

Le suicide

**JOURNEE MONDIALE
DE LA PREVENTION
DU SUICIDE**

10 septembre 2008

www.preventionsuicide.be

Une initiative du Centre de Prévention du Suicide

Le 10 septembre prochain aura lieu la **Journée mondiale de la prévention du suicide** organisée par l'IASP – Association Internationale pour la Prévention du Suicide –, en collaboration avec l'OMS.

L'objectif de cette journée mondiale est d'attirer l'attention des différents gouvernements, des professionnels de première ligne, des journalistes mais également du grand public autour de cette question difficile et douloureuse qu'est le suicide.

Le thème abordé cette année par l'IASP est : « **Pensée globale, planification nationale, action locale** ». L'IASP insiste ainsi, dans le communiqué ci-joint, sur le fait que **le suicide est un problème de santé publique** qui, en termes humains et financiers, a des conséquences graves, coûteuses, et irréversibles, mais le suicide est aussi, désormais, un problème de santé publique **que l'on peut prévenir**. Nombre de programmes de prévention dans le monde ont déjà fait leurs preuves.

Et pourtant, en Belgique, aucun plan national de prévention n'est mis en œuvre. Au niveau communautaire, s'il existe en Flandre un programme structuré de prévention du suicide, en Communauté française, cette problématique est pratiquement absente des politiques de santé.

Au vu des recommandations de l'IASP et de l'OMS, nous ne pouvons que déplorer ce manque d'implication des pouvoirs publics.

Si la planification nationale fait défaut, au niveau local, le Centre de Prévention du Suicide continue son programme de **prévention du suicide auprès des personnes âgées**, initié à l'occasion de la Journée mondiale du 10 septembre dernier.

Dans ce cadre, et grâce à un subside des Œuvres du Soir, une **brochure d'information et de sensibilisation** sur la problématique du suicide chez les personnes âgées a été réalisée, et est diffusée sur Bruxelles avec la collaboration d'Infor-Homes Bruxelles. Cette brochure est destinée à tous les intervenants qui, dans le cadre de leur travail, entourent des personnes âgées. Face à des comportements suicidaires des personnes qu'ils encadrent, les intervenants peuvent trouver un soutien spécifique auprès du Centre de Prévention du Suicide.

De plus, le Centre de Prévention du Suicide a créé pour eux un **nouveau forum** sur le site Internet (www.preventionsuicide.be), un forum privé, et ce afin de leur permettre d'échanger, partager et trouver les informations nécessaires rapidement et hors des contraintes de lieu et de temps.

Enfin, lors de la Journée mondiale de la prévention du suicide, ce 10 septembre, une **conférence** sera organisée sur le thème : « **La tentation d'en finir des personnes âgées** ».

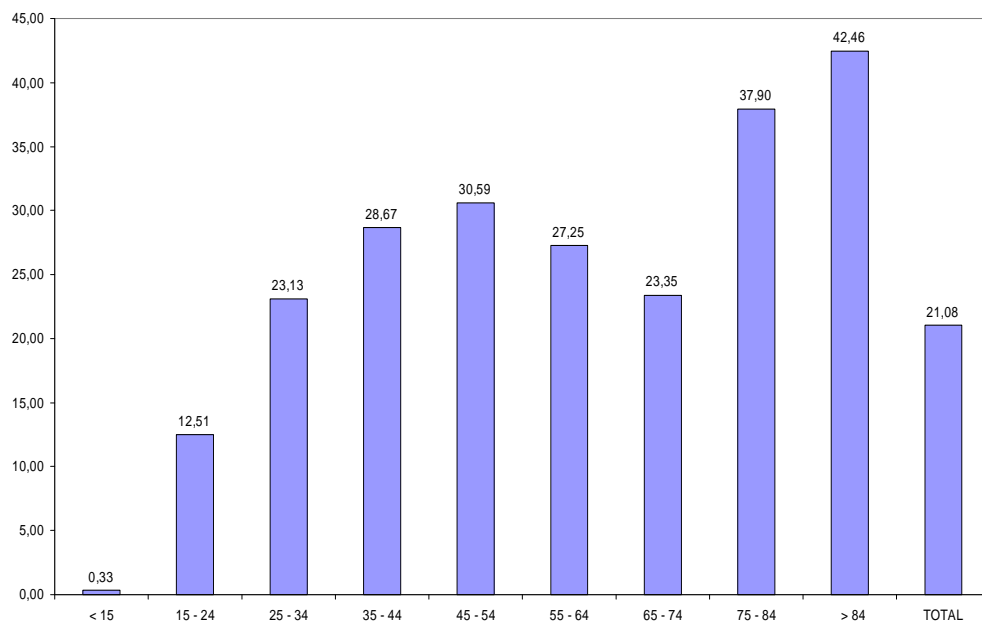
Vous trouverez toutes les informations relatives à ce programme dans le dossier ci-après et sur notre site Internet : www.preventionsuicide.be.

La problématique du suicide chez les personnes âgées

Le point de vue des statistiques

Si on analyse les taux de suicide par groupe d'âge, ce sont les personnes de plus de 70 ans qui sont les plus touchées. Globalement, en Belgique le risque suicidaire augmente avec l'âge, avec un premier pic aux alentours de 45 ans et un deuxième pic important à partir de 75 ans.

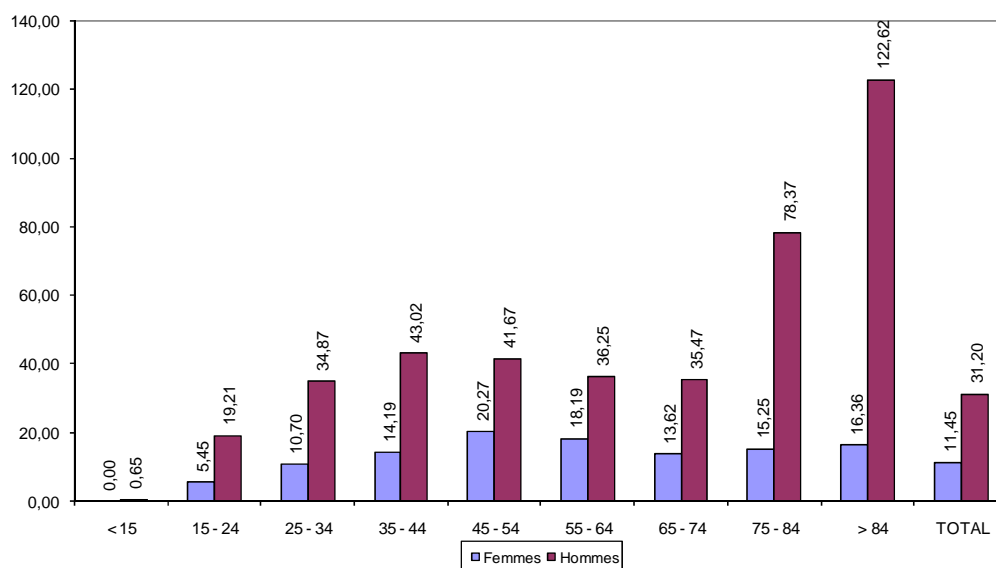
Taux de suicide par groupe d'âge pour la population belge totale pour 100 000 habitants
Source : Données INS 1997



Comme on le voit ci-dessus, alors que le taux moyen annuel des suicides pour la population totale est, en 1997, de 21 pour 100 000, pour la tranche d'âge des plus de 75 ans, il est de 37,90/100 000 et de 42,46/100 000 pour les plus de 84 ans.

De plus, il faut différencier les taux de suicide hommes/ femmes chez les aînés. Comme nous pouvons le constater ci-dessous, ce sont surtout les hommes qui se suicident à partir de 75 ans, avec un taux de 78,37/100 000 pour la tranche d'âge des 75-84 ans et de 122,62/100 000 pour les plus de 84 ans.

Comparaison du taux de suicide par groupe d'âge pour la population belge totale (n / 100000)
Source : Données INS 1997



Malheureusement, la question du suicide chez les personnes âgées, par peur ou par méconnaissance du phénomène, n'est encore que trop peu abordée.

Le point de vue socio-psychologique

Vieillir nous concerne tous, quoiqu'on fasse, quoi qu'on dise... Aucun de nous n'y échappe. La fin du chemin se profile, il reste moins de temps devant que derrière soi, tout n'est plus possible, beaucoup de cartes sont déjà jouées.

Si certains peuvent vivre cette étape avec sérénité, il n'empêche, avec l'âge les pertes s'additionnent, se succèdent et se multiplient : perte du travail, perte des ascendants, des amis, deuil d'un idéal de soi, perte de son image, ... jusqu'à la perte, combien difficile, du compagnon de vie.

La peine peut s'installer, la plus accablante étant souvent celle liée à la perte de sa propre autonomie.

Vieillir touche notre image, nos capacités physiques et intellectuelles ; regarder l'autre, le vieux, la vieille, peut être insoutenable pour certains et générer la gêne, le rejet, le déni, la condescendance voire le mépris... la peur de son propre devenir au travers de l'autre.

Ce corps vieilli face à nous, cette apparence actuelle, nous fait oublier que l'autre demeure un être désirant. Le désir demeure mais la capacité à le réaliser s'amenuise peu à peu. Cette expérience peut être déchirante pour la personne qui la vit et pétrifier celui qui, de l'extérieur, se sent impuissant à contrer l'inéluctable. Car la vieillesse n'est pas une maladie dont on guérit mais un état avec lequel on est forcé de composer.

La souffrance chez la personne âgée

Nombreuses sont les personnes âgées qui nous communiquent leur désolation, leurs terreurs, leur idée d'un « vouloir mourir » face aux différents changements qu'elles subissent. Depuis quelques années, elles constatent des diminutions ou perte de leur capacité à voir, entendre, comprendre, se déplacer...

Leur univers social et affectif est devenu très limité. On n'y compte plus les défunts, les malades ou les déments. Elles se retrouvent seules face à elles-mêmes. Elles ne se sentent plus considérées comme une personne unique ayant une valeur mais bien comme un vieux ou une vieille dans une cohorte de vieillards.

Solitude, effacement de leur personnalité, mise à l'écart de la société, proximité avec la mort s'ajoutent au registre de leurs renoncements et/ou de leurs angoisses.

Parfois, à l'occasion du placement, la famille vit l'heure des règlements de compte et des décisions peuvent être prises sans consulter l'intéressé qui, du coup, a l'impression de n'être plus rien pour les siens, ravalé à la condition d'objet. Le placement revêt toujours une symbolique particulière pour la personne et sa famille, elle met en scène la séparation ultime que représente la mort.

Enfin, quoi de plus normal, au grand âge, que de penser à sa fin de vie, d'être parfois obsédé par la question de la mort et d'avoir besoin de le dire, de le répéter, d'y revenir sans cesse et surtout d'en parler à quelqu'un qui puisse reconnaître la pertinence de cette préoccupation et l'accueillir, en être témoin, la laisser se déployer dans toutes ses nuances. La tentation d'en finir, de précéder la mort inéluctable – qui peut faire peur, à moins que ce ne soit la longue et douloureuse attente qui accable –, l'évocation plus ou moins directe du suicide, tout ceci peut survenir.

Le désarroi des intervenants

Face à ces manifestations, très souvent notre première réaction sera de tenter de les apaiser à tout prix sans prendre le temps d'écouter ce qu'elles essayent de nous dire. Outre le risque de banalisation, ce type d'attitude a surtout pour objectif de tenter de nous rassurer.

En effet, face à ces personnes âgées pour certaines déjà en fin de vie, que pouvons-nous dire ? Comment pouvons-nous réagir ? Quelles solutions leur apporter ?

On voudrait reconforter, mettre en perspective, s'appuyer sur l'espoir de changements, d'améliorations possibles et... on reste sans voix, car le registre habituel n'est pas de mise, ou si peu. Alors, on ne regarde plus, on ne parle plus, on exécute les gestes nécessaires, pour ne pas en rajouter là où ça fait mal...

Face à des personnes qui évoquent la mort, l'angoisse nous saisit, et nous sommes le plus souvent incapables de soutenir une quelconque discussion sur le sujet. Avec pour conséquence de laisser ceux qui s'adressent à nous à leur propre solitude, leur propre angoisse.

Quelles mesures de prévention mettre en place auprès des personnes âgées ?

Les mesures de prévention conseillées plus largement valent aussi à l'égard des personnes âgées :

- informer et conscientiser, notamment les personnes qui encadrent les personnes âgées, sur la problématique du suicide et sa prévention ;
- offrir à la personne en proie à des idées suicidaires une écoute, un échange, un dialogue ;
- soutenir l'entourage de la personne suicidaire ;
- former les professionnels de première ligne à écouter, à dépister, à réagir et à soutenir

Grâce à un subside des Œuvres du Soir, le Centre de Prévention du Suicide, dans les limites de ses moyens, a pu mettre en place un projet de prévention du suicide auprès des personnes âgées, axé sur :

- l'information et la sensibilisation des professionnels qui encadrent des personnes âgées dans leur vie quotidienne, via la diffusion d'une brochure et l'organisation d'une conférence ;
- la formation de ces professionnels de manière à ce qu'ils puissent reconnaître, écouter et orienter une personne âgée qui communique des idées suicidaires ;
- un soutien « sur mesure » aux professionnels ou aux institutions qui font appel au Centre de Prévention du Suicide ;
- l'écoute des personnes en mal-être via la ligne de crise 0800 32 123

Informier, sensibiliser



Une **brochure** : « **La problématique du suicide chez les personnes âgées** » est proposée gratuitement aux intervenants concernés.

Elle a pour but de sensibiliser les intervenants qui côtoient les personnes âgées sur la problématique du suicide, et d'informer ces intervenants sur les ressources d'aide à leur portée, notamment sur les services spécifiques que le Centre de Prévention du Suicide met à leur disposition.

La brochure peut être obtenue en appelant le secrétariat du Centre de Prévention du Suicide, au 02/650.08.69, ou en la téléchargeant depuis le site Internet : www.preventionsuicide.be.



Conférence : « La tentation d'en finir des personnes âgées » 10 septembre 2008, à 18h

Le 10 septembre prochain, à l'occasion de la Journée mondiale de la prévention du suicide, le Centre de Prévention du Suicide et Infor-Homes Bruxelles organisent une conférence : « La tentation d'en finir des personnes âgées ».

La question du suicide des personnes âgées est une problématique importante, non seulement humainement mais aussi statistiquement, puisque les taux de suicide en Belgique augmentent avec l'âge, avec un pic aux alentours de 75 ans.

« A quoi bon vivre encore, je ne suis plus bonne à rien, mes amies sont mortes, je n'en peux plus... »

Nombreuses sont les personnes âgées qui communiquent leur désolation, leurs peurs, leur idée d'un « vouloir mourir » face aux différents changements qu'elles subissent. Solitude, effacement de leur personnalité, mise à l'écart de la société, proximité avec la mort s'ajoutent au registre de leurs renoncements et/ou de leur angoisses.

Cette tentation d'en finir, comment la comprendre ? En tant qu'intervenant, comment y répondre ? Quel soutien est possible ?

Déroulement de la soirée :

- Accueil par Marie-Pierre Delcour, Juriste, Directrice d'Infor-Homes Bruxelles ;
- Introduction par Axel Geeraerts, Sociologue – Directeur du Centre de Prévention du Suicide ;
- « Le suicide des personnes âgées » par Anne Lahaye, Psychologue aux Cliniques universitaires de Mont-Godinne – Chargée de cours à la Haute Ecole Léonard de Vinci ;
- « Le syndrome de glissement » par Véra Likaj, psychologue au SSM Molenbeek – Psychothérapeute.

Date : 10 septembre 2008, à 18h00

Lieu : Auberge de Jeunesse SleepWell (salle R. Schuman), rue du Damier 23 à 1000 Bruxelles

P.A.F. : 5€

Infos et réservations : 02/650 08 69 – cps@preventionsuicide.be

Infos et réservations : 02/650 08 69 - www.preventionsuicide.be -

Soutenir, accompagner

Tout professionnel en difficulté face à des comportements inquiétants, déstabilisants des personnes âgées peut trouver un appui, un **soutien** auprès du Centre de Prévention du Suicide en appelant le **02/650.08.69** (secrétariat), où il sera mis en contact avec un membre de notre équipe.

De plus, un **forum spécifique à destination des intervenants** a été créé. Ce forum privé, anonyme, doit permettre à chacun de parler sans retenue des situations vécues auprès des personnes âgées qu'il côtoie.

Lien vers le forum privé :

<http://www.preventionsuicide.be/view/fr/EspaceForum/ForumPrive.html>

Former

Dans le cadre des formations proposées par le Fonds Social des Homes pour personnes âgées et des maisons de repos et de soins, le Centre de Prévention du Suicide organise pour les intervenants une formation spécifique à la prévention du suicide, dont l'objectif général est d' « **être capable de reconnaître, d'écouter et d'orienter une personne âgée qui communique des idées suicidaires** ».

De plus, le Centre de Prévention du Suicide se tient à la disposition de toute institution ou groupe de personne qui désire mettre au travail la question du suicide et de sa prévention. Le Centre de Prévention du Suicide propose alors des **modules de formation « à la carte »** qui s'ajustent aux besoins de la collectivité concernée.

Plus d'infos sur :

<http://www.preventionsuicide.be/view/fr/activitesCPS/Formation.html>

Plus d'infos sur les projets de prévention du suicide auprès des personnes âgées : http://www.preventionsuicide.be/view/fr/activitesCPS/DucotedesAines.html .

Les activités du 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, 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 pour leurs proches,
- un **accompagnement du deuil** suite au suicide d'un proche,
- des **groupes de parole et ateliers d'expression**,
- un **centre de documentation**,
- des **journées d'étude**,
- des **rencontres** grand public,
- un **espace Forum** sur Internet.

En outre, le Centre de Prévention du Suicide s'associe à des actions nationales et internationales pour la recherche et le développement des connaissances dans l'étude du suicide et de sa prévention.

Plus d'infos sur : www.preventionsuicide.be

Centre de Prévention du Suicide

Place du Châtelain 46
1050 Bruxelles

cps@preventionsuicide.be

Site Internet : www.preventionsuicide.be

Secrétariat : 02 650 08 69

Direction : Axel Geraerts

Relations presse : Cristel Baetens

cristel.baetens@preventionsuicide.be

02 650 08 64