



SUR...

LA PRÉVENTION DU SUICIDE



Le suicide est un phénomène complexe et multifactoriel. Il est le résultat d'un cumul de différents facteurs de vulnérabilité et de moments critiques. Un acte suicidaire est généralement précédé d'idées suicidaires. Ces dernières sont des signaux d'alarme qu'il faut considérer sérieusement.

Que vous soyez vous-même en détresse, inquiet.e pour un.e proche, ou impacté.e par un suicide, voici quelques ressources à connaître et mobiliser.

FAIRE FACE À LA CRISE / S'INFORMER

3114

LE NUMÉRO NATIONAL DE PRÉVENTION DU SUICIDE

**3114 : numéro et site
Souffrance prévention
du suicide**

<https://3114.fr>

Si vous êtes en détresse et/ou avez des pensées suicidaires, si vous voulez aider une personne en souffrance, contactez le numéro national de prévention du suicide, le 3114 (accessible 24h/24 et 7j/7, gratuitement).

Sur le site internet du 3114, vous trouverez des ressources pour mieux comprendre la crise suicidaire ainsi que des conseils pour la surmonter.

Papageno Programme
PAPAGENO

<https://papageno-suicide.com/>

Les mots pour parler du suicide ont un impact, tout comme le silence qui l'entoure. Le programme Papageno livre des clés pour en parler avec justesse, afin de prévenir la contagion suicidaire et promouvoir l'entraide et l'accès au soin.

Papageno s'adresse aux professionnels des médias mais aussi à tout.e citoyen.ne qui se questionne sur le sujet du suicide.

La plateforme téléphonique LIVE

Ligne pour la région lyonnaise : 08 05 05 05 69

La ligne téléphonique d'information et d'orientation en santé mentale Live propose une écoute et des réponses adaptées et personnalisées à toute personne ayant des questions en lien avec sa santé mentale ou celle d'un proche.

Live accueille et évalue les demandes de soin, propose des possibilités d'orientation et peut aussi jouer un rôle de coordination (accueil téléphonique 7j/7, de 8h à 20h).



plus de ressources
au dos!



APRÈS LE SUICIDE D'UN.E PROCHE



Espoir : Informations, ressources et soutien pour les endeuillé.e.s par suicide

<https://espoir-suicide.fr/>

Ce site internet répond aux missions suivantes :

- **Apporter des réponses aux questions** que se posent les personnes endeuillées par suicide, par le biais d'une FAQ ainsi qu'une permanence de professionnel.les qui répondent à vos questions via la plateforme.
- Proposer des informations et des **ressources fiables** aux personnes endeuillées par suicide, aux professionnels de santé et aux membres d'associations spécialisées dans la postvention.
- **Orienter** les personnes vers les associations ou professionnels de santé en capacité d'accueillir leur souffrance et besoins.
- Créer une communauté d'expérience autour du deuil par suicide.
- Prévenir les effets négatifs du suicide de leur proche sur la santé mentale des personnes endeuillées.

La vie après le suicide d'un proche : témoignages d'espoir

KATIA CHAPOUTIER



La vie après le suicide d'un proche

Témoignages d'espoir



Autrice : Katia Chapoutier, journaliste ayant également réalisé le documentaire "La vie après le suicide d'un proche", diffusé sur France 5.

Infos pratiques : livre paru en 2018, 334 pages.

Public : personnes endeuillées par le suicide d'un proche.

Contenu : La journaliste présente des **témoignages de personnes endeuillées** par le suicide d'un proche, qu'elle a rencontrées pour la réalisation d'un documentaire sur le suicide et les particularités de ce deuil. Elle propose aussi des **entretiens avec des psychiatres et des spécialistes de la prévention du suicide**.

Ce livre est empruntable à la bibliothèque au rayon P CHA.

**Retrouvez cette fiche
au format numérique
sur notre site:**



Fiche rédigée par Aude Long, documentaliste,
en février 2024, au sein du comité de lecture de la
bibliothèque du CRR. Pour toute question, remarque ou
suggestion, contactez bibliotheque-crr@ch-le-vinatier.fr