

Czy wiesz, że...?:

- na świecie **co 40 sekund ktoś popełnia samobójstwo**, a co 3 sekundy próbuje odebrać sobie życie
- na każde dokonane samobójstwo przypada **25 prób samobójczych**
- w Polsce **codziennie odbiera sobie życie średnio 14 osób**
- w Gdyni są to średnio **2 samobójstwa w miesiącu**
- śmierć samobójcza przeciętnie dotyka od 6 do ponad 20 osób, które znały zmarłego

Jeśli:

- zetknęłaś/zetknęłeś się z problemem śmierci lub próby samobójczej w swoim otoczeniu
- ktoś z Twoich bliskich podejmował próbę samobójczą
- Twoją rodzinę dotknęła śmierć przez samobójstwo
- sam podejmowałaś/eś próbę samobójczą

..to nie musisz zostać z tym sam....



**WSZELKICH SZCZEGÓŁOWYCH
INFORMACJI NA TEMAT DOSTĘPNYCH
OFERT WSPARCIA UDZIELĄ**

Koordynatorki projektu

Anna Andrzejewska-Cioch
T: 789 294 073

Barbara Szymoniak-Wawrzyk
T: 789 294 093

Kręgi na wodzie

– widzę, rozumiem, działam

Wsparcie na rzecz osób i rodzin dotkniętych problemem śmierci samobójczej i prób samobójczych

Kręgi na wodzie

– widzę, rozumiem, działam

- jest projektem realizowanym przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Gdyni wraz Gdyńskim Centrum Aktywności Rodziny i Gdyńskim Centrum Zdrowia. Projekt jest skierowany do gdynian, którzy stanęli w obliczu tragedii jaką jest śmierć samobójcza lub próba samobójcza w rodzinie.

Samobójstwo i próba samobójcza

są aktami samozniszczenia i wynikiem dramatycznej decyzji człowieka pogrążonego w cierpieniu i desperacji. Ofiarą samobójstwa jest nie tylko osoba, która targnęła się na swoje życie. Ofiarami są także jej bliscy, rodzina, przyjaciele, znajomi, sąsiedzi, a nawet lekarze i terapeuci. Samobójstwo pozostawia po sobie niezrozumienie, żalobę i smutek – podobnie jak kamień rzucony do wody, który pozostawia po sobie kręgi.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

A: ul. Grabowo 2, 81-256 Gdynia

T: 58 782 01 20, 58 625 93 37

E: sekretariat@mopsgdynia.pl

Zespół Pomocy Psychologicznej

A: ul. Świętojańska 57/1

rejestracja telefoniczna: T: 58 665 03 35

Gdyńskie Centrum Aktywności Rodziny

A: ul. Świętojańska 1, 81-334 Gdynia

T: 58 668 20 50

E: rodzina@gdynia.pl

Gdyńskie Centrum Zdrowia

A: ul. Władysława IV 43, 81-395 Gdynia

T: 58 880 83 22

E: sekretariat@gcz.gdynia.pl

Ośrodek Interwencji Kryzysowej

A: ul. Biskupa Dominika 25, 81-402 Gdynia

T: 58 622 22 22

E: interwencja@zps.net.pl

Portal

www.gdyniawspiera.pl

Z JAKIEJ OFERTY WSPARCIA MOŻNA SKORZYSTAĆ:

- udział w **Grupie wsparcia** moderowanej przez specjalistę dla rodzin, których dotknęła śmierć samobójcza
- udział w **Grupie samopomocowej dla rodzin i bliskich osób** po dokonanej próbie samobójczej
- wsparcie **Asystenta rodziny** - osoby przygotowanej do pracy z rodziną, w której nastąpiła śmierć lub próba samobójcza. Asystent nawiązuje kontakt z rodziną bezpośrednio po zdarzeniu i towarzyszy jej w czasie. Umożliwia też rodzinie dostęp do specjalistów z dziedziny psychiatrii, psychoterapii, psychotraumatologii, duchowości.
- **Konsultacje psychologiczne i psychoterapia** dla osób i rodzin