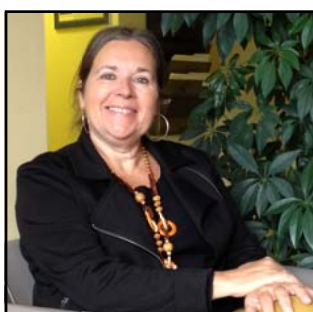


25^e Semaine nationale de prévention du suicide

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



Louise Lévesque
Directrice générale

Chers membres,

Du 1^{er} au 7 février 2015, se déroulera la **Semaine nationale de prévention du suicide** ayant pour thème ***T'es important pour nous. Le suicide n'est pas une option.*** Pour une troisième année, l'[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. Il rappelle également que le suicide ne doit plus être considéré comme une réponse à la souffrance.

JEVI vous invite à vous engager activement dans votre milieu en sensibilisant vos proches, vos collègues et vos employés. Le filet de sécurité humain qu'on bâtit autour des personnes vulnérables et le sentiment d'appartenir à une communauté font partie des pistes de prévention. Vous souhaitez y contribuer? Plusieurs gestes sont à votre portée ! Lisez attentivement les pages 3 et 4 ! Et si vous n'avez pas encore renouvelé votre membership, faites-le dès maintenant. On compte sur vous ! Pour ce faire, vous n'avez qu'à compléter le formulaire ci-joint ou à vous le procurer sur notre site au www.jevi.qc.ca.

Les messages qui doivent circuler !

VALORISER LA DEMANDE D'AIDE

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

PRENDRE CONSCIENCE DE L'AMPLEUR DU PROBLÈME

Chaque jour, trois personnes se suicident au Québec, ce qui totalise plus de 1 000 personnes par année. Ces chiffres ont de quoi indigner puisqu'en plus d'affaiblir le Québec, ces pertes de vie plongent des milliers d'entre nous dans un deuil douloureux. Pendant la **Semaine nationale de prévention du suicide**, l'AQPS et les centres de prévention du suicide souligneront l'ampleur du problème du suicide et insisteront sur le renforcement des mesures d'aide et des pratiques préventives.

RASSEMBLER ET MOBILISER

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

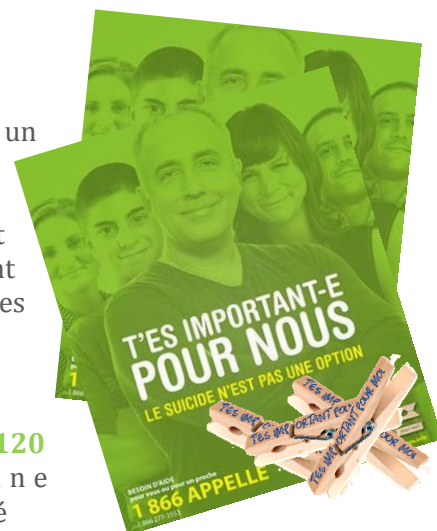
Nouveauté 2015 : Être actif en prévention du suicide dans son milieu de travail !

En Estrie, pour l'édition 2015 de la Semaine nationale de prévention du suicide, une attention particulière a été accordée aux milieux de travail tout en sensibilisant les autres milieux et clientèles. Les entrepreneurs et les travailleurs sont invités à jouer un rôle actif en sensibilisant employés et collègues à la prévention du suicide et à l'importance de prendre soin de sa santé mentale.

Pour prévenir le suicide dans les milieux de travail, JEVI sensibilise des entreprises en Estrie !

Le milieu de travail n'est pas qu'un facteur de stress potentiel. Il peut aussi devenir un facteur de protection si les bonnes mesures sont mises en place. Le travail est d'ailleurs l'un des seuls lieux de socialisation d'une personne qui vit une période de vie particulièrement difficile. Le développement de réseaux d'entraide peut s'avérer fort utile. Ajoutons que les actions préventives dans les entreprises permettent de rejoindre des groupes de la population difficiles à toucher autrement que par des campagnes de sensibilisation. Pensons notamment aux hommes de 35 à 59 ans.

JEVI CPS – Estrie, en collaboration avec le *Regroupement des ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie* (RRCSME), distribuera gratuitement **120 affiches, 3 000 épingles et un guide d'information** à une soixantaine de milieux de travail en Estrie. Plusieurs usines ont, entre autres, été ciblées.



Affiches et épingles aussi distribuées à nos partenaires

Les ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie, les CSSS de l'Estrie, le CHUS, la CSN, la FTQ et d'autres milieux apposeront **250 affiches** dans leur milieu et distribueront **2 000 épingles** lors de différentes activités.

Merci à nos partenaires essentiels pour l'activité *Épingles à linge - T'es important pour moi*



Cette activité ne pourrait se dérouler sans l'appui des [Industries Touch](#) qui ont fourni gracieusement 6 500 épingles pour l'édition 2015 !
Merci à M. Gervais Morier !

[Publiforme](#), c'est l'imprimeur qui transforme ces épingles à linge en outil de sensibilisation ! Il nous offre ce service rapidement et à faible coût !
Merci à Mme Johanne Boislard !



Semaine de prévention du suicide en Estrie

26 janvier, à 9:00



La page Facebook de la [Semaine de prévention du suicide en Estrie](#), 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**.

J'aime · Commenter · Partager ·

Des kiosques midi au CHUS

Des kiosques d'information sur la prévention du suicide ainsi que sur les ressources communautaires en santé mentale en Estrie se tiendront à la cafétéria des 2 sites du CHUS de **11h à 13h**.

- **Le lundi, 2 février 2015 au CHUS - Hôtel-Dieu**
- **Le mardi, 3 février 2015 au CHUS - Hôpital Fleurimont**

Nancy Roy de TDA/H Estrie et Brigitte Pinsonneault du CHUS vous y attendront pour vous épingler !

Une conférence midi au CSSS-IUGS

Le CSSS-IUGS invite ses employés et ses partenaires sherbrookois à une conférence midi animée par Louise Lévesque, directrice générale de JEVI. Cette conférence sera filmée afin de la rendre disponible ultérieurement sur notre site Web.

Pour plus d'information, visitez la page [Semaine de prévention du suicide](#) sur notre site Web


Les milieux de travail jouent un rôle important en prévention du suicide

« Un gestionnaire n'est pas un médecin ou un psychologue. On ne peut pas lui demander de détecter les candidats au suicide. Par contre, on peut lui demander, avec l'aide d'un réseau interne de sentinelles, par exemple, d'essayer d'identifier les employés qui présentent des signes de détresse, de les accompagner, de les diriger vers les ressources compétentes. »

- Jean-Pierre Brun de la Chaire en gestion de la santé et de la sécurité au travail de l'Université Laval lors du Grand forum de la prévention du suicide.


- Le lieu de travail joue un rôle essentiel dans le maintien d'une bonne santé mentale.
- 70 % des employés canadiens ont un certain degré d'inquiétude sur la santé et la sécurité psychologiques dans leur milieu de travail.
- Le milieu de travail est une communauté. Les adultes passent plus d'heures au travail (60 %) que n'importe où ailleurs.
- Environ 500 000 Canadiens n'iront pas travailler à cause de problèmes de santé mentale.
- Avec les bons outils, les gestionnaires et les collègues sont capables d'identifier et de soutenir les employés à risque de suicide.

Quelles actions pouvez-vous poser pour prévenir le suicide dans votre entreprise ?

 **Informez vos collègues et employeurs sur la *Semaine nationale de prévention du suicide* et profitez-en pour leur dire combien ils sont importants pour vous.**

 **Créez et distribuez des épingles *Tu es important pour moi* !**

D'un côté de l'épingle à linge apparaît la mention « T'es important pour moi » et de l'autre « Faites circuler » et « JEVI CPS – Estrie 1 866 APPELLE (277-3553) ».

 Organisez une activité où chaque personne confectionne son épingle, la décorant spécifiquement pour la personne qui est importante pour elle ! Vous n'avez besoin que : d'épingles à linge en bois disponibles dans les magasins à grande surface, de matériel de bricolage et de créativité ! De plus, une épingle virtuelle sera disponible sur la page Facebook [Semaine de prévention du suicide](#) afin d'épingler vos proches sur le Web.

 **Invitez votre employeur à faire former des sentinelles.**

Une sentinelle est une personne adulte, non intervenante, ayant suivi la formation de 7 heures : [Agir en sentinelle pour la prévention du suicide](#). Une sentinelle établit le contact avec la personne en détresse et assure le lien entre les personnes suicidaires et les ressources d'aide du territoire. Toutes les sentinelles ont accès à un soutien et à une aide-conseil avant, pendant ou après le repérage d'une personne suicidaire et la transmission des informations à l'intervenant. C'est gratuit !

Pour de l'information sur ces activités et bien d'autres, consultez le [guide d'information](#) pour les milieux de travail.

En Estrie, en 2013, 46 personnes sont décédées par suicide, l'équivalent d'environ 1 par semaine.

Le suicide est la principale cause de décès liés à des blessures au Canada.

Bien que les décès par suicide touchent presque tous les groupes d'âge, les hommes d'âge moyen (40 à 59) ont les taux les plus élevés.

Les hommes et les femmes en âge de travailler représentent l'un des groupes les plus à risque de suicide.

Pour plus de statistiques sur les décès par suicide en Estrie et au Québec, visitez la page [Comprendre le suicide](#) de notre site Web.

IGA et JEVI : Le suicide n'est pas une option !

Durant la Semaine de prévention du suicide, du 1^{er} au 7 février prochain, les IGA participants seront heureux de recueillir votre don pour JEVI !

**C'est tout simple : faites votre don en passant à la caisse.
100% des dons iront directement aux services d'intervention.**

Une bonne raison de faire votre épicerie chez les IGA participants !

- [IGA Extra Couture](#) situé au 2240, rue King Est à Sherbrooke (MM. Dominic et René Couture)
- [IGA Extra Sherbrooke](#) situé au 3950, rue King Ouest à Sherbrooke (M. David Labonté)
- [IGA Extra](#) situé au 775, rue Galt Ouest à Sherbrooke (M. Yves Chapdelaine)
- [IGA Cookshire](#) situé au 35, rue Principale Est à Cookshire (M. Gilles Denis)

Merci à tous ces propriétaires sous la bannière IGA !



JEVI PASSE À L'ACTION !

Le don en actions est une méthode fiscalement avantageuse de faire des dons de charité et un excellent moyen de maximiser l'impact de vos contributions. Pour faire votre don en actions, veuillez joindre Clément Vallières au 819 564-7349 ou par courriel à clementvallieres@jevi.qc.ca. Vous pouvez aussi lire l'article [Pourquoi faire un don de valeurs mobilières](#) du journal *Les affaires* à ce sujet.

Parlez-en autour de vous !

JEVI est **activement à la recherche de fonds pour éviter des coupures de services**. Tous les dons sont bienvenus ! Une façon simple de nous aider financièrement : faire un don en ligne !

Rendez-vous au www.jevi.qc.ca et cliquez sur



Vous serez alors redirigés sur le site sécurisé de CANADON où vous pourrez faire votre don. Votre reçu fiscal vous sera instantanément émis par courriel.

Les bénévoles de JEVI, partie prenante de l'organisation de la Semaine nationale de prévention du suicide !

Merci à ces bénévoles qui répondent à toutes les demandes qu'on leur lance. Ils n'ont pas peur du travail ! Ils assurent, entre autres, l'envoi des bulletins JEVI... MA VIE et plusieurs autres tâches dans le cadre de la SPS : Mesdames Cristiane Beaudoin, Marthe Boisvert, Madeleine Cardin, Karine Charpentier, Maria Dario, France Delorme, Phyllis Fortin, Renée Glaude, Pierrette Labranche, Lucie Lefebvre, Francine Morissette, Madeleine Giroux, Denise Poulin et Messieurs Roger Cardin, André Couture, Yvan Labranche, Yves Lévesque et Charles Thériault.

Merci d'avoir adhéré à notre virage technologique.
Ce bulletin a été transmis par courriel à 210 membres !
On vous invite à vous joindre à eux.

