

## INFORMATION

zur Pressekonferenz

mit

**LH-Stv.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Christine Haberlander**

Gesundheitslandesrätin

**Mag.<sup>a</sup> Silvia Breitwieser**

Leiterin der TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142

**Primaria Dr.<sup>in</sup> Katharina Glück**

Leiterin der Abteilung Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin am  
Klinikum Wels-Grieskirchen

am

01. März 2024

OÖ Presseclub, Saal B

zum Thema

**Weil es das Leben wert ist –  
Land OÖ und Suizidprävention SUPRA starten neue  
Präventionskampagne!**

### Impressum

Medieninhaber & Herausgeber:  
Amt der Oö. Landesregierung  
Direktion Präsidium  
Abteilung Kommunikation  
und Medien  
Landhausplatz 1 • 4021 Linz

Tel.: (+43 732) 77 20-11412  
Fax: (+43 732) 77 20-21 15 88  
landeskorrpondenz@ooe.gv.at  
www.land-oberoesterreich.gv.at

**Rückfragen-Kontakt:**

**Julian Staltner (+43 732) 77 20-171 24, (+43 664) 600 72 171 24**

## **Weil es das Leben wert ist – Land OÖ und Suizidprävention SUPRA starten neue Präventionskampagne!**

**Jährlich sterben mehr Menschen in Österreich durch Suizide als durch Verkehrsunfälle. Mehr als drei Menschen begehen täglich in Österreich Suizid. Damit ist die Selbsttötung bei den unter 50-Jährigen eine der häufigsten Todesursachen – bei der Altersgruppe der 15- bis 29-Jährigen sogar die zweithäufigste (nach Unfällen).**

*"Das sind nicht nur Statistiken, das sind Schicksale, die uns alle berühren. Es ist unsere Verantwortung als Gesellschaft, nicht wegzusehen, sondern aktiv zu werden. Diese Kampagne ist ein Aufruf zum Handeln, ein Aufruf zur Menschlichkeit. Wir wollen mit 'Weil es das Leben wert ist' ein starkes Signal senden, dass in Oberösterreich niemand alleine gelassen wird. Es geht darum, Hoffnung zu vermitteln und zu zeigen, dass es immer Unterstützung gibt, egal wie ausweglos die Situation erscheinen mag", betont **Landeshauptmann-Stellvertreterin Mag.<sup>a</sup> Christine Haberlander.***

Suizide betreffen nicht nur Personen mit psychiatrischen Erkrankungen, sondern können auch dann auftreten, wenn eine Lebenskrise das bisherige Sein auf den Kopf stellt und ein Weiterleben unter den momentanen Umständen nicht mehr möglich erscheint. Wie der Rückgang der Suizidrate in Österreich seit Mitte der 1980er Jahre zeigt, lässt sich dieser Zustand jedoch durch gezielte präventive Maßnahmen überwinden, was zu einer Senkung der Suizidrate führt.

**Primaria Dr.<sup>in</sup> Katharina Glück, Leiterin der Abteilung Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin am Klinikum Wels-Grieskirchen,** betont die Wirkkraft der Prävention: *„Als Ärztin sehe ich täglich die Auswirkungen von Krisen auf das menschliche Leben, und ich weiß, wie wichtig frühzeitige Interventionen sind. Unsere Kampagne zielt darauf ab, Interventionen leicht zugänglich zu machen, indem wir Informationen über Unterstützungsangebote einer breiten Öffentlichkeit zur Verfügung stellen. Wir möchten, dass jeder weiß: Es gibt Hilfe, es gibt Hoffnung, und es ist mutig, um Unterstützung zu bitten!“*

*„Vorfälle mit tödlichem Ausgang auf Bahnanlagen stellen für eine Reihe von Menschen eine Ausnahmesituation mit weitreichenden Auswirkungen dar. Besonders belastend wird es, wenn es sich nicht um einen Unfall handelt. Neben unseren eigenen Initiativen für mehr Bewusstsein rund um die Gefahren auf Bahnhöfen, bei Stromleitungen und Gleisen unterstützen wir im Rahmen unserer Möglichkeiten auch präventive Maßnahmen wie jene der Seelsorge“, so **DI Dr. Johann Pluy, Mitglied des Vorstands der ÖBB-Infrastruktur AG.***

Laut einer Schweizer Studie stellen Hinweisschilder, die sich im Bereich von Bahnhöfen nahe einer psychiatrischen Klinik befinden und Informationen über niederschwellige Hilfsangebote für Menschen in psychischen Krisen beinhalten, sinnvolle Maßnahmen im Sinne der Suizidprävention dar. Aus diesem Grund werden nun untenstehende Plakate an den Bahnhöfen in Wels und Linz angebracht. Darunter Citylights, Railscreens, Plakate und Schilder.

„Oft ist es ein einfaches, offenes Gespräch, das den Unterschied ausmacht zwischen Hoffnungslosigkeit und dem Finden eines Lichtblicks. Unsere Kampagne unterstreicht die Kraft des Dialogs und erinnert uns alle daran, dass wir eine Rolle bei der Prävention spielen können. Indem wir die Hand ausstrecken, ein offenes Ohr bieten und über die verfügbaren Ressourcen informieren, tragen wir alle dazu bei, eine Kultur der Fürsorge und des Verständnisses zu schaffen“, sagt **Mag.<sup>a</sup> Silvia Breitwieser, Leiterin der TelefonSeelsorge OÖ.**

## Info Box

### Schienensuizide in Österreich:

- Jährlich mehr Suizide als Verkehrstote; täglich über drei Suizidfälle
- Schienensuizide machen 6% der männlichen und 9% der weiblichen Suizide aus
- Besondere Betroffenheit bei Angehörigen, Bahnpersonal sowie Fahrgästen und Passanten
- Häufung an Bahnhöfen nahe psychiatrischen Kliniken

### Wirkung von Prävention:

- Gezielte präventive Maßnahmen haben seit den 1980er Jahren zur Senkung der Suizidrate in Österreich beigetragen

### Kampagnendetails:

- Ziele: Bewusstsein für das Thema Suizidprävention stärken, Zugänge zu Unterstützungsangeboten aufzeigen
- Kommunikationsmittel: Plakate, Citylights, Railscreens
- Orte der Kampagne: Bahnhöfe in Linz und Wels, alle Gemeinden in OÖ
- Zeitpunkt der Aufhängung: 1. März bis 30. Juni 2024

## Die Plakate



### **Was kann helfen, wenn nichts mehr hilfreich erscheint?**

Reden bietet Menschen in Krisen nicht nur eine Plattform zum Ausdruck ihrer Gefühle, sondern steht oft im Gegensatz zum Gedanken der Selbsttötung. Das Bedürfnis, über belastende Gedanken und ausweglose Situationen zu sprechen, ist ein starkes Signal für den Wunsch nach Verständnis und Hilfe. Ein offenes Gespräch kann die entscheidende Wende bedeuten, indem es zeigt: Jemand nimmt die Not ernst, ohne suizidale Gedanken zu unterstützen.

Die Anonymität und Vertraulichkeit von Notrufdiensten ermöglichen es Betroffenen, über ihre tiefsten Ängste und Sorgen zu sprechen – Themen, die sie vielleicht aus Scham oder Angst in ihrem sozialen Umfeld nicht ansprechen. Beraterinnen und Berater leisten dabei essenzielle Arbeit, indem sie Schmerz und Leid mittragen, ohne zu beschönigen. Durch ihre empathische Zuhörbereitschaft eröffnen sie einen Raum, in dem Suizidgedanken ohne Vorurteile besprochen werden können.

Das Ziel jeder Beratung ist es, den Anrufenden neue Perspektiven aufzuzeigen und sie an ihre eigenen Stärken und Ressourcen zu erinnern. Oft hilft schon das Bewusstmachen dieser inneren Kräfte, den Weg aus der Krise zu finden. In diesen Gesprächen werden nicht nur akute Notlagen gelindert, sondern auch das Fundament für eine dauerhafte Stabilisierung gelegt.

### **Welche Warnsignale gibt es und wer ist gefährdet?**

Warnsignale für eine suizidale Krise umfassen Rückzug aus dem sozialen Leben, Verlust des Interesses an früheren Freuden, zunehmende Hoffnungs- und Freudlosigkeit, sowie direkte Äußerungen der Verzweiflung. Besonders anfällig sind Menschen mit psychischen Erkrankungen, Erfahrungen mit Suizidversuchen, Einsamkeit, sowie Abhängigkeiten.

Entscheidend sind die Aufmerksamkeit und das offene Gespräch. Ein einfühlsames „Wie geht es dir?“ kann lebensrettend sein, indem es Betroffenen Raum gibt, ihre Sorgen zu teilen. Jeder kann durch aktives Zuhören und ernsthaftes Nachfragen einen Unterschied machen.

### **Was mache ich, wenn jemand im sozialen Umfeld Suizidgedanken äußert?**

- Suizidabsichten sind immer ernst zu nehmen. In jedem Fall sind sie ein Notsignal dafür, dass der/die Betroffene unter einem starken Leidensdruck steht und weder ein noch aus weiß. Dieser Hilferuf sollte keinesfalls überhört werden. Suizidale Absichten oder auch ein Suizidversuch stellen keinen unwiderruflichen Entschluss dar - Hilfe ist möglich!
- Beziehung kann Halt geben. Dem/der Betroffenen vermitteln, dass man an ihm/ihr und all seinen/ihren Gefühlen und Problemen interessiert ist. Die Erfahrung von Verbundenheit ist essenziell für die psychische Gesundheit.
- Suizidgedanken ansprechen. Ein offenes Gespräch über die Suizidfantasien stellt für die Betroffenen oft eine emotionale Entlastung dar.
- An Ressourcen orientieren: Welche Ressourcen hat der/die Betroffene selbst? Welche gibt es in seinem/ihrer sozialen Umfeld? Welche professionellen Ressourcen gibt es?
- Auf niederschwellige Hilfsangebote aufmerksam machen und zur Inanspruchnahme ermutigen.
- Selbst Hilfe suchen: Die Auseinandersetzung mit suizidalen Menschen kann sehr belastend sein. Wir werden dabei mit unserer Verletzlich- und Vergänglichkeit konfrontiert und können uns plötzlich selbst hoffnungslos fühlen. Holen Sie sich Hilfe und sorgen Sie gut für sich.