

## Matériel promotionnel offert par le Centre d'écoute et de prévention du suicide 02

Il nous fait plaisir d'assurer la distribution de matériel visant à faire la promotion des services d'écoute et de prévention du suicide dans la région du Saguenay Lac-Saint-Jean et de Chibougamau Chapais. Le matériel promotionnel est gratuit pour les demandeurs situés sur notre territoire d'action.

\*Notez toutefois que pour le matériel expédié par la poste, des frais minimums de 20\$ (ou plus selon le poids du colis) s'appliquent.

\*\*Pour le matériel commandé par une organisation qui se situe à l'extérieur de notre territoire d'action, une contribution financière vous sera demandée afin de couvrir les frais de poste et d'impression des documents et objets promotionnels.

Pour commander, veuillez remplir une demande via [notre formulaire](#).

Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter nos services administratifs au 418-545-9110 au poste 2221.

**\*Dans la limite des stocks disponibles**

### 1. ENCART – Information sur les services du CPS02

L'outil principal pour promouvoir nos services d'intervention, d'écoute, de prévention et de formation

Dimension : 21,7 cm x 9,8 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau - Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,25\$ par unité

Centre d'écoute et de prévention du suicide 02  
Saguenay-Lac-Saint-Jean / Chibougamau-Chapais

Ligne de prévention suicide 1866 APPELLE (277-3553)  
Ligne d'écoute active 1888 600 AIDE (2433)

**Prévention**

- Activités de sensibilisation en prévention du suicide offertes au grand public
- Groupe d'entraide et de soutien pour hommes Transition
- Programme de postvention, être prêt à la suite d'un suicide
- Klozques et ateliers  
Veuillez remplir une demande via notre formulaire

**Intervention**

- Service de relance téléphonique lors d'un moment critique
- Intervention à la suite d'un suicide (postvention) et suivi de deuil
- Séance de ventilation à la suite d'un suicide non complétée d'un proche
- Groupe de soutien pour personnes endeuillées à la suite d'un suicide

**Formation**

- Agir en tant que "sentinelle" en prévention du suicide (général, agricole)
- Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques (Génération, premières nations)
- Prévenir le suicide chez les personnes de 14 ans et plus - Susciter l'espoir et estimer le danger
- Repérer la personne vulnérable au suicide et appliquer les mesures de protection requises
- L'art de l'écoute

**Pour qui ?**

- Personnes ayant des idées suicidaires
- Personnes endeuillées par suicide
- Inquiet pour un proche
- Professionnels ou bénévoles en prévention du suicide

**Matériel promotionnel**

Le matériel est gratuit pour les demandeurs situés sur notre territoire d'action (Saguenay Lac-Saint-Jean et Chibougamau-Chapais).

Veuillez remplir une demande via le formulaire de commande sur notre site internet.

**Écoute active**

- Besoin d'écoute
- Briser l'isolement
- Partage du quotidien Chibougamau-Chapais
- Difficultés dans les relations interpersonnelles

**Vous désirez vous investir pour la cause ?**

- Signer la charte en prévention du suicide
- Participer aux activités de prévention du suicide dans la région
- Devenez bénévole
- Suivez-nous sur nos réseaux sociaux

Faire un don

SUIVEZ-NOUS



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02

Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chibougamau-Chapais-Côte-Nord

## 2. DÉPLIANT TRANSITION – Groupe d'entraide et de soutien pour hommes

Ce dépliant informe ce qu'est le groupe Transition, à qui le service s'adresse, pourquoi un homme voudrait y participer et le contenu des rencontres. Les numéros de différentes ressources pertinentes sont inscrits au verso du dépliant.

Dimension: 21,7 cm X 9,8 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,25\$ par unité

## 3. ENCART Formation Agir en sentinelle en prévention du suicide

La formation " Agir en sentinelle en prévention du suicide " s'adresse aux adultes susceptibles d'être en contact avec des personnes suicidaires par leur travail (ex. délégués syndicaux, gestionnaires, professeurs...), leurs activités bénévoles (ex. membre d'un club social...), par la place qu'ils occupent dans leur milieu ou leur communauté.

Dimension : 21,7 cm X 9,8 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,25\$ par unité



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02

Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chibougamau-Chapais-Côte-Nord

## ENCART - Information sur les services offerts aux personnes endeuillées par suicide

Dimension : 21,7 cm X 9,8 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -

Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,25\$ par unité

**Centre d'écoute et de prévention du suicide 02**  
Saguenay - Lac-Saint-Jean - Chibougamau - Chapais - Côte-Nord  
1-866-APPELLE • 1-866-600-4-02

**1 866 APPELLE**  
1 866 277-3553

**Nos services**  
Sont offerts à la population Saguenay-Lac-Saint-Jean, Chibougamau et Chapais

À **vous** qui lisez ce message, il n'est pas facile de perdre un être cher et il est difficile de trouver les mots justes dans de telles circonstances. Le Centre d'écoute et de Prévention du Suicide 02 est de tout cœur avec vous.

Nous serons là pour vous accompagner, **un pas à la fois**  
1-866-APPELLE (277-3553)

**Séance de postvention**  
Une intervention déployée dans le milieu afin de rejoindre proches, ami.e.s, collègues de la personne décédée

**Suivi de deuil à la suite d'un suicide**  
Accompagnement personnalisé dans le cadre d'un suivi individuel afin d'aider la personne dans son cheminement

**Séance de ventilation**  
Permettre aux proches de la personne qui a fait une tentative de suicide de s'exprimer sur leur ressenti par rapport aux événements.

**Groupe pour les personnes endeuillées à la suite d'un suicide**  
Favoriser l'adaptation au deuil par le partage d'écrits. Tous ont diminué les impacts négatifs, l'intensité des réactions et de briser l'isolement

## GUIDE - À l'intention des personnes endeuillées et de leurs proches

Cette brochure aide à la compréhension et à la guérison des personnes endeuillées à la suite du suicide. Elle s'adresse aux personnes en deuil, mais aussi à leurs proches qui ne savent pas toujours comment réagir en pareille situation. Elle présente de l'information pertinente sur la problématique du suicide ainsi que sur le processus de deuil.

- 27 pages

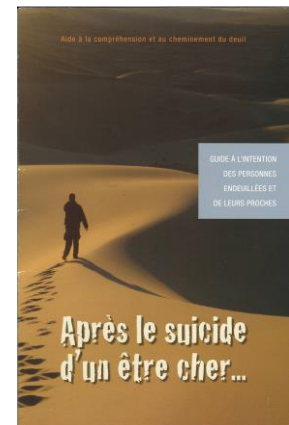
Dimension: 14 cm X 22 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -

Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 1,00\$ par unité



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02

Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chibougamau-Chapais-Côte-Nord

## DÉPLIANT – Information sur le deuil chez les enfants

Comment annoncer un décès par suicide ?

Ce dépliant présente des conseils pratiques lors de l'annonce de cette nouvelle à un enfant.

Un livre d'histoire pour les enfants - « Les couleurs de l'arc-en-ciel » - peut accompagner ce contenu.

Dimension : 21,7 cm X 9,8 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -

Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,25\$ par unité



## LIVRE – Les couleurs de l'arc-en-ciel

Une famille de bélugas a perdu un être cher par suicide.

Note : le livre vous sera toujours accompagné avec le dépliant d'information sur le deuil chez les enfants.

- 33 pages

Dimension : 22 cm X 12 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -

Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 3,00\$ par unité



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02

Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chibougamau-Chapais-Côte-Nord

## Campagnes de sensibilisation

### FEUILLET ÉDUCATIF – Les médicaments et vous

De bonnes habitudes pour la vie!  
 Feuillet éducatif qui explique les risques reliés à la présence de médicaments dans un foyer; présente les règles de rangement sécuritaire; invite à l'éducation des enfants à propos des médicaments; donne des pistes d'action favorisant le suivi de santé; invite au retrait préventif des médicaments en présence d'une personne dépressive ou suicidaire ainsi que la bonne façon de s'en départir lorsque ceux-ci ne servent plus.  
 (Deux pages recto/verso - cartonné)

Dimension: 15 cm X 9 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
 Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,50\$ par unité

Le feuillet éducatif est divisé en plusieurs sections :

- LES MÉDICAMENTS ET VOUS**: Introduction et objectifs.
- DE BONNES HABITUDES pour la vie!**: Conseils pratiques sur la prise et le rangement des médicaments.
- L'IMPORTANT du RANGEMENT SÉCURITAIRE pour ses proches et soi-même**: Règles strictes de rangement.
- SAVIEZ-VOUS QUE...**: Informations sur les dangers des médicaments.
- UNE BONNE DOSE DE prévention!**: Conseils pour éviter les erreurs.
- DES QUESTIONS sur vos médicaments?**: Encouragement à consulter un pharmacien.

### FEUILLET ÉDUCATIF – L'entreposage sécuritaire des armes à feu

Les armes et vous – Êtes-vous à l'abri du drame ?  
 Feuillet éducatif destiné à tout adulte vivant dans un foyer où se trouve une arme à feu. Cet outil d'information/sensibilisation vise à réduire les risques de suicide, d'homicide et d'accident par arme à feu. Le feuillet explique les risques reliés à la présence d'une arme à feu dans un foyer; présente les règles de rangement sécuritaire; invite au retrait préventif de l'arme en présence d'une personne dépressive, suicidaire ou violente ainsi qu'à se départir des armes qui ne servent plus.

Dimension: 15 cm X 9 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
 Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 0,50\$ par unité

Le feuillet éducatif est divisé en plusieurs sections :

- LES ARMES ET VOUS**: Introduction.
- ÊTES-VOUS À L'ABRI DU DRAME? DU**: Questions clés.
- Si vos armes ne sont pas RANGÉES de façon SÉCURITAIRE, LA RÉPONSE EST NON, ET C'EST LA LOI!**: Règles de rangement.
- L'ENTREPOSAGE SÉCURITAIRE... C'EST LE GROS BON SENS**: Règles de rangement.
- Si il y a une arme à feu dans votre domicile (fiel ou carabine ordinaire), assurez-vous qu'elle soit:**
  - INACCESSIBLE ou INOPÉRANTE**: Règles de rangement.
  - NON-CHARGÉE**: Règles de rangement.
- LES CLÉS AILLEURS... C'EST BRILLANT!**: Règles de rangement.



Centre d'écoute  
 et de prévention  
 du suicide 02

Saguenay-Lac-Saint-Jean  
 Chibougamau-Chapais-Côte-Nord

## PORTE-CLÉ – L'entreposage sécuritaire des armes à feu

Information relative à la ligne d'aide 1-866-APPELLE (277-3553).

Généralement utilisé pour accrocher sur un trousseau contenant des clés qui permettent d'accéder à des armes.

Dimension: 2,5 cm X 6,5 cm

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 1,00\$ par unité

**Objets promotionnels**



## STYLO – Centre d'écoute et de prévention du suicide 1 866-APPELLE / 1-888-600-AIDE

Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 1,00\$ par unité



## CARTES – Centre d'écoute et de prévention du suicide 02

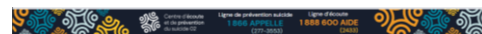
Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
Chapais : Gratuit



## PORTE-CLÉ lanière

Alternance des services  
1 866-APPELLE (277-3553)  
1888 600 AIDE (2433)



Coût :

Au Saguenay Lac-Saint-Jean et à Chibougamau -  
Chapais : Gratuit

Ailleurs au Québec : 2,00\$ par unité

**Différentes affiches sont également disponibles.**



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02

Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chibougamau-Chapais-Côte-Nord