

Всемирный день профилактики самоубийств

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), при поддержке Международной ассоциации по предотвращению самоубийств, проводит **Всемирный день предотвращения самоубийств** с целью повысить во всем мире осведомленность о том, что самоубийства можно предотвратить.

Современные ритмы жизни и работы, а также, по-видимому, многие субъективные факторы приводят к тому, что в определенный момент человек решается на преступление — преступление против своей жизни. По статистике, в среднем, половина случаев насильственной смерти в мире приходится на самоубийства.

Нужно научиться в любой неприятной ситуации находить все то, что дает себе силы в жизни. Измени свое отношение к любой проблеме. Если что-то случилось не нужно переживать, а лучше подумать, как решить проблему, можно обратиться за помощью к близким людям.

Трудности в жизни есть всегда у каждого. Преодолевая их мы становимся сильнее. Измени свои отношения к проблемам, и они все реже будут приходить к тебе.

Самое главное -не замыкаться на проблеме мучающей тебя. Вспомни, какое занятие приносит тебе хорошие настроение и попробуй отвлечься. Занимаясь любимым делом ты забудешь о неудачах, из-за которых страдаешь. Постарайся проводить больше времени с близкими людьми.

Когда ничего не ладиться и хочется сказать: «Все пропало !Я уже ничего не могу сделать!» борись до конца и сделай все возможное и невозможное, для того чтобы преодолеть любые жизненные ситуации, упорство всегда приносит победу.

Мы не имеем право уходить из жизни сами. Свою жизнь надо любить дорожить ею. Потому что нет на земле точно такого человека как ты. Радуйся жизни, небу, солнцу, облакам, улыбкам и радуге на небе!