



Association Prévention Suicide

138 Rue Marius et ARY LEBLOND

97 430 LE TAMPON

Tél/Fax : 02 62 35 69 38

N° vert : 0 800 62 01 62

kersoleil@orange.fr

Blog APS 974 SITE WEB APS

Communiqué d'APS

Journée nationale de prévention du suicide : le 5 février 2016

Semaine de prévention du suicide à LA Réunion du 1er au 8 février 2016 :

Faisons un tour de l'île pour parler de la prévention du suicide. Tous et toutes ensemble, osons en parler librement !

Dans le cadre de la semaine des journées sur la prévention du suicide du 1er au 8 février 2016, l'Association Prévention Suicide (APS), créée en mars 2002 à La Réunion, organise cette année des conférences débats sur la prévention du suicide pour les familles, bénévoles, professionnels et institutionnels de notre île avec différents partenaires. Cette année, le thème retenu au niveau national est « **la prévention, à l'épreuve du suicide** ».

Ce thème retient fortement notre attention sur la problématique du suicide qui est un problème de santé publique majeur en France et à La Réunion. En effet, la prévention est une modalité assez complexe car elle tient sous la responsabilité de nous tous. Elle suppose un travail en amont, des actions collectives entre des partenaires différents ainsi que le soutien des familles alors qu'elles sont elles-mêmes de plus en plus fragilisées. Sa complexité est aussi liée par le manque de connaissance sur des indicateurs précis tels que (à quelle fréquence retrouve-t-on la crise suicidaire chez une personne, quel est le potentiel suicidaire chez l'autre à côté de nous, comment évaluer l'urgence de la crise, comment braver les obstacles pour faire émerger le silence de la souffrance, comment traduire la pensée ou l'idéation suicidaire ?). Prévenir est un long travail de patience et de « fourmi » d'où la difficulté pour nous de cerner à court terme les résultats d'efficacité et de pouvoir objectiver la démarche de la prévention primaire, secondaire et tertiaire. 3 niveaux de prévention essentiels

pour mesurer en permanence le mal être des personnes et l'imminence d'un passage à l'acte que celui-ci soit prémédité ou d'ordre impulsif.

Pour rappel, APS a recensé environ **105 suicides en 2015** et compte tenu des disparitions qui s'élèvent à environ 150 personnes et d'autres accidents masqués, on peut rajouter au moins 25% de plus. Autrement dit , le chiffre serait plutôt autour de 140, 150 suicides en 2015. On note une augmentation par rapport aux années précédents. Les chiffres donnés par l'ORS, les hôpitaux et les autres associations tournent autour de la centaine.

Concernant les tentatives de suicides, APS recense une moyenne **de 5 à 10 appels de personnes en crise suicidaire par jour**. A cela , il faut rajouter les personnes qui ont consulté un médecin généraliste ou autres spécialistes, et biensûr les hospitalisations. Selon toujours l'ORS, on aurait une moyenne de 3000 hospitalisations annuelles à La Réunion. (voir le doc ORS de 2012). 25% de nos jeunes entre 15 et 30 ans qui ont des pensées suicidaires vont tenter de se suicider au cours des 12 derniers mois. D'ailleurs le suicide représente 20% des causes de mortalité chez les 24-35 ans . 1 jeune sur 6 a déjà pensé au suicide selon une enquête réalisée par APS sur 10 000 collégiens à La Réunion.

De plus, on note que 53% des personnes utilisent la pendaison, 14% , les armes à feu et les intoxications médicamenteuses , 7%, le saut dans le vide et le reste, d'autres moyens.

En résumé, 1 suicide tous les 3 jours, 1 tentative de suicide toutes les 3 heures à La Réunion. Selon nos statistiques (source APS) la majorité des personnes concernées par les tentatives et le suicide a entre 15 et 45 ans. On note autant d'hommes que de femmes.

Trop souvent, nous avons tendance à dire « mais comment l'impensable, l'imprévisible est arrivé, on n'a pas vu venir le passage à l'acte ? ». Nous pensons qu'il n'y a pas de signes précurseurs, pas de gestes annonciateurs et pas de moyen pour voir et sentir ce qui se joue en réalité devant nos yeux, nos regards.

En effet, la souffrance est grandissante et sous estimée. Nous nous n'autorisons pas à en parler librement et facilement pour des raisons

culturelles (peur de l'autre, peur de la mort, peur de la communauté). La souffrance reste encore un sujet tabou chez nous et encore davantage quand elle engendre le suicide. Or nous savons aujourd'hui, par les différentes études médicales, sociologiques, psychologiques et anthropologiques que les causes du suicide sont plurifactorielles (enfant non désiré, enfant mal traité, enfant violenté, adulte soumis, blessé, harcelé, humilié, isolé, disqualifié par la société, non reconnu dans ses droits, discrimination des valeurs, difficulté à affirmer son orientation sexuelle...) et que l'acte suicidaire n'est que la résultante d'un processus et d'un renforcement de la souffrance psychique et physique engendré par autrui (hormis la maladie mentale ou autres formes de dépressions).

Si un processus est à l'origine de l'acte suicidaire, c'est à dire une progression de la souffrance, alors nous pouvons penser qu'il est possible de faire inverser la vapeur.

C'est pourquoi nous pensons que la prévention est primordiale à tous les niveaux de la société pour réduire les processus de mal être. Des outils existent et l'Observatoire national de suicide mis en place en septembre 2013 devrait nous donner encore plus d'informations sur les indicateurs concernant la problématique du suicide. Le Baromètre Santé, les déclarations des médecins, des hospitalisations, des enquêtes sur les comportements des personnes suicidaires devraient nous aider à développer des outils de prévention.

APS, justement développe depuis 2002 de la prévention en proposant de l'écoute téléphonique par une « help-line » 24h sur 24h ; en faisant depuis 10 ans de la prévention en milieu scolaire chez les jeunes de 11 à 18 ans aux collèges et lycées ; en développant des informations et formations sur les compétences psychosociales des enfants et adolescents auprès des familles et professionnels, en accompagnant et en orientant les personnes en risques suicidaires vers des structures adaptées, en renforçant la communication sur les facteurs de protections auprès des familles, professionnels et du grand public.

L'écoute active que fait APS depuis 2002 permet à tout appelant de s'exprimer librement et de façon anonyme sur sa souffrance. L'écouterant bénévole d'APS va faire du « counselling », donner des éclairages et favoriser la réflexion chez l'appelant et ainsi faire prendre conscience à l'appelant que le suicide n'est pas la seule option de

solution à ses problèmes. Une autre alternative est possible qu'il n'avait pas vue ou envisagée et ainsi d'aller vers un mieux être momentané qui devrait être entendue et pérennisée par les autres acteurs de prévention et de soins.

Force est de constater que la prévention est une action collective qui permet de repérer, d'orienter et d'accompagner des personnes en situations vulnérables. Neutraliser des personnes à risques, sécuriser l'environnement social, familial et professionnel, sécuriser les lieux, réduire les moyens utilisés par les suicidants, agir en communiquant sans cesse sur l'altérité pour briser l'isolement et le silence sont des axes primordiaux pour la prévention du suicide dans notre île.

Enfin, tout un chacun est concerné par l'acte de prévention. C'est un acte de civisme et de développement de notre « vivre ensemble ». La prévention n'est pas l'affaire uniquement d'APS ou de spécialistes mais bien l'affaire de nous tous.

Venez échanger, débattre sur ce sujet avec nous, sans complexe et sans tabou pendant cette semaine de prévention. (voir l'affiche ci-jointe pour nous joindre dans vos villes).

La Directrice d'APS

Mme ODAYEN Danon Lutchmee,

Pour tout contact : Mme D. ODAYEN, anthropologue, 0692089239