

Chaudière Appalaches pour la VIE!

BULLETIN RÉGIONAL DE LIAISON EN PRÉVENTION DU SUICIDE

Des sentinelles
en prévention
du suicide

1

Quoi de neuf!

2

Les bons coups

3

À l'agenda
cet automne

5

Le coffre à outils

5

Nous rejoindre

6

Comité
du bulletin

6

Des sentinelles en prévention du suicide partout en Chaudière-Appalaches

En 2009-2010, environ 300 personnes ont été formées comme sentinelles en prévention du suicide dans la région de la Chaudière-Appalaches. 300 personnes volontaires pour lesquelles le suicide n'est pas une option et qui sont à l'écoute de leur entourage, dans le but de prévenir le pire.

En prévention du suicide, certains milieux sont ciblés et les sentinelles sont soigneusement choisies. Par exemple, les employés d'une coopérative de maintien à domicile travaillant auprès des personnes âgées et malades, deviennent des personnes à recruter pour exercer ce rôle de sentinelle. Dans le même sens, le contremaître qui supervise le travail dans une usine embauchant majoritairement des hommes, devient aussi un candidat intéressant, car il côtoie des personnes à risque... 80 % des victimes du suicide sont des hommes et la majorité est âgée entre 35 et 50 ans...

Dans la région, des personnes issues d'horizons disparates ont répondu à l'invitation et sont devenues sentinelles: offices municipaux d'habitation, comité de bénévoles auprès des aînés, plusieurs PME et grandes entreprises privées, centres d'éducation aux adultes, centre local d'emploi, municipalités...

Ces sentinelles ont toutes été sélectionnées et formées. Des rencontres de suivi sont organisées régulièrement pour maintenir leurs connaissances à niveau et développer leur sentiment de compétence dans cette fonction.

Longue vie au programme des sentinelles!

Pour en savoir plus:

www.prevenirlesuicide.com

Le comité du bulletin

Un groupe de sentinelles du secteur Montmagny-L'Islet, accompagnées de la formatrice, M^{me} Michèle Bernier, à l'extrême droite de la photo.



Photo: Maurice Gagnon, Journal Le Picotéux

Le **suicide** laisse un vide douloureux.
Si vous êtes inquiet pour vous ou pour un proche... Téléphonnez.

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

Q Quoi de neuf !

► MED-URGE

Un outil de plus pour prévenir le suicide à l'urgence du Centre hospitalier de la région de Thetford

Avec le logiciel MED-URGE, les infirmières trieuses disposent, depuis avril 2010 d'un outil informatique plus raffiné pour évaluer les patients. Les diverses composantes psychiatriques sont explorées dès le triage avec l'Échelle de triage et de gravité « santé mentale ».

Résultat : les personnes présentant des éléments de potentiel suicidaire sont pris en charge avant même que l'évaluation médicale ne soit faite. Voilà un autre pas dans la bonne direction !

Denise Dehaye

► PRÉVENTION DU SUICIDE CHEZ LES ÂÎNÉS DE BELLECHASSE

Le CSSS du Grand-Littoral et Entraide-solidarité passent à l'action

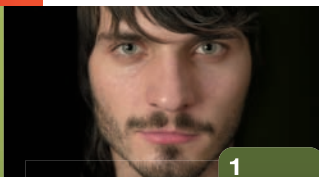
Dans Bellechasse, une série de rencontres est organisée afin de sensibiliser à la prévention du suicide, les cercles de fermières, les clubs de l'âge d'or, les membres du clergé et les intervenants des résidences d'accueil privées. Les activités de sensibilisation seront réalisées au cours des années 2010 et 2011 par une collaboration étroite entre l'organisme Entraide-solidarité (organisme local de soutien aux aînés) et le CSSS du Grand Littoral qui rend possible ce projet.

Cynthia Baillargeon

► REPÉRER LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

Des étudiants s'y préparent à la Commission scolaire des Appalaches!

Sur le territoire de la Commission scolaire des Appalaches, les étudiants adultes inscrits aux programmes d'Assistance aux personnes à domicile, d'Assistance aux personnes en établissement de santé, de Santé assistance et soins infirmiers, d'Esthétique et de Coiffure sont sensibilisés à la prévention du suicide.



1

Vous pensez au suicide?



2

Un de vos proches pense au suicide?



3

Vous avez perdu quelqu'un par suicide?

Quoi de neuf ! (suite)



Groupe d'étudiants inscrits au programme d'Assistance aux personnes à domicile, Centre de formation professionnelle *Le Tremplin de Thetford Mines*, 2010.

Signes avant-coureurs du suicide, repérage des personnes en détresse, écoute active et accompagnement vers les ressources d'aide sont au cœur des échanges. Lorsqu'ils feront leur entrée sur le marché du travail, ces étudiants contribueront à renforcer le filet de sécurité en prévention du suicide.

Depuis avril 2010, ces sensibilisations sont animées conjointement par l'agente de développement en prévention du suicide de la Commission scolaire des Appalaches dans le cadre du projet Action Jeunesse Structurante et par une travailleuse sociale du Centre de santé et de services sociaux de la région de Thetford.

Paule Desharnais et Denise Deshaye

Les bons coups

« Désarmé jusqu'aux dents » un vidéoclip vibrant; un message d'espoir puissant!

Nous vous invitons à regarder le vidéoclip du groupe **Taktika** intitulé: « Désarmé jusqu'aux dents ». La création de ce vidéoclip démontre la force avec laquelle ce groupe soutient la cause de la prévention du suicide.

Les membres de cette formation connue partout au Québec, sont d'ailleurs originaires de Lévis (quartier Charny). Par cette chanson, le groupe Taktika veut sensibiliser le plus de gens possible à la problématique du suicide en créant de l'espoir et en faisant la promotion de la demande d'aide.

Chargée en émotion, la chanson présente des individus ordinaires qui se retrouvent dans une situation de détresse et qui envisagent le suicide comme une voie de soula-

gement. Le message: lorsqu'une personne se sent désarmée face à la vie, il existe des solutions. Il s'agit de choisir la bonne en faisant un premier pas « DEMANDER DE L'AIDE » 1 866-APPELLE.

Pour visionner le vidéoclip: « Désarmé jusqu'aux dents », rendez-vous sur le micro site de Taktika au www.taktika.qc.ca/desarme.

Le comité du bulletin



Le **suicide** laisse un vide douloureux.
Si vous êtes inquiet pour vous ou pour un proche... Téléphonnez.

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

Les bons coups (suite)

700 verrous de sécurité pour armes à feu ont été distribués gratuitement dans la région

... Un pas de plus pour la prévention du suicide

Pour une quatrième année consécutive, tous les CSSS de la région en collaboration avec la Sûreté du Québec et la Sûreté municipale de certaines villes, ont tenu des stands d'information afin de sensibiliser les propriétaires d'armes à feu de Chaudière-Appalaches à l'importance de bien entreposer les armes à feu. L'activité a également permis de sensibiliser la population à la prévention du suicide en faisant connaître le numéro du service

Urgence-Détresse, le 1-866-APPELLE ainsi que les différents services offerts par les CSSS.

Grand succès encore une fois : plus de 700 verrous de pontet ont été distribués cette année. Au total, plus de 2000 verrous ont été distribués aux propriétaires d'armes à feu depuis 2007. Cette activité, organisée conjointement par l'Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches et les CSSS de la région, s'est déroulée dans le cadre de la Journée mondiale de la prévention du suicide qui se tenait le 10 septembre 2010.

Marie-Hélène Houde

Plus de 10 000 \$ amassés pour la prévention du suicide en Bellechasse et Nouvelle-Beauce!

Le dimanche 8 août dernier, plus de 380 personnes étaient présentes pour la 10^e édition de la randonnée cycliste Desjardins pour la prévention du suicide. De ce nombre, 276 personnes ont pédalé ou marché pour la cause. De nombreux bénévoles, collaborateurs et passants se sont joints pour participer aux différentes activités qu'offrait cette journée. Le départ et l'arrivée s'effectuaient à la Polyvalente de St-Anselme. Les participants avaient le choix de 3 circuits de vélo (30 km, 58 km, 96 km) à vitesses différentes et un circuit de marche (5 km) qui sillonnaient Bellechasse et la Nouvelle-Beauce.

Les coordonnatrices de cette 10^e édition, Marie-Ève Audet et Majorie Dubeau, se montrent très satisfaites. L'objectif de sensibilisation a été atteint et les sous amassés seront versés équitablement à la *Barre du Jour* et à *Tel-Écoute* du Littoral. Les coordonnatrices affirment que l'objectif de 10 000 \$ a été dépassé.

La Barre du Jour prévoit, avec les fonds recueillis, augmenter les activités offertes à ses membres (café-causerie, sorties culturelles, atelier de croissance personnelle, etc.) et ses services tels que l'écoute téléphonique,



Le **suicide** laisse un vide douloureux.
Si vous êtes inquiet pour vous ou pour un proche... Téléphonnez.

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

Les bons coups (suite)

l'entrevue et l'intervention en situation de crise afin de répondre à la demande de la population de Bellechasse. *Tel-Écoute* pourra investir dans la promotion de son service sur les 6 territoires et offrir des formations continues de qualité aux bénévoles écoutants. Cette activité répond à un

besoin réel en matière de prévention du suicide puisque *Tel-Écoute* reçoit plus de 9000 appels par année dont 20 % concernent la détresse psychologique et/ou la crise suicidaire.

Marie-Ève Audet

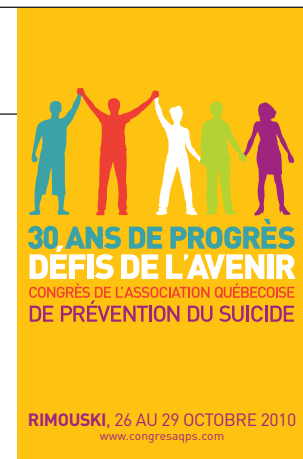
À l'agenda...

Du 26 au 29 octobre 2010

Du 26 au 29 octobre 2010 se tiendra le congrès de l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) à **Rimouski** sous le thème: « Les défis de l'avenir ».

Afin de faciliter l'accès au congrès, l'AQPS met à la disposition des participants, un service de garde, un système de covoiturage et plus encore.

Pour obtenir plus d'informations: www.congresaqps.com



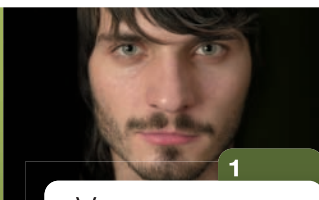
Le coffre à outils

Dans ce numéro, nous proposons aux lecteurs des références entièrement consacrées à la question d'actualité: **MOURIR DANS LA DIGNITÉ**

► Commission spéciale: Mourir dans la dignité

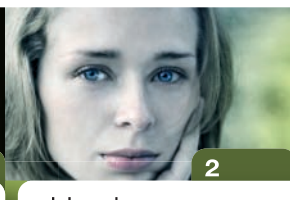
Remplissez le questionnaire en ligne pour participer aux travaux de la Commission spéciale. Consultez l'horaire des auditions, les mémoires déposés et le document de consultation. Transmettez un commentaire aux députés en tout temps.

Pour en savoir plus: <http://www.assnat.qc.ca/fr/index.html>



1

Vous pensez au suicide?



2

Un de vos proches pense au suicide?



3

Vous avez perdu quelqu'un par suicide?

www.prevenirlesuicide.com

Le coffre à outils (suite)

► *Revue de presse sur la Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité*

L'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ) a constitué pour vous une revue de presse contenant des articles parus sur le Web concernant la Commission spéciale sur la question de mourir dans la dignité. Consultez en ligne la revue de presse mise à jour quotidiennement:

http://www.oiiq.org/publications/espace_oiiq/dossier_euthanasie.asp.

► *Mémoire de l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS)*

Consulter le mémoire de l'AQPS sur la question de mourir dans la dignité à l'adresse suivante:

<http://www.aqps.info/>.

POUR REJOINDRE LES RESPONSABLES DE LA PRÉVENTION DU SUICIDE DANS VOTRE TERRITOIRE

RESPONSABLES LOCAUX :

CSSS de Beauce :

- Jocelyn Deblois, 418 774-3304 #2517
- Jessica Leblanc, 418 774-3304 #2508

CSSS des Etchemins :

- M.-Hélène Houde, 418 625-3101 #2481

CSSS de Montmagny-L'Islet :

- Michèle Bernier, 418 248-1572 #6007

CSSS de la région de Thetford :

- Denise Deshayé, 418 338-3511 #14221

CSSS du Grand Littoral :

- Garance Beaulieu, 418 835-3806

- Josiane Babin (secteur Desjardins et Chutes-de-la-Chaudière), 418 835-3806 #3327

- Véronique Bourgault (secteur Nouvelle-Beauce), 418 387-8181 #5006

- Cinthia Baillargeon (secteur Bellechasse), 1 888 883-2227 #4147

RESPONSABLES RÉGIONAUX :

- Édith St-Hilaire et Rodrigue Gallagher, 418 389-1549

Date de parution du prochain bulletin : 31 janvier 2011

Date de tombée des articles : 6 janvier 2011

Si vous souhaitez faire connaître une activité, un évènement;

Si vous désirez faire paraître un court texte en lien avec la prévention du suicide;

Si vous avez des commentaires ou des suggestions,

faites-le auprès de Sonia Poulin à l'adresse suivante:

sonia_poulin_rr12@ssss.gouv.qc.ca

COMITÉ DU BULLETIN:

Marie-Hélène Houde
Nathalie Latulippe
Rodrigue Gallagher

RÉVISION LINGUISTIQUE:

Sonia Poulin
Sophie Veilleux

COLLABORATRICES:

Cinthia Baillargeon
Paule Desharnais,
Commission scolaire des Appalaches
Marie-Ève Audet,
Tél-Écoute du Littoral

ISSN 1920-678 X