

Atelier de prévention du suicide

Organisateur :

Association Pars Pas

<https://www.parspas.ch>

Quels sont les arguments qui justifient cette offre de prévention / promotion de la santé psychique dans les écoles ?

Parce que le suicide est la première cause de mortalité des 15-29 ans en Suisse. En parler, ce n'est pas inciter mais au contraire donner aux jeunes les moyens de prévenir le suicide. Pour cela, les ateliers de Pars Pas permettent d'informer sur les situations de mal-être engendrées par l'adolescence, sur les risques suicidaires, mais surtout de diffuser les ressources d'aide disponibles en Valais, afin de promouvoir la santé psychique et la recherche d'aide.

Quels sont les principaux objectifs de cette offre de prévention / promotion de la santé psychique ?

Ces ateliers sont mis en place afin de lever le tabou sur le suicide, d'aiguiller les jeunes sur des aides adéquates, d'offrir un espace où parler de son mal-être est possible.

Il s'agit d'ouvrir la discussion sur ce sujet sensible du suicide, afin de permettre aux jeunes de trouver des ressources d'aide et de soutien adéquates.

Décrivez le contenu et les moyens pédagogiques de cette offre de prévention / promotion de la santé psychique :

Nous discutons à partir d'idées reçues sur le suicide. Ces discussions amènent aux questions de que faire et comment agir en cas de détresse existentielle d'un proche, d'un ami ou de soi-même. Par ce biais, les élèves reçoivent des informations utiles pour être moins démunis face à la détresse existentielle et surtout ne pas rester seul avec cette problématique.

Les ateliers permettent aux jeunes d'aborder la question de la santé psychique et du suicide dans un cadre rassurant et interactif. Ces ateliers visent à informer de manière générale sur la santé psychique, pour aborder ensuite plus particulièrement la question du suicide des jeunes, ses causes et les types de prévention. Les ateliers se terminent par une discussion sur les facteurs de protection et les ressources d'aide disponibles pour les jeunes dans le canton. Parspas dispose de matériel de prévention qu'il est possible de distribuer aux jeunes. Les « prêts-à-prévenir », petites cartes en forme de main, informent sur les adresses et numéros d'aide disponibles en Valais. Ils peuvent être distribués largement aux jeunes et conservés en cas de besoin.

Durée :

Pour les 10H et 11H : 45 minutes - Pour les collégiens 1h30.

Intervenant(s) :

Ces ateliers sont conduits par Mme Nathalie Reynard, responsable de prestations pour « Pars Pas », diplômée Européenne d'accompagnatrice de personnes endeuillées, analyste transactionnelle CTA-E et formatrice d'adultes BFFA - avec un ou une accompagnatrice. Comme le sujet est sensible, il arrive régulièrement qu'un élève demande pour sortir et parler.

Public cible :

Les élèves ainsi que les institutions qui le demandent.

Coût de la prestation :

1 atelier (1h30) : 150.-

2 ateliers (2x1h30) : 250.-

Si l'institution demandeuse ne dispose pas de moyens suffisants pour rémunérer l'intervention, cette dernière peut être prise en charge partiellement ou intégralement par le Réseau Entraide Valais.

Conditions d'accès

S'adresser au secrétariat de l'association Parspas : 027 322 21 81 ou info@parspas.ch.

La participation des jeunes aux ateliers est volontaire. Les ateliers s'adressent à des jeunes à partir de 12 ans. Il appartient aux encadrant.e.s d'informer les jeunes de l'intervention à l'avance et de la promouvoir. L'intervention est préparée en amont avec les référent.e.s de l'institution. La participation des encadrant.e.s est requise.

Remarque(s) :

Les ateliers, leur durée et leur contenu peuvent être adaptés en fonction du nombre de jeunes et de la manière dont chaque établissement souhaite aborder le sujet avec eux. Toute proposition est la bienvenue.

Ces ateliers sont soutenus par le Réseau Entraide Valais, programme cantonal de prévention de la détresse existentielle et du suicide.

Contact :

Association Pars Pas - Reynard Nathalie, direction@parspas.ch