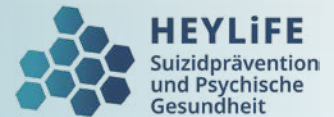


HEYLIFE

HEYLIFE hilft, Hilfe zu finden, wenn Menschen nicht mehr weiterwissen.



Ziel des Netzwerkes

HEYLIFE – Netzwerk für Suizidprävention in Sachsen – hat eine Mission! Unser Ziel ist es, das Wissen über psychische Belastungen und Suizidalität bei Jugendlichen und Erwachsenen zu steigern. Wir bündeln Informationen und klären über professionelle Hilfsangebote auf. Wir arbeiten praktisch und bilden Schüler:innen und pädagogisch Handelnde darin weiter, wie sie Suizidalität erkennen, was sie tun können und wo sie Hilfe bekommen. Wir helfen dabei, Barrieren in der Versorgung suizidgefährdeter Personen zu überwinden. Damit niemand allein bleibt, wenn Hilfe dringend nötig ist.

- * HEYLIFE stellt im Online-Informationsportal Beratungs- und Therapiemöglichkeiten für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen zusammen.
- * HEYLIFE vermittelt in Schulworkshops praktisches Handlungswissen.
- * HEYLIFE hilft bei der Vernetzung der Akteur:innen der Suizidprävention und -behandlung.
- * HEYLIFE macht die suizidpräventive Arbeit der Helfenden sichtbar.

Das Online-Informationsportal

Jeder Mensch kann in eine Krise geraten. Eine Krise kann einhergehen mit Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit oder Gedanken daran, sich das Leben zu nehmen. Belastende Zeiten, unangenehme Gefühle und Gedanken müssen nicht alleine ausgehalten werden.

- * HEYLIFE stellt Informationen bereit, um in Sachsen passende Hilfsangebote vor Ort, am Telefon oder online zu finden.
- * HEYLIFE klärt über Suizidalität auf und bündelt Informationen zu Beratung, Therapie und Weiterbildung für unterschiedliche Zielgruppen.

Für Betroffene

*Mein Leben macht keinen Sinn mehr.
Ich denke daran, mich selbst zu töten.*

Für Trauernde und Hinterbliebene

Ich habe jemanden durch Suizid verloren.

Für Angehörige und Nahestehende

Ich mache mir um jemanden Sorgen.

Für Fachpersonen

Ich habe beruflich mit einer suizidalen Person zu tun.

Präventive Schulworkshops

Ziele dieser Angebote sind die Steigerung von Wissen über Stress, psychische Belastungen und Suizidalität, über Hilfsangebote aufzuklären und Barrieren in der Versorgung von suizidgefährdeten Personen überwinden zu helfen. Dabei werden hilfreiche, nicht schädigende Umgangsformen mit Belastungssituationen besprochen und erarbeitet und woran man erkennt, dass jemand Hilfe benötigt. Es wird geübt, wie man reagieren kann, wenn eine Person Zeichen psychischer Belastung zeigt.

- * HEYLIFE arbeitet mit professionellen, geschulten Trainer:innen.

Netzwerkarbeit

Sie sind in Kontakt mit suizidalen Personen oder deren Angehörigen? Sie sind im Bereich Beratung, Akutversorgung oder Therapie, in der Nachsorge, Trauerbegleitung, Weiterbildung o.ä. tätig? Wir möchten Sie, die Akteur:innen im Bereich Suizidprävention und -bewältigung, dabei unterstützen, sich untereinander zu vernetzen. Dafür organisieren und veranstalten wir Symposien.

- * HEYLIFE hilft, damit Ihre Hilfs- und Unterstützungsangebote und Ihre tägliche Arbeit sichtbar werden.

- * HEYLIFE hilft, damit Betroffene, Angehörige und Fachpersonen noch schneller die für sie geeigneten Hilfen finden.

Für Jugendliche ab 14 Jahren

Workshop psychische Gesundheit – Wir vermitteln Kompetenzen im Umgang mit psychischer Belastung sowie in suizidpräventivem Hilfesuchverhalten, um für sich selbst oder Peers aktiv handeln zu können.

Für pädagogisch Handelnde

Workshop Umgang mit Suizidalität bei Lernenden

Der Workshop richtet sich an Lehrkräfte, Sozialarbeiter:innen sowie verwandte Berufe und umfasst Informationen über Suizidalität bei jungen Menschen, Übung von Gesprächsführung mit Betroffenen und die Erarbeitung eines Leitfadens für den Umgang mit Suizidalität in der eigenen Schule.

Öffentlichkeitsarbeit

Das Thema Suizidalität und der persönliche und gesellschaftliche Umgang damit brauchen Öffentlichkeit. Durch Medienbeiträge, Fortbildungen, Forschung, wissenschaftliche Publikationen sowie die Teilnahme an Aktionstagen und Kongressen helfen wir bei der Verbreitung und Professionalisierung suizidpräventiver Maßnahmen.

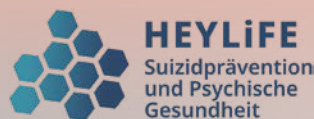
- * HEYLIFE macht aufmerksam.



WERNER FELBER
INSTITUT

HEYLIFE ist eine Initiative des Dresdner Werner-Felber-Institut für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen.

Hallwachsstr. 5, 01069 Dresden
info@felberinstitut.de
www.felberinstitut.de/heyliife



Das Online-Informationsportal erreichen Sie über den QR-Code oder im Internet unter www.suizidpraevention-sachsen.de



Folge uns auch gern auf Instagram
@ [heyliife_mental_health](https://www.instagram.com/heyliife_mental_health)



Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES UND GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT

