



PAE et santé
organisationnelle

Reconnaître les signes précurseurs du suicide

Savoir les repérer, c'est pouvoir agir à temps



Indices émotionnels

- Symptômes de dépression
- Irritabilité
- Changements d'humeur
- Manifestation de colère
- Anxiété
- Fausses croyances



Indices cognitifs

- Difficulté à se concentrer
- Incohérence et confusion soudaines dans le langage
- Ruminant des difficultés
- Absence de motivation
- Perte de mémoire



Indices comportementaux

- Changements de comportement
- Dons d'objets personnels
- Lettre ou message d'adieu
- Intérêt soudain pour le suicide et ses moyens
- Isolement
- Calme soudain après une période de détresse
- Apparence négligée



Messages verbaux directs et indirects

- « Je veux me suicider »
- « Je vais me tuer »
- « Je n'ai plus le goût de vivre »
- « La vie n'en vaut plus la peine »
- « Je ne m'en sortirai jamais »
- « Vous seriez bien mieux sans moi »
- « Bientôt, vous allez avoir la paix »

Tu t'inquiètes pour toi ou pour un proche?

Contacte Brio PAE : scanne le code QR.

Besoin d'aide? 1 866 APPELLE (277-3553) • Texto : 535353 • suicide.ca

En cas de danger immédiat, compose le 911

Source : suicide.ca

