

Escola Estadual Chiquinha Soares

Setembro

Amarelo

Mês de valorização da vida

Bom Despacho, 21 de Agosto de 2021
Sábado Letivo

Tema:

Setembro Amarelo.



Toda vida
importa.

Setembro Amarelo



A campanha **Setembro Amarelo** foi iniciada no Brasil pelo CVV (Centro de Valorização da Vida), pelo CFM (Conselho Federal de Medicina) e pela ABP (Associação Brasileira de Psiquiatria). O **Setembro Amarelo** realizou as primeiras atividades em 2015, em Brasília.

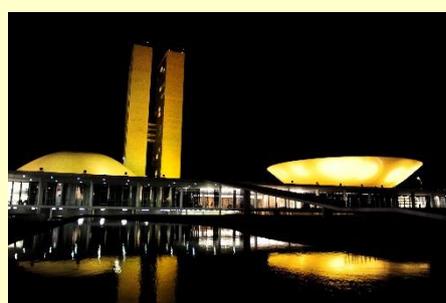
Mundialmente, o IASP (Associação Interracial para Prevenção do Suicídio) estimula a divulgação da causa, vinculada ao dia **10 de setembro**, no qual se comemora o **Dia Mundial de Prevenção do Suicídio**.

O CVV é uma dos principais ONG's mobilizadoras do **Setembro Amarelo**, é uma entidade sem fins lucrativos que atua gratuitamente na prevenção do suicídio desde 1962, e é membro fundador do *Befrienders Worldwide*.

Setembro Amarelo



Alguns destaques do **Setembro Amarelo** nesses anos foram a iluminação de monumentos como o Cristo Redentor, no Rio de Janeiro/RJ, o Congresso Nacional e a Ponte Juscelino Kubitschek, em Brasília/DF, o estádio Beira Rio, em Porto Alegre/RS, a Catedral e o Paço Municipal, em Fortaleza/CE, Ponte Anita Garibaldi, em Laguna/SC, e o Palácio Campo das Princesas, em Recife/PE.



Setembro Amarelo



O que leva ao suicídio?

“Quando uma pessoa pensa em suicídio, ela quer matar a dor, mas nunca a vida.” – Augusto Cury

Não existe idade, gênero, cor, classe, etnia ou raça que pode ser vista como uma exceção para cometer suicídio.

Alguns estudos aprofundados nos mostram que os motivos que levam alguém a tirar sua própria vida é a perda do sentido existencial. Essa condição, geralmente, precede a vivência de situações traumatizantes, depressivas, estressantes, agonizantes e que fogem à racionalidade humana.

An illustration featuring a hand holding a brown flower. A yellow ribbon is shaped into the word 'SETEMBRO' (September). The ribbon also contains the text 'FALAR É A MELHOR SOLUÇÃO' and 'MÊS DA PREVENÇÃO AO SUICÍDIO'. The background has falling pink petals.

QUEM TENTA SUICÍDIO PEDE AJUDA!

Vários motivos podem levar alguém ao suicídio. Normalmente não é um único motivo que leva uma pessoa a se matar, e sim um conjunto de situações

A pessoa tem necessidade de aliviar pressões externas como cobranças sociais, culpa, remorso, depressão, ansiedade, medo, fracasso, humilhação, etc.

Mas existe ajuda disponível

É muito importante conversar com alguém que você confie.

Não hesite em pedir ajuda, você pode precisar de alguém que te acompanhe e te auxilie a entrar em contato com os serviços de suporte.



Setembro Amarelo



A ideia do suicídio não aparece “do nada”. Ela é fruto dessas experiências e traumas que não conseguem ser superados, que carregam sentimentos de solidão, desamor e desamparo, e que assombram a mente da pessoa há muito tempo – até que a dor parece insuportável e a pessoa decide fazer algo a respeito.

Sendo assim, inúmeros fatores influenciam no desequilíbrio do psicológico e podem levar o indivíduo a cometer suicídio.

Alguns fatores que levam ao suicídio:

Estresse e pressão; Depressão; Ansiedade; Bullying, dentre outros.

COMO POSSO AJUDAR ?

Reconhecer os sinais de alerta

Em geral, os suicídios são premeditados, e as pessoas dão sinais de suas intenções. Oferecer apoio ajuda a prevenir o suicídio

É preciso perder o medo de se aproximar das pessoas e oferecer ajuda. A pessoa que está numa crise suicida se percebe sozinha e isolada. Se um amigo se aproximar e perguntar "tem algo que eu possa fazer para te ajudar?", a pessoa pode sentir abertura para desabafar. Nessa hora, alguém para conversar pode fazer toda a diferença.

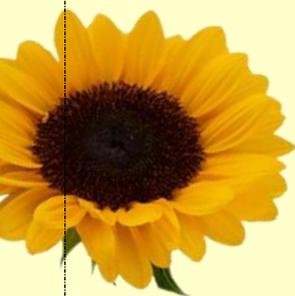
**Não julgue!
Não banalize!
Não de sermão!**

ONDE PEDIR AJUDA ?

Serviços de saúde

- CAPS
- Unidades Básicas de Saúde (Saúde da família, Postos e Centros de Saúde)
- Centro de Valorização da Vida – CVV
- Ligue 188 (gratuito) ou www.cvv.org.br para chat, Skype, e-mail e mais informações. Emergência
- SAMU 192, UPA, Pronto Socorro e Hospitais.

AJUDE!



Setembro Amarelo



Como identificar atitudes suicidas?

É importante ter empatia com as pessoas e entender se elas estão passando por dificuldades na vida – sobretudo, dificuldades psicológicas.

Sendo assim, através da convivência, é essencial atentar-se aos comportamentos do indivíduo para identificar possíveis atitudes suicidas.

Por exemplo:

- Isolamento e não querer companhia ou participar de atividades para se distrair;
- Negar pedir ajuda;
- Método violento ou uso de drogas mais perigosas;
- Rastros on-line: histórico de navegação mostrando buscas sobre o assunto;
- A comunicação prévia de que iria ou vai se matar;
- Mensagem ou carta de despedida.



Setembro Amarelo



Saiba mais a respeito:

<http://www.flip3d.com.br/web/pub/cfm/index9/?numero=14#page/6>

Site oficial:

<https://www.setembroamarelo.com/>

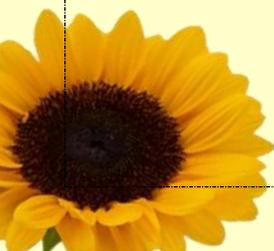


188

O telefone 188, está disponível para quem precisar de orientação ou apoio psicológico, em todo o território nacional. Você pode ligar inclusive de celular.

Setembro Amarelo.
Você não está sozinho.

SETEMBRO AMARELO
PREVENÇÃO AO SUÍCIDO:
VALORIZAÇÃO DA VIDA.



Setembro Amarelo



Vídeos Conscientização:

Vídeo 1:

<https://www.setembroamarelo.com/?wix-vod-video-id=ba2a563ccb2748deb3716052121245b4&wix-vod-comp-id=comp-ke4c0m1g>

Vídeo 2:

<https://www.youtube.com/watch?v=wOll1cSscel>

Vídeo 3:

<https://www.youtube.com/watch?v=xVtDPdaDvuk>

ATIVIDADE

Quiz Setembro Amarelo

ATIVIDADE 1 – Quiz - Acesse o link abaixo para realizar a atividade proposta:

<https://wordwall.net/play/20449/621/703>

Setembro Amarelo



Mural Amarelo: Toda vida importa

ATIVIDADE 2 – Mural interativo: Escreva uma mensagem que incentive a valorização da vida e fixe no mural por meio do link abaixo:

<https://jamboard.google.com/d/1UGoD3N8Trfb5OXzMbs7DJvdULB23NbUL4S-o2VZZSMo/viewer>

➤ Baixe o Jamboard gratuitamente na Google Play:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.jam>



Setembro Amarelo



Caso não consiga baixar o Jamboard, escreva a sua mensagem em uma folha de caderno ou imprima um dos modelos a seguir. Não esqueça de fotografar sua mensagem e enviar no Conexão Escola.

Modelos:

