

Sprich über
Suizidgedanken

”

**Reden
kann retten**

Medienmitteilung 15.5.2017

Suizidprävention

Drei wahre Geschichten zeigen, warum reden Leben retten kann.

Die Kampagne «Reden kann retten» zeigt neu mit Filmclips, warum es so wichtig ist, über Suizidgedanken zu sprechen. Drei Menschen, die einen Suizidversuch überlebt haben, berichten von ihren Erfahrungen und machen Mut und Hoffnung. «Reden kann retten» ist eine gemeinsame Kampagne von SBB und Kanton Zürich. Sie wird unterstützt von der Dargebotenen Hand und weiteren Partnern.

Das Thema Suizid ist stark tabuisiert. Menschen in Lebenskrisen fällt es darum häufig schwer, sich rechtzeitig Hilfe zu holen und darüber zu sprechen, was in ihnen vorgeht. Auch Familienangehörige, Freunde und Kolleginnen und Kollegen sind oft unsicher, ob und wie sie das Thema Suizidgedanken ansprechen sollen. Frühzeitig über Lebenskrisen und Suizidgedanken zu sprechen, kann Leben retten.

Gespräche entlasten und ermöglichen, Hilfe zu holen. Dies zeigen die drei neuen persönlichen Filmclips der Kampagne «Reden kann retten» eindrücklich: Momo Christen, Daniel Göring und Philipp Zürcher haben einen Suizidversuch überlebt. Sie erzählen ihre Geschichte um anderen Menschen Mut und Hoffnung zu machen. Regisseur Luki Frieden hat in seinem privaten Umfeld nahe miterlebt, was suizidale Krisen bedeuten. Seinem persönlichen Engagement und der Offenheit der drei porträtierten Personen ist es zu verdanken, dass drei sehr berührende Clips realisiert werden konnten.

Sie sind zu sehen auf www.reden-kann-retten.ch.

Die nationale Präventionskampagne «Reden kann retten» wurde im September 2016 von der SBB und Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich (im Auftrag der Gesundheitsdirektion) initiiert. Sie wird von der Dargebotenen Hand – Tel 143, der Föderation Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP, der Gewerkschaft des Verkehrspersonals SEV und der BLS unterstützt. Täglich führt Tel 143 schweizweit über 400 Gespräche, darunter auch mehrere, bei denen Suizidgedanken eine Rolle spielen. Dabei geben Hilfesuchende zum Teil an, dass sie aufgrund der Kampagne «Reden kann retten» anrufen. Ziel der Kampagne ist es denn auch, das Thema Suizid zu enttabuisieren. Im Zentrum von «Reden kann retten» steht die Website www.reden-kann-retten.ch mit Hintergrundinformationen, Gesprächstipps und Adressen für Menschen in der Krise und Menschen in ihrem Umfeld.

Sprich über
Suizidgedanken

”

**Reden
kann retten**

Journalismus und Suizide

Medienschaffende tragen in der Berichterstattung über Suizid eine grosse Verantwortung. Es ist erwiesen, dass unachtsame Berichterstattung über Suizid bei gefährdeten Menschen Nachahmungshandlungen auslösen können. Gleichzeitig weiss man aber auch, dass Medienberichte zur Enttabuisierung des Themas beitragen können und damit einen Beitrag zur Verhinderung von Suiziden leisten. Mehr darüber, was Sie bei Beiträgen rund um Suizid beachten sollen, erfahren Sie auf www.reden-kann-retten.ch >Kampagne >Für Medienschaffende.

Informationen, die Sie möglichst bei jedem Bericht über einen Suizid vermitteln:

Diese Stellen sind rund um die Uhr für Menschen in suizidalen Krisen und für ihr Umfeld da:

Beratungstelefon der Dargebotenen Hand: Telefon 143

Beratungstelefon von Pro Juventute (für Kinder und Jugendliche): Telefon 147

Weitere Adressen und Informationen: www.reden-kann-retten.ch

Auskunft für Medienschaffende

Annett Niklaus, Verantwortliche Kommunikation und Kampagnen, Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich vermittelt kompetente Fachpersonen und beantwortet Fragen zur Kampagne. Sie nimmt auch Anfragen für Gespräche mit den Porträtierten entgegen. Danke für Ihr Verständnis dafür, dass diese nur für ausgewählte Mediengespräche zur Verfügung stehen werden.

Tel. 044 634 46 57, annett.niklaus@uzh.ch

Einbinden der Spots auf Ihrer Website:

Daniel Göring

<https://www.youtube.com/watch?v=l6bw-GqHpi8&t=1s>

Momo Christen

<https://www.youtube.com/watch?v=vAwVgT9HDJs&t=6s>

Philipp Zürcher

https://www.youtube.com/watch?v=vv_2Wq_OOKg&t=1s