

AGIR EN SENTINELLE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

Les *Sentinelles* sont des adultes qui désirent s'engager de façon volontaire pour agir comme RELAIS entre les personnes en détresse ou vulnérables au suicide et les ressources d'aide sur leur territoire. Leur rôle peut être comparé à celui des personnes formées en premiers soins : assurer un soutien en attendant que des professionnels prennent la relève.

Cette formation s'adresse aux personnes qui dans leur contexte de travail ou de bénévolat, sont susceptibles de venir en aide à une personne en détresse ou vulnérable au suicide, dans les limites du rôle de la sentinelle. La sentinelle est outillée pour reconnaître dans son milieu de vie les signes précurseurs des comportements suicidaires et peut ensuite diriger la personne vers les ressources d'aide appropriées. Cette formation est arrimée au Cadre de référence « *L'Implantation de réseaux de sentinelles en prévention du suicide au Québec* » ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS).

Qui peut être sentinelle ?

Des adultes susceptibles d'être en contact avec des personnes vulnérables au suicide dans leur travail (par exemple, les enseignants), leurs activités bénévoles (club social, association de quartier, entre autres), la place qu'ils occupent dans leur milieu ou leur communauté (ex. des animateurs, préposés à l'accueil, accompagnateurs ou bénévoles), ou pour leurs qualités d'écoute.

Qui n'est pas considéré comme sentinelle ?

Certains professionnels (médecins, policiers, autres intervenants de la santé et services sociaux), les proches d'une personne suicidaire et les jeunes de moins de 18 ans.

Objectifs - La formation *Agir en sentinelle pour la prévention du suicide* permet de se familiariser avec la prévention du suicide et d'apprendre à :

- Reconnaître l'influence des valeurs et des croyances ;
- Repérer les personnes vulnérables au suicide ;
- Vérifier la présence d'idées suicidaires ;
- Recueillir les informations relatives à la planification du suicide ;
- Favoriser la demande d'aide ;
- Transmettre les informations à l'intervenant désigné ;
- Respecter ses limites en tant que sentinelle ;

Renseignements et inscription

La formation peut être donnée à votre organisme (école aux adultes, association de quartier, association récréative et sportive, organisme communautaire, etc.) ou à votre milieu de travail en constituant un groupe de 8 à 12 personnes. La formation est gratuite et elle est disponible en virtuel via zoom (2 blocs de 4 heures) ou en présentiel (journée de 7 heures).

Les organismes Suicide Détour, le Centre d'aide 24/7 et AutonHomme Pontiac donnent cette formation dans les territoires de l'Outaouais avec des formateurs accrédités par l'Association Québécoise de Prévention du Suicide (AQPS). Vous souhaitez organiser une formation *Sentinelle* dans votre milieu de travail, au sein de votre organisme, votre association ou dans votre communauté ? Informez-vous auprès de la Direction de santé publique (DSPU) du CISSS de l'Outaouais, en communiquant avec **madame Marie Hortas**, agente de planification, programmation et recherche, à l'adresse courriel suivante: marie.hortas@ssss.gouv.qc.ca