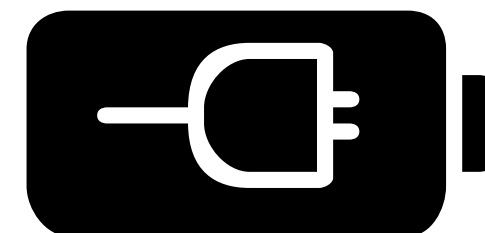


# INFO-SENTINELLES

Contribuer à la prévention du suicide chez les aînés



Le suicide est une problématique au Québec pour tous les groupes d'âges. Chaque jour, 9 personnes sont hospitalisées des suites d'une tentative de suicide et 3 personnes en décéderont malheureusement. Il est possible d'agir sur le suicide et les facteurs qui y contribuent mais il s'agit souvent d'une question malaisante ou pour laquelle on se sent trop peu outillé pour agir.

## Le rôle d'une sentinelle en gériatrie sociale par rapport au suicide

### Les mots du suicide

"Je suis tanné de vivre", "Je suis un poids pour tout le monde", "Je vais le régler le problème", il est rare qu'une personne parle du suicide en disant "Je pense me suicider". Pourtant, c'est bien ce qu'elle cherche à dire. Ces mots peuvent créer un malaise chez la sentinelle, on peut vouloir y répondre en désamorçant "Ben non, ne dites pas ça" ou en changeant de sujet.

#### Ce qu'il faut savoir:

Il importe pour la sentinelle de prendre ces propos au sérieux et de les accueillir sans chercher à intervenir directement sur la question.

### Ne pas s'enfermer avec le secret

"Je te dis ça mais n'en parle pas s'il te plaît", "Je vais te dire quelque chose mais tu ne dois pas le répéter". Une personne qui pense au suicide peut demander à une sentinelle de garder le secret sur ses idées suicidaires.

#### Ce qu'il faut savoir:

Personne n'est tenu de garder secret des paroles qui concernent une volonté suicidaire. Le préposé à qui on confie des idées suicidaires peut en parler à une navigatrice en gériatrie sociale ou à la coordination de son organisme afin d'être accompagné. On peut craindre de perdre un lien de confiance ou de briser un secret mais, dans le cas du suicide, il faut parler. Il en va de la vie de la personne dont nous souhaitons le bien-être.



### En bref...

#### SOUFFRANCE ET SUICIDE

On dit parfois qu'une personne qui se suicide ne veut plus vivre mais il serait plus juste de dire qu'elle ne veut plus souffrir et a de la difficulté, pour le moment, à envisager d'autres moyens que la mort.

#### 1-866-APPELLE et [www.suicide.ca](http://www.suicide.ca)

Le 1-866-277-3553 et le [www.suicide.ca](http://www.suicide.ca) permettent d'être accompagné en regard de la question du suicide. Pour les personnes elles-mêmes, pour des proches ou des intervenants.

#### Moments critiques

Le vieillissement entraîne des situations qui peuvent agir comme moments critiques en matière d'idées suicidaires : perte de permis de conduire, nouvelles limitations, perte de conjoint, etc.

#### SUICIDE ET DÉSIR DE VIVRE

Sans penser au suicide, certains aînés peuvent avoir une baisse du désir de vivre. Dès qu'une sentinelle a une préoccupation, elle doit parler avec une navigatrice.

