



**Latihan ahli:**

**Pencegahan Bunuh Diri**

**Latihan yang ditampilkan untuk bulan September**

**Pencegahan Bunuh Diri**

Menurut anggaran terkini WHO, bunuh diri kekal sebagai salah satu punca utama kematian di seluruh dunia, jadi pencegahan bunuh diri mesti diambil serius. Program latihan ini meningkatkan kesedaran tentang faktor risiko bunuh diri dan cara campur tangan jika anda percaya bahawa seseorang berisiko.

Para peserta akan:

* Meningkatkan kesedaran tentang tanda amaran bunuh diri
* Mengenal pasti sumber untuk diri sendiri dan orang lain
* Mengenal pasti fakta dan menghapuskan mitos tentang bunuh diri
* Meningkatkan kesedaran tentang cara bunuh diri menjejaskan golongan Lesbian, Gay, Biseksual, Transjantina (LGBT)
* Membincangkan cara kemurungan, kebimbangan serta penyalahgunaan bahan dan alkohol memberi kesan terhadap risiko bunuh diri
* Membincangkan cara menggunakan model QPR (Soalan, Pujuk, Rujuk) untuk campur tangan seseorang yang berisiko membunuh diri

Daftar untuk sesi latihan 1 jam secara langsung atau gunakan pilihan atas permintaan untuk menonton latihan pada bila-bila masa yang sesuai dengan anda. Pilihan latihan adalah dalam bahasa Inggeris dan tersedia di seluruh dunia.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sesi yang dirakam**  Atas permintaan  (tiada Q&A)  [**Tonton di sini**](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/ea7b9456feaa103bbdbf00505681f3f7/playback)  **Tiada masa?**  **Lihat ringkasan 10 minit** [**di sini**](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/6c92103afeb3103b9ac7005056819d4d/playback) | **11 September**  07:00-08:00 BST  (dengan Q&A)  [**Daftar sekarang**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a274N000006A2WaQAK) | **11 September**  19:00-20:00 BST  (dengan Q&A)  [**Daftar sekarang**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a274N000006A2WfQAK) | **13 September**  17:00-18:00 BST  (dengan Q&A)  [**Daftar sekarang**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a274N000006A2WkQAK) | **14 September**  13:00-14:00 BST  (dengan Q&A)  [**Daftar sekarang**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a274N000006A2WpQAK) |

**Tempat adalah terhad untuk pilihan sesi secara langsung, jadi pendaftaran awal diperlukan.**

## Latihan bulan depan akan memberi tumpuan kepada cara menyokong kebimbangan kesihatan mental dengan rakan dan keluarga. Sentiasa peka dengan pautan pendaftaran untuk menyertai sesi secara langsung atau gunakan pilihan atas permintaan untuk menonton sesi pada bila-bila masa yang sesuai dengan anda.

**Mari bermula**

Program ini tidak boleh digunakan untuk keperluan kecemasan atau penjagaan segera. Semasa kecemasan, hubungi 911 jika anda berada di Amerika Syarikat, talian perkhidmatan kecemasan tempatan jika anda berada di luar Amerika Syarikat atau pergi ke kemudahan kemalangan dan kecemasan yang terdekat. Program ini bukan pengganti penjagaan doktor atau ahli profesional. Disebabkan oleh potensi konflik kepentingan, perundingan undang-undang tidak akan diberikan berkenaan dengan isu yang mungkin melibatkan tindakan undang-undang terhadap Optum atau sekutunya, atau mana-mana entiti yang melalui entiti tersebut pemanggil menerima perkhidmatan ini secara langsung atau tidak langsung (cth., majikan atau pelan kesihatan). Program ini dan semua komponen program, khususnya perkhidmatan untuk ahli keluarga yang berusia 16 tahun ke bawah, mungkin tidak tersedia di semua lokasi dan tertakluk pada perubahan tanpa notis awal. Pengalaman dan/atau tahap pendidikan sumber Program Pembantu Pekerja mungkin berbeza berdasarkan keperluan kontrak atau keperluan peraturan negara. Pengecualian dan had liputan mungkin terpakai.

© 2023 Optum, Inc. Hak cipta terpelihara. Optum ialah tanda dagangan berdaftar untuk Optum, Inc. di A.S. dan bidang kuasa lain. Semua nama jenama atau produk lain ialah tanda dagangan atau tanda berdaftar bagi harta pemilik masing-masing. Optum ialah majikan yang memberi peluang sama rata.