



# Journée Nationale de Prévention du Suicide

*Parler, écouter, orienter : nous  
pouvons tous agir.*





# Le Suicide en France

- Environ 9 000 personnes mettent fin à leurs jours chaque année
- Cela représente un décès toutes les heures
- Les jeunes et les personnes âgées sont les plus vulnérables

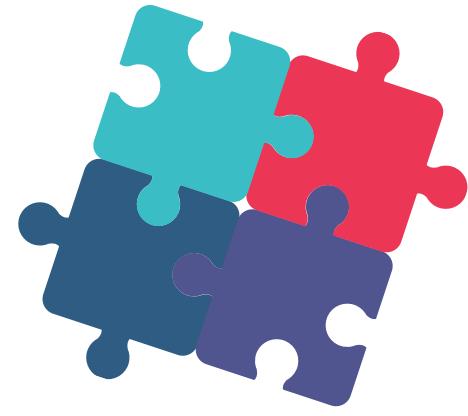


## Le saviez-vous ?

Le soutien et l'accompagnement jouent un rôle crucial dans la prévention du suicide.

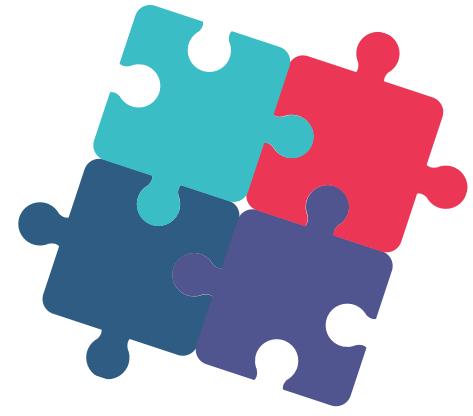
Parler de ce que vous ressentez avec un professionnel peut faire une différence significative.

Des milliers de vies sont sauvées chaque année grâce à l'aide des professionnels de la santé mentale.



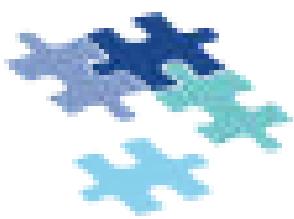
# Vous vous inquiétez pour un proche ?

- Les signes à repérer :
  - Isolement social ou retrait soudain
  - Expression de mal-être ou perte d'espoir
  - Changements marqués dans le comportement
  
- Que faire ?
  - Parlez-lui avec bienveillance, écoutez sans juger
  - Encouragez-le à consulter un professionnel de santé
  - En cas d'urgence,appelez l'un des numéros suivants



# En cas de besoin, contactez :

- **S.O.S. Amitié** : 09 72 39 40 50 (écoute anonyme et gratuite)
- **3114** : Ligne nationale de prévention du suicide, accessible 24h/24
- **Nightline** (pour les jeunes) : Chat et écoute téléphonique sur [nightline.fr](http://nightline.fr)



CPTS Paris  
NEUF

## **Les professionnels de la santé de Paris 9ème s'engagent pour votre santé.**



Vous n'êtes pas seul·e : un épisode de notre podcast sort prochainement pour aider les proches à réagir, soutenir et trouver les bons relais face aux pensées suicidaires.