

Journée mondiale de la prévention du suicide le 10 septembre

L’AQPS invite le gouvernement et les citoyens à resserrer le filet humain avec l’arrivée possible d’une deuxième vague de la pandémie

Québec, le 9 septembre 2020 – La 18^e Journée mondiale de la prévention du suicide (JMPS) se tiendra le 10 septembre 2020 sous le thème [Ensemble pour prévenir le suicide](#). Avec la possibilité d’une deuxième vague de la pandémie, l’Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) sollicite chaque acteur de la société à resserrer le filet de sécurité autour des personnes qui pourraient être plus vulnérables. Dans un souci de prévention du suicide, le gouvernement doit poursuivre ses efforts et ses investissements en matière de santé mentale.

« La pandémie ne semble pas s’accompagner d’une hausse de suicides au Québec. En revanche, la situation a engendré une augmentation de la détresse psychologique et des symptômes de troubles mentaux, deux facteurs de risque qui peuvent être associés au suicide. Nous interpellons donc nos élus afin qu’ils renforcent le soutien psychologique offert aux Québécois. Cela nous paraît prioritaire », a indiqué Jérôme Gaudreault, directeur général de l’AQPS.

La crainte d’une deuxième vague, la perspective de contracter la maladie et d’infecter d’autres personnes, les conséquences financières, le surmenage ou les barrières d’accès aux soins font partie des éléments qui peuvent avoir des répercussions sur la santé mentale des individus. L’AQPS se préoccupe notamment des personnes qui vivaient déjà de l’isolement avant la COVID-19, de celles qui sont vulnérables au suicide ou des personnes ayant des problèmes de santé mentale. Une attention doit également être portée aux travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux et à ceux des milieux de soin ou d’hébergement pour aînés.

Espoir et résilience

L’AQPS tient à transmettre un message d’espoir et de résilience. « Jusqu’ici, les Québécois ont fait preuve de persévérance et de solidarité. Ils ont réussi à trouver des façons de demeurer en contact, notamment grâce aux technologies. Cela fait partie des facteurs de protection, éléments essentiels pour prévenir le suicide. Il est nécessaire de nous rappeler que nous avons de grandes forces et une capacité importante d’adaptation. La situation est temporaire et il est possible de retrouver un équilibre dans cette nouvelle réalité. Nous avons vécu des difficultés, mais cette crise a également révélé certaines de nos forces individuelles et collectives », a poursuivi Jérôme Gaudreault. Si la situation devient trop lourde et qu’on sent que nos forces diminuent, il ne faut pas attendre pour demander de l’aide. Les intervenants des centres de prévention du suicide, de la ligne 1 866 APPELLE (277-3553), des centres de crise et de la ligne Info-Social 811 peuvent nous soutenir.

Souligner la Journée mondiale

Pour souligner la JMPS, l'AQPS invite les Québécois à allumer une chandelle le 10 septembre pour démontrer leur appui à la prévention du suicide, leur soutien aux endeuillés par suicide ou en souvenir d'un être cher. Les citoyens et les organisations peuvent contribuer au renforcement du filet humain en posant des gestes simples comme appeler, texter ou visiter un proche qui semble affecté par la pandémie ou offrir du soutien à une personne de leur entourage. Des messages de sensibilisation seront disponibles sur la [page Facebook de l'AQPS](#).

À propos de la JMPS et de l'AQPS : www.aqps.info

Besoin d'aide pour vous ou un proche

1 866 APPELLE (277-3553), disponible 24/7, partout au Québec.

- 30 -

Source :

Catherine Rioux
Coordonnatrice des communications
Association québécoise de prévention du suicide
Cellulaire : 581-888-2199
crioux@aqps.info

