

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.**

Consultez le [Portrait de la situation du suicide – Région des Laurentides](#) 

Plusieurs études suggèrent que la médiatisation d'un décès par suicide ou de la thématique du suicide peut influencer les personnes vulnérables et entraîner une augmentation des taux de suicide. Par contre, **une couverture médiatique factuelle, sensible et responsable** permet d'informer le public et d'encourager les personnes vulnérables à demander de l'aide. Elle **contribuerait même à sauver des vies.**

APPROCHE MÉDIATIQUE

INFORMATIONS À TRANSMETTRE

- **Valoriser la demande d'aide** et présenter les ressources d'aide aux personnes vulnérables, à leurs proches, aux personnes endeuillées par suicide et aux personnes souffrant d'un problème de santé mentale (ANNEXE 1).
- **Décrire les signes précurseurs** d'un geste suicidaire www.aqps.info et suicide.ca, et encourager les proches à chercher de l'aide.

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.).
- **Être particulièrement attentif lors de la nouvelle du suicide d'une célébrité.** Appliquer avec vigilance les mêmes considérations que pour d'autres nouvelles concernant un suicide.
- **Souligner que le suicide est l'expression de la détresse et du désespoir.** Le suicide est un phénomène complexe marqué par une grande souffrance où interagissent des facteurs individuels, sociaux et environnementaux. 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.
- **Susciter l'espoir**, par exemple en rapportant des témoignages sur la gestion du stress, les problèmes de santé mentale ou les pensées suicidaires.

À FAVORISER

À ÉVITER

- Faire mention de l'histoire à la une.
- Traiter l'histoire de manière dramatique ou sensationnelle.
- Donner une explication simplifiée du suicide en attribuant le geste à une seule cause (problèmes financiers, rupture amoureuse, perte récente, etc.).
- Une couverture excessive, répétitive et à long terme.
- Des descriptions détaillées, notamment du moyen utilisé pour se suicider.
- Qualifier le geste suicidaire (courage, lâcheté, manquer ou rater son suicide).
- Présenter le suicide comme un moyen ou une solution « simple » pour composer avec des problèmes personnels.
- Relayer les [Mythes et réalités sur le suicide](#).
- Publier en tout ou en partie la note de suicide ou de messages provenant des médias sociaux de la personne décédée.
- Inclure une section « commentaires » à la suite de l'annonce d'un suicide.

ANNEXE 1 - Les ressources pour la personne à risque de suicide, ses proches et les personnes endeuillées

GRATUIT - CONFIDENTIEL - 24/7



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.



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



Service numérique en prévention du suicide :

- Téléphone – Texto – Clavardage 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

ANNEXE 2 - Les sources d'information fiables

Association canadienne pour la prévention du suicide (ACPS)

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

Association québécoise de prévention du suicide

www.aqps.info

<https://commentparlerdusucide.com/>

<https://suicide.ca/>

Centre prévention suicide Faubourg

www.cps-le-faubourg.org

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

www.crise.ca

CISSS des Laurentides

www.santelaurentides.gouv.qc.ca

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>



Institut national de santé publique du Québec. [Bonnes pratiques sur la couverture médiatique du suicide](#). Dernière mise à jour : 9 janvier 2025.

Forum des journalistes canadiens sur la violence et le traumatisme. 2020. [En-tête reportage et santé mentale. Chapitre 6 Couverture médiatique du suicide](#).

Association québécoise de prévention du suicide. [Médias](#). Consulté le 28 juillet 2025.

Agence de la santé publique du Canada. 2018. [Choisir les bons mots. Communications sécuritaires pour la prévention du suicide](#).