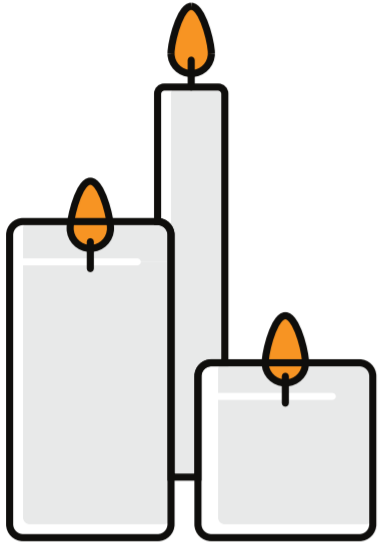


Journée mondiale de la prévention du suicide

Travailler ensemble à
prévenir le suicide

Intéressé à vous impliquer? Voici quelques idées...



Allumez une bougie

Allumez une bougie et placez-la près d'une fenêtre à 20h le 10 septembre. Dans le monde entier, les bougies brilleront comme un symbole d'espoir. Allumez une bougie pour montrer votre soutien à la prévention du suicide, pour vous souvenir de quelqu'un qui s'est suicidé et pour honorer ceux dont la vie a été touchée par le suicide.

Organisez ou participez à un événement dans la communauté

Vous planifiez un événement? Partagez l'information à suicideprevention.ca/wspd afin que les autres membres de la communauté puissent en apprendre davantage. Voulez-vous participer à un événement? Recherchez un événement près de chez vous en utilisant l'outil de recherche sur le site ci-dessus. Participez à des événements qui diffusent des messages d'espoir - pensez à planter un arbre dans votre communauté en l'honneur de la JMPS

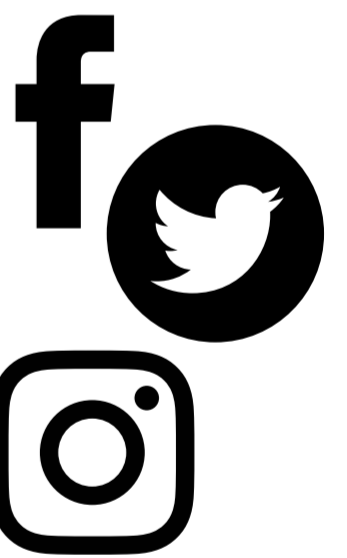


Portez le ruban

Pour la troisième année, joignez-vous à d'autres dans le monde entier pour porter un ruban orange et jaune en signe de soutien à la prévention du suicide. Les couleurs symbolisent la flamme d'une bougie - espoir et lumière dans l'obscurité.

Rejoignez-nous sur les médias sociaux

Téléchargez l'une des affiches de médias sociaux, écrivez ce que vous ferez pour la JMPS pour aider à prévenir le suicide, puis prenez une photo et partagez-la sur les réseaux sociaux. Assurez-vous d'utiliser # WSPD18 lorsque vous affichez votre photo! Changez votre photo de profil en un ruban jaune et orange, une bougie ou l'une des autres images de médias sociaux fournies dans la boîte à outils. Encouragez les autres à s'impliquer! Partagez des ressources en ligne et encouragez les autres à partager.



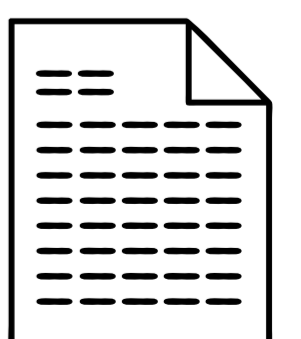
Allez vers quelqu'un dans le besoin



Lorsque quelqu'un vit de la détresse, la première étape consiste à prendre un moment avec lui et écouter avec compassion et compassion ce qu'il a à dire. Vous pouvez commencer par: "Je sais que tu as vécu beaucoup de choses ces derniers temps..." Rappelez-vous que vous n'avez pas besoin d'avoir toutes les réponses, mais soyez prêt à les aider à trouver des ressources et des informations si nécessaire. Visitez suicideprevention.ca/need-help/ pour trouver des ressources dans votre communauté.

Téléchargez et partagez la boîte à outils

La boîte à outils contient un exemple de communiqué de presse, une lettre à l'éditeur, une carte postale, une affiche, et plus encore! Visitez suicideprevention.ca/jmps pour trouver plus de ressources, d'informations et d'idées pour vous impliquer!



10 Septembre, 2018
suicideprevention.ca/jmps