



Suizidprävention
Einheitlich Regional
Organisiert
LU | OW | NW

Suizid-
gedanken?
Sprich es
an!



Jetzt downloaden!
Die SERO-App zur
Suizidprävention



sero-suizidpraevention.ch

SERO-App zur Suizidprävention

Das Projekt SERO bietet eine Selbstmanagement-App an, die es suizidgefährdeten Personen, deren Angehörigen und Bezugspersonen ermöglicht, bei erhöhter Suizidgefährdung sofort konkrete Massnahmen zu ergreifen.

Die App beinhaltet folgende Elemente:

Für Betroffene

- Sicherheitsplan (kann mit Bezugspersonen geteilt werden)
- Speichern von persönlichen Kontakten und die Möglichkeit, Bezugspersonen direkt zu kontaktieren
- Digitales Instrument zur Selbsteinschätzung der Suizidalität (PRISM™-S)
- Nummern von Krisenhotlines als Kontakt hinterlegt

Für Angehörige und Bezugspersonen

- Geteilter Sicherheitsplan
- Ressourcenplan
- Gesprächstipps

Die SERO-App ist kostenlos und in den Sprachen Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch im App Store (Apple) sowie im Google Play Store (Android) zum Download verfügbar. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die Anwendung von Selbstmanagement-Apps unterstützend wirken.

Lass dein Umfeld wissen, dass du die SERO-App nutzt und lade deine Freunde ein, sie gemeinsam mit dir zu nutzen.



Trägerorganisationen

Luzerner
Psychiatrie **lups.ch**
Luzern | Obwalden | Nidwalden

Das Projekt «SERO» wird durchgeführt in Zusammenarbeit mit der Projektförderung PGV von Gesundheitsförderung Schweiz



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

HOHENEGG
Privatklinik am Zürichsee

prismium

B Berner
Fachhochschule

pro mente sana
Psychische Gesundheit stärken