

SENSIBILISER LE GRAND PUBLIC À LA SANTE MENTALE

Journée nationale de Prévention du suicide

Ingrid GILLAIZEAU

Responsable Unité Santé mentale, Santé publique France

Ingrid.gillaizeau@santepubliquefrance.fr

05/02/26

Actions Santé mentale 2025 – Santé publique France



PUBLICATIONS SCIENTIFIQUES TOUT AU LONG DE L'ANNÉE, AVEC NOTAMMENT...

Référentiel CPS
tome 1

Données Enabee
Usage écrans et recours
aux soins chez les enfants

Bulletin Surveillance
annuelle des
conduites suicidaires

Santé en Action
Dossier dédié à la
santé mentale

Données BSPF 2024
Prévalences des principaux
indicateurs de santé mentale

...

3 TEMPS FORTS DE COMMUNICATION GRAND PUBLIC

07 JUILLET – 03 AOÛT

Campagne
« **JenParleA** » – Rediffusion

100% digital



29 SEPTEMBRE – 23 NOVEMBRE

Sortie et campagne de promotion du site
santementale-info-service.fr

Digital et
Affichage terrain



9 NOVEMBRE – 10 DÉCEMBRE

Campagne contre la stigmatisation
« **À qui ressemble ?** »

TV & Radio



Stratégie de communication grand public santé mentale



UN DISPOSITIF (SITE, CAMPAGNES, PARTENARIATS) AU SERVICE DE 3 OBJECTIFS

2021: Campagne adultes
En parler, c'est déjà se soigner



2021/2022/2025: Campagne ados
J'en parle A



2023/2024: Campagne ados *Fil Good*
Promotion comportements favorables



2025: Campagne de promotion du site *Santementale-info-service.fr*



2025: Campagne adultes
A qui ressemble



Partenariats publics spécifiques

→ **Informations** (Clépsy, Santépsyjeunes, Nightline, Psycom)

→ **Aide à distance** (3114, SOS Amitié, SOS suicide phénix, Suicide écoute, Phare enfants parents, Fil santé jeunes)



FOCUS SUR LE SITE SANTE MENTALE INFO SERVICE



Santé Mentale info service - Méthodologie de conception



Un site...



Qui répond aux besoins du grand public : 68% se déclarent mal informés sur les symptômes, 55% sur ce qu'il faut faire pour prendre soin de sa santé mentale, 50% ne savent pas où chercher de l'information en santé mentale [Coviprev (2021, 2022), PsyCoprev (2025)]



Qui repose sur la littérature scientifique : identification de comportements à promouvoir qui ont un impact positif sur la santé mentale



Qui s'aligne sur les modèles internationaux évalués ou inspirants : Every Mind matters (UK), Beyond Blue (Australie), Depression.org & small steps (NZ)



Qui a été co-construit avec les personnes concernées : Communauté en ligne sollicitée pendant plusieurs semaines (recrutée selon sexe, âge, CSP, niveaux de diplôme et de littératie, état de santé mentale, aidant)



Qui propose des contenus fiables : reposent sur des données scientifiques, relus par des comités d'experts et des parties prenantes (représentants métiers, représentants usagers ...)



Accessible à tous : fort enjeu d'accessibilité avec une attention particulière aux personnes à faible littératie* (numérique ou santé) et aux populations les plus vulnérables (personnes isolées; situation de précarité...)

*Littératie = capacités à accéder, comprendre, utiliser les informations

Santé Mentale info service – Objectifs, cible, contenus



OBJECTIFS

- Informer sur la santé mentale, dans toutes ses dimensions, en la positionnant comme un concept positif, faisant partie de la santé globale et présente dans tous les aspects et moments de la vie ;
- Faire connaître les différentes façons de prendre soin de sa santé mentale, des habitudes de vie jusqu'à l'orientation vers un professionnel en cas de souffrance psychique ;
- Disposer d'un lieu d'atterrissage pour les campagnes de communication

CIBLE

La population française adulte (+18 ans), avec une attention particulière pour les personnes à faible littératie et en situation de vulnérabilité

CONTENUS

Articles, informations et conseils, vidéos d'experts, quiz, outils (*journal du sommeil, journal de gratitude, outil de relaxation...*), annuaires de ressources...

DESTINÉ À ÉVOLUER

Articles et contenus complémentaires notamment pour les populations à risque; nouveaux outils; fonctionnalités...

Santé Mentale info service - Rubriques



Comprendre la santé mentale

 C'est quoi la santé mentale ?

 Ce qui influence ma santé mentale

La santé, c'est aussi la santé mentale

On a tous une santé mentale. Et c'est possible d'en prendre soin, même quand ça va bien.

C'est quoi la santé mentale ?



En prendre soin

 Bouger plus

 Se relaxer

 Reconnaître ses émotions

 Se centrer sur le positif

 Bien dormir

 Manger mieux

 Être là les uns pour les autres

 Réduire sa consommation de substances

 S'aérer

 Pratiquer un loisir

 Parler quand ça ne va pas

Repérer les signes

 Repérer les signes

 Les troubles anxieux

 Les troubles dépressifs

Aider quelqu'un

Un de mes proches va mal, comment l'aider ?

Trouver de l'aide

 Savoir s'informer

 Les professionnels de santé

 Les associations

 Les psychothérapies

 Les lignes d'écoute

 Les soins en santé mentale

Besoin d'aide

Besoin d'aide urgente ?

En cas d'idées suicidaires

 **3114**
Prévention suicide

En cas d'urgence

 **15**
Urgences

24h/24 7j/7
Appels gratuits & confidentiels

Santé Mentale info service - Univers graphique

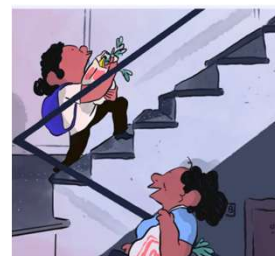


UNE IDENTITÉ VISUELLE QUI POSITIONNE LA SANTÉ MENTALE COMME UN CONCEPT POSITIF

- Une palette colorielle douce, travaillée pour être lisible (contraintes d'accessibilité RGAA)



- Un traité illustratif (par Maëlle Réat) proche de la bande dessinée, pour ancrer le sujet dans le quotidien de façon tendre et ludique
- Une représentation inclusive de la société



Santé Mentale info service - Contenus media



Des vidéos d'interview-expert sur la définition de la santé mentale, les déterminants de santé mentale, l'alimentation, l'exposition à la lumière du jour, la centration sur le positif et l'activité physique

Des exercices pour prendre soin de sa santé mentale : vidéo cohérence cardiaque, audio Relaxation musculaire et outils PDF à télécharger.



Santé mentale, ils en parlent

Arnaud Carré : "Ma santé mentale ne dépend pas que de moi. Elle dépend en fait de plusieurs facteurs."

⌚ 3 min



Damien Tessier : "20 à 30 minutes d'activité physique quotidienne suffisent, à une allure moyenne, modérée ou dynamique."

⌚ 2 min 30



Vidéo

Cohérence cardiaque

Une respiration profonde pour retrouver un sentiment d'apaisement et favoriser la détente physique et mentale



Audio

Relaxation musculaire

Un exercice à écouter pour prendre soin de sa santé mentale



PDF

Les activités pour prendre soin de ma santé mentale

Pour noter les moments de qualité et mieux les intégrer au quotidien

PDF - 1,59 Mo



Testez vos connaissances

À partir de combien de temps d'exposition à la lumière par jour ressent-on des bienfaits ?

Dès 10 à 15 min

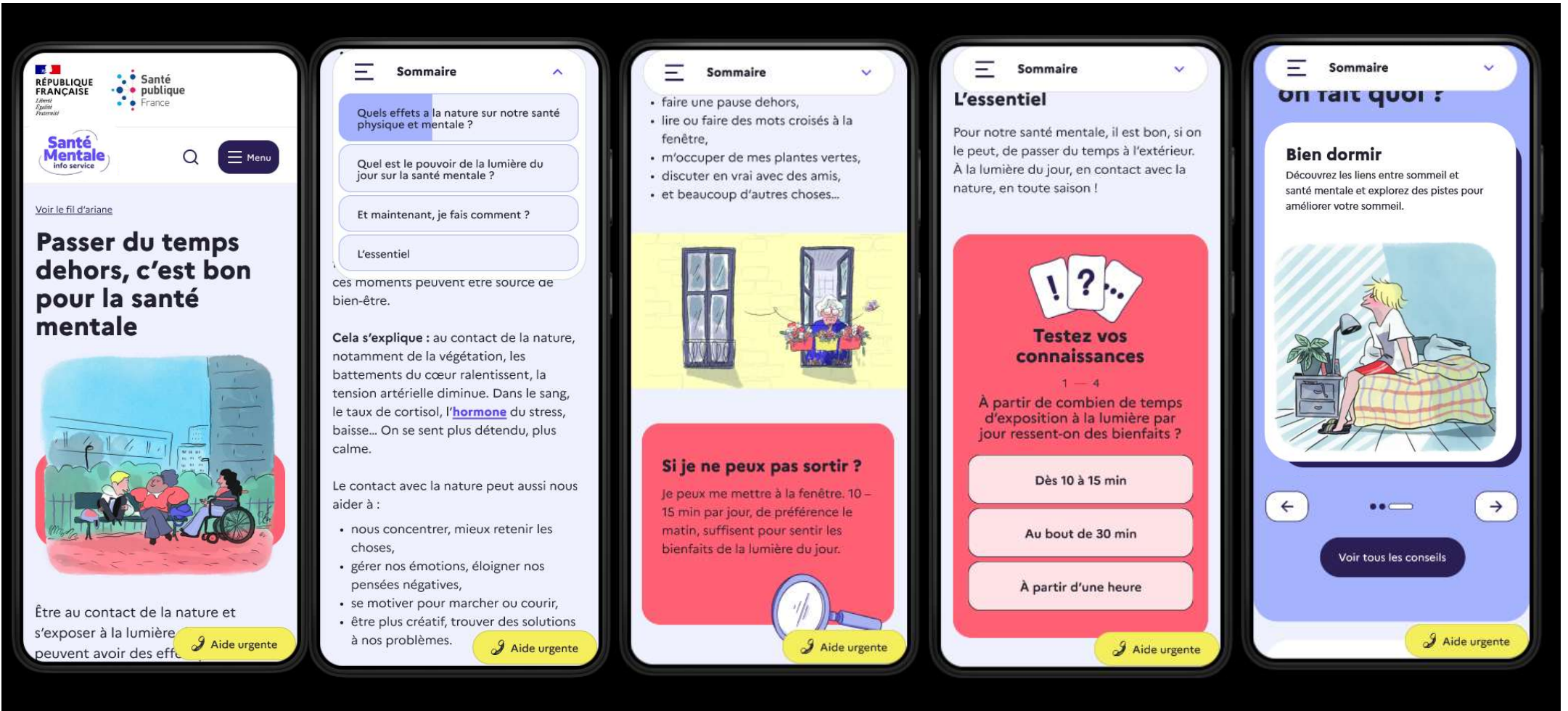
Au bout de 30 min

À partir d'une heure

Santé Mentale info service : Page d'accueil MOBILE



Santé Mentale info service : Exemple d'article



Santé Mentale info service : Exemple d'article



REPUBLICAINE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Santé publique France

Santé Mentale
info service

Menu

Voir le fil d'ariane

Un de mes proches va mal, comment l'aider ?

Parmi mes proches, voisins, collègues, amis, famille, je pense qu'une personne ne va pas bien ? Voici quelques pistes pour lui apporter mon aide.

4 min

Besoin d'aide

Sommaire

- Comment repérer que quelqu'un ne va pas bien ?
- Comment aborder le sujet ?
- Savoir adapter son soutien au besoin

Comment en parler ? Comment écouter ?

Face à un proche qui va mal, on peut se sentir démuni. On peut craindre d'être maladroit. Pourtant, aborder le sujet a souvent des effets positifs, même si cela nous semble difficile ou risqué. Exprimer simplement son inquiétude, en disant par exemple : « Je m'inquiète pour toi, je suis là si tu veux parler. », cela permet de montrer à la personne qu'elle n'est pas seule et qu'elle peut parler en toute confiance.

Notre objectif n'est pas de forcer se confier ni de trouver des solutions.

Besoin d'aide

Sommaire

ce moment », elle peut le prendre comme une accusation. Elle peut se sentir coupable. Une phrase comme « Je m'inquiète de voir que tu es souvent seul en ce moment » exprime ce que l'on ressent sans la juger.

Comment aborder le sujet avec un proche qui va mal ?

Quand un proche va mal et qu'on ne sait pas comment en discuter avec lui, on peut dire

- « Je m'inquiète de voir que tu es souvent seul en ce moment »
- « Je m'inquiète pour toi car j'ai remarqué que tu es souvent triste... »
- « Je me fais du souci, j'ai l'impression que tu ne te sens pas bien en ce moment... »
- « Je me rends compte que ça n'a pas l'air facile pour toi en ce moment, est-ce que je peux faire quelque chose pour t'aider ? »
- « Je ne veux pas te forcer, mais sache que tu n'es pas seul, je suis là si tu as besoin. »

Prendre le temps d'écouter

Une fois la discussion entamée, il vaut mieux laisser parler la personne, sans l'interrompre si possible. Quand elle s'arrête, on peut la relancer en posant d'autres questions. On peut l'encourager et lui montrer qu'on s'intéresse à elle.

Besoin d'aide

Sommaire

Les signes préoccupants qui demandent une intervention rapide

Si des signes ou comportements préoccupants apparaissent, comme des paroles laissant craindre un geste suicidaire ou des changements soudains d'attitude (abattement ou agitation extrême, violence, délire, hallucinations, **souffrance psychique** intense, comportements ou propos confus), il peut s'agir d'une **urgence psychiatrique** et il est important d'agir rapidement. Ne laissez pas ces signaux sans réponse. En cas d'idées suicidaires, pour vous ou pour un proche, vous pouvez contacter le **3114**, le numéro national de prévention du suicide. En cas d'urgence, pour vous ou pour un proche, contactez le SAMU au 15. Ces numéros sont accessibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 partout en France. Les appels sont gratuits et confidentiels.

Besoin d'aide

Sommaire

Pour aller plus loin

Notre guide pour trouver de l'aide

Associations, professionnels de santé mentale, centres spécialisés : de nombreuses ressources sont à disposition en cas de besoin.

Besoin d'aide

Les signes auxquels faire attention

Certains signes peuvent aussi aider à repérer une souffrance parmi les personnes de notre entourage. Comment les reconnaître ?

Besoin d'aide

Fil rouge 2026 : Présence continue sur les réseaux sociaux



Tout au long de l'année, 4 publications sont médiatisées chaque mois sur Meta (Facebook et Instagram) pour faire connaître Santé Mentale info service et ses contenus.



Comportement : activité physique

JANVIER



Consommation : tabac



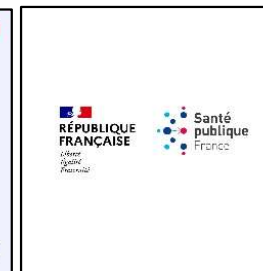
Oser en parler à : un professionnel de santé



Comportements prosociaux



Message générique de promotion du site



FEVRIER



Aider un proche



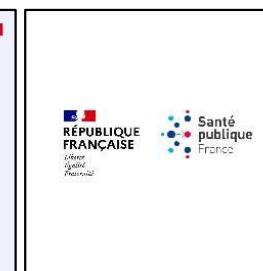
Oser en parler à : une ligne d'écoute



Comprendre la santé mentale : les déterminants



Oser en parler quand ça ne va pas, c'est déjà prendre soin de soi



Pour aller plus loin



- <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/barometre-de-sante-publique-france-resultats-de-l-edition-2024>



- <https://www.santepubliquefrance.fr/competences-psychosociales>



- <https://www.santementale-info-service.fr/>



- <https://sante.gouv.fr/prevention-en-sante/sante-mentale/promotion-et-prevention/la-prevention-du-suicide/article/le-dispositif-de-recontact-vigilans>



- <https://3114.fr/>

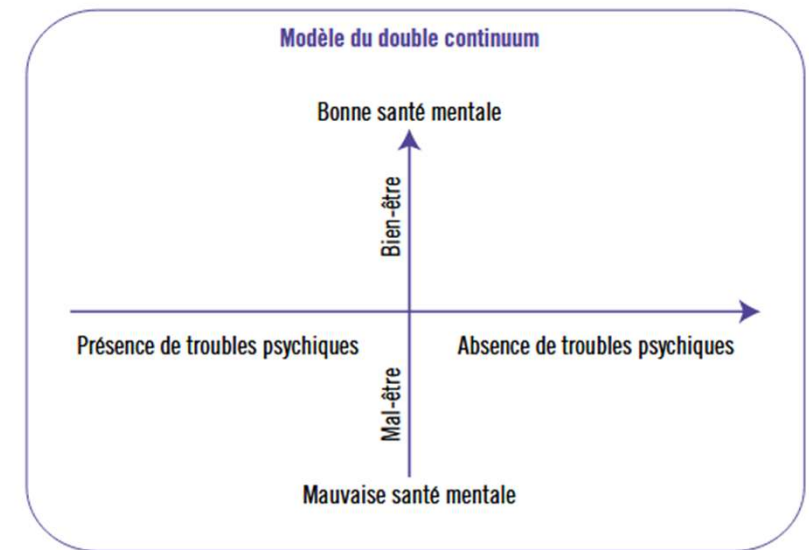


- <https://www.santepubliquefrance.fr/la-sante-en-action-octobre-2025-n-471-sante-mentale-comprendre-les-determinants-pour-agir>

Merci de votre attention !

Définition de la santé mentale

- **Santé:** « un état de complet bien-être **physique, mental et social** et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité » ¹ (OMS, 1946)
 - **Santé mentale:** « un état de **bien-être mental** qui nous permet de faire face aux sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté » ² (OMS, 2006, 2022)
- La santé mentale est un concept positif
- Ne se limite pas à la présence de troubles psy (1/5 pers.)
- Intègre le continuum bien-être vs mal-être (5/5 pers.)
- **La santé mentale concerne tout le monde !**



« Il n'y a pas de santé sans santé mentale » (OMS, 2001)

[1] Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé, 1946.

[2] « Santé mentale : relever les défis, trouver des solutions », Rapport de la Conférence ministérielle européenne de l'OMS. OMS Europe, Copenhague, 2006

[3] Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. Journal of Health and Social Behavior, 43(2), 207-222. <https://doi.org/10.2307/3090197>

De l'observation à l'action en santé mentale



Surveiller en continu



Observer la population



Soutenir le développement des compétences psychosociales et les programmes de soutien à la parentalité



Informier et promouvoir les comportements favorables à la santé mentale



Evaluer et soutenir le déploiement de dispositif prévention et d'aide à distance



Lignes d'écoute et sites internet soutenus par Santé publique France

SOS AMITIÉ FRANCE	Écoute des personnes en détresse	09 72 39 40 50 24h/24, 7j/7 Service anonyme et gratuit + appel non surtaxé sos-amitie.com
SOS SUICIDE PHÉNIX	Accueil et écoute des personnes en souffrance psychique, des personnes au suicide, et de leur entourage	01 40 44 44 45 De 14h à 23h, 7j/7 Service anonyme et gratuit + appel non surtaxé sos-suicide-phenix.org
SUICIDE ÉCOUTE	Écoute des personnes en grande souffrance psychique, des personnes au suicide, et de leur entourage	01 45 39 40 00 24h/24, 7j/7 Service anonyme et gratuit + appel non surtaxé suicide-ecoute.fr
PHARE ENFANTS-PARENTS	Accueil et écoute des parents souffrants, des enfants, des adolescents, et de leur entourage	01 43 46 00 62 Du lundi au vendredi de 10h à 19h Service anonyme et gratuit + appel non surtaxé phare.org

Pour devenir bénévole, rendez-vous sur le site www.spsf.org des associations

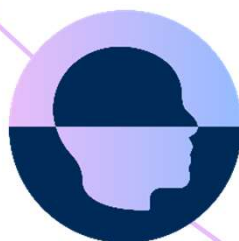


Santé mentale

Grande Cause Nationale



7,1/10
score moyen de
satisfaction de vie actuelle



16% ont vécu un
épisode dépressif
caractérisé dans l'année

1 sur 2 n'a pas consulté

6% ont vécu un
trouble anxieux
généralisé dans l'année

30% n'ont pas consulté

5,2% pensées suicidaires
dans l'année

5,4% tentatives de
suicide au cours de la vie

Une moins bonne santé mentale parmi :

Les femmes

Les < 30 ans

Les personnes en difficultés financières

Les personnes vivant seules

Stratégie de prévention



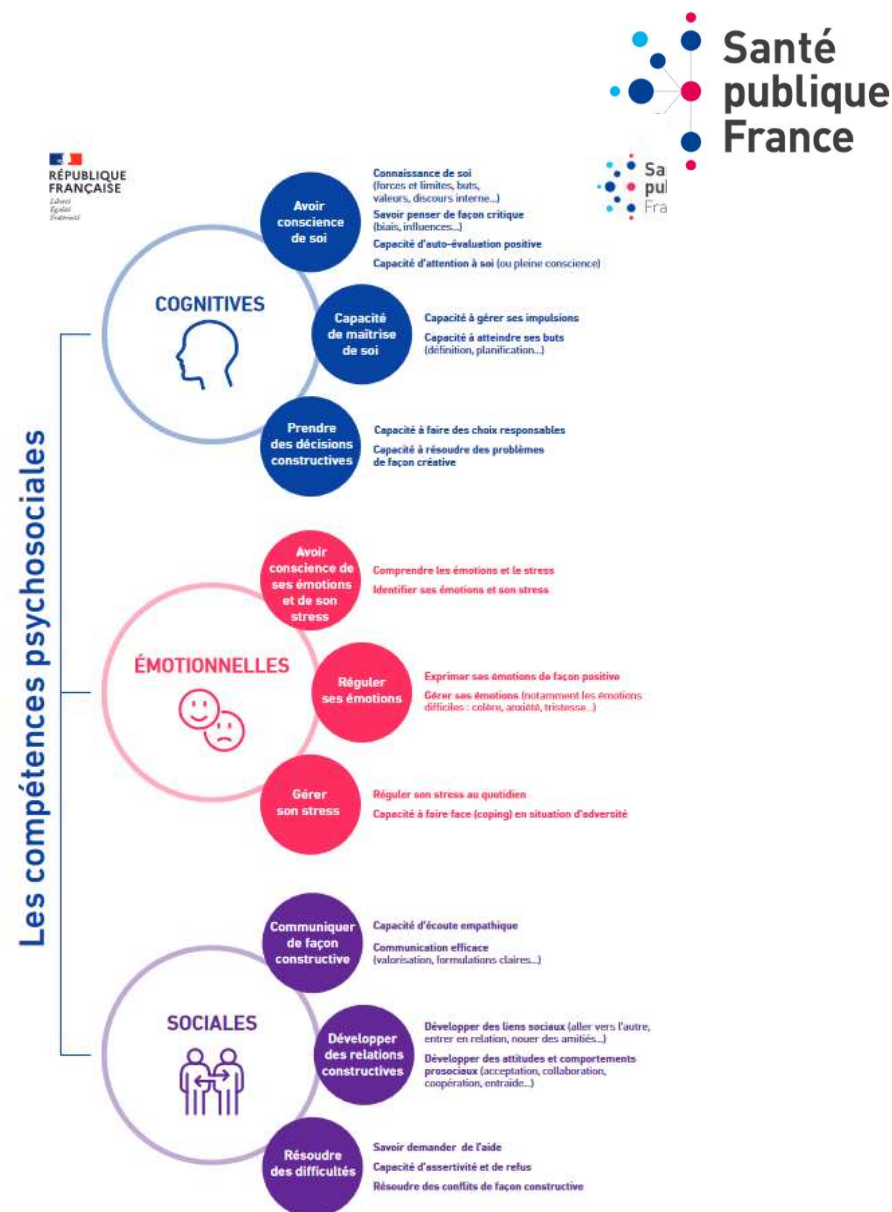
Objectifs : promouvoir la santé mentale, prévenir les troubles psychiques et conduites à risque et lutter contre la stigmatisation

- Soutenir le **développement des compétences psychosociales** dès le plus jeune âge
- **Santementale-info-service.fr** : site national de référence pour informer, prévenir et orienter le grand public sur la santé mentale
- **Campagnes de communication** pour sensibiliser le grand public sur la santé mentale



Les compétences psychosociales

- **Définition:** Les compétences psychosociales sont un ensemble de compétences psychologiques (cognitives, émotionnelles et sociales) qui permettent de maintenir un état de bien-être psychique
- **Accroître les connaissances et les attitudes favorables concernant le développement des CPS auprès des professionnels** par la conception de référentiel, supports pédagogiques et séminaires nationaux et régionaux
- **Favoriser le recours et la mise en œuvre d'interventions CPS fondées sur les données probantes** par l'identification et l'évaluation de programmes prometteurs de développement CPS
- **Renforcer les CPS de la population** par la création d'un programme CPS en ligne et l'inclusion des CPS au sein des actions de communication visant à promouvoir les comportements favorables à la santé mentale



Etat des besoins, connaissances, représentations en sante mentale sources: Coviprev (2021, 2022), PsyCoprev (2025, données non publiées)



TROUBLES PSYCHIQUES

68% mal informés sur les troubles et leurs symptômes, 69% ne savent pas ce qu'il faut faire en cas de troubles et 63% vers qui s'orienter
24% trouvent honteux de parler de ses problèmes psy

SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE

- **70% associent spontanément des mots négatifs au terme santé mentale (maladies, troubles, handicaps...)**
- **70% sont tout à fait d'accord avec le fait qu'on a tous une santé mentale et 54% avc le fait d'en prendre soin même quand ça va bien**
- **55% se sentent mal informés sur ce qu'il faut faire pour prendre soin de santé mentale, même quand ça va bien**
- **62% déclarent ne pas prendre régulièrement soin de leur santé mentale (parmi eux, 33% ne savent pas comment faire)**
- **50% ne savent pas ou chercher de l'information en santé mentale**
- **Facteurs associés : Jeunes, CSP-, inactifs, Troubles, Hommes**

RECOMMANDATIONS

- Informer sur les symptômes et les ressources
- Destigmatiser le mal-être et recours aux soins
- Informer sur la dimension globale et positive de la SM
- Informer sur le fait que nous avons tous une santé mentale et qu'on peut en prendre soin
- Informer sur les comportements favorables à la santé mentale
- Inciter à l'adoption de ces comportements
- Orienter vers un dispositif dédié
- Surcibler certaines populations

Contexte- Fondements scientifiques du site



UN SITE QUI REPOSE SUR LA LITTÉRATURE SCIENTIFIQUE

- Revue de littérature scientifique sur les comportements favorables à la santé mentale (Pereira, A., & Dubath, C. (2022); Revue de littérature interne Santé publique France, 2025).
- Identification de 13 comportements ayant un impact significativement positif sur la santé mentale

Comportements	Qualité de la recherche	Comportement correspondant à une compétence psychosociale
Activité physique	I - II	
Sommeil	II	
Alimentation	III	
Consommation de substances	I ¹	
S'aérer (lumière du jour*, nature**)	II* - III**	
Pratiquer un hobby	III	
Relaxation (pleine conscience*, musculaire*, cohérence cardiaque**)	II* - III**	+
Identification des émotions	III - IV	+
Se centrer sur le positif (gratitude)	I	+
Comportements pro-sociaux	I	+
Aider quelqu'un	I - II	
Chercher de l'aide (professionnelle*, proche**)	II* - IV**	+
Consulter des auto-ressources	II	

Qualité de la recherche (selon la méthode proposée par Ackley et al., 2007)

Niveau I	Revue systématique et méta-analyses, ou au moins 3 études expérimentales de haute qualité méthodologique
Niveau II	Moins de 3 études expérimentales de haute qualité méthodologique
Niveau III	Etudes corrélationnelles de haute qualité méthodologique
Niveau IV	Etudes de qualité sur des cohortes; études corrélationnelles de basse qualité méthodologique

Tableau inspiré de : Pereira, A., & Dubath, C. (2022). Les comportements promoteurs d'une bonne santé mentale: Synthèse de la littérature scientifique (minds 02/22), Genève.

¹Comportement introduit suite à la synthèse de littérature réalisée par Santé publique France Revue de littérature SPF, 2025: Revues de revues systématiques et méta-analyses.

Contexte- Modèles internationaux

ET QUI S'ALIGNE SUR LES MODÈLES DE SITES INTERNATIONAUX INSPIRANTS



ROYAUME-UNI



AUSTRALIE



NOUVELLE-ZELANDE

THÉMATIQUES COUVERTES

- **Prendre soin de sa santé mentale et de son bien-être** : habitudes de vie (alimentation, activité physique et consommation), restructuration cognitive des pensées négatives (gratitude), méditation, mindfulness, bien dormir, développer le lien social, développer ses loisirs....
 - **Principaux troubles psychiques** : anxiété, dépression, troubles du sommeil et la thématique suicide
 - **Ressources pour être aidé** : annuaires professionnel, auto-support, aide à distance (conseiller ou coach), forums
 - **Aider les autres** : prendre soin de la santé mentale d'un enfant, aider un proche avec un trouble psychique
-
- **PUBLICS ADRESSÉS** : adultes, jeunes adultes
 - **CONTENUS** : Questionnaire « mind plan » avec des conseils personnalisés (UK), « checklist » de symptômes de la dépression et de l'anxiété (UK, Au, NZ), témoignage vidéos, itw d'experts, exercices en ligne (Nz), Forums, chat, ligne d'aide (Au)

Méthodologie d'élaboration des contenus du site



ÉTAPES PRÉPARATOIRES : COMPRENDRE LES BESOINS ET LE CONTEXTE

- **ÉTUDES QUANTITATIVES ET QUALITATIVES :**
 - **Module d'enquête Coviprev (2021) :** analyse des besoins d'information en santé mentale auprès des Français de 18 ans et plus.
 - **Étude qualitative Kantar (2023) :** exploration des représentations sociales, préoccupations, des freins et leviers liés à la recherche d'informations et de soutien en santé mentale.
 - **Etude PsyCoprev (2025) :** enquête quantitative pour évaluer et suivre l'évolution des connaissances, représentations et comportements liés à la santé mentale.
- **ANALYSE DE LA LITTÉRATURE ET BENCHMARK :**
 - **Revue scientifique :** synthèse des travaux sur les comportements favorables à la santé mentale (Pereira, A., & Dubath, C. (2022); Revue de littérature interne Santé publique France, 2025).
 - **Benchmark :** comparaison des sites français et des homologues internationaux ciblant des objectifs similaires.
- **CONSULTATION D'EXPERTS :**
 - Échanges avec le comité d'appui thématique (experts en santé mentale) et le comité d'interface (parties prenantes) pour valider la structure et les objectifs du site (mars 2024).

Contenus du site: relecteurs



LISTE DES RELECTEURS

Page	RELECTEURS
Activité physique	Damien Tessier
Sommeil	Damien Léger
Alimentation	Guillaume Fond
Exposition	Antoine Pelissolo
Emotions	Rebecca Shankland
Gratitude	Rebecca Shankland
Se faire aider	Rebecca Shankland
Loisirs	Rebecca Shankland

Page	RELECTEURS
Prosocial	Rebecca Shankland
Définition	Cyril Tarquinio
Déterminants	Cyril Tarquinio
Les thérapies	Gladys Mondière
Les professionnels	Gladys Mondière
Les associations	Aude Caria et Estelle Saget
Les lieux de soin	Angèle Consoli
Repérer les signes	Antoine Pelissolo

Methodologie evaluative de la conception du site

ACCOMPAGNEMENT CONCEPTUEL BIT

V1 du site – 1^{er} et 2^e trimestres 2024

Méthodologie

- Scan de la littérature, ateliers et réunions de travail, benchmark

Objectifs

- Élaborer une théorie du changement
- Identifier les déterminants des comportements cibles prioritaires
- Constituer un éventail de fonctionnalités

V2 évolution du site – 2^e et 3^e trimestres 2025

Méthodologie

- Scan de la littérature, ateliers et réunions de travail, benchmark, posttest V1 et prétest V2

Objectifs

- Réaliser des retours qualitatifs sur le site V1
- Consolider et prioriser les fonctionnalités clés à ajouter à la V2, réaliser un prétest.
- Accompagner le design de l'évaluation du site

PRÉTEST QUALITATIF Verian

V1 du site – Nov.-déc. 2024

Méthodologie

- Communauté en ligne prenant appui sur le modèle UX Honeycomb: 7 sollicitations sur 6 semaines du 12/11 au 21/12/24 + 10 entretiens individuels + 1 mini focus group (n=5)
- Personnes recrutées (25 ans et +) : 33 participants, recrutés selon des critères sexe, âge, CSP, niveaux de diplômes et de littératie en santé mentale, état de santé mentale, dont 3 proches aidants et 11 avec troubles. Surreprésentation des CSP- et faible niveau en littératie en santé

Objectifs

- S'assurer de la compréhension, clarté et impact des éléments sur le fond et la forme
- Matériel prétesté : page d'accueil, pages articles, illustrations, storyboard d'une vidéo

Dispositifs de prévention du suicide

Subventions de dispositifs d'aide à distance

- SOS Amitié, SOS suicide phénix, Suicide écoute, Phare enfants parents, Fil santé jeunes

31 14, Numéro national de prévention du suicide

- Ligne confidentielle, gratuite, professionnelle et accessible gratuitement 24/24h et 7/7j en Hexagone et en Outre-mer
- Missions : Ecoute, évaluation de la crise suicidaire, intervention, urgence, orientation ou suivi de crise
- Numéro accessible aux professionnels ayant besoin d'un avis spécialisé et à toute personne inquiète pour un proche de son entourage

Dispositif VigilantS

- Dispositif post-hospitalier de veille et de recontact (carte postale + rappel téléphonique) des patients suicidants pour prévenir la réitération suicidaire.
- Déployé en Hexagone et en Outre-mer
- Evaluation d'efficacité > Réduction du risque à 12 mois de récurrence ou de décès par suicide de 38%
- 1 € investit dans vigilantS permet d'économiser 2€ de coût de santé



Si vous êtes en détresse et/ou avez des pensées suicidaires, si vous voulez aider une personne en souffrance, vous pouvez contacter le numéro national de prévention du suicide, le 3114 (ouvert 24h/24h et 7j/7j, gratuit, confidentiel et professionnel)

