

# FORMATION

## AGIR EN SENTINELLE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

La formation *Agir en sentinelle pour la prévention du suicide* s'adresse à des adultes volontaires et susceptibles d'être en lien avec des personnes vulnérables au suicide dans le cadre de leur travail ou lors d'activités bénévoles. Suite à la formation, 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.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION :

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 de ses valeurs et de ses croyances face au suicide;
- Repérer les personnes vulnérables au suicide;
- Vérifier la présence d'idées suicidaires;
- Recueillir les informations relatives à la planification du suicide;
- Encourager la personne à demander de l'aide et l'accompagner dans ses démarches;
- Référer la personne vers les ressources d'aide appropriées.



**On peut comparer le rôle des sentinelles à celui des personnes capables de donner les premiers soins : des membres de la communauté, formés pour agir promptement, assurent un soutien en attendant que des spécialistes prennent la relève.**

### SAVIEZ-VOUS QUE ?

À ce jour, plus de  
**25 000**  
sentinelles ont été formées à  
travers la **province.**

# FORMATION

## AGIR EN SENTINELLE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

### POURQUOI FORMER DES SENTINELLES?

La Mauricie et le Centre-du-Québec font parties des régions présentant les plus hauts taux de suicide au Québec.

Plusieurs personnes ont de la difficulté à demander de l'aide ou ne connaissent pas les ressources disponibles.

Identifier la détresse psychologique dès l'apparition des premiers signes avant-coureurs permet d'agir en amont afin d'aider la personne à retrouver son équilibre.

Dû à la vigilance des sentinelles, des milliers de personnes à travers la province ont été dirigées vers les services d'aide professionnels.



### QUI SONT NOS FORMATEURS?

Nos formateurs sont accrédités par l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) parce qu'ils possèdent l'expertise clinique de même que les compétences pédagogiques nécessaires. Ils ont notamment réussi un rigoureux processus de formation de formateurs et se prévalent d'un processus d'amélioration continu.



#### DURÉE DE LA FORMATION:

7 heures



#### COÛT:

Cette formation est financée par le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ). Elle est donc offerte **GRATUITEMENT** aux milieux intéressés.



#### NOMBRE DE PARTICIPANTS PAR GROUPE:

Entre 6 et 12 personnes

#### INFORMATION OU INSCRIPTION :

**Mme Marianne Plante**

Adjointe à la formation

819-840-0549 (poste 13)

[mplante@preventiondusucide.com](mailto:mplante@preventiondusucide.com)