | Dr. med. J. Rosenboom,
Facharzt für Psychiatrie, HELIOS Kliniken SN |

📍 06. September, 10:00 – 14:00 Uhr Informationsstände am Marienplatz, Dreescher Markt, Platz der Freiheit

📍 10. September, 10:00 Uhr, MegaMovies Schwerin

Filmvorführung „Sein letztes Rennen“,
Schauspieler: Didi Hallervorden, Heike Makatsch, Katrin Sass
mit anschließender Podiumsdiskussion

📍 03. – 14. September 2018 Wanderausstellung

„Was heißt schon alt?“

Foyer der AOK, Am Grünen Tal 50, Schwerin

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.

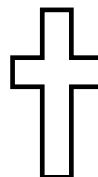
IM GEDENKEN AN

**41 FRAUEN
159 MÄNNER**

01.01. – 31.12.2016

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
MONTAGABEND, 10.09.2018
UM **21:00 UHR**