

Comunicato stampa

**“Non esiste un solo modo**

**Per trovare aiuto l’importante è fare il primo passo”**

Campagna regionale del Trentino – Alto Adige di prevenzione del suicidio

In occasione della Giornata Mondiale della Prevenzione del Suicidio, il Forum Prevenzione di Bolzano nell’ambito del suo lavoro con la Rete Prevenzione del Suicidio dell’Alto Adige e in collaborazione con Invito alla Vita, progetto promosso da APSS e coordinato dall’associazione A.M.A di Trento, lanciano una campagna congiunta a livello regionale di prevenzione del suicidio.

Gli obiettivi della campagna sono: **parlare apertamente del tema del suicidio e trovare il giusto aiuto per sé stessi.**

“Ci possono essere dei momenti nella vita”, afferma Sereni Giuditta responsabile per l’ambito della prevenzione del suicido del Forum Prevenzione, “in cui si devono affrontare situazioni particolarmente difficili che sembrano andare oltre le nostre forze: perdite, conflitti, insuccessi, frustrazioni… situazioni in cui il pensiero suicidario può entrare nella nostra mente. Questi momenti, sebbene comuni e parte integrante dell’esistenza, rimangono un grande tabù e spesso non vengono discussi. Parlare apertamente di questo argomento è fondamentale per sensibilizzare le persone sul tema del disagio psicologico”.

“Chiedere aiuto” spiega Martina Segatta dell’Associazione A.M.A. di Trento, “richiede molto coraggio, poiché parlare apertamente di questi temi è estremamente difficile. È normale avere paura, ma è importante non chiudersi in sé stessi e rinunciare a condividere la nostra sofferenza. Intorno a noi ci sono persone, amici, familiari e professionisti pronti ad ascoltare e offrire supporto. Non esiste un solo modo di affrontare la sofferenza e il dolore. L’importante è fare il primo passo per cercare e trovare aiuto”.

La campagna social partirà il 6 settembre 2024 e si svolgerà nei di mesi settembre e ottobre sui canali social Facebook e Instagram del Forum Prevenzione di Bolzano <https://www.facebook.com/ForumPrevenzione>

<https://www.instagram.com/forump_bz/>

e dell’Associazione AMA di Trento

[https://www.facebook.com/associazioneama/](https://eur04.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Fassociazioneama%2F&data=05%7C02%7Cmartina.segatta%40automutuoaiuto.it%7Cd06e89bff5e645c4f2ce08dcc036f4c8%7Cbde41c8accd741bc9c59929add1da1c3%7C0%7C0%7C638596589461929383%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=0crpgbzE8MaqQAsL4WhCT4XoX8uRXQLHCUelvt5BlDc%3D&reserved=0)

[https://www.instagram.com/associazioneama\_trento/](https://eur04.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.instagram.com%2Fassociazioneama_trento%2F&data=05%7C02%7Cmartina.segatta%40automutuoaiuto.it%7Cd06e89bff5e645c4f2ce08dcc036f4c8%7Cbde41c8accd741bc9c59929add1da1c3%7C0%7C0%7C638596589461942610%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=6w5AzxTXgH%2BVanse47xmfmqxfnKsmG%2BHvyjsoeiE0nI%3D&reserved=0)

La campagna prevede:

* LIVE TALK: interviste a professionisti esperti sul tema del suicidio e testimonianze di chi ha perso una persona cara. Il pubblico potrà intervenire con domande, riflessioni o commenti.
* Un ciclo di POST INFORMATIVI approfondiranno alcuni falsi miti relativi al suicidio

Inoltre in Trentino sono previste le seguenti iniziative:

La distribuzione dell’**opuscolo “Non ce la faccio più**” scaricabile dal sito dell’associazione AMA di Trento e disponibile dal 9 settembre in formato cartaceo presso la sede di A.M.A. in Via Taramelli 17 a Trento, presso le biblioteche del Comune di Trento e presso gli Enti locali che il 10 settembre aderiranno alla campagna di illuminazione dei loro monumenti. L’opuscolo contiene informazioni relative al tema del suicidio rivolto a tutte le persone che, per vari motivi, stanno affrontando questo tema ed è scaricabile a questo link: [https://www.automutuoaiuto.it/opuscolosuicidio/](https://eur04.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.automutuoaiuto.it%2Fopuscolosuicidio%2F&data=05%7C02%7Clisa.dalmas%40automutuoaiuto.it%7C1c5f8b3c81a548d66da008dcc1c8a888%7Cbde41c8accd741bc9c59929add1da1c3%7C0%7C0%7C638598314765540716%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ik1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=frA74lrE8lYJI%2Fw6DM3AG%2FrSp6VknOQ%2Brsslmu0e2nI%3D&reserved=0)

**Eventi di sensibilizzazione** rivolti alla cittadinanza:

* il 10 settembre 2024, in occasione della Giornata Internazionale della Prevenzione al Suicidio, alcuni territori **illumineranno di giallo e arancione un monumento** significativo con l’intento di dare visibilità alla tematica. Saranno illuminati alcuni monumenti del territorio della Comunità Valsugana e Tesino e la fontana del Nettuno in Piazza Duomo a Trento.
* **Mostra bibliografica** dedicata al tema del suicidio dal 9 al 14 settembre presso la Biblioteca Comunale di Trento in Via Roma in Sala Manzoni
* Domenica 15 Settembre i volontari di Telefono Amico Trento odv  saranno presenti dalle ore 15 con un gazebo posto all'angolo tra via Oss Mazzurana e Via Oriola per un evento che coinvolgerà in maniera attiva la cittadinanza sulla possibilità di esprimere in maniera aperta e diretta tutte le proprie emozioni e i propri pensieri, soprattutto quelli scomodi e difficili, riguardanti il suicidio, con la consapevolezza che uno spazio sicuro in cui esprimere le proprie emozioni sia anche il primo passo verso la prevenzione al suicidio. L'hashtag è: **#nonparlarneè1suicidio**
* Il 23 ottobre 2024 alle ore 14 si terrà un **seminario (aperto agli studenti e a tutta la cittadinanza)** presso il Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale dell’Università di Trento dal titolo: “Tutto Annodato: dialogo sulla prevenzione del disagio e del suicidio giovanile”.
* Il 5 novembre alle ore 20.00 sui canali social dell’associazione A.M.A. si terrà un evento online di approfondimento del progetto Invito alla Vita e i Servizi del territorio

Una iniziativa di:

