Dossier thématique

SEPTEMBRE JAUNE

Qu'est-ce que le septembre jaune?

Le mois de septembre est l'occasion, en France comme à l'étranger, de porter une attention particulière au phénomène suicidaire.

Cette démarche globale, amenant de multiples acteurs sociaux, sanitaires et médico-sociaux à agir, porte le nom de "septembre jaune", dans la lignée d'autres démarches auxquelles sont consacrés des mois de l'année ("octobre rose" pour le cancer du sein, "mars bleu" pour le cancer colorectal).

Septembre jaune, c'est donc 30 jours pour parler avec insistance du suicide, pour informer le public et les professionnels, ainsi que pour diffuser des outils et des démarches de prévention et de gestion de l'événement suicidaire.

Le point d'orgue de cette démarche est le 10 septembre, date de la journée internationale de la prévention du suicide (JIPS).

Ce dossier vise à soutenir cette démarche importante et à informer les professionnels du médico-social des ressources disponibles pour accompagner les personnes. Au-delà de l'action d'information, le but est surtout d'éviter que les usagers et bénéficiaires les plus vulnérables sur le plan psychosocial soient exclus des informations diffusées, alors même qu'ils sont particulièrement concernées par la problématique, comme l'attestent les statistiques annuelles produites par l'ONS (Observatoire National du Suicide).

Vous trouverez donc dans ces pages divers éléments pouvant soutenir des démarches de prévention et de gestion.

Les ressources proposées dans ce dossier

- Le site de la JIPS et ses ressources en communication ;
- Le site du 3114 et ses différentes sections ;
- Les outils de l'UNPS (Union Nationale Prévention suicide) ;
- Un MOOC de l'Université de Montpellier ;
- Les replays d'un cycle de conférences (2023) sur le suicide des personnes âgées ;
- Les bulletins d'actualité du DEFI.

Le site de la JIPS

Le site de la Journée Internationale de prévention du suicide propose de multiples éléments permettant de s'engager en tant que professionnel dans la démarche du septembre jaune.

On y trouve notamment:

» le programme des événements en lien avec le 3114 (numéro national de prévention du suicide) ;

» Les éléments visuels de la JIPS, disponibles gratuitement pour toute personne intéressée ;

» Le lien vers le site internet du 3114 (voir pages suivantes de ce dossier) ;

» Le lien vers l'événement Minecraft qui est organisé cette année.

Les visuels de la JIPS

Les visuels proposés sont assez similaires d'une année sur l'autre. On y trouve particulièrement:

Le badge JIPS, qui peut être imprimé sur des documents ou même être porté sur des vêtements en signe de soutien à la démarche.

Le logo du 3114, ainsi que la possibilité de commander des cartes à distribuer aux personnes accompagnées.

Et bien d'autres outils de communication (dont des affiches et des gabarit de bâches de 4 x 1,5 mètres!) sur une multitude de supports afin de pouvoir réellement s'impliquer dans la promotion de la démarche.

Le site du 3114

Depuis le 1er octobre 2022, à la suite des Assises de la santé mentale et de la psychiatrie (qui ont pointé l'absence de réponse globale à la problématique suicidaire sur le territoire national), un numéro unique est accessible 7/7 et 24/24 à toutes personnes ayant besoin d'assistance face à une crise suicidaire.

Ce numéro, le 3114, est gratuit et permet de trouver un interlocuteur face à la détresse, qu'il s'agisse de celle de l'appelant ou de celle d'une personne que ce dernier essaie d'aider ou d'accompagner dans sa souffrance.

En composant ce numéro, qui est unique sur tout le territoire (dont les DOM-TOM), la personne se voit dirigée vers **les ressources locales** de son territoire d'appel, dans une logique similaire aux 15, 18 et 112.

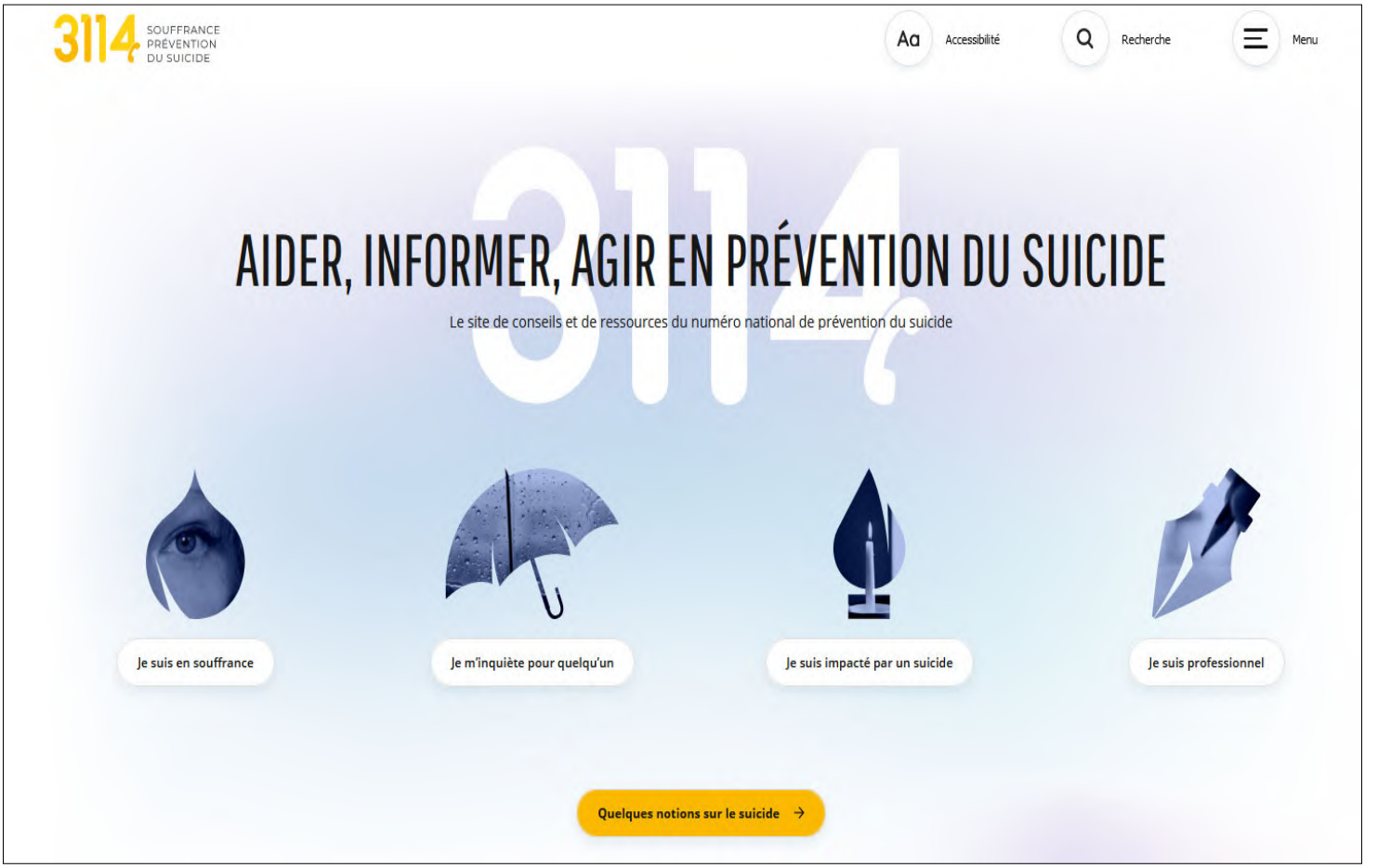
Dans ce cadre, un site internet a été constitué afin de proposer une information en ligne venant compléter l'action directe des répondants téléphoniques.

Le site internet se scinde en quatre sections différentes, relatives à des situations distinctes:

- Une section à destination des personnes en souffrance ;
- Une section à destination des proches d'une personne en souffrance ;
- Une section informant les personnes touchées par un décès lié à un acte suicidaire ;
- Les professionnels en recherche d'informations et de ressources pour accompagner et aider.

Chaque section est spécifiquement conçue pour être facilement accessible et donner une information efficace et pertinente à l'internaute.

Les pages suivantes du dossier en présentent le contenu par le biais de captures d'écran.



La page 3114 à destination des personnes en souffrance

Cette page regroupe des informations efficaces pour permettre à une personne en situation de souffrance, voire de détresse, d'avoir l'opportunité de trouver des réponses immédiates à sa situation.

<u>Son contenu suit les recommandations de bonnes pratiques dans la réponse à apporter à une situation de crise</u>:

» Favoriser le recul sur les émotions et la détresse, par des informations permettant de ne plus se sentir seul ou impuissant face à ce qui est éprouvé ;

» Mieux comprendre la crise suicidaire, pour lutter contre le vécu d'inéluctabilité du passage à l'acte ;

» Trouver des ressources locales et globales pour être aidé ;

» Avoir des conseils immédiats et à court terme pour favoriser une meilleure santé mentale ;

» Comprendre, par la lecture de témoignages des survivants de crise suicidaire, qu'il existe un espoir.

La page 3114 à destination des proches

Cette page s'adresse aux proches (famille, partenaires de vie) d'une personne en situation de crise suicidaire.

Son contenu vise à réduire l'impuissance et à favoriser une action aidante et efficace:

» Mieux comprendre la crise suicidaire pour mieux agir ;

» Pouvoir évaluer les choses et identifier l'urgence lorsqu'elle se présente ;

» Trouver des ressources locales et globales pour être accompagné dans son action d'aidant ;

» Pouvoir soutenir un proche qui a été endeuillé par une perte lié à un suicide ;

» De manière globale, fournir une aide pouvant briser le sentiment de solitude et de désarroi face à la douleur d'une personne.

La page 3114 à destination des personnes endeuillées et exposées

Cette page s'adresse à toute personne ayant été exposé au suicide d'un tiers, **qu'il ait abouti ou non**.

En effet, la recherche en suicidologie montre que l'entourage d'un proche qui a vécu un suicide ou une tentative de suicide présente un risque accru de passage à l'acte dans son propre avenir.

<u>Son contenu vise donc à réduire l'impact du suicide en tant que facteur de risque à court, moyen et long terme</u>:

» Mieux comprendre la crise suicidaire de l'autre, pour mieux pouvoir la penser au lieu de la subir ;

» Pouvoir affronter le deuil spécifique d'un suicidaire, en ayant des conseils et des soutiens adaptés ;

» Trouver des ressources pour réaliser une annonce de suicide, et se sentir moins impuissant face à cette épreuve ;

» Pouvoir être aidé en tant qu'endeuillé et/ou personne exposée, en étant guidé vers les ressources adaptées.

La page 3114 à destination des professionnels

Cette page s'adresse aux professionnels de tous horizons, cherchant à:

» Trouver des ressources pour accompagner une personne en situation de souffrance psychique présentant des éléments suicidaires ;

» Trouver de la documentation sur le suicide et les accompagnements qu'il implique ;

» Trouver des ressources pour diffuser de l'information sur la compréhension et la prévention du suicide ;

» Pouvoir être aidé face à un suicide au sein de l'institution dans laquelle le professionnel travaille (accompagner les personnes accueillies, savoir réagir avec les collègues) ;

» Avoir les coordonnées d'un centre répondant du 3114, pour toute démarche professionnelle, dont les partenariats.

Le 3114

En tant que numéro national, le 3114 est une ressource précieuse pour accompagner les personnes en situation de crise suicidaire, qu'il s'agisse de les amener à composer le numéro (pour trouver de l'aide pouvant aller jusqu'à l'envoi des secours) ou pour le composer soi-même afin d'être guidé dans la gestion d'une situation de souffrance qui nous dépasse.

A savoir:

» A l'instar du 15, du 18 et du 112, le 3114 peut être composé sur n'importe quel téléphone, **même si celui-ci ne dispose pas de forfait téléphonique** (cas des téléphones à forfait bloqué ou de type mobicarte).

» Le service 3114 est en lien direct avec les dispositifs de soutien en psychiatrie et en urgence médicale (de manière concrète, il se situe dans l'immense majorité des cas dans les mêmes locaux que les répondants du 15 ou des urgences psychiatriques locales), **il est donc joignable 7 jours sur 7 et 24h sur 24**.

Le 3114 dispose de nombreux visuels et supports de communication, il ne faut donc jamais hésiter à les diffuser autour de soi ou à les situer dans des endroits stratégiques sur le lieu de travail. Certains sont en FALC (voir page suivante).

--> A noter: **un endroit est souvent ignoré mais pourtant essentiel: les toilettes des établissements**. Nombre de professionnels et d'usagers en souffrance y trouvent pourtant refuge et intimité en cas de détresse, ce qui les rend particulièrement importantes en termes d'affichage et de mise à disposition des ressources incitatives.

Entre autres visuels, il est possible d'utiliser:

3114 LE NUMÉRO NATIONAL DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Le logo officiel du 3114.

L'affiche permettant d'être immédiatement informé du numéro et de son utilité (ci-contre).

La carte ressource, qui peut être imprimée, distribuée et laissée à disposition des personnes (recto/verso ci-dessous):

L'ensemble des ressources est disponible sur ce lien.

L'affiche en FALC

Le 3114 a produit une affiche en Facile A Lire et à Comprendre (FALC), à destination des personnes intellectuellement ou cognitivement vulnérables. Nous la reproduisons ici (elle est accessible sur le site de la JIPS indiqué précédemment).

Les outils de l'UNPS

L'UNPS (Union Nationale Prévention Suicide) a diffusé récemment un certain nombre de ressources dans le cadre de la JMPS 2023 (Journée Mondiale de la Prévention du Suicide).

En particulier:

» L'affiche de la journée mondiale du 10 septembre 2023 ;

» Une affiche en deux volets concernant le suicide ;

» Un "quizz express" sur le suicide.

Le MOOC "Les conduites suicidaires: identifier et prévenir"

L'Université de Montpellier, en collaboration avec l'Inserm et le site FUN (France Université Numérique), propose, en ligne, un MOOC intitulé "Les conduites suicidaires: identifier et prévenir".

Cette formation en ligne, d'une durée de 7 semaines (correspondant à 7h de travail personnel à raison d'une heure par semaine), est très intéressante et vise toutes les personnes intéressées par le fait d'acquérir des compétences en termes d'identification et de prévention des crises suicidaires chez des tiers.

Attention: le cours est accessible jusqu'au 5 octobre 2023.

» Le MOOC, gratuit mais sur inscription, est accessible sur ce lien.

Cette action de sensibilisation peut permettre à tout professionnel d'être plus à même de répondre à une situation de crise suicidaire d'une personne accompagnée.

Cycle de conférence 2023: clinique du suicide de la personne âgée

Les hôpitaux Paris Est Val-de-Marne, le Centre de Prévention du suicide et le Centre hospitalier universitaire La Réunion ont proposé en 2023 un cycle de conférences dédiées à la clinique en suicidologie de la personne âgée.

Ce cycle visait à étudier les spécificités de la sénescence dans ce domaine, avec comme leitmotiv: "*La clinique détermine la pratique, qui elle-même se nourrit des recherches dans les champs philosophico-psychologiques, historiques, scientifiques et sociologiques. La clinique psychiatrique s'imprègne de toutes ces recherches mais aussi des savoir-faire des soignants et des pratiques sociales. Par ce séminaire, nous tenterons de participer et de faire connaître ces recherches en réfléchissant et en nous questionnant sur "ce que nous faisons aux vieux'*"".

Des vidéos de replay sont disponibles sur la plateforme Youtube, nous en proposons ici les liens.

7 juillet 2023

"Le refus de soin, un équivalent suicidaire?"

Jean-Marc Talpin, psychologue clinicien, Professeur émérite de psychopathologie et psychologie clinique à l'Université Lumière Lyon.

9 juin 2023

"Euthanasie, suicide assisté, mort sur ordonnance"

Dr Jean-Marie Gomas, gériatre, Président fondateur du CEFAMA (Centre d'Etudes et de Formation sur l'Accompagnement des Malades).

12 mai 2023

"Partageons-nous une même idée de la dignité?"

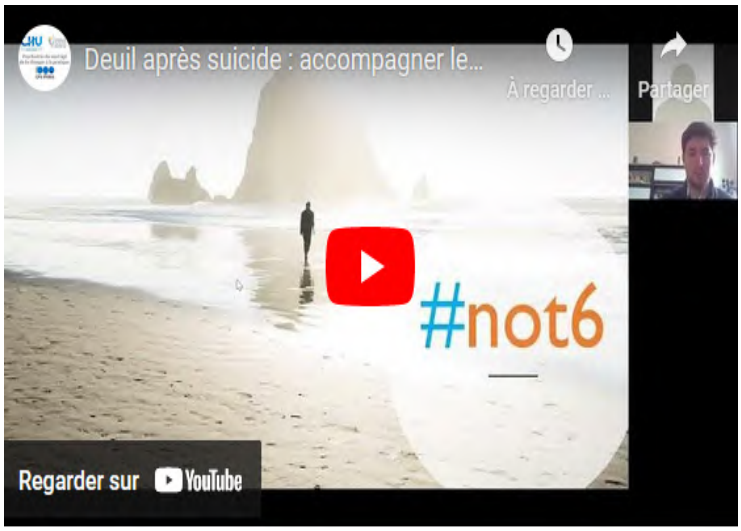
Cristina Poletto-Forget, Agrégée de philosophie

Lycée Henri IV.

7 avril 2023

"Deuil après suicide: accompagner les familles et les soignants"

Dr Edouard Leaune, Psychiatre au CH le Vinatier Lyon, responsable du Centre de Prévention du Suicide (CPS) de Lyon.



10 mars 2023

"Une clinique aux extrêmes du lien social"

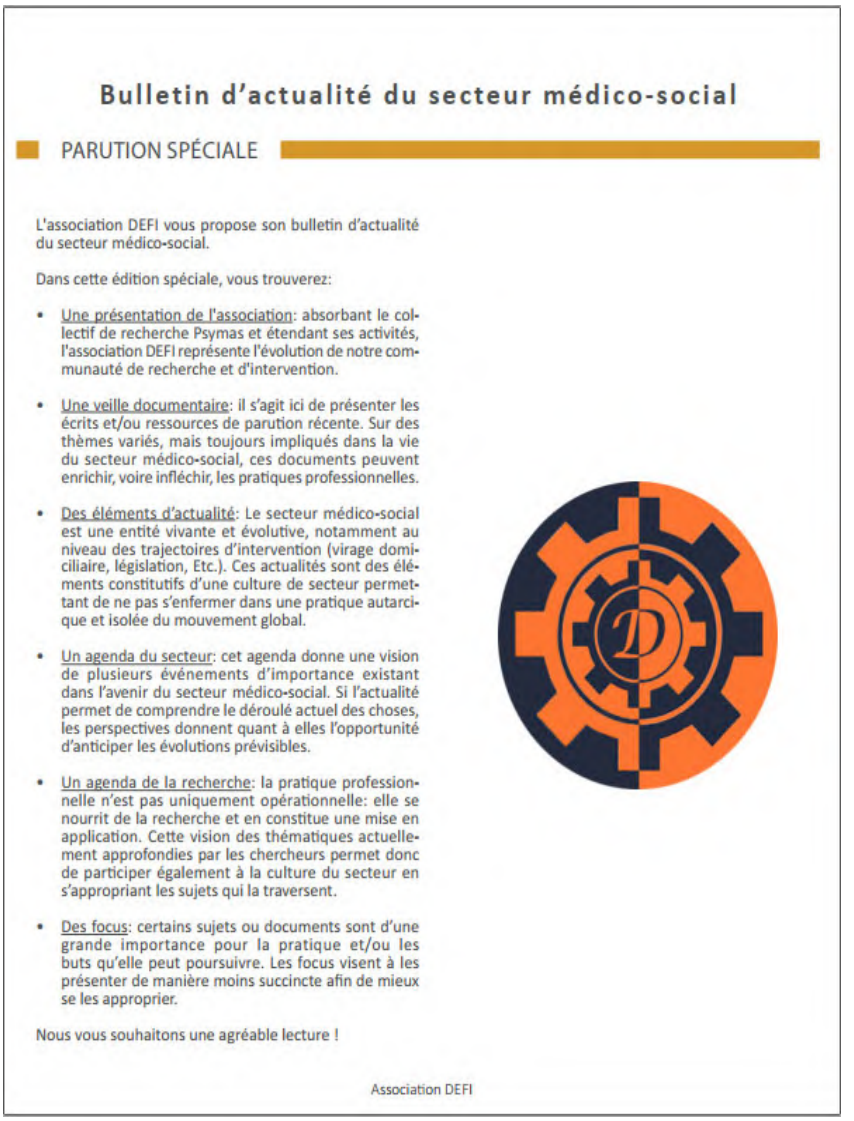
Elodie Chaumette, psychologue clinicienne et directrice adjointe du Centre de Prévention du Suicide (CPS) de Paris.

Les bulletins de l'association DEFI

L'association pour le Développement Ethique et le Fonctionnement Institutionnel (DEFI), issue du collectif de recherche Psymas et à l'origine du présent dossier, propose un bulletin trimestriel d'actualité du secteur médico-social.

Ce bulletin revient sur les actualités du secteur, dont celles concernant le processus suicidaire.
Les professionnels intéressés par un regard sur ces actualités peuvent accéder aux archives de l'association, *via* les liens indiqués ci-dessous.

» Bulletin du 1er trimestre 2023 ;
» Bulletin du 2ème trimestre 2023 ;
» Bulletin spécial 2023 ;
» Bulletin du 3ème trimestre 2023 ;
» Bulletin spécial (n°2) 2023.



Bulletin d'actualité du secteur médico-social

PARUTION SPÉCIALE

L'association DEFI vous propose son bulletin d'actualité du secteur médico-social.

Dans cette édition spéciale, vous trouverez:

- Une présentation de l'association: absorbant le collectif de recherche Psymas et étendant ses activités, l'association DEFI représente l'évolution de notre communauté de recherche et d'intervention.
- Une veille documentaire: il s'agit ici de présenter les écrits et/ou ressources de parution récente. Sur des thèmes variés, mais toujours impliqués dans la vie du secteur médico-social, ces documents peuvent enrichir, voire infléchir, les pratiques professionnelles.
- Des éléments d'actualité: Le secteur médico-social est une entité vivante et évolutive, notamment au niveau des trajectoires d'intervention (virage domiciliaire, législation, Etc.). Ces actualités sont des éléments constitutifs d'une culture de secteur permettant de ne pas s'enfermer dans une pratique autarcique et isolée du mouvement global.
- Un agenda du secteur: cet agenda donne une vision de plusieurs événements d'importance existant dans l'avenir du secteur médico-social. Si l'actualité permet de comprendre le déroulé actuel des choses, les perspectives donnent quant à elles l'opportunité d'anticiper les évolutions prévisibles.
- Un agenda de la recherche: la pratique professionnelle n'est pas uniquement opérationnelle: elle se nourrit de la recherche et en constitue une mise en application. Cette vision des thématiques actuellement approfondies par les chercheurs permet donc de participer également à la culture du secteur en s'appropriant les sujets qui la traversent.
- Des focus: certains sujets ou documents sont d'une grande importance pour la pratique et/ou les buts qu'elle peut poursuivre. Les focus visent à les présenter de manière moins succincte afin de mieux se les approprier.

Nous vous souhaitons une agréable lecture !

Association DEFI

EN PARLER
PEUT TOUT
CHANGER
#preventionsuicide
3114

Retrouvez-nous sur la plateforme
du collectif de recherche Psymas

Https://www.psymas.fr

Version PDF du dossier