

Fiche synthèse sur la thématique du suicide

à l'attention des médias de la région des Laurentides

Le suicide est un problème de santé publique qui a des conséquences importantes. Ce problème est évitable et les médias peuvent jouer un rôle important.

Plusieurs études suggèrent que la médiatisation d'un décès par suicide ou de la thématique du suicide peut influencer les personnes vulnérables et est associée avec une augmentation des taux de suicide.

Par contre, une couverture médiatique équilibrée et juste d'un événement permet d'informer le public et pourrait même contribuer à sauver des vies.

LA PROBLÉMATIQUE DU SUICIDE DANS LES LAURENTIDES

- Il y a en moyenne 93 suicides par année sur le territoire.
- 80 % des suicides sont commis par des hommes.
- Les personnes de 45 à 59 ans sont plus touchées par le suicide.
- Les hospitalisations pour tentatives de suicide et les consultations à l'urgence pour idées suicidaires et tentatives de suicide sont à la hausse. Elles touchent d'avantage les femmes.

Le suicide est un phénomène complexe marqué par une grande souffrance où interagissent des facteurs individuels, sociaux et environnementaux.

APPROCHES MÉDIATIQUES

À FAVORISER

INFORMATIONS À TRANSMETTRE :

- L'existence de services pour venir en aide aux personnes vulnérables, à leurs proches, aux personnes endeuillées par suicide et pour les personnes souffrant d'un problème de santé mentale (ANNEXE 1).
- Les coordonnées des ressources d'interventions spécialisées **24 h sur 24, 7 jours sur 7** (VOIR ANNEXE 1)
- Les signes précurseurs d'un geste suicidaire www.aqps.info et suicide.ca

ORIENTATIONS À PRIVILÉGIER :

- Se référer aux sources d'information fiables (ANNEXE 2).
- Favoriser l'utilisation des **termes appropriés** tels que : décès par suicide et tentative de suicide aux termes suicide réussi ou raté.
- Se préoccuper de l'**impact du suicide** ET de la couverture médiatique sur les proches de la victime (tristesse, désarroi, culpabilité, honte, etc.) et sur les personnes vulnérables (détresse, imitation, etc.).
- Souligner que le suicide est l'expression de la détresse et du désespoir. Il est souvent associé à des problèmes de santé mentale. Préciser que des traitements existent, que le suicide est évitable et indiquer comment obtenir de l'aide.
- Rapporter des témoignages sur la gestion du stress, des problèmes de santé mentale ou des pensées suicidaires.

À ÉVITER

- Éviter de faire mention de l'histoire à la une.
- Éviter de traiter l'histoire de manière dramatique ou sensationnelle.
- Éviter de donner une explication simplifiée du suicide en attribuant le geste à une seule cause (problèmes financiers, rupture amoureuse, pertes récentes, etc.).
- Éviter une couverture excessive, répétitive et à long terme.
- Éviter les descriptions détaillées notamment de la méthode employée par la victime pour se suicider.
- Éviter de qualifier le geste suicidaire (courage, lâcheté, manquer ou rater son suicide).
- Éviter de présenter le suicide comme un moyen ou une solution « simple » pour composer avec des problèmes personnels.
- Éviter de tomber dans les mythes entourant le suicide <https://www.aqps.info/comprendre/mythes-realites.html>

Les services disponibles dans les Laurentides (ANNEXE 1)

RESSOURCES SPÉCIALISÉES 24 H SUR 24, 7 JOURS SUR 7 POUR LA PERSONNE À RISQUE DE SUICIDE, SES PROCHES ET LES PERSONNES ENDEUILLÉES

Centre prévention suicide Faubourg

1 866 APPELLE (277-3553)

Numéro local : 450 569-0101

Ligne de prévention du suicide : intervention, soutien, suivis, orientation et références pour les personnes à risque de suicide, leurs proches et les personnes endeuillées par suicide.

Info-social 811: option 2

Service de consultation téléphonique : conseils, intervention psychosociale et références pour les personnes aux prises avec un problème psychosocial (ex. : idées suicidaires, anxiété, difficultés familiales ou de couples, deuil).

suicide.ca

Service numérique en prévention du suicide pour les personnes à risque de suicide, leurs proches et les personnes endeuillées par suicide:

- Clavardage ou échange de textos avec un(e) intervenant(e) qui offrira: intervention, soutien et références
- Informations pratiques (ex.: parler du suicide, obtenir des services d'aide)

Urgences-santé 911: en cas de danger immédiat

Les sources d'information fiables (ANNEXE 2)

Centre prévention suicide Faubourg

www.cps-le-faubourg.org

Association québécoise de prévention du suicide

www.aqps.info

<https://commentparlerdusucide.com/>

<https://suicide.ca/>

CISSS des Laurentides

www.santelaurentides.gouv.qc.ca

Association canadienne pour la prévention du suicide (ACPS)

<https://fr.suicideprevention.ca/>

Centre de recherche et d'intervention sur le suicide, enjeux éthiques et pratiques de fin de vie (CRISE)

www.crise.ca

L'Institut national de santé publique du Québec

www.inspq.qc.ca

Ministère de la Santé et des Services sociaux

www.msss.gouv.qc.ca

Organisation mondiale de la santé (OMS)

<https://www.who.int/fr>