

20<sup>e</sup> Journée mondiale de la prévention du suicide

## Raviver sa flamme intérieure pour se sentir vivant

**Trois-Rivières, le 8 septembre 2022** – La 20<sup>e</sup> Journée mondiale de la prévention du suicide se tiendra ce samedi 10 septembre sous le thème « Ravive TA flamme », où les gens sont invités à raviver leur flamme intérieure pour garder l'espoir vivant. Les directions de la *Fondation* et du *Centre de prévention du suicide Accalmie* (CPSA) ont pris cette thématique au sérieux et ont choisi de raviver la flamme des membres du personnel et des conseils d'administration en organisant, aujourd'hui, un dîner-causerie et une activité de reconnaissance, leur permettant ainsi de se rassembler et passer un moment de qualité tous ensemble.

« Partout dans le monde, la Journée mondiale de la prévention du suicide est soulignée dans une optique de créer l'espoir par l'action. Il s'agit d'un appel fort à s'engager pour la vie. Cette année, nous avons pris le thème « Ravive TA flamme » au pied de la lettre en agissant sur nous-mêmes, notre propre équipe, en organisant une activité de reconnaissance. Nous avons aussi profité d'un dîner-causerie pour solidifier les liens avec nos partenaires et notre entourage direct », exprime Patrice Larin, directeur général du *Centre de prévention du suicide Accalmie*.

L'événement s'est tenu à l'Île Saint-Quentin, un site en plein air paisible et qui favorise les saines habitudes de vie, ce qui va dans le même sens que le message véhiculé à la population. « En fait, par cette journée, nous souhaitons montrer l'exemple et démontrer qu'il

s'agit parfois de petites choses du quotidien qui peuvent faire une réelle différence. Au fond, le message est simple : agir sur nous-mêmes, prendre soin de soi et prendre du temps pour soi, adopter de saines habitudes de vie et être bien entouré, c'est ce qui peut contribuer à entrevoir une lueur d'espoir dans un moment sombre », souligne Mylène Davignon, directrice par intérim de la *Fondation prévention du suicide Accalmie*.

### Souligner le travail des intervenants

Cette journée spéciale du 8 septembre était l'occasion de reconnaître l'excellent travail accompli par la trentaine d'intervenants du CPSA. Ces hommes et ces femmes qui, jour après jour, offrent une écoute attentive et sans jugement aux personnes en détresse en les soutenant et les accompagnant de la meilleure façon possible, grâce à leur bagage professionnel et leur formation en intervention. « Ce travail n'est pas toujours évident et il faut avouer qu'avec la pandémie, notre équipe ne l'a pas eu facile. Il était important pour nous de souligner leurs efforts et les remercier pour ce qu'ils font », soutiennent M. Larin et Mme Davignon. Il faut dire que le *Centre de prévention du suicide Accalmie* est la seule ressource spécialisée en prévention du suicide en Mauricie.

Le 10 septembre, les directions de la *Fondation* et du *Centre de prévention du suicide Accalmie* invitent la population, tout comme les membres du personnel et des conseils d'administration, à prendre du temps pour eux, et ce, afin de raviver leur flamme intérieure.

À noter qu'à l'occasion de la 20<sup>e</sup> Journée mondiale de la prévention du suicide, la conseillère clinique et formatrice agréée du CPSA, Geneviève Blier-Moreau, sera en entrevue avec l'humoriste Mélanie Ghanimé dans le cadre du balado « Mélanie Consulte », disponible sur sa chaîne [YouTube](#) ainsi que sur les plateformes de diffusion.



Mylène Davignon, directrice par intérim de la *Fondation prévention du suicide Accalmie* et Patrice Larin, directeur général du *Centre de prévention du suicide Accalmie* entourés des employés, membres du conseil d'administration et partenaires du Centre et de la *Fondation*.

### Des chiffres évocateurs

Les statistiques en lien avec le suicide sont éloquentes. À l'échelle mondiale, un million de suicides ont lieu chaque année. On estime qu'un suicide a lieu toutes les 40 secondes et une tentative, toutes les 3 secondes. C'est plus que l'ensemble des personnes tuées par les guerres et les catastrophes naturelles annuellement. À cela s'ajoutent 10 millions de nouveaux endeuillés à travers le monde.

Le nombre d'interventions réalisées par l'équipe du CPSA est tout aussi impressionnant. Seulement depuis le début de la pandémie, plus de 33 000 interventions ont été recensées.

### Faire partie de la solution

« Parfois, les gens nous demandent quels gestes ils peuvent poser pour faire une différence. Comme société, nous pouvons faire partie de la solution en prenant soin de nous-mêmes et en entretenant un bon entourage. Plusieurs actions sont à notre portée pour nous protéger et protéger nos proches, que ce soit la famille, les amis, les collègues, etc. Ouvrir des discussions directes et franches sur le sujet de la prévention du suicide est un élément clé. D'ailleurs, si tout le monde s'engageait personnellement à demander de l'aide en période de détresse, ce serait un énorme pas. Le message est le même année après année : parler du suicide sauve des vies », mentionne le directeur général du CPSA.

Il y a aussi différentes façons d'appuyer la cause, que ce soit en faisant un [don à la Fondation](#) ou en soutenant le mouvement [Le choix impossible](#), une initiative Regroupement des organismes de base en santé mentale (ROBSM 04-17), visant l'amélioration de la qualité de vie professionnelle du personnel œuvrant dans ce domaine.

*Au Québec, la Ligne québécoise de prévention du suicide 1 866 APPELLE (277-3553) est la ressource à privilégier puisqu'elle est accessible sur l'ensemble du territoire, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.*

### À PROPOS DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE ACCALMIE ([www.preventiondusuicide.com](http://www.preventiondusuicide.com))

Le Centre de prévention du suicide Accalmie (CPSA) est un organisme ayant comme mission de prévenir le suicide et d'en réduire les impacts. Le Centre offre à la population des services professionnels et spécialisés visant la prévention du suicide, l'intervention et la postvention. L'engagement est une valeur proactive qui décrit la vision générale du Centre de prévention du suicide Accalmie. Les services couvrent l'ensemble de la Mauricie ainsi que les MRC de Bécancour et de Nicolet-Yamaska.

### À PROPOS DE LA FONDATION PRÉVENTION DU SUICIDE ACCALMIE ([www.preventiondusuicide.com](http://www.preventiondusuicide.com))

La Fondation a pour mission de soutenir financièrement le Centre de prévention du suicide Accalmie afin qu'il continue à offrir des services d'aide professionnels et spécialisés à la population, le tout dans le but de prévenir le suicide et d'en réduire les impacts. La Fondation se donne aussi comme mandat de sensibiliser la communauté à la problématique du suicide. De plus, elle poursuit ses travaux et son développement de manière à maintenir la confiance du public envers l'organisme. Elle assure la gestion des sommes qui lui sont confiées avec rigueur et transparence.



#### Source :

Patrice Larin  
Directeur général  
Centre de prévention du suicide Accalmie

Mylène Davignon  
Directrice par intérim  
Fondation prévention du suicide Accalmie

#### Information et gestion des entrevues :

Steve Renaud  
BEAUDOIN relations publiques  
Bur : 819 840-2829, poste 302  
Cell : 819 698-3837  
[steve@beaudoinrp.com](mailto:steve@beaudoinrp.com)