

---

## **Suicidio: Telefono Amico, il 10 settembre un evento di piazza per sensibilizzare sull'importanza della prevenzione e del prendersi cura di se stessi**

Per sensibilizzare sull'importanza della prevenzione del suicidio e del prendersi cura di se stessi, domenica 10 settembre, Telefono Amico Italia organizza l'evento di piazza "Non parlarne è 1 suicidio". I volontari dell'organizzazione, presenti in 20 piazze italiane, incontreranno i cittadini invitandoli a lasciare un pensiero che possa essere di aiuto per chi sta vivendo un momento di difficoltà. Tutti i biglietti, uno accanto all'altro su un apposito pannello, andranno a dare risposta alla domanda "In un momento difficile come ti prendi cura di te?". Per simboleggiare la reciprocità di ogni relazione di ascolto, a chi lascerà il proprio messaggio sarà consegnato un biglietto con un pensiero di uno dei volontari di Telefono Amico Italia, insieme ad una matita di Tai. "Quest'anno abbiamo scelto di organizzare un evento di sensibilizzazione che sottolinei come ognuno di noi abbia la capacità di trovare in se stesso il proprio benessere emozionale – spiega la presidente di Telefono Amico Italiana, Monica Petra –. La relazione di aiuto che instauriamo con chi ci chiama si basa, infatti, proprio su questo principio: ogni individuo ha in sé le risorse per stare meglio e noi volontari ci impegniamo per aiutarlo a scoprirle. In questo senso l'atto di scrivere un pensiero di 'cura', oltre ad essere un momento di autoconsapevolezza, può avere la funzione di sostegno reciproco tra gli individui: possiamo tutti prenderci cura degli altri offrendo degli spunti su come ritrovare benessere e speranza". Nel weekend, inoltre, in alcune città un monumento rappresentativo sarà illuminato con luce blu, il colore che contraddistingue Telefono Amico Italia. Tra le città che accenderanno i loro monumenti: Padova (torre campanaria di Palazzo Moroni il 9 settembre), Parma (Palazzo dell'Assistenza pubblica il 9 settembre), Venezia (Cà Farsetti e Cà Loredan l'8, il 9 e il 10 settembre), Mestre (Torre civica e Palazzo municipale l'8, il 9 e il 10 settembre), Bergamo (Porta San Giacomo, visibile dalla Città Bassa il 10 settembre), Brescia (Palazzo Loggia il 10 settembre), Mantova (fontana di largo Pradella il 10 settembre), Alghero (Torre dell'Espero Real in piazza Sulis), Modena (fontana del Graziosi in largo Garibaldi). L'hashtag dell'evento è #nonparlarneè1suicidio e ha l'obiettivo di sottolineare il fatto che di suicidio si può e si deve parlare perché il primo passo per fare prevenzione è rompere quel tabù che purtroppo ancora esiste su questo tema. Si tratta del messaggio che Telefono Amico Italia vuole rivolgere sia a chi sta attraversando un momento di profonda crisi interiore, sia in generale a tutte le persone, per sensibilizzare su quanto sia importante dare modo a se stessi e agli altri di esprimere liberamente e senza vergogna le proprie emozioni e la propria sofferenza. La campagna di sensibilizzazione di Telefono Amico Italia "Non parlarne è 1 suicidio" è sostenuta da numerosi artisti e influencer.

Gigliola Alfaro