

Édition hiver 2009



Louise Lévesque
Directrice générale

Chers membres,

Ce mot, membre, n'est pas anodin. Avoir des membres comme vous, c'est savoir que vous êtes à nos côtés, que vous nous appuyez. C'est réaliser que nous avons, comme organisme, un réel ancrage dans la communauté.

Vous nous avez signifié, en renouvelant votre membership, toute l'importance que vous accordez à la prévention du suicide en Estrie. Soyez assurés que l'équipe, ici, met tout son cœur pour être à la hauteur de vos attentes.

Vous êtes de plus en plus nombreux à soutenir JEVI, votre centre de prévention du suicide en Estrie. En effet, vous êtes aujourd'hui 225 personnes et organisations à avoir complété et retourné la demande d'adhésion ou de renouvellement comme membre. **Merci.**

J'invite, bien sûr, les 116 membres de l'an dernier qui n'ont pas encore renouvelé leur adhésion à le faire le plus tôt possible. Notre lien avec vous est précieux et nous souhaitons vraiment le maintenir! Nous souhaitons aussi que vous demeuriez un lecteur fidèle de ce bulletin. Vous trouverez, en page 4, le tableau décrivant la provenance des membres sur le territoire estrien.

Bonne lecture et bonne *Semaine de prévention du suicide*. ♦

SOMMAIRE

Semaine de prévention du suicide 2009	1
19 ^e édition de la Semaine de prévention du suicide	2
Le matériel promotionnel 2009	2
Activités dans le cadre de la Semaine	2
Y avez-vous déjà pensé ? - Slam	3
Groupe de thérapie pour enfants endeuillés à la suite du suicide d'un proche	4
Provenance des membres sur le territoire estrien	4
GREASE – Spectacle bénéfique au profit de JEVI	4

Semaine de prévention du suicide du 1^{er} au 7 février 2009

Y avez-vous déjà pensé ?

Comme à chaque année, la Semaine de prévention du suicide (SPS) nous revient. Une semaine par année pour nous rappeler la triste réalité du suicide, mais surtout pour nous inviter à agir chacun à sa façon en respectant ses propres limites. Une semaine pour nous rappeler qu'il faut se sentir concerné durant toute l'année.

C'est sous le thème «Y avez-vous déjà pensé?» que se déroulera la 19^e édition de la *Semaine de prévention du suicide*. Cette année, la campagne vise à susciter une réflexion personnelle nous amenant à prendre conscience que le suicide peut toucher tout le monde, qu'il s'agisse de soi-même ou de quelqu'un de son entourage et à faire connaître la ligne d'intervention téléphonique en prévention du suicide **1 866 APPELLE (1 866 277-3553)**.

Le suicide, y avez-vous déjà pensé ? Peut-être...

Toutes ces personnes qui ont perdu un être cher à la suite d'un décès par suicide, y avez-vous déjà pensé ?

Toutes ces personnes qu'on pourrait aider en se sentant concerné, y avez-vous déjà pensé ?

Un seul numéro à retenir, pour s'aider, pour aider :
1 866 APPELLE (1 866 277-3553).

Y avez-vous déjà pensé ?

Au Québec, à chaque jour, entre 3 et 4 personnes s'enlèvent la vie et près de 110 personnes tentent de se suicider. Pourtant, les ressources d'aide existent et sont prêtes à accueillir toutes ces personnes qui vivent de la détresse.

L'ampleur du phénomène permet d'affirmer que, de près ou de loin, un Québécois sur six aura été affecté par le suicide au cours de sa vie. Le suicide est un réel problème de société qui touche tout le monde. Heureusement, chacun de nous peut, à sa façon, apporter l'aide nécessaire. ♦

19^e édition de la Semaine de prévention du suicide

L'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) se donne pour mission de promouvoir la prévention du suicide et de réduire le suicide et ses conséquences en mobilisant le maximum d'individus et d'organisations.

Voilà maintenant 19 ans que l'AQPS et ses promoteurs des quatre coins du Québec s'impliquent et mobilisent leurs milieux dans ce vaste mouvement de prévention du suicide en diffusant les différents outils promotionnels de la SPS et en organisant des activités de sensibilisation. ♦

Le matériel promotionnel 2009

L'affiche

Vous avez, ci-dessous, le visuel de l'affiche mettant de l'avant la thématique de cette année : « Y avez-vous déjà pensé ? ». Cette affiche est composée de manière à interpeller les hommes et les femmes, qu'ils soient jeunes, adultes ou âgés. La question qui nous est posée nous oblige à réfléchir personnellement au sujet du suicide et la dimension importante des caractères du « 1 866 APPELLE » nous oriente vers une solution simple pour s'aider ou aider. ♦

ACTIVITÉS DANS LE CADRE DE LA SEMAINE

Pour lancer cette Semaine, une conférence de presse s'est tenue le mardi, 27 janvier 2009 à 10 h 30 au Vieux Clocher de Sherbrooke. Les porte-parole étaient Mesdames Lyne Lacroix, directrice de L'Éveil, ressource communautaire en santé mentale, Lucie Chouinard, directrice de L'Autre Rive et Louise Lévesque, directrice générale de JEVl Centre de prévention du suicide – Estrie. ♦

L'Éveil, ressource communautaire en santé mentale

- Page spéciale dans le journal *Le Progrès* consacrée au slam de David Goudreault (voir slam page suivante). Cette page est commanditée par le CSSS de Coaticook, l'UPA section-Coaticook et L'Éveil.
- 6 février : Formation à l'intention des intervenants du CSSS et de L'Éveil offerte par JEVl CPS – Estrie : *Le suicide : Comprendre pour mieux réagir*.
- Prestation du slameur David Goudreault, sur l'heure du midi, à la Polyvalente La Frontalière suivie d'un échange de 30 minutes avec les élèves.
- Distribution du matériel promotionnel de la SPS dans le milieu.

Secours-Amitié Estrie

- 29 janvier : Groupe d'entraide pour les écoutants sur le thème du suicide.
- 12 février : Conférence de M^{me} Maryse Chartrand, scénariste et réalisatrice du documentaire *Le Voyage d'une vie*.
- 26 février : Formation *Intervenir auprès des hommes en situation de crise suicidaire* à l'intention des écoutants et des employés offerte par JEVl CPS – Estrie.

L'Ensoleillée

- Envoi de matériel promotionnel à 250 organisations et entreprises de la MRC du Granit.
- 28 janvier : Point de presse en collaboration avec le CSSS du Granit à 10 h 30 dans les locaux de L'Ensoleillée. Porte-parole: M. Pierre Latulippe, directeur général du CSSS du Granit.
- 1^{er} février : Brunch conférence du Juge Michael Sheehan organisé par le CSSS du Granit en collaboration avec L'Ensoleillée dans les locaux des Chevaliers de Colomb, 5358, boulevard des Vétérans à Lac-Mégantic.

JEVl Centre de prévention du suicide – Estrie

- 1^{er} février : Présentation à la suite de la conférence du juge Michael Sheehan à Lac-Mégantic.
- 2 février : Atelier de sensibilisation aux membres de l'Association des personnes handicapées visuelles de l'Estrie.
- 2 février : Atelier de sensibilisation aux élèves de l'École secondaire Le Triolet.
- 3 février : Forum estrien RÉS♂ PRÉVENTION SUICIDE.
- 4 février : Atelier de sensibilisation aux étudiants du Centre de formation des adultes d'Asbestos.
- 4 février : Atelier de sensibilisation aux étudiants de l'Université de Sherbrooke.
- 4 février : Présence au spectacle *Grease* organisé par Stéphanie Ruel, étudiante à l'École du Phare, au bénéfice de JEVl.
- 5 février : Présence à la conférence du juge Michael Sheehan à l'École secondaire Le Triolet. ♦

y avez-vous déjà pensé?



Si la question du **suicide** vous concerne, vous ou un membre de votre entourage, téléphonez au

1 866 APPELLE
1 866 277 3553

Y AVEZ-VOUS DÉJÀ PENSÉ ?

David Goudreault, slameur estrien, a composé un SLAM spécialement pour la Semaine de prévention du suicide.
Prescription pour plus d'efficacité : Lire à haute voix !

JE SUIS DÉJÀ LÀ, TU M'ENTENDS
CE N'EST PAS PLUS CHER QUE ÇA TE COÛTE
ALORS MAINTENANT,
SI TU LE PEUX BIEN, ÉCOUTE !

POSÉ, JE VIENS POSER DES QUESTIONS
JE FAIS PAS DE VOX POP
MAIS J'ESPÈRE FAIRE POPPER DES RÉFLEXIONS
FACE À L'INDIFFÉRENCE
JE FAIS UNE PRISE D'OPPOSITION
ASSEZ DES DÉTOURS
DÉTRESSE, MALADIE MENTALE, SUICIDE
ARRÊTONS DE JOUER AUX SOURDS
ASSEZ DES TABOUS
C'EST PAS LES MOTS QUI SONT DANGEREUX
MAIS LE SILENCE QUI LES ENTOURE
ÉT S'ILS SORTENT DE TA BOUCHE
JE TE SOUHAITE PLUS QU'UN SILENCE LOURD...

Y AVEZ-VOUS PENSÉ ???
AUJOURD'HUI OU DANS LE
PASSÉ
Y'A PAS DE HONTE À SE
SENTIR DÉPASSÉ
QUAND Y A TROP DE
PLAIES À PANSER

TOUS
ON PERDURE FACE À LA PENDULE
DANS NOS TEMPS DURS, TENDUS
MÊME QUAND ON CROIT QUE LE CHRONO EST SUSPENDU
ÉT QUE NOS PRINTEMPS DURENT
POUR TOUS, LE RIDEAU TOMBE
PERSONNE N'A L'ÉTERNELLE TENTURE !
PERSONNE N'EST DE GLACE
LORSQUE LE GLAS SONNE !
UN JOUR OU SURTOUT L'AUTRE, ON SE REND !
MÊME GREFFÉ D'UN NOUVEAU MOTEUR,
UN JOUR OU SURTOUT L'AUTRE,
LA PATATE SE FEND !

POURTANT, POUR TANT DE GENS
C'EST SI DIFFICILE DE PARLER DE LA MORT
SENTIMENT AMER, RÉFLEXION AMORPHE
C'EST MÊME DÉRANGEANT D'ENTENDRE CES STROPHES
FAUT S'Y FAIRE, C'EST LA RÉALITÉ
IL Y A BEAUCOUP DE BLESSÉS DE L'ÂME

QUI VIVENT L'ENFER, ALITÉS
À L'IDÉE QUE LE SUICIDE EST UNE ISSUE
ILS RUMINENT
ESSEULÉS, CRAIGNANT LA FAÇON DONT ILS SONT PERÇUS
MÊME DANS LA NOIRCEUR, LES YEUX CLIGNENT
ILS SONGENT À METTRE UN POINT FINAL
LÀ OÙ DEVRAIT DÉBUTER LA LIGNE...

RESSOURCES PROFESSIONNELLES ET/OU RÉSEAU SOCIAL
IL FAUT LEUR RAPPELER HÉ! HO! Y'A DE L'AIDE !
IL FAUT AUSSI PARFOIS QU'ON SIGNALA
1 866 APPELLE, Y'A PAS DE MAL, C'EST FORT!
1 866 APPELLE, DEMANDER DE L'AIDE
DEMANDE PARFOIS UN EFFORT COLOSSAL...

Y AVEZ-VOUS PENSÉ ???
AUJOURD'HUI OU DANS LE PASSÉ
Y'A PAS DE HONTE À SE SENTIR DÉPASSÉ
QUAND Y A TROP DE PLAIES À
PANSER

TU SAIS, IL Y A DE L'AIDE À
DISPENSER
C'EST PLUS QUE DES SUBVENTIONS À
DÉPENSER

HIER, AUJOURD'HUI, DEMAIN
C'EST DES HUMAINS QUI SOUFFRENT
QUI S'ESSOUFFLENT À COMBATTRE DES PRÉJUGÉS
C'EST DES FAMILLES ENDEUVILLÉES QUI ÉTOUFFENT
DEVANT LA PEUR, LA GÊNE ET LA FUIE DE L'ENTOURAGE
COURAGE, MÊME SI C'EST LONG, ON BRISERA LE SILENCE
ON RÉDUIRA LA DÉTRESSE ET LA RAGE
À L'ENTRAIDE ÉLEVÉE AU RANG DE SCIENCE
ON CREUSERA LE SILLON DE LA MAIN TENDUE ET ACTIVE
CAR...

LA DÉTRESSE, LA MALADIE MENTALE ET LE SUICIDE
RELÈVENT D'UNE RESPONSABILITÉ COLLECTIVE !
EN SOMME, ENSEMBLE
TOUTES CES PERSONNES QU'ON POURRAIT AIDER,
Y AVEZ-VOUS PENSÉ ???

SO, C'EST SOLIDES ET SOLIDAIRES QU'ON CESSE D'ERRER
TOUS CEUX DEBOUT ET BIEN PORTANTS,
AUTANT QUE CEUX QUI ROULENT LEURS PEINES ET LEURS BOSSES
DEPUIS UN BOUT DE TEMPS,
IL FAUT SE SERRER LES COUDES ET L'ÉCOUTE,
C'EST IMPORTANT ! ♦



**GROUPE DE THÉRAPIE POUR ENFANTS
ENDEUILLÉS À LA SUITE DU SUICIDE D'UN PROCHE**



Le jeu CAPITAINE MOI-MÊME est un programme de thérapie de groupe qui s'adresse à des enfants âgés entre 6 et 12 ans endeuillés à la suite du suicide d'un proche.

Ce programme est offert gratuitement depuis 2005 et vise à aider les enfants et leurs parents à vivre cette période difficile et à transmettre l'espoir qu'il est possible de traverser ce deuil complexe.

Le prochain groupe débutera le mercredi, 25 février 2009 à 18 h. La date limite d'inscription est le 13 février 2009.

Pour plus d'information ou pour inscription, contacter Sylvie Potvin, coordonnatrice clinique, au 819 564-1354. ♦

Provenance des membres sur le territoire estrien

Provenance (MRC)	Nb. de membres
Les Sources	7
Coaticook	13
Le Granit	11
Haut-Saint-François	12
Memphrémagog	20
Région Sherbrookoise	135
Val-Saint-François	12
Hors région	15
TOTAL	225

Pascal Marcotte, intervenant à JEVI de 2000 à 2004, a maintenant investi les sentiers de l'entrepreneuriat et est membre fondateur de la coopérative de travail, la toute nouvelle **MICROBRASSERIE BOQUÉBIÈRE**, qui se donne pour mission d'offrir des bières de spécialité ainsi que des produits dérivés authentiques et originaux mettant en valeur le terroir local. Bravo Pascal ! ♦



Projet personnel de **Stéphanie Ruel**

Grease

Spectacle bénéfique pour JEVI

Le Mardi 3 et Mercredi 4 février 09
dès 19h00
à l'école du Phare (405 rue Sara).
5\$ en prévente et 6\$ à la porte
Pour informations: grease2009@live.ca

M^{lle} Stéphanie Ruel, fille de M. Daniel Ruel, ambassadeur de JEVI à Coaticook, vous invite à assister à la représentation de *GREASE*, spectacle bénéfique au profit de JEVI, les 3 et 4 février prochain à 19 heures à l'École secondaire du Phare, 405, rue Sara à Sherbrooke, au coût de 5\$ en prévente et 6\$ à la porte.

Pour information : grease2009@live.ca

Merci Stéphanie d'avoir pensé à ton centre de prévention du suicide en Estrie ! ♦