

# SEMAINE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Du 31 janvier au 6 février 2016



BESOIN D'AIDE  
Pour toi ou pour un proche

**1 866  
APPELLE  
277-3553**

## T'es important-e pour nous Le suicide n'est pas une option

- Chaque jour, au Québec, **3** personnes se suicident... plus de **1000** personnes par année.
- L'Abitibi-Témiscamingue se classe malheureusement en **première position** des régions du Québec quant au taux de suicide.
- Les hommes représentent **trois quarts** des suicides.

### Le suicide nous concerne tous! Chacun a un rôle à jouer...

- En prenant soin de nous.
- En disant à nos proches qu'ils sont importants pour nous.
- En restant vigilant aux signes de détresse des personnes de notre entourage.

## Comment agir dans notre milieu...



### En devenant Sentinelle

Une Sentinelle est une personne outillée pour reconnaître les comportements suicidaires et pour guider la personne en détresse ou ses proches vers une ressource en prévention du suicide.

Une formation est offerte gratuitement.  
Pour plus d'information contactez-nous.



CENTRE PRÉVENTION SUICIDE D'AMOS **819 732-5473**

## Brunch bénéfice

Au profit du **Centre Prévention Suicide d'Amos**

**Dimanche 7 février 2016**

Salon de quilles **AU DOUBLÉ** à Amos

- Service à partir de 11 h •
- Prix de participation •

Billets en vente...

- Pharmacie **BRUNET** de Place Centre-Ville
- Centre Prévention Suicide d'Amos

Le suicide n'est pas une option... Signe la déclaration de solidarité : [www.ajoutermavoix.com](http://www.ajoutermavoix.com)