

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ и РЕКОМЕНДАЦИИ к проведению информационно-коммуникационной кампании, посвященной **Всемирному дню предотвращения самоубийств (10 сентября)**

! Обратите внимание, все ссылки в документе кликабельны.

Все информационные и методические материалы для скачивания находятся по [ссылке](#).

В рамках проведения информационно-коммуникационной кампании, приуроченной к Всемирному дню предотвращения самоубийств, рекомендуется:

I. Разместить на официальном сайте учреждения баннер, ведущий на [тематическую web-страницу](#), посвященную дате (если вы не являетесь участником системы централизованной рассылки баннеров от ОГБУЗ «ЦОЗиМП») – [скачать баннер](#)



II. Провести просветительские мероприятия для населения, приуроченные к дате:

- Видеолектории о депрессии и суицидальном поведении с использованием видеоматериалов:

1. [Профилактика суицидального поведения](#)
2. [Что такое депрессия и как с ней справиться](#) (прямой эфир с доктором медицинских наук, профессором, заведующим кафедрой фундаментальной и поведенческой медицины Александром Николаевичем Корнетовым)

3. [Что такое депрессия и как с ней справиться \(онлайн-семинар\)](#)

4. [Школьный буллинг рекомендации родителям](#)

5. [Школьный буллинг](#)

- Видеолектории о психологической устойчивости с использованием видеоматериалов:

1. [Как развить психологическую выносливость](#)

2. [Как сохранить и укрепить психическое здоровье](#) (прямой эфир с доктором медицинских наук, профессором, заведующим кафедрой фундаментальной и поведенческой медицины Александром Николаевичем Корнетовым)

3. [Как сохранить и укрепить психологическое здоровье](#) (прямой эфир с клиническим психологом высшей категории ОГАУЗ «Томская клиническая психиатрическая больница» Анастасией Владимировной Пенявской)

4. [Стресс: методы преодоления](#)
5. [Как помочь ребенку справиться со стрессом](#)
6. [Что такое стресс и как с ним справиться](#)
7. [Как победить стресс: эффективные методики](#)

III. Разместить [информационные материалы](#) в местах наибольшей видимости и проходимости людей (плакаты, буклеты, листовки) по теме даты:

1. Как победить стресс
2. Профилактика детского суицида (Памятка для педагогов. Часть 1)
3. Профилактика детского суицида (Памятка для педагогов. Часть 2)
4. Выход есть всегда
5. Опасный Интернет (Памятка для родителей)
6. Профилактика детского суицида (Памятка для родителей. Часть 1)
7. Профилактика детского суицида (Памятка для родителей. Часть 2)
8. Твоя психологическая безопасность. Часть 1
9. Твоя психологическая безопасность. Часть 2
10. Твоя психологическая безопасность. Часть 3

IV. Разместить публикации в соцсетях по теме даты, используя следующие материалы:

1. [Что такое суицидальное поведение, его причины и профилактика](#)
2. [Самоубийство](#)
3. [Эпидемиология самоубийств](#)
4. [Статистика самоубийств по странам](#)
5. [Тест на суицид для подростков и взрослых онлайн](#)
6. [Современные программы профилактики суицидального поведения подростков и молодежи](#)
7. [Профилактика подростковых самоубийств: рекомендации Минздрава России](#)
8. [В Томской области работает программа профилактики суицидов среди подростков](#)
9. [Блуждание во мраке: 17 фактов о самоубийствах](#)
10. [Блокировку сайтов с информацией, направленной на склонение подростков к суициду, предлагают ускорить](#)
11. [Роскомнадзор удвоил число блокировок публикаций о суициде](#)
12. [Интернет-омбудсмен убежден, что никакой приватности в сети у детей быть не может](#)
13. [Экспертное сообщество: противодействие подростковому суицидам не должно ограничиваться борьбой с «группами смерти»](#)

V. Разработать собственные статьи и публикации для размещения на сайте учреждения, в соцсетях, электронных или печатных СМИ с использованием следующих статей:

1. [Территориальные суицидологические службы России: проблемы и решения](#)
2. [Суицидальный контент. О чем должны знать родители](#)
3. [Как распознать опасность суицида?](#)
4. Сайта [pobedish.ru](#)
5. Сайта [травлинет.рф](#)
6. [Суицид как проявление кризиса у пожилых людей](#)
7. [Суицидальное поведение у пожилых людей](#)
8. [Угроза суицида в пожилом возрасте](#)

Информацию подготовили:

- врач-методист отдела организации медицинской профилактики ОГБУЗ «ЦОЗиМП» Елена Алексеевна Линок