

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

W razie kryzysu psychicznego trzeba sięgać po pomoc

Samobójstwo to tzw. niepotrzebna śmierć, a jej przyczyną jest szereg wzajemnie na siebie wpływających czynników. Informując o nich należy pamiętać o trudnym do wyobrażenia bólu pozostałych przy życiu najbliższych, i zdawać sobie sprawę z tego, że osoba w kryzysie

samobójczym czy ktoś, kto stara się ją wspierać, może liczyć na pomoc - przypominają suicydologicy w związku pojawiającymi się ostatnio w mediach informacjami o przypadkach śmierci z własnej ręki.

Grupa ds. mediów przy zespole roboczym ds. prewencji samobójstw i depresji przy Radzie ds. Zdrowia Publicznego przy Ministerstwie Zdrowia przypomina bezpłatne, czynne całą dobę przez siedem dni w tygodniu numery pomocowe:

- 800 70 22 22 - Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym
- 800 12 12 12 - Wsparcie psychologiczne w sytuacji kryzysowej – infolinia dla dzieci, młodzieży i opiekunów
- 116 111 - Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży
- 112 - w razie bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia.

Skorzystać też można z platformy pomocowo-edukacyjnej stworzonej przez Polskie Towarzystwo Suicydologiczne pod adresem: <https://zwjr.pl/> Na tej stronie pomoc uzyskają: osoby doświadczające myśli samobójczych, po próbie samobójczej lub przeżywające żałobę po śmierci bliskiego w wyniku samobójstwa. Serwis jest także nastawiony na tych, którzy chcą pomóc drugiej osobie w kryzysie. Dlatego oprócz możliwości napisania do specjalisty, skorzystania z bazy bezpłatnych telefonów i miejsc pomocowych, jest tam dużo praktycznych informacji o tym, jak można pomóc osobie w kryzysie suicydalnym lub w żałobie po stracie kogoś w wyniku śmierci samobójczej. Dla tych, których interesuje naukowa strona zjawiska jakim jest ludzka autodestrukcyjność, przygotowana została zakładka „Strefa wiedzy”, gdzie oprócz poradników i tekstów naukowych znaleźć można wywiady z ekspertami. Ważnym miejscem na stronie projektu „życie warto rozmawiać” jest zakładka „Przywrócenie życia” gdzie osoby, które przezwyciężyły kryzys opowiadają o tym, jak sobie z nim poradziły.

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31056.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy