



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

## Nenovērsies

Publicēts: 25.03.2022.



Ik gadu 10. septembrī tiek atzīmēta Starptautiskā pašnāvību novēršanas diena, kuras tēma šogad ir pamanīt, palīdzēt un izglābt dzīvības! Šī tēma ir kā aicinājums un iedrošinājums katram atcerēties un padomāt par faktu, ka palīdzības un atbalsta piedāvāšana un sniegšana īstajā brīdī var izglābt dzīvību. Pašnāvības ir būtiska sabiedrības veselības problēma arī Latvijā, un 2015. gada Starptautiskās pašnāvību novēršanas dienas tēma tieši saistāma arī ar Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra organizētās kampaņas **Nenovērsies!** mērķiem mazināt aizspriedumus pret vēršanos pēc specializētas palīdzības psihoemocionālu problēmu gadījumā, nenovērsties, iedrošināt, motivēt un atbalstīt līdzcilvēkus grūtību gadījumā.

Atpazīsti psihiskās  
saslimšanas

[Skatīt vairāk](#)

Video materiāli par psihisko  
veselību

[Skatīt vairāk](#)

Psihiskās veselības palīdzības  
iespējas

[Skatīt vairāk](#)

Informatīvi materiāli par psihisko  
veselību

[Skatīt vairāk](#)

---

<https://www.spkc.gov.lv/lv/nenoversies>