

# Le deuil après un SUICIDE

Lorsque nous avons besoin d'aide, le premier pas est le plus difficile à faire. La peur d'être jugé, la honte, le sentiment qu'il n'y a plus rien à faire et le sentiment de culpabilité sont des facteurs qui rendent difficile la demande d'aide. **Pourtant, cette démarche peut faire une énorme différence dans le rétablissement.** **LeTournant** offre :

## des MESURES DE POSTVENTION visant à :

- Aider les personnes à comprendre l'impact de cet événement dans leur vie.
- Offrir du soutien dans l'expression des émotions
- Aider à débiter le processus de deuil
- Limiter l'effet de contagion
- Identifier les personnes à risque et intervenir auprès d'elles

## un GROUPE DE SOUTIEN aux personnes ENDEUILLÉES PAR SUICIDE :

- S'adresse aux personnes âgées de 18 ans et plus ayant vécu le décès d'un proche par suicide
- Groupe ouvert de 12 rencontres
- Rencontre d'évaluation préalable à la participation



Centre de crise et de prévention du suicide  
450 371-4090 ou 1 866 APPELLE [277-3553]  
[www.letournant.org](http://www.letournant.org)