



Le suicide n'est jamais une option

MARIE-NOËLLE
L. PAQUETTE



Avec la société qui évolue sans cesse et toutes les campagnes de sensibilisation qui ont été menées dans les dernières années, où en est rendue la cause du suicide en 2011? En parle-t-on suffisamment pour dissiper un peu le profond malaise qui peut être associé à une aussi terrible réalité? Les personnes suicidaires reçoivent-elles tout le soutien dont elles ont besoin?

Selon Michel Bourbeau, directeur général du Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu, beaucoup de progrès ont été faits dans les dernières années, bien que la partie soit encore loin d'être gagnée. En 1999, on comptait quatre suicides par jour au Québec. En 2009, cette triste statistique avait évolué dans la bonne direction en passant de quatre à trois.

LIGNE TÉLÉPHONIQUE

D'excellentes ressources existent pour aider les personnes en crise suicidaire. L'un des principaux services du Centre de prévention du suicide est évidemment sa ligne téléphonique en fonction 24 heures sur 24, sept jours sur sept, que l'on peut joindre en tout temps au 1-866-APPELLE (1-866-277-3553). Le numéro de téléphone est le même où que l'on se trouve au Québec. Lorsque ces appels proviennent

de notre région, c'est le Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu qui y répond.

La ligne téléphonique a répondu l'an dernier à plus de 10 000 personnes de la grande région de la Montérégie, que ce soit des personnes en crise suicidaire, leurs proches inquiets ou encore des intervenants de différents organismes ne sachant pas trop comment gérer des situations touchant le suicide.

Les intervenants du centre offrent également un service de suivi de crise en face à face. Ce sont 198 personnes de chez nous qui ont bénéficié de ce service l'an dernier, pour un total de 1200 rencontres.

SENTINELLES

Michel Bourbeau souligne l'importance d'être à l'écoute de son entourage, afin d'éventuellement reconnaître les signes laissant présager une crise suicidaire. Dans le même ordre d'idées, le Centre de prévention du suicide travaille à former des «sentinelles» dans différents milieux.

Ces personnes deviennent, à l'issue de leur formation, plus aptes à détecter les signes avant-coureurs d'une crise suicidaire et peuvent agir directement dans leur milieu. Cette mesure comporte bien des avantages, selon M. Bourbeau. «Ce n'est pas très dispendieux à mettre en place, et ça rend les communautés capables de se prendre en charge», précise-t-il.

Comme le rappelle M. Bourbeau, il reste beaucoup de travail à faire malgré les progrès enregistrés dans les dernières années. «Il ne faut pas baisser les bras», ajoute-t-il. Il souligne du même souffle que le suicide n'est jamais une option, et qu'un décès par suicide en est déjà un de trop. «On a un peu perdu la faculté de s'indigner, il faudrait la retrouver», conclut-il.

Nous profitons de cet espace pour inviter la population à poser un geste citoyen

en se joignant à la campagne de mobilisation de l'Association québécoise de prévention du suicide. Il suffit de visiter le site www.ajoutermavoix.com et de signer la déclaration de solidarité.

Cette chronique est présentée par la Corporation de développement communautaire Haut-Richelieu/Rouville.

Pour nous joindre: 450 357-9232 ou www.cdchautrichelieu.com. ■

