

Suizidprävention

Online-Veranstaltung zum Bayerischen Präventionstag
am 12. Oktober 2026 von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr



Selbsthilfekoordination
Bayern

Programm:

Begrüßung und Moderation:

Irena Težak, Geschäftsführung Seko Bayern

Grußworte:

Renate Mitleger-Lehner, Rechtsanwältin und Vorstandfrau Seko Bayern e.V.

Dr. Sonja Mayer, Vizepräsidentin der Bayerischen Landesapothekerkammer

„Suizidprävention“

Prof. Dr. Dominikus Bönsch, ärztlicher Direktor Bezirksklinikum, Lohr am Main

Mehr Menschen sterben in Deutschland durch Suizide als im Straßenverkehr – bei psychiatrischen Erkrankungen ist die Suizidalität ein ständiger Begleiter. Im Vortrag geht es um die Themen: Was ist eigentlich Suizidprävention? Wie kann ich Suizidalität erkennen? Und vor allem: was kann ich tun, wenn ich von Suizidgedanken weiß oder sie vermute. Schwerpunkt soll sein der Umgang damit und empfohlene Maßnahmen

„Wenn Arzneimittel die Psyche beeinflussen: Suizidalität als seltene Nebenwirkung“

Sebastian Lenhart, Fachapotheker für Klinische Pharmazie, Augsburg

Manche Arzneimittel können in seltenen Fällen psychische Veränderungen bis hin zu Suizidgedanken begünstigen. Der Vortrag erläutert anhand ausgewählter häufiger Arzneimittelgruppen, bei welchen Therapien dieses Risiko bekannt ist und wie es eingeordnet wird.

„Was hätte ich gerne im Vorfeld über Suizidalität gewusst?“

Heribert Hantschel, betroffener Vater, Moderator einer AGUS Selbsthilfegruppe, zertifizierter Trauerbegleiter mit Schwerpunkt Kinder- und Jugendtrauer, Regensburg

Was ist Suizidalität? Tabuisiert und schuldbehaftet in der Gesellschaft, hätte ich gerne mehr Wissen über Suizidalität gehabt, bevor ich betroffen wurde.

Im Input werden die Themen:

- positive Verläufe psychischer Krankheiten oder warum sprechen wir nicht darüber?
- Umgang mit Suizidalität in der Öffentlichkeit und damit verbundenes "Nichtwissen"
- und: die Angst des psychisch Erkrankten oder Suizidalen davor ehrlich zu sein

„KISS Regensburg & HSN-Kurs – wichtige Bausteine der Suizidprävention“

Lisbeth Wagner, Selbsthilfeunterstützerin und ausgebildete HSN-Kursleiterin

Als Kontaktstelle für Selbsthilfe leisten wir einen zentralen Beitrag zur Suizidprävention, indem wir Betroffene und Angehörige niedrigschwellig erreichen, Isolation durchbrechen und den Zugang zu Selbsthilfegruppen ermöglichen. Wir bieten Orientierung im Hilfesystem, fördern Austausch auf Augenhöhe und stärken so die Selbstwirksamkeit in psychischen Krisen. Als verbindende Schnittstelle zwischen Betroffenen, Selbsthilfe und professionellen Angeboten tragen wir dazu bei, Unterstützung frühzeitig zugänglich zu machen und Versorgungslücken zu überbrücken.

Der Kurs „Helfen in seelischer Not (HSN)“ vermittelt grundlegende Kompetenzen im Umgang mit Menschen in psychischen Krisen. Er ist insbesondere dann hilfreich, wenn Menschen in akuten Krisensituationen bei uns anrufen: Die Inhalte unterstützen uns dabei, erste Anzeichen von Eskalation besser einzuordnen, ruhig und zugewandt zu reagieren und im Gespräch Stabilisierung zu ermöglichen. Im Mittelpunkt stehen eine klare, empathische Haltung, sichere Gesprächsführung in belastenden Situationen sowie die Kenntnis passender weiterführender Hilfen. Ziel ist es, am Telefon handlungsfähig zu bleiben und Menschen in seelischer Not erste, verlässliche Unterstützung zu geben, bis weitere Hilfe greifen kann.

Veranstaltet vom Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern e.V. und Selbsthilfekoordination Bayern, unterstützt von der Bayerischen Landesapothekerkammer und WIPIG.



Selbsthilfekoordination
Bayern



Selbsthilfekontaktstellen
Bayern e.V.

Die Anmeldung ist ab sofort per E-Mail an veranstaltungen@seko-bayern.de möglich.