

Chaudière Appalaches pour la VIE!

BULLETIN RÉGIONAL DE LIAISON EN PRÉVENTION DU SUICIDE

5^e Journée régionale

1

Quoi de neuf!

2

Les bons coups

4

À l'agenda

5

Le coffre à outils

6

Nous joindre

7

Comité du bulletin

7



5^e JOURNÉE RÉGIONALE PORTANT SUR LA PROBLÉMATIQUE DU SUICIDE :

« Les conférenciers réitèrent l'importance de collaborer avec les proches de la personne suicidaire »

Le 27 octobre dernier à Lévis, près d'une centaine d'intervenants de divers horizons prenaient part à la 5^e Journée régionale portant sur la problématique du suicide en Chaudière-Appalaches. « *Comment impliquer les proches pour s'en faire des alliés en prévention du suicide?* » était le thème de cette 5^e Édition des journées régionales en prévention du suicide.

Plusieurs conférenciers sont venus réitérer aux intervenants, l'importance de collaborer davantage avec les proches de la personne suicidaire. Ils ont suscité la réflexion chez les participants et proposé des pistes d'action très utiles, afin que les proches puissent à leur tour, jouer un rôle d'agent de liaison entre la personne suicidaire et les ressources d'aide dans la communauté.

Au terme de cette journée, la conférence de madame Brigitte Lavoie aura particulièrement été appréciée des participants.

Il est possible d'avoir accès aux présentations des conférenciers en consultant le site web « prevenirlesuicide.com » à la section « S'informer davantage sur le sujet ».



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

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

Quoi de neuf!

STRESS ET DÉTRESSE CHEZ LES AGRICULTEURS :

Le CSSS Alphonse-Desjardins intensifie les efforts de prévention

Compte tenu du contexte actuel plus difficile en production porcine, l'équipe de prévention du suicide du CSSS Alphonse-Desjardins a redoublé d'ardeur dans ce dossier. Ainsi, nous avons rencontré plusieurs agriculteurs depuis trois ans et nous avons fait connaître nos services d'aide.

À l'intérieur de notre CSSS, nous nous assurons que les intervenants connaissent la réalité des agriculteurs, ce qui permet d'adapter nos interventions à leur besoins. En 2011 et 2012, nous poursuivrons nos efforts de prévention en milieu agricole afin de faire connaître les services d'aide. Nos sensibilisations seront davantage ciblées vers les ressources qui gravitent autour des agriculteurs, communément nommés, les « feedmans ». Nous souhaitons ainsi les habiliter à repérer et référer les agriculteurs en détresse vers des services d'aide gratuits et confidentiels, accessibles 24 heures.

L'équipe de prévention du suicide du CSSS Alphonse-Desjardins

BELLECHASSE EST MIEUX OUTILLÉ POUR PRÉVENIR LE SUICIDE CHEZ LES AÎNÉS!

Au CSSS Alphonse-Desjardins, nous souhaitons que les aînés et les différents acteurs œuvrant auprès des personnes âgées soient sensibilisés à la demande d'aide et à la référence vers nos « services sociaux », qui sont malheureusement méconnus auprès de ce groupe de la population. Pour ce faire, nous nous sommes associés à deux organismes communautaires de Bellechasse, soit Entraide solidarité Bellechasse et Le regroupement des proches aidants de Bellechasse.

Ainsi, de septembre à avril 2011, plus de 700 personnes (personnes aînées et ressources œuvrant auprès des aînés) ont été rencontrées et sensibilisées à la prévention du suicide. Nous avons formé une quinzaine de sentinelles aînées ou œuvrant auprès des aînés. Elles pourront maintenant mieux repérer des personnes suicidaires et les référer vers les services.

Chapeau aux aînés de Bellechasse pour votre accueil!

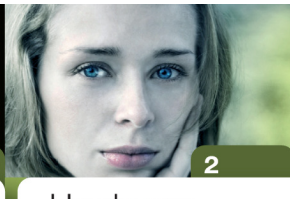
Cynthia Baillargeon

Responsable de la prévention du suicide en Bellechasse au CSSS Alphonse-Desjardins



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)

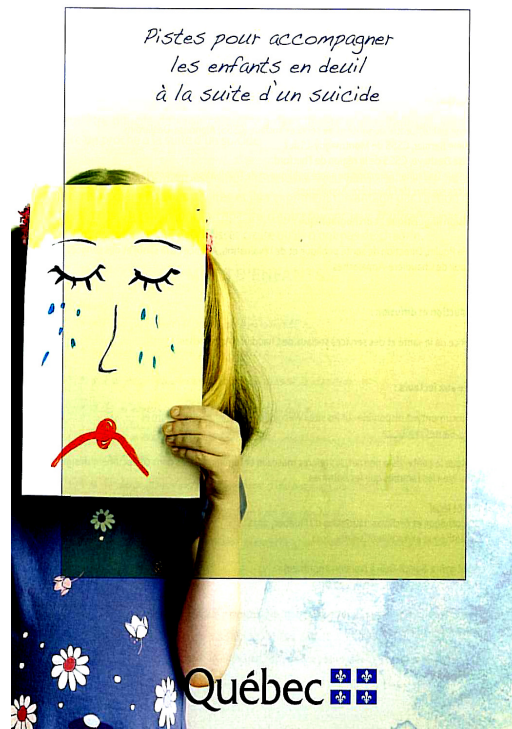
UN NOUVEL OUTIL POUR ACCOMPAGNER LES ENFANTS EN DEUIL À LA SUITE D'UN SUICIDE

« Hier, l'oncle de Guillaume s'est suicidé. Dans la famille, c'est la commotion. On n'arrive pas à y croire. On est tous sous le choc. Je suis inquiète pour Guillaume. Il a seulement 8 ans. Il est tellement jeune. Qu'est-ce que je vais lui dire. Comment lui parler de la mort de son oncle Marc? Comment lui expliquer un geste aussi violent sans le traumatiser? Et pourtant, il faut que je lui parle... »

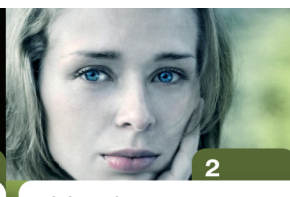
Afin de guider les parents et les proches auprès d'enfants en deuil à la suite d'un suicide, l'Agence de la santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches a produit cet automne, un document intitulé « Un être cher s'est suicidé et mon enfant est en deuil ». Il s'agit d'une brochure simple à consulter et qui propose des pistes pour accompagner les enfants en deuil à la suite d'un suicide.

Il est possible de consulter et télécharger gratuitement le contenu intégral de cette brochure en se rendant sur le site web prevenirlesuicide.com, à la section « S'informer davantage sur le sujet ».

UN ÊTRE CHER S'EST SUICIDÉ ET MON ENFANT EST EN DEUIL



1
Vous pensez
au suicide?



2
Un de vos
proches pense
au suicide?



3
Vous avez perdu
quelqu'un
par suicide?

Les bons coups

RANDONNÉE CYCLISTE ET PÉDESTRE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE, ÉDITION 2011 :

Une randonnée réussie malgré la pluie!

Le dimanche 7 août 2011, plus de 200 personnes étaient présentes pour la 11^e Édition de la randonnée cycliste pour la prévention du suicide. De ce nombre, 107 personnes ont pédalé ou marché pour la cause. Les participants avaient le choix entre 3 circuits de vélo et un circuit de marche qui sillonnaient Bellechasse et la Nouvelle-Beauce.

L'objectif de sensibilisation a donc été atteint et les sous amassés seront versés équitablement à la Barre du Jour et à Tel-Écoute du Littoral. Un moment fort et émouvant de la journée fût l'envolée de ballons, où les gens pouvaient écrire un message d'espoir à ceux qui ont perdu un être cher par suicide. Le comité tient à remercier tous les partenaires, collaborateurs et les participants pour cette belle réussite. Un merci particulier à M. Tony Pouliot, fondateur de la randonnée, et aux nombreux bénévoles impliqués dans l'évènement.

Janie Ruest
Tel-Écoute du Littoral

Photographie : Randonnée cycliste et
pédestre du 7 août 2011



RANDONNÉE ROLAND-LAPOINTE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE : UN SUCCÈS !

Les 20 et 21 août derniers, a eu lieu à Saint-Georges, la 6^e Édition de la marche Roland-Lapointe. Plus de 200 marcheurs ont participé à l'évènement bénéfique, ce qui a permis d'amasser durant ces deux jours plus de 24 000 \$. Les dons serviront à embaucher une intervenante et également à assurer la continuité des services du Centre d'écoute et de prévention du suicide Beauce-Etchemins. Pour faire un don, visitez le www.cepsaa.com.



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

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

Les bons coups (suite)

JOURNÉE MONDIALE DE LA PRÉVENTION DU SUICIDE :

Depuis 5 ans, les propriétaires d'armes à feu répondent à l'appel des CSSS en rendant leurs armes à feu plus sécuritaires

Le 10 septembre dernier, se déroulait la journée mondiale de prévention du suicide. Pour une 5^e année consécutive, la population de toutes les MRC de Chaudière-Appalaches a répondu à l'invitation des cinq centres de santé et de services sociaux (CSSS) de la région. Quelques centaines de personnes ont visité les stands d'information dont le thème était « L'entreposage sécuritaire des armes à feu ». À cette occasion, plus de 2 000 verrous de sécurité pour armes à feu ont été distribués gratuitement par des intervenants des cinq CSSS de la région. Des policiers étaient également sur place dans plusieurs territoires, afin de fournir divers renseignements et conseils sur l'entreposage sécuritaire des armes à feu dans les foyers.

En tout temps, les propriétaires d'armes à feu peuvent contribuer à la prévention du suicide en Chaudière-Appalaches en apposant un verrou de sécurité sur leurs armes à feu. Ceux et celles qui ne possèdent pas encore de verrous de sécurité, peuvent se les procurer à peu de frais chez un armurier de leur localité.

Enfin, nous vous rappelons que toute personne, en détresse ou inquiète pour un de ses proches, peut faire appel aux services d'aide disponibles dans sa communauté, ou en communiquant directement au service « URGENCE-DÉTRESSE » de Chaudière-Appalaches au numéro de téléphone 1 866-APPELLE (1 866-277-3553). Il s'agit d'un service gratuit, professionnel, confidentiel et disponible 24 heures sur 24, 7 jours par semaine.

L'agenda

5 au 11 février 2012

La 22^e Semaine de prévention du suicide se déroulera du 5 au 11 février 2012 et sera un moment fort de sensibilisation et de mobilisation à travers le Québec. Pour obtenir plus d'information et pour vous procurer du matériel promotionnel, consultez le site web www.aqps.info/.

23 au 29 septembre 2012

Le prochain congrès de l'Association québécoise de prévention du suicide se déroulera du 23 au 29 septembre 2012. Pour obtenir plus d'information, consultez le site web <http://www.aqps.info/grandforum/>.

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

1 866 APPELLE
1 866 277-3553

Le coffre à outils

DES SERVICES DE SOUTIEN POUR LES PERSONNES ENDEUILLÉES

Les services d'aide aux personnes endeuillées sont peu connus dans la population de Chaudière-Appalaches. Pourtant, il existe une diversité de services disponibles dans la communauté. C'est pourquoi, le « coffre à outils » de cette édition souhaite faire connaître les services disponibles aux personnes endeuillées. Veuillez noter que la liste des services offerts ci-dessous n'est pas exhaustive. Nous avons publié exclusivement les informations qui nous ont été transmises par les organismes ci-dessous mentionnés.

Centre d'écoute téléphonique et de prévention du suicide Beauce-Etchemins (CEPS)

Vous êtes ou vous connaissez quelqu'un qui aurait besoin de partager son deuil? Le Centre d'Écoute téléphonique et de Prévention du Suicide Beauce-Etchemins (CEPS) vous offre cette possibilité. En effet, trois groupes sont à votre disposition, soit pour les adultes (Survivre), pour les adolescents (Les Phénix) et pour les enfants (L'Arc-En-Ciel). Nous débiterons un groupe dès que nous serons assez nombreux. Nous vous invitons à communiquer avec nous pour obtenir plus d'information, au numéro de téléphone suivant : 418 228-3106.

L'équipe du CEPS

Centre régional du deuil à Thetford Mines

Les services du Centre régional du deuil s'adressent aux adultes, enfants et adolescents, vivant tout type de deuil. Parmi les services offerts, on y retrouve notamment :

- L'accompagnement d'adultes endeuillés (10 rencontres);
- L'accompagnement d'enfants et d'adolescents endeuillés (10 rencontres);
- Des groupes d'entraide (groupes ouverts);
- Des rencontres individuelles;
- Un service d'écoute téléphonique;
- Etc.

Pour obtenir plus d'information, communiquez au numéro de téléphone suivant : 418 335-3408 ou consultez le dépliant du Centre régional sur le site web : prevenirlesuicide.com

Centre de santé et de services sociaux (CSSS) Alphonse-Desjardins

Au CSSS Alphonse-Desjardins, il existe un groupe de soutien pour les personnes qui ont vécu le suicide d'un proche.

La procédure à suivre pour participer au groupe : Prendre rendez-vous avec un des deux animateurs du groupe d'endeuillés par suicide pour une rencontre pré-groupe. Le but de cette rencontre est de créer un contact, répondre à vos questions, vous expliquer ce qu'est le groupe et clarifier avec vous si ce groupe est le meilleur outil pour répondre à votre besoin actuel.

- Au CLSC Nouvelle-Beauce, situé à Sainte-Marie, communiquez avec M. Louis Lapointe, psychologue, au 418 387-8181, poste 5023
- Au CLSC Chutes-Chaudière, situé à Saint-Romuald, communiquez avec M^{me} Fabienne Gagnon, psychologue, au 418 380-8992, poste 2578

Nous joindre



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

RESPONSABLES LOCAUX :

- CSSS de Beauce :**
- Jocelyn Deblois
418 774-3304, # 2517
 - Nathalie Latulippe
418 774-3304, # 2508

CSSS des Etchemins :
Marie-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 Alphonse-Desjardins :

- Garance Beaulieu
418 835-3806, # 3335
- Josée Noël
418 835-3806, # 3327
- Véronique Bourgault
1 877 387-8182, # 5006
- Cinthia Baillargeon
1 888 883-2227, # 4147
- Claudine Barrette
1 888 600-3435, # 232

RESPONSABLES RÉGIONAUX :

Édith St-Hilaire, ASSS C-A
418 389-1564

Rodrigue Gallagher, ASSS C-A
418 389-1549

COMITÉ DU BULLETIN :

Marie-Hélène Houde
Nathalie Latulippe
Rodrigue Gallagher

RÉVISION LINGUISTIQUE :

Sonia Poulin

COLLABORATEURS :

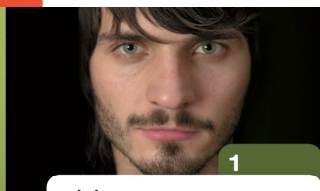
Denise Deshayé,
CSSS de la région de Thetford
Cinthia Baillargeon,
CSSS Alphonse-Desjardins
Renaud Fortier,
CEPS Beauce-Etchemins
Janie Ruest,
Tel-Écoute du Littoral
Édith St-Hilaire,
ASSS Chaudière-Appalaches
Ceps Beauce-Etchemins

ISSN 1920-678-X

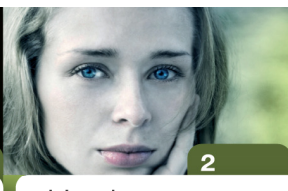
Date de parution du prochain bulletin : 1er mars 2012

Date de tombée des articles : 9 février 2012

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



Vous pensez
au suicide?



Un de vos
proches pense
au suicide?



Vous avez perdu
quelqu'un
par suicide?