

C haudière A ppalaches pour la VIE!

BULLETIN RÉGIONAL DE LIAISON EN PRÉVENTION DU SUICIDE

Journée mondiale
de la prévention
du suicide

1

Journée mondiale de la prévention du suicide

En Chaudière-Appalaches, des actions seront posées pour rappeler que les décès par suicide peuvent être évités

Quoi de neuf!

2

Les bons coups

3

À l'agenda

4

Le coffre à outils

6

Nous rejoindre

6

Comité
du bulletin

6

SÉCURITÉ DES ARMES À FEU

Des idées noires, une chicane, un accident regrettable, saviez-vous que trois Québécois meurent chaque semaine des suites d'une blessure impliquant une arme à feu ?

Sachez qu'il est possible de prévenir de tels drames.

DISTRIBUTION GRATUITE* DE VERROUS DE PONTET POUR ARMES À FEU

* Distribution d'un verrou par personne jusqu'à épuisement des stocks.

Un projet réalisé par les CSSS de Chaudière-Appalaches et l'Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches en collaboration avec les corps de police municipaux et la Sûreté du Québec.

Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches
Québec

Le 10 septembre prochain aura lieu la Journée mondiale de la prévention du suicide. Cette journée a pour but de susciter un engagement et une action à l'échelle mondiale en faveur de la prévention du suicide.

Sachant que 3000 personnes en moyenne se suicident chaque jour dans le monde et que l'on compte 20 tentatives et plus pour un suicide, il importe de rappeler à l'ensemble des citoyens de la région que le suicide est une cause majeure de décès prématurés qui est évitable.

En Chaudière-Appalaches, plusieurs organismes, établissements et individus déploient quotidiennement temps, efforts et énergies dans le but de réduire et prévenir le suicide dans leur communauté.

Pour une 5^e année consécutive, les CSSS de la région invitent la population à visiter leurs stands d'information portant sur l'entreposage sécuritaire des armes à feu. À cette occasion, des verrous de pontet seront distribués gratuitement par des intervenants des cinq centres de santé et de services sociaux (CSSS) de la région. Des policiers seront sur place dans plusieurs territoires de la région, afin de fournir divers renseignements et conseils sur les armes à feu. Cette initiative permettra, une fois de plus, de diminuer le risque de suicide puisqu'il existe véritablement un lien entre l'entreposage sécuritaire d'une arme à feu et le fait de sauver des vies.

Pour connaître les dates et lieux des stands d'information sur votre territoire, consultez le site Internet www.prevenirle-suicide.com (à la page d'accueil) à compter de la mi-août. Surveillez également la publicité dans vos médias locaux.

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

Q Quoi de neuf!

Campagne de sensibilisation « J'ai un trésor à partager »

Partenaires en action / Mieux-être – Mieux vivre, un groupe de concertation dédié à la prévention des troubles d'adaptation chez l'adulte, lance une vaste campagne de sensibilisation pour favoriser le renforcement de l'estime personnel en incitant chacun à reconnaître sa propre valeur ainsi que celle de l'entourage et à exprimer cette appréciation.

La campagne

Sous le thème « J'ai un trésor à partager », cette campagne s'étirera sur 3 ans. Dans un premier temps, il s'agit d'une campagne d'affichage. Des affiches montrant des personnes de tout genre et de tout âge mettant en évidence habiletés et traits de personnalité et invitant à songer à ce que nous avons en nous comme trésor. L'affiche suggère par exemple, la générosité, l'intégrité, les habiletés manuelles ou sa différence, tout simplement.

De plus, des cartes, format affaire, ont été produites et l'on convie la population à en faire la remise pour témoigner de leur appréciation. Une dizaine de « trésors » y sont suggérés mais l'on peut aussi y inscrire un bref message personnalisé de son cru. Porte-parole de *Partenaires en action* pour cette campagne, Suzanne Bougie estime qu'une telle carte peut être très significative pour la personne qui la reçoit. « Pour l'avoir expérimenté, ce geste concret peut accroître la portée du message. C'est un peu comme se faire dire bonne fête ou recevoir une carte de bons vœux. Et, comme pour la carte de souhaits, il est



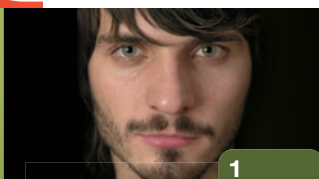
fort probable que cette mini carte reconnaissance provoquera tout autant de satisfaction à chaque fois qu'on y jettera un œil ou qu'on la sentira au fond de sa poche! »

Une participation populaire

Partenaires en action invite chacun à se rendre sur le site Web du Centre de santé et de services sociaux de Beauce (CSSSB) à l'adresse www.csssbeauce.gouv.ca.

En cliquant sur l'onglet « J'ai un trésor à partager » on trouvera les affiches que l'on pourra imprimer et placer bien en vue. Les visiteurs peuvent aussi imprimer les cartes reconnaissance. Par ailleurs, toujours dans un souci de sensibiliser le plus de gens possible, *Partenaires en action* propose un message téléphonique, en version audio, ainsi qu'un bouton Web que les entreprises et organismes sont encouragés à placer sur leur site.

Suzanne Bougie, CSSS de Beauce
418 774-3304, poste 3506



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)

L'Arc-en-Ciel : un nouveau service pour les enfants endeuillés

Vous avez un enfant, entre 7 et 12 ans, qui est endeuillé d'une personne significative et qui aimerait faire partie d'un groupe pour l'aider à cheminer dans son deuil. Le Centre d'écoute téléphonique et de prévention du suicide Beauce-Etchemin débutera

une session de rencontres lorsque les inscriptions seront assez nombreuses pour former un groupe. Pour des informations supplémentaires, composez le numéro de téléphone suivant : 418 228-3106.

Les bons coups

« Je nage pour la VIE »

Une initiative régionale qui prend de l'ampleur et qui s'étend ailleurs au Québec!

Le 16 avril dernier se tenait la 4^e Édition du défi « Je nage pour la VIE ». L'activité a de nouveau connu un vif succès! Quelle belle édition et quel plaisir de suivre l'évolution dans chacune des piscines qui ont participé à ce défi! Le sourire sur le visage des participants en disait long.

Pour leur première édition, les 90 nageurs de Val d'Or ont atteint l'objectif des 250 km. À Montmagny, ce sont 30 nageurs qui ont bravement nagé 90 km en 3 heures. Quant aux piscines du Cégep Lévis-Lauzon (99 nageurs) et Pierre-Létourneau (92 nageurs), ils ont pour leur part atteint



chacune 250 km. Ce qui représente le parcours Montréal-Québec réalisé par Pierre Létourneau à l'été 2006. Ce dernier avait pour objectif de sensibiliser la population à l'importance de demander de l'aide dans les moments difficiles, ceci dans le but de supporter la cause de la prévention du suicide. L'argent amassé lors de ce défi a été remis à certains organismes ayant à cœur la cause de la prévention du suicide.

Une fois de plus la population a plongé pour participer à une expérience unique de dépassement de soi et faire la démonstration du pouvoir de la solidarité dans l'épreuve. Les précieux bénévoles qui ont rendu l'activité possible, ont contribué également à sa grande réussite!



Josiane Babin et Pierre Létourneau

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)

Bilan annuel des réseaux de sentinelles en Chaudière-Appalaches

On approche de la 500^e sentinelle dans la région!

Le 5 mai dernier se tenait la rencontre régionale des acteurs impliqués auprès des réseaux de sentinelles (formateurs de sentinelles, organisateurs communautaires dans les CSSS, etc.). Lors de cette rencontre annuelle, un bilan des réseaux de sentinelles a été présenté pour notre région. Voici les principaux résultats :

- › Depuis 2009, 435 sentinelles ont été formées;
- › 91 dans des milieux jeunesse (Centre de formation professionnelle, Centre d'éducation des adultes, écoles secondaires, etc.);
- › 100 en milieu de travail ;
- › 45 auprès des aînés.

Dans les prochaines années, les CSSS comptent former davantage de sentinelles, car leur présence et leur implication dans notre communauté est une richesse dont on ne peut se passer. En route vers la 500^e sentinelle en Chaudière-Appalaches!



Sur la photo : Véronique Bourgault et Lucie Morin, formatrices de sentinelles au CSSS Alphonse-Desjardins, en compagnie d'un groupe d'employés de l'entreprise *Laflamme Portes et Fenêtres de St-Apollinaire*, en formation pour devenir sentinelles.

À l'agenda...

7 août 2011

dimanche

Randonnée cycliste et pédestre pour la prévention du suicide en Bellechasse et Nouvelle-Beauce

Les organismes La Barre du Jour et Tel-Écoute du Littoral vous donnent rendez-vous pour une onzième année! Trois circuits de vélo et un circuit de marche sont proposés cette année. Faites-vite, vous devez vous inscrire! L'an dernier, plus de 300 personnes prenaient part à l'évènement!

Pour plus d'informations ou pour inscription, communiquez avec :
Valérie Brousseau 418 887-7100 ou
Sylvianne Poirier 418 838-4094.

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

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

À l'agenda (suite)

20 et 21 août 2011 samedi / dimanche

Marche Roland Lapointe pour la prévention du suicide en Beauce-Etchemin

Le Centre d'écoute téléphonique et de prévention du suicide Beauce-Etchemin vous invite à participer à la 6^e Édition de la marche Roland Lapointe qui commencera le samedi 20 août 2011 à 12h et qui se terminera le dimanche 21 août 2011 à 12h. La marche se déroulera aux passerelles de Ville Saint-Georges et le départ se fera dans le stationnement près du Parc Veilleux dans le secteur Ouest.

Le président d'honneur Monsieur Richard Poulin, propriétaire du Restaurant Hôtel Motel Charles, vous invite à commanditer un participant, à faire un don ou former une équipe au sein de votre entreprise ou association. Invitez cinq à dix personnes (collègues, amis, membres de votre famille) à faire partie de votre équipe. Relevez ce défi ensemble : la cause en vaut la peine!

Pour plus d'informations ou pour inscription, téléphonez au 418 228-3106.



27 octobre 2011 jeudi

5^e Journée régionale portant sur le suicide

Les intervenants, gestionnaires et partenaires de la prévention du suicide en Chaudière-Appalaches sont conviés à la 5^e Journée régionale portant sur la problématique du suicide. Cette rencontre régionale se tiendra le 27 octobre prochain, à la salle Raymond-Blais, à Lévis. Pour une 2^e année consécutive, le thème central de la journée portera sur le réseau de soutien de la personne suicidaire. Le programme complet, le coût et les modalités d'inscription seront connus en septembre. Surveillez notre site Web www.prevenirlesuicide.com pour plus de détails.

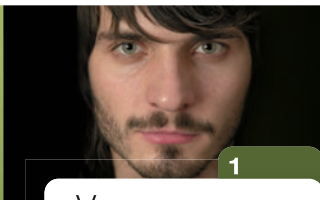
Automne 2011

Formation accréditée « Intervenir en situation de crise suicidaire à l'aide des bonnes pratiques »

Cette formation accréditée de 3 journées s'adresse aux intervenants sociaux (psychologues, t.s., etc.) travaillant avec des personnes suicidaires et appelés à évaluer l'urgence suicidaire, faire de l'intervention de crise et assurer un suivi à court terme. Quelques places sont disponibles aux dates suivantes :

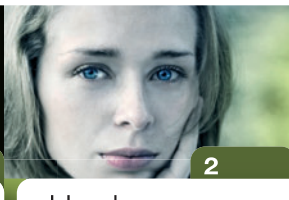
- › 19-20 et 26 octobre 2011
- › 16-17 et 24 novembre 2011
- › 14-15 et 20 décembre 2011

Pour plus d'informations, contactez Madame Sonia Poulin au 418 389-1559.



1

Vous pensez au suicide?



2

Un de vos proches pense au suicide?



3

Vous avez perdu quelqu'un par suicide?

Le coffre à outils...

Pour tous ceux et celles qui souhaitent obtenir des informations spécifiques sur la problématique et la prévention du suicide, voici un rappel des principaux sites Web au Québec. Pour accéder aux références mentionnées ci-dessous, inscrivez simplement les mots clés dans un moteur de recherche.

- ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE PRÉVENTION DU SUICIDE (AQPS)
- RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE SUR LE SUICIDE (RQRS)
- CENTRE DE RECHERCHE ET D'INTERVENTION SUR LE SUICIDE ET L'EUTHANASIE (CRISE)
- MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX (MSSS) Suicide – Santé mentale
- ORDRE DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS DU QUÉBEC (OIIQ)
Prévenir – suicide – préserver – vie



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

RESPONSABLES RÉGIONAUX :

- Édith St-Hilaire, 418 389-1564 • Rodrigue Gallagher, 418 389-1549

Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches

CSSS de la région de Thetford :

- Denise Deshaye, 418 338-3511 #14221

CSSS Alphonse-Desjardins :

- 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

Date de parution du prochain bulletin : 7 novembre 2011

Date de tombée des articles : 10 octobre 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
Rodrigue Gallagher

RÉVISION LINGUISTIQUE :

Sonia Poulin

COLLABORATEURS :

Sylvianne Poirier,
Tél-Écoute du Littoral
Josiane Babin,
CSSS Alphonse-Desjardins
Suzanne Bougie, CSSS de Beauce
Édith St-Hilaire,
ASSS Chaudière-Appalaches
Ceps Beauce-Etchemin

ISSN 1920-678 X