

TABLE DES MATIERES

Poche Gauche

Lettre de la presidente de La Fédération mondiale pour la santé mentale: Shona Sturgeon

Remerciements

WFMH : Vision, Mission, Objectifs

Astuces Et Suggestions pour la WMHDay

Conseil D'Administration

Panneau de Conseillers de la Science

Commanditaires

Retour D'Information

Proclamation

Recompense Mentale de Jour de Sante de Richard C Hunter

Application D'Adhesion

Exemple de Communiqué de Presse

Exemple D'Editorial

Ressources et Sites Web

IASP et Journée Mondiale de Prévention de Suicide

Brochure "Les Signes D'Alerte du Suicide"

Brochure "Points Clés : Consignes de Communication Responsable A L'Intention des Médias"

Poche Droite

INTRODUCTION 1

MESSAGES CLÉS 3

PRÉSENTATION DE LA RELATION ENTRE SUICIDE
ET TROUBLES MENTAUX 9

MALADIES MENTALES ET SUICIDE 17

COMMENT LES RISQUES DE SUICIDE PEUVENT-ILS ÊTRE RÉDUITS POUR
LES PERSONNES ATTEINTES DE MALADIES MENTALES 27

LA SANTÉ MENTALE DANS LES MÉDIAS 37

QUESTIONS CULTURELLES ET RELIGIEUSES INFLUENÇANT
LE SUICIDE ET MALADIES MENTALES 43

31 mai 2006

La Fédération mondiale pour la santé mentale (WFMH) a le plaisir de vous communiquer le dossier d'information sur la santé mentale pour la Journée mondiale de la santé mentale 2006. Nous vous invitons à exploiter au maximum les documents et ressources inclus dans le dossier de cette année afin d'organiser au mieux la Journée mondiale de la santé mentale dans votre pays et au sein de votre communauté.

Le thème de la campagne de cette année, « *Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide* », veut attirer l'attention sur l'un des plus grands problèmes de santé publique au monde. L'Organisation mondiale de la santé évalue à un million le nombre de suicides par an, soit 1,4 % de la charge mondiale de morbidité. On estime également que la moitié des personnes qui se suicident souffrent d'au moins une maladie mentale (souvent non diagnostiquée) ou sont alcooliques ou toxicomanes. La Journée mondiale de la santé mentale 2006 se propose d'examiner en détail le rôle joué par les maladies mentales dans le suicide. Nous espérons que, grâce à cet effort collectif, nous pourrons mettre au point une stratégie pour contrecarrer l'idée reçue selon laquelle les maladies mentales sont « secondaires » et peuvent être mises de côté jusqu'à ce que les problèmes de santé « immédiats et prioritaires » soient traités. Lorsqu'elles sont ignorées, non diagnostiquées et non traitées, les maladies mentales peuvent être fatales ; elles doivent être considérées comme une question de santé publique, physique et mentale à part entière et de la plus haute importance.

La WFMH a l'immense honneur de s'associer à l'Association internationale pour la prévention du suicide pour, ensemble, promouvoir la Journée mondiale de prévention du suicide (10 septembre) et la Journée mondiale de la santé mentale (10 octobre). Cette collaboration renforcera l'impact et l'intérêt de ces deux journées mondiales de sensibilisation et accroîtra le poids de chacune de ces deux journées dans l'amélioration de la prise de conscience du public, la réduction de la stigmatisation et de la discrimination et la promotion des politiques nécessaires pour affronter l'impact du suicide associé aux maladies mentales sur la charge mondiale de morbidité. Nous vous invitons à exploiter le thème et les documents relatifs à cette campagne pour faire passer ces messages dans votre pays. En mettant un terme à l'incompréhension du public et à la stigmatisation des maladies mentales et du suicide, nous pourrons faire tomber les barrières qui, trop souvent, empêchent les patients de rechercher le traitement approprié pour leurs troubles mentaux et comportementaux.

J'attire également votre attention sur le prix d'excellence Richard C. Hunter délivré dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale et créé par la WFMH en 2004. Je vous invite à déposer votre dossier de candidature en décrivant les activités que vous organisez pour la Journée mondiale de la santé mentale 2006 sur le thème retenu.

Au nom du Conseil d'administration et de tous les membres de la WFMH, je vous souhaite de connaître un vif succès lors cette Journée mondiale de la santé mentale 2006 le 10 octobre prochain, ainsi que dans tous vos travaux pour cette année à venir.

Cordialement,

Shona Sturgeon

Shona Sturgeon
Président, WFMH

REMERCIEMENTS

Le thème retenu pour la Journée mondiale de la santé mentale 2006, « *Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide* », vise à attirer l'attention sur un problème de santé publique de plus en plus inquiétant, qui requiert l'attention immédiate des professionnels et des acteurs du secteur de la santé mentale, partout dans le monde. La Journée mondiale de la santé mentale 2006 se propose d'examiner en détail le rôle joué par les maladies mentales dans le suicide et de mettre au point une stratégie pour contrecarrer l'idée reçue selon laquelle les maladies mentales sont « secondaires » et peuvent être mises de côté jusqu'à ce que les problèmes de santé « immédiats et prioritaires » soient traités.

Nous nous sommes tout particulièrement attachés à améliorer la conception et le format des documents de support de cette campagne et à les rendre plus facilement reproductibles, pour une utilisation et une distribution optimales. Nous vous proposons également un exemple de « Proclamation pour la Journée mondiale de la santé mentale » et de communiqué de presse. Nous vous suggérons d'en faire des copies et de les distribuer autour de vous.

La WFMH souhaite faire part de sa reconnaissance et de sa gratitude envers ceux qui ont marqué la campagne de cette année. Notre principal rédacteur, le Dr Milly Dawson ; notre stagiaire de l'été 2005, Caleb Ward, pour son excellent travail de recherche ; les nombreuses personnes qui nous ont conseillés sur le thème et les supports ; Cohn & Wolfe Healthcare UK pour la conception de la couverture et leur créativité ; le personnel de la WFMH pour leur travail d'équipe et leur implication ; tous les membres de nos groupes de conseil scientifique pour leur incroyable soutien, leurs conseils et leur aide. Nos remerciements vont également aux organismes qui nous ont autorisé à adapter et à utiliser leurs publications dans le présent dossier.

Le WFMH adresse des remerciements tout particuliers aux Drs Brian Mishara et Annette Beautrais de l'Association internationale pour la prévention du suicide pour leur disponibilité, leur apport et, plus généralement, leur assistance dans tous les domaines. La collaboration entre la WFMH et l'AIPS s'est avérée très fructueuse pour la mise au point de la campagne pour la Journée mondiale de la santé mentale.

Une entreprise de cette ampleur ne pourrait se faire sans le soutien financier que nous recevons de nos généreux parrains. Nous souhaitons remercier les parrains et donateurs de la Journée mondiale de la santé mentale 2006 : Eli Lilly and Company est le principal promoteur de notre campagne 2006, accompagnée d'AstraZeneca, Bristol-Myers Squibb, US Center for Mental Health Services, Charles E Kubly Fund, Organon International et Otsuka America. Le soutien sans faille que nous offrent ces donateurs permet à la WFMH d'envoyer ce dossier d'information à des milliers d'organismes à travers le monde, gratuitement.

La WFMH est particulièrement reconnaissante au Dr L. Patt Franciosi, présidente sortante de la WFMH et directrice du projet Journée mondiale de la santé mentale. Le Dr Patt était l'un des plus ardents promoteurs de la Journée mondiale de la santé mentale via son rôle au sein du Conseil d'administration de la WFMH ; elle s'est impliquée sans compter dans le thème de la campagne 2006, tout en apportant ses conseils avisés au projet.

Enfin, et surtout, la WFMH remercie chacun et chacune des personnes et organismes à travers le monde qui déploient tous leurs efforts pour mettre sur pied des événements et des manifestations pour célébrer le 10 octobre la Journée mondiale de la santé mentale dans leur communauté et leur pays. Sans ces efforts, la Journée mondiale de la santé mentale n'aurait pas la portée et l'impact sur le grand public dont elle bénéficie, en termes de prise de conscience, de compréhension et d'acceptation des maladies mentales et du besoin de promouvoir la santé émotionnelle et mentale.



VISION

LA VISION DE LA FÉDÉRATION MONDIALE POUR LA SANTÉ MENTALE EST CELLE D'UN MONDE OÙ LA SANTÉ MENTALE SERAIT UNE PRIORITÉ POUR TOUS. LES POLITIQUES ET LES PROGRAMMES DE SANTÉ PUBLIQUE REFLÈTERAIENT L'IMPORTANCE DE LA SANTÉ MENTALE DANS LA VIE DES INDIVIDUS

MISSION

LA MISSION DE LA FÉDÉRATION MONDIALE POUR LA SANTÉ MENTALE EST DE PROMOUVOIR L'AMÉLIORATION DE L'INFORMATION, DE LA PRISE DE CONSCIENCE ET DE LA PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE AINSI QUE DE FACILITER L'ACCÈS AUX MEILLEURS TRAITEMENTS, DANS LE MONDE ENTIER

OBJECTIFS

*Accroître la prise de conscience du grand public concernant l'importance de la santé mentale ;
augmenter la compréhension et améliorer les attitudes envers les troubles mentaux*

Promouvoir la santé mentale et prévenir les troubles mentaux

Améliorer les soins, le traitement et la guérison

FÉDÉRATION MONDIALE POUR LA SANTÉ MENTALE
« Faire de la santé mentale une préoccupation mondiale »

ASTUCES ET SUGGESTIONS POUR L'ORGANISATION DE VOTRE JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006

Nous vous remercions pour votre implication dans la planification et l'organisation de manifestations dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale 2006, la quatorzième campagne annuelle de sensibilisation organisée par la Fédération mondiale pour la santé mentale. Chaque année depuis 1992, aux quatre coins du monde, des organismes publics et privés, qu'ils soient locaux, régionaux ou nationaux, participent à la Journée mondiale de la santé mentale. Pour ceux dont c'est la première participation cette année, qu'ils sachent que leur démarche s'inscrit dans une dynamique mondiale d'information et de sensibilisation en pleine croissance, qui a le pouvoir d'améliorer la compréhension de nos objectifs par le grand public : améliorer les services de santé mentale, promouvoir des pratiques positives de santé mentale tout au long de la vie et réduire la stigmatisation et la discrimination, trop présentes, qui sont souvent associées à la santé mentale et aux troubles mentaux.

La WFMH est heureuse de vous communiquer quelques « astuces » et suggestions qui pourront vous être utiles pour faire de cette Journée mondiale de la santé mentale 2006 un véritable succès.

Mettez-vous en rapport avec les groupes de soutien et les programmes locaux de prévention du suicide pour travailler ensemble - La WFMH s'associe à l'Association internationale pour la prévention du suicide (AIPS) pour promouvoir ensemble la Journée mondiale de prévention du suicide (10 septembre) et la Journée mondiale de la santé mentale (10 octobre). Nous espérons que cette collaboration optimisera l'impact de ces deux journées et encouragera les efforts et les activités de coopération à tous les niveaux, local, régional et national. S'il existe un programme de prévention du suicide, une hotline ou un groupe de soutien dans votre zone, contactez-les pour leur proposer de préparer et de présenter ensemble des événements et des manifestations sur ce thème. Pour en savoir plus sur la Journée mondiale de prévention du suicide, consultez le site de l'AIPS <http://www.med.uio.no/iasp>

Organisez et menez une « Marche des citoyens pour la Journée mondiale de la santé mentale » - Dans un certain nombre de communautés aux quatre coins du monde, les promoteurs de la santé mentale, les citoyens, les proches de personnes suicidées et les professionnels de la santé se regroupent pour organiser des « marches » et ainsi marquer le début de la Journée mondiale de la santé mentale le 10 octobre. Souvent, la marche se termine par un rassemblement ou rejoint un autre événement, dans un parc ou sur une place. L'objectif des marches et autres rassemblements est d'attirer l'attention du grand public sur le fait que le thème de la Journée mondiale de la santé mentale traite d'un sujet relevant à la fois de la sphère publique et du domaine privé. Lorsque vous organisez une marche ou un rassemblement, contactez les autorités locales pour vous assurer d'obtenir toutes les autorisations nécessaires et de satisfaire aux normes de sécurité, et faites en sorte d'obtenir leur aide et leur coopération. Cela peut vous sembler long et fastidieux (et ça l'est !) mais les marches et les rassemblements organisés dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale se sont avérés très populaires au cours des éditions précédentes, partout dans le monde.

Organisez une conférence de presse pour promouvoir le thème de la Journée mondiale de la santé mentale - Bien planifiées et organisées, les conférences de presse destinées aux médias locaux peuvent accroître la portée et la publicité autour des manifestations que vous mettez sur pied pour la Journée mondiale de la santé mentale. Lorsque vous préparez une conférence de presse, il est important de prévoir un « appât » au-delà de l'événement en lui-même. Il peut être judicieux de contacter l'institution locale chargée de la santé mentale, les services de gestion de crise (hotlines) ou des représentants du gouvernement afin de rassembler des statistiques et des informations sur les maladies mentales et le suicide dans votre région ou dans votre pays. Préparez un bref rapport que vous diffuserez lors de la conférence de presse. Vous augmenterez vos chances d'obtenir une bonne couverture médiatique en invitant une personne célèbre ou une personnalité ayant été confrontée au suicide ou à la maladie mentale à titre personnel ou professionnel, et qui est prête à partager son vécu. Vous pouvez également solliciter un responsable politique local ou national dans le domaine de la santé qui accepterait de venir discuter avec les médias, et qui répondrait à leurs ques-

tions, sur la maladie mentale, le suicide, les politiques de santé et autres sujets liés au thème de la Journée mondiale de la santé mentale.

Contactez les antennes locales ou nationales des partenaires de la Journée mondiale de la santé mentale organisée par la WFMH - La WFMH bénéficie du soutien permanent d'un certain nombre de promoteurs grâce à qui la Journée mondiale de la santé mentale est possible, grâce au financement des dossiers d'information et des supports de campagne. Leur aide permet à la WFMH de distribuer les dossiers édités à l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale à plus de 3 500 organismes dans le monde entier, gratuitement. La plupart de ces donateurs ont des établissements ou des bureaux dans de nombreux pays du monde. Il sera relativement facile de trouver les implantations locales de ces sociétés, de les contacter et de demander leur soutien pour organiser les manifestations de la Journée mondiale de la santé mentale. Par ailleurs, il existe certainement d'autres sociétés, fondations, organisations caritatives, entités privées ou publiques qui peuvent vous aider dans vos efforts. N'ayez pas peur de demander et de remercier tous ceux qui apportent leur contribution à la Journée mondiale de la santé mentale.

Organisez un forum d'information sur la santé mentale lors de la Journée mondiale de la santé mentale - Les forums d'information sont des manifestations publiques très prisées et sont très peu coûteuses. Réservez une salle de réunion, invitez des organismes de santé ou services sociaux actifs au sein de votre communauté et réservez-leur une table où ils pourront afficher et distribuer des brochures d'information, puis faites-en la publicité autour de vous. Ces événements constituent une occasion intéressante de mettre en place des « programmes d'information et de dépistage de la dépression » (sollicitez des professionnels de la santé mentale pour qu'ils vous aident), distribuer des dépliants (tels ceux figurant dans le dossier d'information et qui peuvent facilement être reproduits) et de recruter de nouveaux membres et bénévoles pour votre association.

Préparez une Proclamation ou une Résolution de la Journée mondiale de la santé mentale qui devra être publiée par un représentant du gouvernement - Dans plusieurs pays, le Président, le Premier ministre ou le Ministre de la santé signe et publie une Proclamation ou une Résolution instaurant la Journée mondiale de la santé mentale le 10 octobre dans le pays. Cela constitue une importante opération de promotion pour la Journée et pour le thème retenu. Les entités locales, régionales ou nationales peuvent également employer cette stratégie pour promouvoir les manifestations organisées en demandant au maire, au préfet, au président du Conseil général de signer et de publier une proclamation (voir l'exemple inclus dans ce dossier). Il s'agit d'une étape importante pour garantir la sensibilisation aux enjeux et obtenir un soutien officiel pour le travail effectué.

Envisagez de mettre sur pied un groupe de soutien des proches de personnes suicidées ou atteintes de maladie mentale - De nombreux parents, époux et enfants qui ont été confrontés au suicide ou à la tentative de suicide d'un être cher souffrent seuls et en silence. Il existe un besoin réel de groupes de soutien destinés aux parents et aux proches ayant vécu ce traumatisme et ce chagrin. Si aucun groupe de ce type n'existe autour de vous, peut-être votre association doit-elle envisager d'en créer un. Pour plus d'informations sur ce type de groupes, ou si vous envisagez de mettre en place un service d'aide (hotline), contactez des organismes tels Befrienders Worldwide (www.befrienders.org) ou IFOTES (www.ifotes.org).

Rappelez-vous : ce n'est pas le fait d'en faire beaucoup pour aider les autres qui compte, c'est le fait de faire quelque chose !!

Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide
JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006
Fédération mondiale pour la santé mentale

WORLD FEDERATION FOR MENTAL HEALTH CONSEIL D'ADMINISTRATION

President

Shona Sturgeon, MA*
Cape Town, South Africa

Immediate Past President

L. Patt Franciosi, PhD*
Mequon, Wisconsin, USA

President-Elect

John Copeland, MD*
Merseyside, United Kingdom

Treasurer

Charles G Ray*
Virginia, USA

Honorary Secretary

Anthony Fowke, AM*
Karrinyup, Australia

Directors At Large

Edgard Belfort, MD
Caracas, Venezuela

Michael Faenza, MSW
Virginia, USA

Brian Howard*
Dublin, Ireland

William MacPhee
Ontario, Canada

Bjorn Njaa
Oslo, Norway

Katarzyna Prot-Klinger, MD
Warsaw, Poland

Brian Robertson, MD
Constantia, South Africa

Shridhar Sharma, MD
Delhi, India

Wei Tsuen Soong, MD
Taipei, Taiwan, ROC

Regional Vice Presidents

Africa
Felicien Ntone-Enyime, MD*
Younde, Cameroon

Eastern Mediterranean

Haroon Rashid Chaudhry, MD
Lahore, Pakistan

Europe

Claude Deutsch
Caen, France

Mexico, Central America

Mercedes Rivas-Torres, MD
San Jose, Costa Rica

North America, Caribbean

Richard Studer
Illinois, USA

Oceania

Peter McGeorge, MD
Auckland, New Zealand

South America

Roger Montenegro, MD
Buenos Aires, Argentina

Southeast Asia

Edgardo Tolentino, MD
Manila, Philippines

Western Pacific

Deborah Wan
Kowloon, Hong Kong, ROC

Secretary General & Chief Executive Officer

Preston J Garrison
Virginia, USA

*Membres du comité de direction

WORLD MENTAL HEALTH DAY 2006

PANNEAU DE CONSEILLERS DE LA SCIENCE

L. Patt Franciosi, PhD, Chair
WFMH World Mental Health Day Committee
Mequon, Wisconsin USA

Loraine Barnaby, MD, MPH
University of the West Indies
Faculty of Medical Sciences
Mona, JAMAICA

Annette Beautrais, PhD
Canterbury Suicide Project
Christchurch School of Medicine
Christchurch, NEW ZEALAND

Myron Belfer, MD
Boston Children's Hospital
Harvard Medical School
Boston, MA

Paula Clayton, MD
American Foundation for Suicide
Prevention
New York, NY USA

John Connolly, MD
Irish Association of Suicidology
Castlebar, Co. Mayo IRELAND

Tony Fowke, AM
ARAFMI National Council
Karrinyup, Western Australia, AU

Helen Hermann, MD
Australian International Health Institute
University of Melbourne
Carlton, Victoria, AU

Brian Howard
Mental Health Ireland
Dun Laoghaire, Co Dublin, IRELAND

Rachel Jenkins
WHO Collaborating Centre
Institute of Psychiatry
London, England

Janet LeMonnier
Mental Health Assn of New York City
New York, NY USA

Brian Mishara, PhD
Centre for Research & Intervention on Suicide and
Euthanasia
University of Quebec at Montreal
Montreal, Quebec, Canada

Jane Pearson, PhD, Chair
NIMH Suicide Research Consortium
National Institute of Mental Health
Bethesda, MD USA

Silvia Pelaez, MD
Suicidology Assn of Latin America
Montevideo, URUGUAY

Joel Raskin, MD
Eli Lilly & Company
Indianapolis, Indiana USA

Jerry Reed, MSW
Suicide Prevention Action Network
Washington, DC USA

Brian Robertson, MD
WFMH Collaborating Center
on Mental Health in Africa
Constantia SOUTH AFRICA

Jan Schadrack, MD
Bristol-Myers Squibb Company
Princeton, NJ, USA

James Scully, MD
American Psychiatric Association
Arlington, VA, USA

John Simmons, MD
Organon International, Inc
Roseland, NJ USA

Susan Thonell
Lifeline International
Anerley SOUTH AFRICA

Quynh-Van Tran, Dpharm
Otsuka America Pharmaceutical, Inc
Rockville, MD USA

Lakshmi Vijaykumar, MD
Voluntary Health Services
Santhome, Chennai INDIA

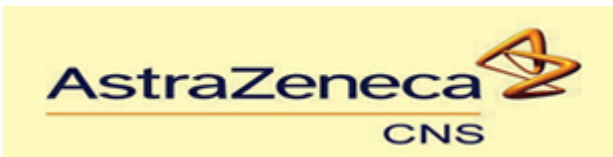
WORLD MENTAL HEALTH DAY 2006 COMMANDITAIRES

Le WFMH voudrait remercier les commanditaires suivants du projet de cette année de WMHDay. Leur aide a été instrumentale dans la production et la distribution de cette publication.

ELI LILLY and COMPANY



ASTRAZENECA



BRISTOL MYERS SQUIBB



CENTER FOR MENTAL HEALTH SERVICES



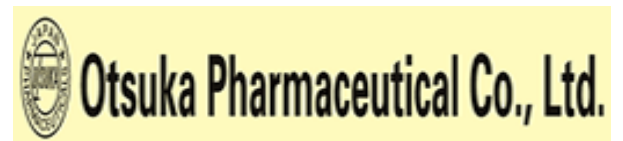
CHARLES E KUBLY FOUNDATION



ORGANON INTERNATIONAL



OTSUKA AMERICA



RETOUR D'INFORMATION

Comment Avez-vous célébré Le Jour?

Voici votre chance nous a laissés savoir vos événements mentaux de jour de santé du monde et nous aider à améliorer de futurs paquets d'éducation. La force de ce projet se situe dans l'effet qu'elle a dans le domaine - donc nous vous invitons à introduire un rapport de vos 2006 activités. Nous espérons que chacun se joindra dedans, non seulement faisant quelque chose au ' a écarté le mot 'mais en faisant le reste du monde savoir ce que vous faites par l'inscription de nouveau à nous ! Chaque événement - n'importe comment grand ou petit - est important pour nous. Et tous les images, articles de nouvelles, et matériel promotionnels sont bienvenus. La plupart des activités en avant, si reçu d'ici 31 Janvier 2007, seront mises sur notre site Web. Nous attendons avec intérêt d'avoir des nouvelles de tout le vous !

(IMPRIMEZ SVP TOUTE L'INFORMATION)

NAME:

ORGANIZATION:

ADDRESS:

PHONE:

FAX:

EMAIL:

1. Comment ce dossier d'information a-t-il amélioré votre capacité à informer les gens ?

2. Quel impact ce dossier a-t-il eu sur...

- La réduction de la stigmatisation autour de vous ?
- L'amélioration du traitement ou de l'accès au traitement ?

3. Où et comment avez-vous utilisé les documents fournis dans ce dossier ?

4. Combien de personnes avez-vous touchées via la manifestation que vous avez organisée ? Quels types de personnes ?

5. Si vous deviez choisir une action dont vous êtes particulièrement fier(ère) lors de cette manifestation pour la Journée mondiale de la santé mentale, quel serait-elle ? (Utilisez des pages supplémentaires si nécessaire)

6. Quel suivi avez-vous prévu pour les actions entreprises lors de la Journée mondiale de la santé mentale cette année ?

Connaissez-vous d'autres personnes qui seraient intéressées par les futurs dossiers d'information sur la Journée mondiale de la santé mentale ? Veuillez indiquer ci-après leur nom et leur adresse **EN MAJUSCULES** :

NAME:

ORGANIZATION:

ADDRESS:

PHONE:

FAX:

EMAIL:

Veuillez retourner ce formulaire par courrier à l'adresse suivante :

World Federation for Mental Health
6564 Loisdale Court, Suite 301
Springfield, VA 22150 - États-Unis
wmhday@wfmh.com

PROCLAMATION DE LA JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006

CONSIDÉRANT QUE la Fédération mondiale pour la santé mentale a défini le thème « Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide » comme axe de travail prioritaire de la Journée mondiale de la santé mentale 2006 ;

CONSIDÉRANT QUE l'on estime à 1 000 000 le nombre de personnes qui se suicident chaque année, soit un mort toutes les 40 secondes ;

CONSIDÉRANT QUE 450 millions de personnes de par le monde souffrent de troubles mentaux, neurologiques ou comportementaux ;

CONSIDÉRANT QUE les troubles mentaux sont associés à plus de 90 % de tous les suicides ;

CONSIDÉRANT QUE la stigmatisation existant envers les maladies mentales et les comportements suicidaires entrave l'intervention et la prévention en empêchant les personnes à risque de demander une aide qui pourrait leur sauver la vie et enfin ;

CONSIDÉRANT QUE la réduction du risque de suicide et de l'incidence des maladies mentales doit être encouragée au maximum :

JE SOUSSIGNÉ, _____, ENCOURAGE PAR LA PRÉSENTE tous les citoyens de _____ à joindre leurs efforts pour :

- Accroître la prise de conscience du fait que les maladies mentales et le suicide constituent des enjeux de santé publique au niveau local, national et mondial qui ont un impact sur le bien-être des individus, des familles, des collectivités et des nations ;
- Soutenir les efforts de sensibilisation et d'information sur les facteurs de risque et les signes d'alerte associés aux maladies mentales et au suicide ;
- Encourager la mise en œuvre de stratégies visant à réduire la stigmatisation et la discrimination qui s'abattent sur ceux qui fréquentent les services de santé mentale, de traitement de la dépendance alcoolique et toxicologique et de prévention du suicide ;
- Promouvoir l'adoption des politiques et des financements nécessaires pour mettre en place des programmes de prévention, d'intervention et de traitement efficaces pour réduire le risque de suicide et de tentative de suicide ;
- Faciliter l'accessibilité et accroître la disponibilité des services de diagnostic, d'intervention et de traitement des troubles mentaux et des dépendances alcoolique et toxicologique et
- Promouvoir et soutenir les programmes de recherche et d'enseignement visant à réduire le risque de suicide dans la population générale et chez les personnes souffrant d'une maladie mentale.

J'invite donc tous mes concitoyens à participer aux activités prévues dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale, le 10 octobre 2006.

Signature

Date

World Mental Health Day 2006
Building Awareness-Reducing Risk: Mental Illness and Suicide

(seal)

RÉCOMPENSE MENTALE DE JOUR DE SANTÉ DE RICHARD C HUNTER FORME DE NOMINATION 2006

Name : _____

Organization : _____

Address : _____

Email : _____

Veillez lire l'information ci-dessous soigneusement avant de soumettre votre nomination.

Date-limite: Le matériel doit être reçu pas plus tard que janvier 31, 2007. Envoyez la forme de matériel et de nomination au secrétariat de WFMH, 6564 Loisdale Court, Suite 301, Springfield, VA 22150 Etats-Unis ou email à dmaguire@wfmh.com ou fax à US+703.313.8683.

Informations générales: Pour identifier ces individus ou organismes qui produisent et effectuent des activités sous les auspices de WMHDay. La récompense mentale de jour de santé de RCH sera présentée annuellement en l'honneur d'une activité exceptionnelle de WMHDay qui a créé la prise de conscience du thème de l'année et de la santé mentale en général.

Critères

- l'activité se sera concentrée sur le thème courant d'années.
- l'activité aura dû se produire à un certain point pendant 2005.
- le dénommé devra avoir l'information sur les nombres de personnes possibles reached/influenced, matériel distribué et dans quel type d'arène ceci a été tenu.
- des images, les rapports, les articles, les documents, etc, devraient être envoyés dedans à l'aide justifiant la profondeur et l'extension de l'événement.

APPLICATION D'ADHÉSION

Si vous n'êtes pas encore un membre de la fédération du monde pour la santé mentale, pourquoi ne pas se joindre MAINTENANT! Joignez et devenez une partie du mouvement mental mondial de santé à l'aide améliorent le bien-être mental et émotif des personnes autour du monde!

TYPES OF MEMBERSHIP

- I Individual membership, for any individual who would like to join WFMH.
- I Affiliate membership, for organizations that would like to be affiliated with WFMH.
- I Voting membership, for national or international organizations that would like to help with the matters related to WFMH, both internally and externally. Applications are available upon request.

MEMBERSHIP BENEFITS

- I Opportunities for networking and collaboration with colleagues in other parts of the world with common interests and concerns
- I Quarterly newsletters - bringing you timely information on global mental health issues
- I Annual reports of WFMH's activities
- I Reduced rates at some WFMH events including regional seminars and conferences as well as the Biennial World Congresses

MEMBERSHIP FEES

Individual membership

Regular member (developed countries)	\$35
Developing country member (designated by OECD)	\$15

Affiliate membership

Libraries	\$40
Annual budget below \$100,000	\$50
Annual budget of \$100,000-\$999,999	\$150
Annual budget of over \$1 million	\$300

Application on other side

Please circle the type of membership you are applying for:

Individual membership

Regular \$35

Developing country \$15

Affiliate membership

Library \$40

Budget below \$100,000 \$50

Budget of \$100,000 - \$999,999 \$150

Budget over \$1 million \$300

Please provide the following information:

Organization name *(only if applying as an affiliate member)* _____

Main contact person _____

Title _____

Address _____

Telephone _____ Fax _____

E-mail _____

Payment:

Please charge my Visa or MasterCard *(circle one)*

Credit Card number _____

Expiration date _____

Name on card _____

Signature _____

Check, bank draft or money order enclosed (payable to WFMH)

Please return this form along with your payment (in U.S. Dollars) to:

WORLD FEDERATION FOR MENTAL HEALTH
6564 Loisdale Court, Suite 301
Springfield, VA 22150
USA

JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006
EXEMPLE DE COMMUNIQUÉ DE PRESSE

[VOTRE ORGANISME] DÉVOILE LE PROGRAMME DE LA
JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006 LE 10 OCTOBRE

POUR PUBLICATION IMMÉDIATE

[VOTRE ORGANISME] célébrera la Journée mondiale de la santé mentale 2006 en organisant [programmes d'information, ateliers, manifestations publiques, etc.] le 10 octobre à [VILLE/LIEU]

Le thème de la Journée mondiale de la santé mentale 2006, Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide, vise l'un des plus grands problèmes de santé publique au monde. L'Organisation mondiale de la santé estime à plus d'un million le nombre de personnes qui se suicident chaque année et peut-être à 20 fois plus le nombre de blessures auto-infligées n'entraînant pas la mort. D'après les récentes études menées par l'OMS sur le taux de suicide dans différents pays du monde, pour {VOTRE PAYS} , ce chiffre est de _____ pour 100 000 personnes.

« Dans de nombreux cas, le suicide est la conséquence tragique d'un échec, parce que l'on n'a pas reconnu et traité une maladie mentale grave », a déclaré [PRÉSIDENT OU PORTE-PAROLE DE VOTRE ORGANISME]. « Les études menées dans les pays développés et en voie de développement mettent en évidence une forte prévalence des maladies mentales chez les personnes qui se suicident.

L'OMS estime que 90 % des personnes qui meurent en se suicidant présentent au moins un trouble mental (souvent non diagnostiqué et non traité), ou sont alcooliques ou toxicomanes. Il s'agit d'un grave problème sanitaire qui représente 1,4 % de la charge mondiale de morbidité. Cette situation requiert l'attention du grand public et l'action de nos gouvernements. » {VOTRE ORGANISME} organise des activités dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale 2006 afin d'appeler à une plus grande compréhension et une plus grande implication envers le suicide et les maladies mentales.

[INCLURE ICI UNE BRÈVE DESCRIPTION DES ACTIVITÉS PRÉVUES, EN MENTIONNANT LES HEURES, DATES, LIEUX ET PRINCIPAUX INTERVENANTS.]

La Fédération mondiale pour la santé mentale organise chaque année une Journée mondiale de la santé mentale. C'est la seule campagne de sensibilisation du grand public qui traite exclusivement des sujets liés à la santé mentale. La première Journée mondiale de la santé mentale a été instaurée en 1992 et elle est aujourd'hui célébrée le 10 octobre dans plus de 100 pays.

REMARQUE : Des informations spécifiques sur le taux de suicide de votre pays sont disponibles sur le site www.who.int.entity/mental_health/prevention/suicide_rates/en/

LA JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006 SERA CONSACRÉE À LA MALADIE
MENTALE ET AU SUICIDE

Les organismes qui œuvrent dans le domaine de la santé mentale partout dans le monde, y compris à [VOTRE VILLE], s'intéressent de près à la quatorzième Journée mondiale de la santé mentale qui se déroule le 10 octobre. Cette année, le thème de cette campagne de sensibilisation sur la santé mentale organisée par la Fédération mondiale pour la santé mentale concerne l'un des problèmes de santé publique les plus urgents : la forte prévalence du suicide chez les personnes souffrant de troubles mentaux.

Le 10 octobre, [VOTRE ORGANISME] s'associera aux services de santé mentale et aux groupes de défense des patients et de leurs familles dans plus de 100 pays pour organiser des événements de sensibilisation et d'information qui attirent l'attention du grand public mais aussi des professionnels de santé, des autorités publiques et des législateurs. Cette campagne associe stratégies d'information et de pression pour améliorer la compréhension et les attitudes envers les personnes souffrant de troubles mentaux et, par ailleurs, encourager les représentants du gouvernement à redoubler d'efforts pour affecter les ressources nécessaires à la prise en compte et au traitement de ces troubles.

Le thème de cette année est « Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide ». Il a été choisi pour attirer l'attention sur le fait que le suicide est souvent la conséquence d'une défaillance dans la reconnaissance et le traitement d'une grave maladie mentale, telles la dépression et la schizophrénie. Les études menées dans les pays développés et en voie de développement mettent en évidence une forte prévalence des maladies mentales chez les personnes qui se suicident. L'OMS estime que, sur le million de personnes qui se suicident chaque année, 90 % d'entre elles présentent au moins un trouble mental (souvent non diagnostiqué et non traité), ou sont alcooliques ou toxicomanes. Le risque de suicide chez les personnes souffrant de troubles de l'humeur (essentiellement de dépression) est compris entre 6 et 15 %, contre 4 à 10 % chez les personnes schizophrènes.

Diverses études menées dans le monde entier ont clairement mis en évidence le fait que les personnes souffrant de graves troubles mentaux sont plus susceptibles de se suicider si elles ne reçoivent pas de traitement ou si elles sont mal soignées. Ces données devraient susciter un sentiment d'urgence chez tous ceux qui évoluent dans le secteur de la santé mentale et de la santé publique. Les ravages du suicide chez les proches, ainsi que l'immense souffrance personnelle des malades mentaux qui envisagent de se suicider, font de cette situation un cas d'urgence pour lequel toute la société doit s'impliquer.

L'un des principaux messages que la Fédération mondiale pour la santé publique souhaite faire passer lors de la Journée mondiale de la santé mentale est que le suicide ne doit pas être considéré comme un aspect tragique et inévitable des maladies mentales. Diverses études ont montré qu'au moins un cinquième des suicides chez les personnes atteintes de graves troubles mentaux peuvent être évités.

Pour mener à bien la tâche consistant à réduire le risque de suicide chez les personnes souffrant de troubles mentaux, et au sein de la population générale, il faut une véritable fermeté et volonté politique de la part des services de santé, des professionnels de la santé mentale et du gouvernement. Le système de santé doit s'attacher à faciliter le diagnostic des maladies mentales. Des options de traitement adaptées et appropriées doivent être disponibles, ainsi que des programmes de rééducation complets. En termes de santé publique, l'approche doit inclure une plus grande attention portée à l'éradication de la stigmatisation et de la discrimination qui ont toujours accompagné les troubles mentaux et le suicide, de sorte que ceux qui en ont besoin puissent venir chercher un traitement et du soutien dès les premiers stades de leur maladie.

En axant le thème de la Journée mondiale de la santé mentale 2006 sur les maladies mentales et le suicide, la WFMH envoie un message fort pour s'opposer à la perception erronée selon laquelle les maladies mentales sont « secondaires » et peuvent être mises de côté jusqu'à ce que les problèmes de santé « immédiats et prioritaires » soient traités. Lorsqu'elles sont ignorées, les maladies mentales peuvent être fatales et doivent donc être considérées comme une question de la plus haute importance.

RESSOURCES ET SITES WEB

American Association of Suicidology
5221 Wisconsin Avenue, NW
Washington, DC 20015
USA
www.suicidology.org

American Foundation for Suicide Prevention
120 Wall Street, 22nd Floor
New York, NY 10005
USA
www.afsp.org

American Psychiatric Association
1000 Wilson Blvd, Suite 1825
Arlington, VA 22209-3901
USA
www.psych.org

American Psychological Association
750 First Street, NE,
Washington, DC 20002-4242
USA
www.apa.org

Australian Institute for Suicide Research and
Prevention (AISRAP)
Griffith University
Mt Gravatt Campus
Brisbane Queensland 4111
AUSTRALIA
www.griffith.edu.au/aisrap

Befrienders Worldwide/Samaritans
International Officer
Samaritans
Upper Mill, Kingston Road
Ewell, Surrey
KT17 2AF
UNITED KINGDOM
www.befrienders.org / www.samaritans.org

Canadian Mental Health Assn
Centre for Suicide Prevention
#320 1202 Centre St. S.E.
Calgary, Alberta
CANADA T2G 5A5
www.suicideinfo.ca

Canadian Assn for Suicide Prevention (CASP)
The Support Network
301, 11456 Jasper Avenue
Edmonton, Alberta T5K 0M1
CANADA
www.suicideprevention.ca

Center for Mental Health Services
SAMHSA
5600 Fishers Lane
Rockville, MD 20857
USA
www.mentalhealth.samhsa.gov/cmhs

Depression and Bipolar Support Alliance (DBSA)
730 N. Franklin Street, Suite 501,
Chicago, Illinois 60610-7224
USA
www.dbsalliance.org

IFOTES
11, Palace du Port
Rolle 1180
SWITZERLAND
www.ifotes.org

Irish Association of Suicidology
16, New Antrim St
Castlebar, Co. Mayo
IRELAND
www.ias.ie

International Association for Suicide Prevention
I.A.S.P. Central Administrative Office
Le Barade, F-32330 Gondrin
FRANCE
www.med.uio.no/iasp

LifeLine International
PO BOX 553
Anerley 4230 KZN
SOUTH AFRICA
www.lifeline.web.za

LivingWorks
www.livingworks.net

Mentality
The Sainsbury Centre for Mental Health
134-138 Borough High Street
London SE1 1LB
UNITED KINGDOM
www.mentality.org.uk

MIND, the Mental Health Charity
15-19 Broadway
London E15 4BQ
UNITED KINGDOM
www.mind.org.uk

Ministry of Health New Zealand
133 Molesworth St
P.O. Box 5013
Wellington
NEW ZEALAND
www.moh.govt.nz/mentalhealth

National Institute for Mental Health
Suicide Research Consortium
6001 Executive Boulevard
Room 8184, MSC 9663
Bethesda, MD 20892-9663
USA
www.nimh.nih.gov/suicideresearch/consortium.cfm

Rethink
Head Office
5th Floor, Royal London House
22-25 Finsbury Square
London EC2A 1DX
UNITED KINGDOM
www.rethink.org

Suicide Awareness Voices of Education (SAVE)
9001 E. Bloomington Fwy
Suite #150
Bloomington, MN 55420
USA
www.save.org

Suicide Prevention Action Network of USA (SPAN)
1025 Vermont Avenue, NW, Suite 1066
Washington, DC 20005
USA
www.spanusa.org

Suicide Research and Prevention Unit
University of Oslo
Sognsvannsven 21, Bygning 12
N-0320 Oslo
NORWAY
Phone 47 22 92 34 73
Fax 47 22 92 39 58
www.med.uio.no/ispy/ssff/hovedengelsk.htm

World Health Organization
Avenue Appia 20
1211 Geneva 27
Switzerland
www.who.int

Canterbury Suicide Project (New Zealand)
www.chmeds.ac.nz/RESEARCH/SUICIDE/suicide.htm

Gay, Lesbian, Bisexual & Transgendered Resources
www.youth-suicide.com/gay-bisexual/index.htm

MindFrame for the Mental Health Sector
"Suicide and Mental Illness in the Media"
www.mindframe-media.info/mentalhealth

Libraries and Directories on Suicide
<http://mentalhealthlibrary.info/library/sui/suigen/suigenlib/sui.htm>

World-wide Suicide and Crisis Hotlines
<http://suicidehotlines.com/international.html>

International Suicide Hotlines:
www.preventsuicidenow.com/suicide-hotlines-international.html

JOURNÉE MONDIALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

« LA CONNAISSANCE APPORTE DE NOUVEAUX ESPOIRS »

Le 10 septembre 2006 e tiendra la Journée mondiale de prévention du suicide. Chaque année, l'Association internationale pour la prévention du suicide, en collaboration avec l'Organisation mondiale de la santé, profite de cette journée pour sensibiliser les communautés à l'importance du suicide en tant que cause de décès prématurés et évitables. Le thème de cette année, « La connaissance apporte de nouveaux espoirs », met l'accent sur l'application des connaissances scientifiques en prévention du suicide à des programmes et des activités qui ont pour but de diminuer les comportements suicidaires et de sauver des vies. Nous invitons le public en général, les organismes, les communautés, les chercheurs, les cliniciens, les gens de terrain, les politiciens, les décideurs et les bénévoles, les endeuillés par suicide et tous les individus et groupements intéressés à joindre leurs efforts en cette Journée mondiale de prévention du suicide. Cette mobilisation a pour objectifs d'augmenter la connaissance sur le suicide et de mettre de l'avant la traduction des connaissances scientifiques sur le suicide en programmes de prévention plus efficaces. Cette année, la Fédération mondiale pour la santé mentale unit ses efforts à ceux de l'IASP pour la promotion d'activités en cette Journée mondiale de prévention du suicide.

LES COMPORTEMENTS SUICIDAIRES : L'ÉTENDUE DU PROBLÈME

Le siècle qui vient de s'amorcer doit déjà déplorer plus de 5 millions de morts par suicide. En effet, chaque année, environ un million de personnes s'enlèvent la vie. Il s'agit là d'un nombre plus élevé que le total des morts annuelles causées par les guerres et les homicides confondus. Le suicide constitue un important problème de santé publique dans plusieurs pays et demeure une des causes majeures de décès chez les adolescents et les jeunes adultes. On estime qu'il y a entre 10 et 20 fois plus de tentatives de suicides que de morts par suicide. Ces tentatives de suicide, en termes d'intention et de sévérité, vont de bénignes à très sérieuses. Au plan personnel, toute tentative de suicide, nonobstant la gravité des blessures causées, est l'indication d'une détresse émotionnelle sévère, d'une peine profonde et presque toujours de troubles mentaux. Le suicide et les tentatives de suicide ont des conséquences émotionnelles sérieuses sur les familles et les membres de l'entourage. Le poids du deuil par suicide peut occasionner un impact profond et durable. En effet, les familles des personnes qui ont attenté à leur vie sont plus souvent anxieuses et inquiètes face à d'éventuels comportements suicidaires dans le futur et quant à leur responsabilité dans la prévention de tels comportements.

LES COMPORTEMENTS SUICIDAIRES : CE QUE NOUS AVONS APPRIS

La maladie mentale est le plus important facteur qui prédispose aux comportements suicidaires. Les personnes atteintes de maladies mentales présentent un risque de suicide dix fois plus grand que celui des gens qui n'en souffrent pas. Dans la plupart des pays occidentaux, près de 90 % des gens qui sont morts par suicide souffraient d'un trouble mental. Dans certains pays asiatiques, y compris la Chine, la proportion de suicidés présentant des troubles mentaux est moindre, bien que les troubles mentaux jouent quand même un rôle important dans les comportements suicidaires. Les troubles mentaux les plus souvent associés aux comportements suicidaires sont la dépression et les troubles bipolaires, l'abus de substances et d'alcool et la schizophrénie. La dépression s'avère le trouble le plus commun parmi ceux mentionnés et près des deux tiers des personnes qui s'enlèvent la vie souffraient de dépression au moment de leur mort. De plus, la présence d'un problème d'abus d'alcool ou de drogue en conjonction avec un autre trouble mental augmente considérablement le risque de comportements suicidaires. Cependant, malgré la prévalence élevée des troubles mentaux chez les personnes qui meurent par suicide, la grande majorité des gens souffrant de troubles mentaux ne se suicideront pas. Cela signifie qu'en dépit du risque accru associé aux troubles mentaux, la plupart des personnes atteintes d'un trouble mental ne subissent pas l'expérience des stress ou autres facteurs de risques qui contribuent à un risque suicidaire accru, ou bien qu'elles reçoivent l'aide nécessaire pour résoudre leurs problèmes.

Des antécédents familiaux de suicide constituent également un fort risque de comportements suicidaires. Les gens qui ont déjà fait des tentatives de suicide présentent des risques élevés de faire une autre tentative de suicide ou de mourir par suicide. Des contextes socio-économiques, éducationnels et sociaux pauvres, de même qu'une faible santé physique sont également associés aux comportements suicidaires.

Enfin, de récents développements en recherche génétique nous aident à mieux comprendre les assises génétiques de la prédisposition aux comportements suicidaires et les façons dont les prédispositions génétiques aux comportements suicidaires peuvent être influencées par l'environnement. La grande variabilité des taux de suicide d'un pays à l'autre et à l'intérieur d'un même pays (par exemple, les différences entre milieux urbains et ruraux) montrent l'importance des facteurs sociaux et d'autres éléments environnementaux. Des anomalies biochimiques du cerveau, en particulier dans les capteurs de la sérotonine, et plus particulièrement liées à l'impulsivité et à l'agressivité, semblent contribuer à une augmentation du risque suicidaire.

LES COMPORTEMENTS SUICIDAIRES : CE QU'IL RESTE À FAIRE.

Un des grands défis du 21^e siècle, consiste à appliquer et traduire notre compréhension des motifs qui poussent les gens à s'enlever la vie en des stratégies, des politiques, des programmes et des services efficaces afin de réduire les pertes tragiques de vie et les effets dévastateurs des comportements suicidaires. Cependant, sur la foi de nos connaissances actuelles, nous pouvons dire que les pistes de prévention du suicide suivantes sont prometteuses :

Former les médecins à mieux reconnaître, traiter et gérer la dépression et les comportements suicidaires peut contribuer à la réduction des taux de suicide.

Restreindre l'accès aux moyens létaux Des données en provenance de plusieurs pays montrent que la restriction de l'accès à des moyens spécifiques pour se suicider diminue les taux de suicide pour ces méthodes en particulier et peut même contribuer à la réduction des taux globaux de suicide.

Éduquer les communautés et les sentinelles : Les programmes qui mettent l'accent sur l'accroissement des compétences d'une communauté et des sentinelles en milieux organisationnels et institutionnels (que ce soit les membres du clergé et les personnes travaillant dans les écoles, prisons, centres de détention et de soins pour jeunes, lieux de travail, résidences pour aînés) aussi bien que l'augmentation de la conscience publique et la valorisation de la recherche d'aide, peuvent améliorer l'identification et favoriser les consultations pour les personnes à risque de suicide.

Dispenser de l'aide dans les situations de crise : Des recherches récentes menées au Canada et aux États-Unis suggèrent que les personnes à risque de suicide sont souvent aidées par ces organisations, bien que les meilleures formes d'aide ne soient pas toujours dispensées par certaines de ces organisations.

Amélioration des traitements et de la gestion en santé mentale : traitement efficace de la maladie mentale, le suivi et l'aide à long terme constituent clairement des approches importantes en prévention du suicide. Un certain nombre de traitements pour des troubles mentaux spécifiques ont même montré la réduction de comportements suicidaires.

Le suivi après tentatives : Les personnes qui font des tentatives de suicide présentent un risque accru de tentatives ultérieures et même de mourir par suicide. Quelques interventions, mettant l'accent sur l'amélioration du traitement et sur l'aide post-tentative apportée à ces personnes, ont démontré qu'elles pouvaient contribuer à une réduction de la récurrence des comportements suicidaires.

Les reportages sur le suicide dans les médias : Certaines façons de présenter le suicide dans les médias semblent précipiter les comportements suicidaires des personnes vulnérables.

LA PRÉVENTION DU SUICIDE : QUI PEUT AIDER?

Le thème de la Journée mondiale de prévention du suicide 2006, « **La connaissance apporte de nouveaux espoirs** » est une occasion pour les chercheurs, les cliniciens et les praticiens de partager avec les représentants des autres secteurs les connaissances dont ils disposent sur les causes des comportements suicidaires, de souligner les façons dont ces connaissances peuvent être appliquées, d'identifier quelles approches préventives semblent les plus efficaces et d'encourager l'évaluation de programmes de prévention du suicide et de politiques mis en place. Ceux qui travaillent dans tous les secteurs de la prévention du suicide peuvent se servir de cette journée pour souligner des activités qui contribuent à augmenter la compréhension par le public que le suicide est un problème de santé publique qu'on peut prévenir.

LES ACTIVITÉS DE LA JOURNÉE MONDIALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE : CE QU'ON PEUT FAIRE.

En cette journée, un grand nombre d'activités peuvent avoir lieu pour permettre l'application des connaissances sur le suicide aux divers secteurs de la population et pour augmenter la communication entre les intervenants et les chercheurs. Les initiatives qui misent sur l'engagement des personnes et qui encouragent la participation et les contacts personnels joueront un rôle important pour encourager les gens à apprendre plus et à intégrer la nouvelle information. www.iasp.info

IASP UNE INITIATIVE DE L'ASSOCIATION
INTERNATIONALE POUR LA PRÉVENTION
DU SUICIDE

LES SIGNES D'ALERTE DU SUICIDE

Le suicide intervient rarement sur un coup de tête. Dans les jours et heures précédant le suicide, on voit généralement apparaître des signes d'alertes.

Les indicateurs les plus marquants et les plus graves sont ceux du discours : « Je n'en peux plus », « Tout m'est égal », « Je vais en finir ». Ce type de remarques doit toujours être pris au sérieux.

- Parmi les autres signes d'alerte les plus courants, citons :
- Dépression ou repliement sur soi-même
- Insouciance
- La personne met ses affaires en ordre et se débarrasse des choses auxquelles elle tient le plus
- Changement marqué dans le comportement, les attitudes ou l'apparence
- Toxicomanie ou alcoolisme
- La personne a subi une perte grave ou subit d'importants bouleversements dans sa vie

La liste ci-après répertorie des exemples de signes indiquant qu'une personne envisage de se suicider. Bien sûr, dans la plupart des cas, ces situations ne mènent pas au suicide. Cependant, plus la personne montre des signes d'alerte, plus le risque de suicide est élevé.

- Situations
- Antécédents familiaux de suicide ou de violence
- Abus sexuels ou agression physique
- Décès d'un ami proche ou d'un parent
- Divorce ou séparation, fin d'une relation
- Échec à des examens ou concours, mauvais résultats
- Perte d'emploi, problèmes au travail
- Sous le coup d'une action en justice
- Incarcération récente ou libération à venir

LES SIGNES D'ALERTE DU SUICIDE

Le suicide intervient rarement sur un coup de tête. Dans les jours et heures précédant le suicide, on voit généralement apparaître des signes d'alertes.

Les indicateurs les plus marquants et les plus graves sont ceux du discours : « Je n'en peux plus », « Tout m'est égal », « Je vais en finir ». Ce type de remarques doit toujours être pris au sérieux.

- Parmi les autres signes d'alerte les plus courants, citons :
- Dépression ou repliement sur soi-même
- Insouciance
- La personne met ses affaires en ordre et se débarrasse des choses auxquelles elle tient le plus
- Changement marqué dans le comportement, les attitudes ou l'apparence
- Toxicomanie ou alcoolisme
- La personne a subi une perte grave ou subit d'importants bouleversements dans sa vie

La liste ci-après répertorie des exemples de signes indiquant qu'une personne envisage de se suicider. Bien sûr, dans la plupart des cas, ces situations ne mènent pas au suicide. Cependant, plus la personne montre des signes d'alerte, plus le risque de suicide est élevé.

- Situations
- Antécédents familiaux de suicide ou de violence
- Abus sexuels ou agression physique
- Décès d'un ami proche ou d'un parent
- Divorce ou séparation, fin d'une relation
- Échec à des examens ou concours, mauvais résultats
- Perte d'emploi, problèmes au travail
- Sous le coup d'une action en justice
- Incarcération récente ou libération à venir

Comportements

- Pleurs
- Agressivité physique
- En rupture avec la loi
- Impulsivité
- Automutilations
- Écrits sur la mort et le suicide
- Tentatives de suicide dans le passé
- Comportements extrêmes
- Changement de comportement

Changements physiques

- Manque d'énergie
- Sommeil perturbé : hypersomniaque ou insomniaque
- Perte d'appétit
- Perte de poids ou prise de poids soudaine
- Aggravation de troubles légers
- Changement de comportement sexuel
- Changement soudain d'apparence
- Manque d'intérêt pour l'apparence

Pensées et émotions

- Idées de suicide
- Solitude, manque de soutien de la famille et des amis
- Rejet, sentiment de marginalisation
- Profonde tristesse ou sentiment de culpabilité
- Se concentre sur des points de détail
- Rêveries
- Anxiété et stress
- Sentiment d'impuissance
- Manque d'estime de soi

Cette fiche est disponible en 16 langues sur le site Befrienders Worldwide... www.befrienders.org

« Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide » JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006

Comportements

- Pleurs
- Agressivité physique
- En rupture avec la loi
- Impulsivité
- Automutilations
- Écrits sur la mort et le suicide
- Tentatives de suicide dans le passé
- Comportements extrêmes
- Changement de comportement

Changements physiques

- Manque d'énergie
- Sommeil perturbé : hypersomniaque ou insomniaque
- Perte d'appétit
- Perte de poids ou prise de poids soudaine
- Aggravation de troubles légers
- Changement de comportement sexuel
- Changement soudain d'apparence
- Manque d'intérêt pour l'apparence

Pensées et émotions

- Idées de suicide
- Solitude, manque de soutien de la famille et des amis
- Rejet, sentiment de marginalisation
- Profonde tristesse ou sentiment de culpabilité
- Se concentre sur des points de détail
- Rêveries
- Anxiété et stress
- Sentiment d'impuissance
- Manque d'estime de soi

Cette fiche est disponible en 16 langues sur le site Befrienders Worldwide... www.befrienders.org

« Sensibiliser pour limiter les risques : Maladie mentale et suicide » JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE 2006

POINTS CLÉS : CONSIGNES DE COMMUNICATION RESPONSABLE À L'INTENTION DES MÉDIAS

- **Éviter de donner des explications simplistes au suicide**

Le suicide est généralement le résultat d'un ensemble complexe de circonstances et est rarement dû à un seul événement (perte d'un emploi, fin d'une relation amoureuse, etc.).

- **Ne pas entamer de discussion répétitive, insistante ou excessive sur le suicide**

Cela peut contribuer à encourager ou à conforter les préoccupations des personnes à risque. Par exemple, les publications sur le suicide apparaissent généralement à l'intérieur des journaux et jamais en première page.

- **Attention à ne pas « sensationnaliser » l'événement**

Une couverture médiatique qui verse dans le sensationnalisme tend à accroître les préoccupations du grand public envers le suicide, notamment s'il s'agit d'une célébrité. Par exemple, il est possible d'éviter le sensationnalisme en bannissant l'utilisation de photographies choquantes.

- **Éviter les descriptions « techniques » du suicide**

Il semble que les détails techniques sur la manière dont une personne s'est suicidée dans un contexte donné peut fournir à une personne vulnérable la matière dont elle a besoin pour passer à l'acte en imitant la victime.

- **Ne pas présenter le suicide comme une solution à tous les problèmes**

Le fait de présenter le suicide comme une méthode de résolution des problèmes personnels peut suggérer que le suicide est une stratégie d'adaptation acceptable.

- **Éviter de glorifier l'incident ou la victime**

Une couverture excessive des manifestations de chagrin de la communauté (hommages, mémoriaux, mise en berne des drapeaux) peut suggérer que la société honore le comportement suicidaire de la victime au lieu de porter le deuil de la personne.

- **Éviter de mettre en avant les bons côtés de la victime**

Il est important de signaler les problèmes de la victime en plus des points positifs de sa vie afin de limiter l'attrait du suicide, surtout chez les individus qui reçoivent peu de soutien et d'encouragements.

- **Faire preuve de tact et de respect de la vie privée envers les proches des suicidés**

Tout de suite après un décès par suicide, les membres de la famille et les amis sont en état de choc, ne comprennent pas et peuvent eux-mêmes éprouver des envies de suicide. Il convient de faire preuve de tact et de considération lors des interviews des parents proches et des amis de la victime.

- **Donner des informations qui sensibilisent le public**

En donnant au public toutes les informations sur les facteurs de risque du suicide, les signes d'alerte et les moyens d'action possibles pour aider une personne ayant des tendances suicidaires, les amis et la famille pourront par la suite reconnaître les comportements à risque chez les personnes vulnérables.

- **Répertorier les ressources disponibles**

Des informations sur les ressources disponibles (hotlines, services de crise et services médicaux) avec les coordonnées à jour doivent toujours être ajoutées dans les reportages ou sujets portant sur le suicide.

- **Citer des exemples de personnes ayant choisi de se battre**

Les histoires mettant en scène des attitudes positives et des personnes ayant surmonté leurs problèmes peuvent aider à éviter d'autres tentatives de suicide.

(ResponseABILITY, 2003, Centers for Disease Control, 2002; National Media and Mental Health Group; 2002; Organisation mondiale de la santé, 2000; O'Carroll & Potter, 1994 Centre for Suicide Prevention, SIEC Alert #58, June 2005)

