

Groupe de parole

Réunions bimensuelles de 2 heures

Les échanges sont confidentiels

Engagement pour une période de 6 mois

Deux intervenants du Centre de Prévention du Suicide formés à l'accompagnement du deuil encadrent le groupe

Lieu

Centre de Prévention du Suicide
Avenue Winston Churchill, 108
à 1180 Bruxelles

Participation
aux frais

10 € par personne et par rencontre

Nombre
de participants

10 maximum

Age minimum

18 ans

Infos

02 650 08 69
cps@preventionsuicide.be
www.preventionsuicide.be

Avec le soutien de



Le Centre de Prévention du Suicide

Veillant à offrir un accompagnement particulier à toute personne qui, dans sa vie personnelle ou professionnelle, se trouve questionnée par la problématique du suicide, le Centre de Prévention du Suicide développe, depuis plus de trente ans, des projets à la fois spécifiques et complémentaires :

- une **écoute téléphonique, accessible 24h/24 dans l'anonymat, au 0800 32 123,**
- **des sensibilisations et formations** pour professionnels,
- des interventions **d'information et de postvention** dans des institutions suite à un passage à l'acte,
- un **suivi de crise** après une tentative de suicide, pour les personnes suicidantes et leurs proches,
- un **accompagnement du deuil** suite au suicide d'un proche,
- des **groupes de parole,**
- des **ateliers d'expression créatrice,**
- un **centre de documentation** ouvert à tous,
- des **journées d'étude,**
- des **rencontres** grand public,
- un espace **forum** sur Internet.

Le suicide

L'Autre Temps

Après le suicide d'un proche
Un groupe pour en parler



www.preventionsuicide.be

Une activité du Centre de Prévention du Suicide

Votre enfant, votre conjoint,
votre parent,
un membre de votre famille
a mis fin à ses jours...
Il s'est suicidé.

En une fraction de seconde,
votre vie a basculé.
Des images, des mots,
des sentiments, retenus
ou exprimés,
vous ont envahi.

> Que s'est-il passé ?

À l'annonce du suicide, votre monde
s'est écroulé.
Et peut-être, vous sentez vous seul(e),
douloureusement seul(e)...

> Si j'avais su...

J'aurais dû...
Qu'est-ce que j'ai fait ?
Qu'est-ce que je n'ai pas vu ?
Pourquoi ne m'a-t-il (elle) rien dit ?

> Pourquoi ?

Parfois vous trouvez une réponse et le
lendemain vous en cherchez une autre.
Ces questions et d'autres reviennent sans
cesse à votre esprit.
Vous les vivez comme une torture...

> Et maintenant

Mes autres enfants sont-ils en danger ?
Mon père s'est suicidé, et moi... ?
Il, elle, comptait sur moi et je n'ai pas pu
l'en empêcher.
Je ne pourrai plus vivre après cela.

**A qui confier ces pensées,
ces sentiments, ces doutes,
ces peurs ?**

**Qui peut entendre
l'innommable, l'inexplicable ?**

Sinon des personnes ayant en
commun le décès d'un proche par
suicide et rassemblées dans **L'Autre
Temps**, un espace de parole où
chacun, à son rythme, dépose ses
souffrances et parle, avec ses mots, de
ce qu'il vit, pense, ressent, de ce qui le
questionne.

L'Autre Temps est un temps et un
lieu d'échanges, où personne ne juge,
mais où chacun écoute, pour traverser
les tourments de la culpabilité, de la
honte, de la colère, du désespoir.
Les fils ainsi tissés aident à trouver
des réponses pour réinvestir la vie.