

PARLER DU SUICIDE SAUVE DES VIES

commentparlerdusuicide.com

Semaine de prévention du suicide
4 au 10 février 2018



Semaine nationale de prévention du suicide 2018

Texte promotionnel

28^e SEMAINE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Parler du suicide sauve des vies

Du 4 au 10 février 2018, l'Association québécoise de prévention du suicide vous invite à vous engager activement pour la cause en sensibilisant votre milieu, vos proches et vos collègues.

Ayant pour thème « Parler du suicide sauve des vies », la 28^e édition de la Semaine de prévention du suicide met l'accent sur un élément fondamental de la prévention, soit la prise de parole. Pour réduire les taux de suicide, il importe d'ouvrir le dialogue sur le sujet. Que l'on souhaite exprimer sa détresse et trouver du réconfort, demander à un proche qui ne va pas bien s'il pense au suicide, diffuser les ressources d'aide ou mobiliser sa communauté, il existe des mots pour en parler de manière préventive et sécuritaire, et des clés pour une écoute attentive. Pour chacune de ces situations, il existe des bénéfices à la prise de parole, qui peuvent renforcer le filet humain et contribuer à sauver des vies.

Le site commentparlerdusuicide.com, lancé pendant l'événement, proposera des conseils pour tous ceux qui ont besoin de parler du sujet.

Vous souhaitez contribuer à la prévention? Des gestes simples sont à votre portée :

- Visitez le site www.commentparlerdusucide.com pour vous informer sur les façons de parler du suicide et de vous engager;
- Offrez des épingles « T'es important-e pour moi » aux personnes de votre entourage afin de leur exprimer l'importance qu'elles ont pour vous;
- Partagez les publications de la campagne sur vos réseaux sociaux #ParlerDuSuicide;
- Posez des affiches de sensibilisation et distribuez des signets dans vos milieux pour faire connaître les messages et les actions de prévention ainsi que les ressources d'aide, dont la Ligne québécoise de prévention du suicide 1 866-APPELLE (277-3553);
- Signez et invitez d'autres personnes à signer la Déclaration pour la prévention du suicide, comme l'ont fait près de 50 000 personnes.

Infos : commentparlerdusucide.com, aqps.info et [@preventiondusucide](https://www.facebook.com/preventiondusucide) sur Facebook

Matériel de sensibilisation : www.aqps.info/commande.html

Ensemble, on peut prévenir le suicide!