



SENSIBILISATION À LA PRÉVENTION DU SUICIDE

Le suicide ne fait pas de discrimination. Peu importe le statut social, le niveau de scolarité ou l'apparente qualité de vie, tout être humain peut, un jour ou l'autre, être confronté à l'idée du suicide parce que la souffrance semblera devenue intolérable ou encore parce qu'un proche a posé un geste suicidaire (ou pense à le faire). C'est alors que le problème nous interpelle. Nous nous demandons : « Que faire? » Trois mots peuvent guider notre action : entendre, comprendre et agir¹.

But : La présentation a pour but de permettre aux participants de prendre conscience de l'ampleur du problème vécu au Québec et dans notre région et de se familiariser avec les mythes et réalités qui entourent cette problématique de même qu'avec les signes précurseurs du suicide et les façons d'aider une personne en détresse. L'activité a aussi pour but de faire connaître les services en prévention du suicide et de renseigner les participants à savoir où et comment aller chercher de l'aide.

Contenu :

- ◆ Présentation de la mission et des services du Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-Saint-Laurent;
- ◆ Pourquoi prévenir le suicide?
- ◆ L'état actuel de la problématique du suicide;
- ◆ Facteurs associés au suicide et groupes à risque;
- ◆ Les indices de détresse et les signes précurseurs du suicide;
- ◆ Les mythes et réalités sur le suicide;
- ◆ Aider une personne en détresse;
- ◆ Présentation du programme sentinelles².

Approche : L'approche vise à répondre aux besoins et aux interrogations des participants par une présentation dynamique, adaptée et interactive.

Durée : 90 minutes

Les participants : Toute personne qui désire en savoir davantage sur la problématique du suicide peut prendre part à l'activité. Aucune restriction quant au nombre de participants.

Formateurs : Les personnes ressources sont issues de l'organisme et y œuvrent depuis plusieurs années. Elles possèdent une grande connaissance de la problématique et des services offerts en prévention du suicide et en intervention de crise.

¹ Association québécoise de prévention du suicide.

² La durée de la présentation du programme sentinelles varie selon que l'activité est d'ordre général ou précède l'implantation d'un réseau de sentinelles dans le milieu.