



Agir ensemble pour créer l'espoir:
LE SUICIDE, PARLONS-EN!

10 SEPTEMBRE
JOURNÉE MONDIALE POUR LA
PRÉVENTION DU SUICIDE



Union
Nationale
Prévention
Suicide

VENEZ RENCONTRER LES PARTENAIRES DE L'UNPS





Un village associatif pour



Chaque suicide est dévastateur et a un impact profond sur ceux qui les entourent. Cela peut affecter chacun d'entre nous. Un décès sur 100 dans le monde est dû à un suicide. Cependant, en sensibilisant le public, en réduisant la stigmatisation entourant ce geste et en encourageant des actions, nous pouvons réduire les cas de suicide dans le monde. La Journée mondiale de prévention du suicide est l'occasion de sensibiliser à la prévention du suicide et de promouvoir l'action par des moyens validés qui réduiront le nombre de suicides et de tentatives de suicide dans le monde.

« Créer l'espoir par l'action » rappelle qu'il existe une alternative au suicide et vise à inspirer confiance et perspectives en chacun de nous ; que nos actions, grandes ou petites, peuvent donner de l'espoir à ceux qui luttent. Prévenir le suicide est souvent possible et chacun d'entre nous en est un acteur-clé. Par l'action, nous pouvons faire la différence pour quelqu'un dans ses moments les plus sombres - en tant que membre de la société, en tant qu'enfant, en tant que parent, en tant qu'ami, en tant que collègue ou en tant que voisin. Nous pouvons tous jouer un rôle en soutenant celles et ceux qui traversent une crise suicidaire ou qui sont endeuillés par le suicide.



la Prévention du Suicide



Les pensées suicidaires sont complexes. Les facteurs et les causes qui mènent au suicide sont intriqués et nombreux. Aucune approche unique ne fonctionne pour tout le monde. Ce que nous savons, c'est que certains facteurs et événements de la vie peuvent rendre une personne plus vulnérable au suicide. Des problèmes de santé mentale tels que l'anxiété et la dépression peuvent également être des facteurs contributifs. Les personnes suicidaires peuvent se sentir piégées ou un fardeau pour leurs amis, leur famille, leur entourage et se sentir ainsi seules, n'ayant aucune autre option que le suicide. La pandémie de COVID-19 a contribué à accroître les sentiments d'isolement et de vulnérabilité. En créant de l'espoir par l'action, nous pouvons rappeler aux personnes qui ont des pensées suicidaires, tout comme à leur entourage, qu'il y a de l'espoir et que nous nous soucions d'elles et voulons les soutenir.

(Source : OMS / IASP 2021)



PRÉVENIR
ENSEMBLE
ET PARTOUT



A l'occasion de la journée mondiale de prévention du suicide, l'Union Nationale pour la Prévention du Suicide (UNPS) organise, avec l'aide de ses partenaires, ce village associatif animé par ses adhérents.

L'UNPS a pour objet d'alerter, de sensibiliser et d'informer toute personne sur la prévention du suicide et plus globalement du mal-être et de l'isolement.

Dans la perspective du « bien vivre ensemble », ce village est l'occasion de rencontrer, d'échanger, de dialoguer avec vous.

Toutes les structures d'aide proches de chez vous sur :

UNPS.fr

POUR VOUS AIDER en IDF

 **Centre de Prévention du Suicide**
01 42 78 19 87

Structure d'accompagnement et de soins de lutte contre l'isolement et la prévention du suicide

 **Empreintes**
01 42 38 08 08

Relation d'aide et de soutien après un deuil

 **Entr'actes**
01 47 85 65 48

Thérapies individuelles, soutien et accompagnement psychologiques des familles

 **Le Refuge**
06 31 59 69 50

Lutte contre l'isolement des jeunes homosexuel-le-s et transsexuel-le-s

 **La Porte Ouverte**
01 48 78 02 35

Accueil pour une écoute anonyme en face à face

 **SOS Help Line**
01 46 21 46 46

Help to talk things over. English-language listening line

 **S.O.S Amitié**
01 42 96 26 26

Ecoute anonyme de toute personne en souffrance psychique ou physique

 **S.O.S Suicide Phénix**
01 40 44 46 45

Passerelle entre les personnes en souffrance et l'offre de soin en santé

 **Suicide Ecoute**
01 45 39 40 00

Ecoute anonyme des personnes en souffrance psychologique et / ou ayant des idées suicidaires, et de leurs proches

 **Vivre Son Deuil**
03 22 42 31 64

Soutien et aide aux personnes en deuil

 **La Santé de la Famille**
01 71 93 82 32

Entraide aux personnes en difficulté avec l'alcool ou d'autres substances psychotropes

 **MGP, la mutuelle des forces de sécurité**
01 47 11 25 60

Service d'écoute et de soutien auprès d'un psychologue indépendant dédié aux adhérents couverts par une garantie santé MGP

 **Night Line Paris**
01 88 32 12 32

Dispositifs destinés aux étudiant.e.s en mal-être

 **Fédération Addiction**
01 42 28 83 34

Réseau au service des professionnels accompagnant les usagers dans une approche médico psycho sociale et transdisciplinaire des addictions