

26^e Semaine nationale de prévention du suicide

Vous êtes important pour nous. Le suicide n'est pas une option.



Louise Lévesque
Directrice générale

Chers membres,

La **Semaine nationale de prévention du suicide** se déroulera du **31 janvier au 6 février** prochain sous le thème ***T'es important pour nous. Le suicide n'est pas une option.*** Depuis quelques années, l'Association québécoise de prévention du suicide ([AQPS](#)) et les centres de prévention du suicide du Québec reprennent ce slogan qui souligne la place inestimable que chaque personne occupe dans son entourage et dans la société.

Chaque semaine, 1 personne s'enlève la vie en Estrie. Ce ne sont pas seulement des familles, des amis ou des collègues de travail qui en souffrent; c'est toute une communauté qui est affectée par ces décès. Malheureusement, nous vivons encore trop souvent ce drame dans la solitude et le silence. La *Semaine nationale de prévention du suicide* est l'occasion d'en parler en diffusant les ressources d'aide et en travaillant ensemble pour faire en sorte que le suicide ne soit plus une solution pour mettre fin à ses souffrances. JEVI vous invite à vous engager activement dans votre milieu en sensibilisant votre famille, vos amis, vos collègues et vos employés.

P.-S. - Si vous n'avez pas encore renouvelé votre membership ou si vous voulez devenir membre (gratuit), faites-le dès maintenant. On compte sur vous ! Vous n'avez qu'à compléter [le formulaire](#) et nous le retourner.

Pourquoi une *Semaine nationale de prévention du suicide* ?

POUR FAIRE CONNAÎTRE LA LIGNE D'INTERVENTION TÉLÉPHONIQUE

La ligne d'intervention téléphonique **1 866 APPELLE (277-3553)** est destinée tant aux personnes suicidaires qu'à leurs proches ainsi qu'aux personnes endeuillées par suicide et est disponible 24h/jour, 7jours/semaine. Il ne faut pas hésiter à l'utiliser.

POUR MOBILISER LA POPULATION DANS UN OPTIQUE DE CHANGEMENT DE CULTURE FACE AU PROBLÈME DU SUICIDE

Le suicide nous concerne tous. C'est pourquoi chacun d'entre nous a un rôle à jouer dans sa prévention.

POUR REJOINDRE LES HOMMES !

La clientèle masculine est encore à prioriser cette année. La raison est simple : près de 80% des personnes décédées par suicide sont des hommes. Nous vous invitons donc à rester attentifs et à ne pas hésiter à nous joindre si vous vous inquiétez pour un homme de votre entourage.



Activités de la Semaine !

Affiches et épingles distribuées à nos partenaires

Plus de 400 affiches et 2000 épingles ont été distribuées à nos partenaires. Ces outils de sensibilisation circuleront dans les ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie, les établissements du CIUSSS de l'Estrie – CHUS, la CSN, la FTQ et d'autres milieux. Aussi, pour être en continuité avec l'an dernier, les 60 entreprises ciblées en 2015 recevront aussi une affiche.



Pour vous impliquer : suivez et partagez !



La page Facebook de la [Semaine de prévention du suicide](#), créée par le *Regroupement des ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie* (RRCSME) sera encore active cette année. Consultez-la dès aujourd'hui et jusqu'au 1^{er} mars pour **partager plein de nouvelles informations incluant l'épingle virtuelle**.

Les kiosques midi au CHUS pour recevoir son épingle !

Encore cette année, les kiosques d'information sur la prévention du suicide se tiendront à la cafétéria des 2 sites du CHUS de 11h à 13h.

- **Le mardi, 2 février 2016 au CHUS - Hôpital Fleurimont**
- **Le mercredi, 3 février 2016 au CHUS - Hôtel-Dieu**

Sylvie Potvin, Marie-Ève Bernier, formatrices à JEVI ainsi que Brigitte Pinsonneault du CHUS vous y attendront pour vous épingler !

Soirée conférence à Granby

Comment donner plus de sens à son travail, à sa vie ?

Notre partenaire, le **Centre de prévention du suicide de la Haute-Yamaska** vous invite à la conférence d'**Isabelle Fontaine**.

Quand : Le lundi, 1^{er} février 2016 à 19 h.

Où : Le Palace de Granby - 135, rue Principale, Granby.

Coût : Entrée gratuite (contribution volontaire sur place).

Laissez-passer obligatoire disponible au Palace de Granby seulement : 450 375-2262.

Livres et DVD de la conférencière à vendre sur place.



Nous voulons rejoindre les hommes !!! *Marie-Ève Bernier, formatrice à JEVI.*

En s'inspirant d'une idée de nos collègues du *Centre de prévention du suicide de Portneuf* et en faisant preuve d'imagination, nous avons créé une affiche qui est distribuée uniquement dans les garages.

Ayant pour slogan **Ta batterie est à plat ?**, cette affiche invite les hommes à consulter les experts en prévention du suicide tout comme on consulte un expert en mécanique pour sa voiture !

CETTE AFFICHE EST ENVOYÉE À 230 GARAGES DE LA RÉGION EN LES INVITANT À L'APPOSER À LA VUE DE TOUS. *En aimeriez-vous une pour le garage où vous faites affaire ?*

Pour rejoindre les hommes, nous ne pouvons attendre que la demande d'aide provienne de la personne en détresse elle-même. Nous devons être proactifs dans notre façon d'offrir nos services !!!



«C'est à vous de nous offrir vos services et de nous expliquer ce que vous pouvez faire pour nous aider, et non pas à nous de venir cogner à votre porte pour demander de l'aide alors que nous ne croyons plus en rien...»
- Roméo Dallaire, Conférence de fermeture du Congrès international de la Francophonie en prévention du suicide, Montréal, 2006.

Des capsules-radio originales pour rejoindre les hommes et les agriculteurs

En lien avec l'activité des affiches dans les garages, vous pourrez entendre des [capsules-radio originales](#) sur les ondes de NRJ et de Rouge FM. [D'autres capsules s'adressant aux agriculteurs](#) seront aussi diffusées.

The image features several speech bubbles with text inside. On the left, there are three bubbles: 'Ta batterie est à plat ?', 'Tu sautes un fusible ?', and 'Tes fils se touchent ?'. Below them is a link: 'cliquez ici pour écouter la capsule'. In the center, there are two bubbles: 'Consulte les experts : JEVI CPS – Estrie.' and 'Tu penses que ton moteur va exploser, que ton gasket va sauter ?'. On the right, there are three bubbles: 'T'arrives plus à te raisonner malgré ta tête de cochon ?', 'Tu as les oreilles basses alors qu'avant t'étais fier comme un coq ?', and 'Tu trouves la vie rochante ?'. Below these is another link: 'cliquez ici pour écouter la capsule'. At the bottom right, there is a bubble: 'Parles-en à JEVI CPS - Estrie.'

Ces activités ont été réalisées en collaboration avec le *Regroupement des ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie (RRCMSME)*. Merci au comité du RRCMSME !

Des énormes mercis à nos collaborateurs!

JEVI est maintenant sur son « 36 » pour sortir !



Voici le tout nouveau kiosque de JEVI.

Un projet qui a vu le jour grâce à une personne très engagée en prévention du suicide.

Merci infiniment à **M. Gilles Beaucage** de l'**Équipe Précision Auto** !



TOUCH : 5 ans comme partenaire de l'activité Épingles

Cette activité ne pourrait se dérouler sans l'appui de M. Gervais Morier des **Industries Touch** qui, pour une 5^e année, a fourni gracieusement les épingles en bois. Merci aussi à **Publiforme**, l'imprimeur qui transforme ces épingles à linge en outil de sensibilisation rapidement et à faible coût !



Merci aussi aux bénévoles de JEVI, partie prenante dans la préparation du matériel pour cette *Semaine*.

Merci d'avoir adhéré à notre virage technologique réduisant ainsi nos frais postaux. Grâce à vos adresses courriel, ce bulletin a été transmis électroniquement à 188 membres ! Nous vous invitons à vous joindre à eux en nous écrivant à preventionsuicide@jevi.qc.ca !