

NOTA BENE

Le silence est mauvais conseiller

Quand l'idée du suicide vous habite, ou quand un ami l'exprime, il faut en parler.

Aider

C'est écouter, soutenir et accompagner vers des solutions, vers des spécialistes.

Aider l'autre à trouver une solution ne signifie pas forcément trahir sa confiance

Avec un spécialiste, une aide adéquate peut être trouvée.

Le suicide est une réalité

L'ignorer en pensant que cela passera, n'améliore pas la situation.

www.stopsuicide.ch

Sur le site web de STOP SUICIDE se trouvent : des informations d'aide, des téléphones et de la documentation.

Toute idée de tentative de suicide est à prendre au sérieux



Toute idée de tentative de suicide est à prendre au sérieux

Toute personne a déjà pensé à la mort, cependant l'idée de la tentative de suicide n'est pas sans gravité.

Des « idées noires » qui surviennent lors de difficultés qui semblent insurmontables doivent être exprimées et prises au sérieux par l'entourage.

Toute attaque de son propre corps est grave, car elle signifie qu'on n'a plus accès aux mots pour exprimer sa douleur.

Cependant, les solutions ne sont pas toujours simples à trouver lorsque l'on se sent seul ou incompris. Parler en un lieu adéquat permet de trouver des réponses, des échanges et du soutien. Garder certains lieux d'aide en tête, peut être utile pour soi et pour d'autres, car chacun peut être amené à être un relais vers l'aide nécessaire.

BESOIN D'AIDE ?

Centre de Conseil Psychologique de l'Université de Genève

◆ 022 379 74 41 ◆ www.unige.ch/conseil-psychologique
Le Centre propose des entretiens individuels et confidentiels conduits par des professionnels et vous accompagne dans votre démarche.

Antenne Santé de l'Université de Genève

◆ 022 379 77 09 ◆ www.unige.ch/sante
A l'Antenne Santé un médecin répond à toutes vos questions d'ordre médical, évalue votre problème de santé et vous oriente, si nécessaire vers les services de soins appropriés. Consultations gratuites.

Centre d'étude et de prévention du suicide - HUG

◆ 022 382 42 42, Numéro « Help », 24h/24
Des spécialistes de la prévention du suicide à disposition, pour répondre à toute question liée au suicide des jeunes.

La Main Tendue

◆ 143, Numéro gratuit, 24h/24
Une écoute personnalisée, une aide pour surmonter une situation de crise, un accompagnement ponctuel et un soutien dans la gestion du quotidien, la Main Tendue est toujours là.

ÉVÉNEMENTS

16 avril 2008

Stands d'informations

Projection du court-métrage « Sortie de Secours » suivie d'une discussion en présence du réalisateur Thomas Buschbeck.

◆ 18h30 au café l'Ethno (1, rue Bovy-Lysberg)

17 avril 2008

Conférence « Et si on agissait contre le suicide des jeunes ? »

◆ Salle B106 de l'Uni Bastions à 18h30

Intervenants : STOP SUICIDE, le Dr Michel Debout, président de l'Union Nationale de la Prévention du Suicide en France, le Dr Rémy Barbe, responsable des Unités Hospitalières du Service de Psychiatrie de l'Enfant et de l'Adolescent des HUG et le Dr Françoise Narring, responsable de la Consultation Santé Jeunes des HUG.

association
STOP SUICIDE
www.stopsuicide.ch



UNIVERSITÉ
DE GENÈVE

Centre de Conseil Psychologique de l'Université de Genève
www.unige.ch/conseil-psychologique

Antenne Santé de l'Université de Genève
www.unige.ch/sante

7 personnes sur 10 qui font une tentative de **suicide** en avaient parlé avant



7 personnes sur 10 qui font une tentative de suicide en avaient parlé avant

Il est faux de dire que les personnes qui parlent de se suicider ne le font pas. Sur 10 personnes qui ont fait une tentative, 7 s'en étaient ouvertes à leur entourage. Toute allusion au suicide doit donc être prise au sérieux.

Les petites phrases rapides murmurées telles que « Je ne t'embêterais plus longtemps... » ou « Tu n'auras bientôt plus à t'en faire pour moi... » ne doivent pas être banalisées. Ignorer une souffrance n'aide pas à aller mieux.

Être à l'écoute peut sauver une vie, cependant on ne peut pas tout assumer soi-même. Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide auprès de professionnels.

PRET-A-PREVENIR STOP SUICIDE

16-17 avril 2008

Journées de prévention du suicide
Université de Genève



www.stopsuicide.ch