

Vabilo k akciji Prekolesarimo svet: Simbolična aktivnost ob Svetovnem dnevu preprečevanja samomora 2014

Nacionalni Inštitut za javno zdravje, Slovenski center za raziskovanje samomora, ki deluje v okviru Instituta Andrej Marusic Univerze na Primorskem, Slovensko združenje za preprečevanje samomora in združenje OZARA Slovenija, vas vabimo, da sodelujete v akciji »Prekolesarimo svet« ob Svetovnem dnevu preprečevanja samomora. Svetovni dan preprečevanja samomora je 10. september. Geslo letošnje obeležitve je »Preprečevanje samomora – ves svet povezan«. Geslo odraža, kako pomembne so povezave na različnih nivojih za uspešno preprečevanje samomora.

Pomembna je npr. povezanost na področju kliničnih strok (sodelovanje strokovnjakov za uspešno obravnavo ogroženih), povezanost in sodelovanje med različnimi akterji in resorji (šolstvo, sociala, zdravstvo, znanost), povezanost na nacionalni in mednarodni ravni ter mogoče ključno, povezanost med ljudmi. Slednja je še posebej pomembna za ogrožene posameznike, saj lahko osamljenost poveča tveganje za samomor, nasprotno pa trdne vezi med ljudmi lahko delujejo varovalno.

Z namenom zblíževati ter povezati ljudi in hkrati tudi povečevati ozaveščenost o pomembnosti preprečevanja samomora letos v sklopu svetovnega dneva preprečevanja samomora poteka simbolična aktivnost z naslovom »Prekolesarimo svet«. Pobudnika aktivnosti sta Mednarodna zveza za preprečevanje samomora in Svetovna zdravstvena organizacija.

Cilj akcije je, da bi skupno prekolesarili (udeleženci iz celega sveta) 40 075 km, kolikor znaša obseg zemlje (kar simbolizira povezanost celega sveta), in da bi pri tem sodelovali udeleženci iz vseh celin in čim več držav. V Sloveniji smo se na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje, Slovenskem centru za raziskovanje samomora (UP IAM), združenju OZARA Slovenija in Slovenskem združenju za preprečevanje samomora odločili, da se pridružimo izzivu.

Vabimo vas, da tudi vi sodelujete pri tem. Sodelovanje je brezplačno, potrebujete le kolo, lahko tudi sobno. Kolesarite lahko doma ali na prostem, v naravi, sami ali v družbi. Aktivnost bo pri nas potekala od 11. avgusta do 10. septembra 2014, ko uradno obeležujemo Svetovni dan preprečevanja samomora.

Uradne etikete za udeležence in potrdilo o udeležbi

Da bi bila akcija čim bolj prepoznavna smo za udeležence pripravili uradne etikete, ki se lahko pripnejo na oblačila ali kolo, ter certifikat o sodelovanju oziroma udeležbi. Uradna etiketa za udeležence akcije je dostopna na **spletni strani NIJZ** in si jo lahko natisnete. V znak zahvale vam bomo poslali potrdilo o udeležbi/sodelovanju zato vas prosimo, da po končanem kolesarjenju izpolnite spletni obrazec o tem, kam vam potrdilo o udeležbi lahko posredujemo. Prosimo vas tudi, da nam sporočite okvirno razdaljo (km), ki ste jo prekolesarili v naši akciji. Na ta način bomo ob koncu skušali zbrati skupno število kilometrov, ki jih bodo vsi udeleženci prekolesarili v Sloveniji. Številko bomo posredovali Mednarodni zvezi za preprečevanje samomora. Informacije o prekolesarjeni razdalji, tudi če samo nekaj metrov, lahko vnesete v **obrazec na spletni strani NIJZ**. Vabimo vas, da svoje izkušnje in utrinke iz

akcije delite tudi preko socialnih omrežij, prav tako, da razširite informacijo o akciji in k sodelovanju povabite svoje znance in bližnje.

povezava: http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=0&pi=19& 19_view=item& 19_newsId=2580& pl=0-19.0.

Pridružite se aktivnosti in bodite del zgodbe o povezanosti pri preprečevanju samomora.

Nacionalni inštitut za varovanje zdravja

Slovenski center za raziskovanje samomora, Inštitut Andrej Marušič, UP

OZARA Slovenija, Nacionalno združenje za kakovost življenja

Slovensko združenje za preprečevanje samomora

Kontakti za pomoč v stiski:

01 520 99 00 – Klic v duševni stiski (med 19. in 7. uro zjutraj)

116 123 – Zaupna Telefona Samarijan in Sopotnik (skupna številka; 24h/dan; klici so brezplačni)

080 12 34 – TOM, telefon otrok in mladostnikov (med 12. in 22. uro)