

FIREARM SAFETY AND SUICIDE PREVENTION



After the morning stretch and flex, Danny's union hosted a breakfast presentation on suicide prevention. "Over half of all gun deaths in the United States are suicides" the presenter said. The presenter also talked about warning signs of suicide, and how "the most important thing you can put between a person thinking about suicide and their method of ending their life is TIME AND DISTANCE". Danny started thinking about his 16-year-old son, Jason – he had figured it was just regular teenager things, but recalled Jason recently saying, "I know this family would be better off without me". On the drive home, Danny took a detour and stopped at a sporting goods store to pick up a pistol safe. At home, Danny retrieved his gun, removed the magazine, locked the gun using the cable lock it had come with, and secured it in the safe. Then he put his boxes of ammo in his father's old ammo box, which had a heavy-duty padlock.

WHAT YOU CAN DO

Understand the Risk: The presence of firearms and other lethal means in the home elevates the risk of suicide for all who reside there. In moments of crisis, access to a firearm can be lethal. Knowing this is essential to reducing risk.

Lock, Limit or Temporarily Remove: Storing firearms securely when not in use is a critical action step for firearm owners. Locking firearms in a safe, unloaded with ammo locked separately is a good starting point for secure storage. In times of increased risk, consider storing firearms outside of the home. One myth about preventing suicide is that, if the firearm is not accessible, the person thinking of suicide will just find another way to take their life – this isn't true! When people don't have access to a lethal means of suicide like a firearm during a crisis, they are unlikely to look for another method.

Normalize Secure Storage: Firearms are involved in over half of the suicides in the U.S. Recognize that secure firearm storage is a critical component to preventing suicide and normalize storing firearms securely to prevent suicide.

JOBSITE DISCUSSION STARTERS

1. Were you surprised to hear about the role firearms play in suicide?
2. What are some other ways someone's personal firearms might be stored securely to prevent suicide?

THE BOTTOM LINE

In construction, many workers own firearms for protection, hunting or sport. But when life feels overwhelming, easy access to a firearm can turn a moment of despair into a tragedy. Taking simple steps—like locking up firearms or asking a loved one to store them—can save lives. These conversations might feel uncomfortable, but they are necessary. Making firearms less accessible gives someone in crisis time for the suicidal urge to pass and time for them to breathe and find support.

Lastly, if you or someone you know is in crisis, please call, text or chat with the Suicide and Crisis Lifeline by calling or texting the number 988.

Don't forget to mention your company's mental health resources or local service options.

SEGURIDAD DE ARMAS DE FUEGO Y PREVENCIÓN DEL SUICIDIO



American
Foundation
for Suicide
Prevention

Después de los ejercicios de estiramiento y flexibilidad matutinos, el sindicato de Danny organizó una presentación durante el desayuno sobre la prevención del suicidio. “Más de la mitad de todas las muertes por armas de fuego en los Estados Unidos son suicidios”, dijo el presentador. El presentador también habló sobre las señales de alerta de suicidio y cómo “lo más importante que se puede poner entre una persona que piensa en el suicidio y su método para terminar con su vida es TIEMPO Y DISTANCIA”. Danny comenzó a pensar en su hijo de 16 años, Jason; pensó que eran cosas normales de la adolescencia, pero recordó que Jason recientemente dijo: “Sé que esta familia estaría mejor sin mí”. En el camino a casa, Danny tomó un desvío y se detuvo en una tienda de artículos deportivos para recoger una caja fuerte para pistolas. En casa, Danny tomó su arma, le quitó el cargador, la bloqueó con el candado de cable que venía con ella y la guardó en la caja fuerte. Luego puso sus cajas de municiones en la antigua caja de municiones de su padre, que tenía un candado de alta resistencia.

QUÉ PUEDES HACER

Comprender el riesgo: La presencia de armas de fuego y otros medios letales en el hogar eleva el riesgo de suicidio para todos los que viven allí. En momentos de crisis, el acceso a un arma de fuego puede ser mortal. Saber esto es esencial para reducir el riesgo.

Bloquear, limitar o retirar temporalmente: Almacenar las armas de fuego de manera segura cuando no están en uso es un paso crítico para los propietarios de armas de fuego. Guardar las armas de fuego en una caja fuerte, descargadas y las municiones por separado y bajo llave es un buen punto de partida para un almacenamiento seguro. En momentos de mayor riesgo, considera almacenar armas de fuego fuera del hogar. Un mito sobre la prevención del suicidio es que, si el arma de fuego no es accesible, la persona que piensa en suicidarse simplemente encontrará otra forma de quitarse la vida; ¡esto no es cierto! Cuando las personas no tienen acceso a un medio letal de suicidio como un arma de fuego durante una crisis, es poco probable que busquen otro método.

Normalizar el almacenamiento Seguro: Más de la mitad de los suicidios en los EE. UU. se llevan a cabo con armas de fuego. Reconoce que el almacenamiento seguro de armas de fuego es un componente fundamental para prevenir el suicidio y normaliza el almacenamiento seguro de armas de fuego para prevenir el suicidio.

INICIADORES DE DISCUSIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO

1. ¿Te sorprendió escuchar sobre el papel que desempeñan las armas de fuego en el suicidio?
2. ¿De qué otras formas podrían almacenarse de manera segura las armas de fuego personales de alguien para evitar el suicidio?

EN RESUMEN

En la construcción, muchos trabajadores poseen armas de fuego para protección, caza o deporte. Pero cuando la vida se siente abrumadora, el fácil acceso a un arma de fuego puede convertir un momento de desesperación en una tragedia. Tomar medidas simples, como guardar las armas de fuego bajo llave o pedirle a un ser querido que las guarde, puede salvar vidas. Estas conversaciones pueden sentirse incómodas, pero son necesarias. Hacer que las armas de fuego sean menos accesibles le da a alguien en crisis tiempo para que el impulso suicida pase y tiempo para que respire y encuentre apoyo.

Por último, si tú o alguien que conoces está en crisis, llama, envía un mensaje de texto o chatea con la línea de ayuda para casos de crisis y suicidios llamando o enviando un mensaje de texto al número 988.

No olvides mencionar los recursos de salud mental de tu empresa u opciones de servicios locales.