

# Les sentinelles

Journée régionale sur le suicide et les aînés,  
Capitale-Nationale

Par Bertrand Gignac, directeur général de l'Arc-en-ciel,  
Portneuf

Et par Renée-Claude Laroche, directrice générale du Centre de  
prévention du suicide de Charlevoix

# Plan de la présentation

- Bref historique
- Objectif du réseau des sentinelles
- Qu'est-ce qu'une sentinelle ?
- Rôle des sentinelles
- Pourquoi implanter des sentinelles auprès des aînées ?
- L'implantation de sentinelles dans votre milieu

# Bref historique

- La situation des hommes au Québec dans les années 90
- 1998: Stratégie québécoise d'action face au suicide
- 2000: Projets pilotes dans la Capitale-Nationale
- 2003: Programme national de santé publique 2003-2012
- 2004: Évaluation de l'implantation de 3 projets de sentinelles en prévention du suicide (DSP de la Capitale Nationale)
- 2005: Plan d'action en santé mentale 2005-2010
- 2006: Cadre de référence sur l'implantation de réseaux de sentinelles par la MSSS
- 2006: Le MSSS confie le mandat à l'AQPS de concevoir et de produire un programme de formation de sentinelles

# Objectif du réseau des Sentinelles

- Renforcer le filet de sécurité autour des personnes à risque suicidaire de façon à réduire le nombre de personnes ayant des comportements suicidaires et le nombre de suicides.

# Qu'est-ce qu'une sentinelle ?

## *Les sentinelles sont:*

- Des adultes de 18 ans et plus, susceptibles d'être en contact avec des personnes suicidaires (travail, activités bénévoles, leur position dans la communauté)
- Des personnes ayant des qualités d'aidants naturels
- Des personnes qui s'engagent de façon volontaire

## *Les sentinelles ne sont pas:*

- Des professionnels de la santé et des services sociaux ainsi que ceux d'autres secteurs (intervenant, psychologue, médecin...)
- Des proches d'une personne suicidaire
- Eux-mêmes en besoin d'aide

# Rôle de la sentinelle

## *Définition:*

Le rôle des sentinelles est donc principalement d'établir le contact et d'assurer le lien entre les personnes suicidaires et les ressources d'aide du territoire (intervenant désigné).

## *Analogie:*

On peut comparer le rôle des sentinelles à celui des personnes capables de donner les premiers soins ou de pratiquer la réanimation cardiorespiratoire: des membres de la communauté, formés pour agir promptement, assurent un soutien en attendant que les spécialistes prennent la relève.

# Rôle de la sentinelle (suite)

*Plus spécifiquement, la sentinelle doit:*

- Repérer les signes précurseurs liés au suicide;
- Recueillir l'information en vue de vérifier la présence d'idées suicidaires;
- En l'absence d'idées suicidaires, renseigner la personne sur les ressources du milieu et l'encourager à demander de l'aide;
- En présence d'idées suicidaires, recueillir les informations relatives à l'urgence suicidaire;
- Transmettre les informations à l'intervenant désigné pour déterminer les suites à donner: assurer le RELAIS.

# Pourquoi implanter des sentinelles auprès des aînés?

- Les personnes suicidaires sont souvent sous-détectées;
- Plusieurs personnes sont isolées et manquent de soutien social;
- Plusieurs aînés ont de la difficulté à demander de l'aide ou ne connaissent pas les ressources disponibles;
- La formation des membres de l'entourage à « repérer » et à « agir » de façon appropriée contribue à la prévention du suicide (Mishara, B. L. 2000).



# L'implantation de sentinelles dans votre milieu

- Contactez le responsable des sentinelles au Centre de prévention du suicide (CPS) de votre territoire;
- Susciter l'adhésion dans le milieu ciblé;
- Rechercher et sélectionner les futures sentinelles;
- Former les sentinelles: formation *Agir en sentinelle pour la prévention du suicide*, de l'AQPS, d'une durée de 7 heures, offerte par un formateur du CPS.