

Centre de
Prévention
du Suicide



CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE



**CATALOGUE DE SENSIBILISATIONS
ET DE FORMATIONS
2023**

SOMMAIRE

ÉDITO	4
VOS FORMATEURS ET FORMATRICES	5
SENSIBILISATIONS (3H - EN GROUPE)	6
FORMATIONS (1 JOUR - EN GROUPE)	8
FORMATIONS (2 JOURS - EN GROUPE)	10
FORMATIONS (2 JOURS - EN INDIVIDUEL)	14
POSTFORMATION APPROFONDISSEMENT (1 JOUR - EN GROUPE)	16
FORMATIONS THÉMATIQUES	18
ADOS ET LE SUICIDE (2 JOURS - EN GROUPE)	20
SENIORS ET LE SUICIDE (2 JOURS - EN GROUPE)	22
INTERVENTIONS EN COLLECTIVITÉ	26

ÉDITO

Fort de son expérience de plus de 50 ans, le Centre de Prévention du Suicide propose à chaque étape du processus suicidaire une écoute active permettant aux personnes en crise d'exprimer leur(s) souffrance(s), de clarifier leur situation, de prendre du recul et d'ouvrir d'autres possibles.

UNE PRÉVENTION DU SUICIDE COMPLÈTE ET COMPLÉMENTAIRE

Une soixantaine de bénévoles formés par notre équipe se relaient pour répondre aux appels des personnes en crise sur notre ligne gratuite et anonyme : le 0800 32 123.

En individuel, en couple et/ou en famille, notre équipe de psychologues spécialisés proposent dans un délai rapide des entretiens pour accompagner la crise suicidaire et le deuil après un suicide.

Pour ceux et celles qui préfèrent l'écriture comme medium, le forum est à leur disposition via notre site www.preventionsuicide.be.

Pour les personnes qui souhaitent se renseigner sur le suicide et sa prévention, de nombreux ouvrages et informations sont disponibles dans notre bibliothèque.

NOS FORMATIONS ET SENSIBILISATIONS

Le Centre de Prévention du Suicide vous propose des formations et des sensibilisations ayant pour objectif de mieux comprendre les idées et comportements suicidaires, de se situer face à la thématique et de réfléchir à la prévention possible pour chacun et chacune.

Vous pouvez voir dans ce catalogue les détails de chaque formation et sensibilisation proposée.

VOS FORMATEURS ET FORMATRICES



Alice Aldin



Christel Grevendal



Souhayla El Maâch

N'hésitez pas à contacter nos formateurs et formatrices pour obtenir une offre spécifique à vos besoins :

formations@preventionsuicide.be
0471 85 10 13

SENSIBILISATION

3H (EN GROUPE)

Pour groupes de professionnels (écoles, associations et autres structures)

Ce module de sensibilisation présente les notions de base en prévention du suicide, par le biais d'un travail interactif sur les idées reçues qui circulent sur le sujet.

OBJECTIFS

1. Conscientiser nos propres représentations.
2. Trouver des pistes de réflexion et d'action sur la question suicidaire.

CONTENU

- Statistiques du suicide et état des lieux en Belgique
- Clarifier sa vision et ses émotions face au suicide
- Analyse et discussions à propos des fausses croyances
- Processus de crise suicidaire

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Informations théoriques avec supports variés

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 12h30 ou 13h30 à 16h30
(en présentiel sur Bruxelles ou en ligne).

Groupe :
En présentiel : 20 personnes max.
En ligne : 10 personnes max.

Lieu :
Bruxelles
uniquement en visio si en dehors de Bruxelles

Prix :
Écoles et associations : 300 €
Autres structures : 600 €



FORMATION

Pour groupes de professionnels (écoles, associations et autres structures)

Ce module de formation est un espace d'échange qui a pour but de favoriser une meilleure gestion des situations rencontrées, en concordance avec les besoins.

Cette formation comprend à la fois les principaux repères théoriques sur le savoir-faire et le savoir-être auprès des personnes suicidaires avec un temps de mise en pratique de ces apprentissages.

OBJECTIFS

1. Comprendre les idées et comportements suicidaires pour mieux se situer face à la problématique et réfléchir à la prévention possible en fonction de chaque contexte.
2. Comprendre et expérimenter l'impact de l'émotionnel sur l'écoute, la parole et la relation avec les personnes en crise.
3. Clarifier le fondé et l'infondé parmi les représentations les plus courantes à propos du suicide.
4. Favoriser le développement d'une écoute active et empathique en concordance avec le bien-être, les besoins et les impératifs liés à votre pratique professionnelle.

CONTENU

La formation s'adapte aux besoins spécifiques du groupe, en tenant compte de la fonction des personnes dans leur cadre de travail et des publics qu'elles rencontrent.

- Visite de nos représentations et idées reçues par rapport au suicide :
 - o De quoi parle-t-on et comment en parle-t-on ?
 - o Identification des croyances et des représentations courantes
 - o Apprendre à reconnaître ses réactions face aux idées suicidaires
 - o Impacts relationnels et effets en terme de prévention
- Repères théoriques :
 - o Le processus de crise
 - o Le processus suicidaire et les fonctions du passage à l'acte
 - o Les signes précurseurs du suicide

1 JOUR (EN GROUPE)

- L'écoute comme outil :
 - o Les bases de l'écoute active
 - o Écouter, c'est déjà faire !
- Les attitudes recommandées et déconseillées en prévention du suicide

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Informations théoriques avec supports variés
3. Partage d'expériences et de vécus
4. Réflexions sur des questions spécifiques de pratique professionnelle
5. Jeux de rôles

À l'issue de la formation, nous vous envoyons le support de cours par mail et notre équipe reste disponible en cas de questions liées à votre pratique professionnelle.

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 16h30

Groupe :
20 personnes max.

Lieu :
Bruxelles et Brabant Wallon

Prix :
Écoles et associations : 500 € (+ 125 € si hors Bruxelles)
Autres structures : 1000 € (+ 125 € si hors Bruxelles)

FORMATION

Pour groupes de professionnels (écoles, associations et autres structures)

Notre formation permet de mieux cerner la question du suicide dans son ensemble, de se sensibiliser au repérage des signes et de réfléchir à la prévention possible pour chacun·e.

Plus approfondie et riche en exercices pratiques, ce module de formation s'adresse à tous les intervenants des secteurs en lien avec l'humain souhaitant creuser le sujet et pouvoir aller au cœur des spécificités de leur pratique. Un après-midi entier est consacré aux échanges sur des cas pratiques et aux jeux de rôles.

OBJECTIFS

1. Comprendre les idées et comportements suicidaires pour mieux se situer face à la problématique et réfléchir à la prévention possible en fonction de chaque contexte.
2. Comprendre et expérimenter l'impact de l'émotionnel sur l'écoute, la parole et la relation avec les personnes en crise.
3. Clarifier le fondé et l'infondé parmi les représentations les plus courantes à propos du suicide.
4. Favoriser le développement d'une écoute active et empathique en concordance avec le bien-être, les besoins et les impératifs liés à votre pratique professionnelle.

CONTENU

La formation s'adapte aux besoins spécifiques du groupe, en tenant compte de la fonction des personnes dans leur cadre de travail et des publics qu'elles rencontrent.

- Visite de nos représentations et idées reçues par rapport au suicide :
 - o De quoi parle-t-on et comment en parle-t-on ?
 - o Identification des croyances et des représentations courantes
 - o Apprendre à reconnaître ses réactions face aux communications suicidaires
 - o Impacts relationnels et effets en terme de prévention
- Repères théoriques :
 - o Le processus de crise
 - o Le processus suicidaire et les fonctions du passage à l'acte
 - o La notion d'ambivalence
 - o Les facteurs de risque et de protection
 - o Les signes précurseurs du suicide

2 JOURS (EN GROUPE)

- L'écoute comme outil :
 - o Les bases de l'écoute active
 - o Écouter, c'est déjà faire !
- Les attitudes recommandées et déconseillées en prévention du suicide
- Responsabilités, ressources et limites :
 - o Appréhender ses ressources personnelles et professionnelles
 - o Reconnaître ses limites personnelles et professionnelles
 - o Notions de moyens et de résultats, sentiments de culpabilité et d'impuissance

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Informations théoriques avec supports variés
3. Partage d'expériences et de vécus
4. Réflexions sur des questions spécifiques de pratique professionnelle
5. Jeux de rôles et intervisions

À l'issue de la formation, nous vous envoyons le support de cours par mail et notre équipe reste disponible en cas de questions liées à votre pratique professionnelle.

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 16h30

Groupe :
20 personnes max.

Lieu :
Bruxelles et Brabant Wallon

Prix :
Écoles et associations : 1000 euros (+ 250 € si hors Bruxelles)
Autres structures : 2000 euros (+ 250 € si hors Bruxelles)



FORMATION

Pour particuliers (inscription individuelle)

Le Centre de Prévention du Suicide vous accueille au sein de ses locaux pour une formation entre professionnels de secteurs variés.

Une formation permettant de mieux cerner la question du suicide dans son ensemble, de se sensibiliser au repérage des signes et de réfléchir à la prévention possible pour chacun·e.

La spécificité de cette rencontre réside dans la diversité des participants et de la multiplicité des regards apportés sur la thématique.

OBJECTIFS

1. Comprendre les idées et comportements suicidaires pour mieux se situer face à la problématique et réfléchir à la prévention possible en fonction de chaque contexte.
2. Comprendre et expérimenter l'impact de l'émotionnel sur l'écoute, la parole et la relation avec les personnes en crise.
3. Clarifier le fondé et l'infondé parmi les représentations les plus courantes à propos du suicide.
4. Favoriser le développement d'une écoute active et empathique en concordance avec le bien-être, les besoins et les impératifs liés à votre pratique professionnelle.

CONTENU

La formation s'adapte aux besoins spécifiques du groupe, en tenant compte de la fonction des personnes dans leur cadre de travail et des publics qu'elles rencontrent.

- Visite de nos représentations et idées reçues par rapport au suicide :
 - o De quoi parle-t-on et comment en parle-t-on ?
 - o Identification des croyances et des représentations courantes
 - o Apprendre à reconnaître ses réactions face aux communications suicidaires
 - o Impacts relationnels et effets en terme de prévention
- Repères théoriques :
 - o Le processus de crise
 - o Le processus suicidaire et les fonctions du passage à l'acte
 - o La notion d'ambivalence
 - o Les facteurs de risque et de protection
 - o Les signes précurseurs du suicide

2 JOURS (DANS NOS LOCAUX)

- L'écoute comme outil :
 - o Les bases de l'écoute active
 - o Écouter, c'est déjà faire !
- Les attitudes recommandées et déconseillées en prévention du suicide
- Responsabilités, ressources et limites :
 - o Appréhender ses ressources personnelles et professionnelles
 - o Reconnaître ses limites personnelles et professionnelles
 - o Notions de moyens et de résultats, sentiments de culpabilité et d'impuissance

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Informations théoriques avec supports variés
3. Partage d'expériences et de vécus
4. Réflexions sur des questions spécifiques de pratique professionnelle
5. Jeux de rôles et intervisions

À l'issue de la formation, nous vous envoyons le support de cours par mail et notre équipe reste disponible en cas de questions liées à votre pratique professionnelle.

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 16h30

Groupe :
20 personnes max. en présentiel

Lieu :
Dans nos locaux : Rue Gachard, 88 - 1050 Bruxelles

Prix :
180 euros
100 euros pour les étudiants/chômeurs

POSTFORMATION : APPROFONDISSEMENT

Pour les professionnels (écoles, associations et autres structures)

Ce complément de formation s'adresse aux personnes ayant déjà suivi la formation en prévention du suicide de 2 jours et qui souhaitent approfondir le sujet à travers la mise en pratique (ateliers en lien avec leur profession et autour de situations déjà rencontrées).

Il permet d'apporter des points de repères face aux questions qui émergent le plus fréquemment :

- Quand et comment clôturer une conversation avec une personne suicidaire ?
- Comment aider une personne à formuler ses idées suicidaires ?
- Comment se comporter face à une personne agressive ?
- Quelle procédure adopter lors d'une tentative de suicide imminente ou une tentative de suicide en cours ?

Nous ciblerons spécifiquement la compétence d'écoute active et les bonnes procédures à adopter pour différents degrés d'urgence du risque suicidaire.

CONTENU

- Rappel des acquis théoriques
- Intersession de situations rencontrées
- Écoute d'enregistrement
- Exercices pratiques et mises en situation

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Partage d'expériences et de vécus
3. Réflexions sur des questions spécifiques de pratique professionnelle
4. Jeux de rôles

À l'issue de la formation, nous vous envoyons le support de cours par mail et notre équipe reste disponible en cas de questions liées à votre pratique professionnelle.

1 JOUR (EN GROUPE)

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 16h30

Groupe :
20 personnes max. en présentiel.

Lieu :
Bruxelles et Brabant Wallon

Prix :
Écoles et associations : 500 euros (+ 125 € si hors Bruxelles)
Autres structures : 1000 euros (+ 125 € si hors Bruxelles)



FORMATIONS THÉMATIQUES

ADOS

Aujourd'hui, les ados sont nombreux à contacter le Centre de Prévention du Suicide. Depuis la Covid, ce public est de plus en plus présent parmi nos appelants et nos patients.

Dans la tranche 15-24 ans, le suicide est la première cause de mortalité (après les accidents de la route). L'adolescence est une période où l'on fait face à de très nombreux défis, où le présent et l'avenir semblent incertains.

Notre formation sur les adolescents tente de répondre et d'identifier chez eux les principaux signes de souffrance menant à des idées suicidaires.



SENIORS

Les préjugés du vieillissement véhiculés par la société actuelle entraînent des effets délétères sur la santé mentale des aînés. De plus, les statistiques sont interpellantes quant aux nombres de suicide aboutis chez les plus de 65 ans.

Il y a plusieurs raisons qui poussent la personne âgée à perdre le désir de vivre et à penser au suicide. Par exemple : sentiment d'inutilité, sensation de rejet et d'abandon, pertes des capacités physiques et deuils multiples ...

À travers cette formation, nous abordons les signes de détresse et les pistes pour faire face à cette réalité sociétale.



ADOS ET LE SUICIDE

Pour groupes de professionnels (écoles, associations et autres structures)

Cette formation s'adresse à tous les intervenants du secteur psycho-médico-social qui travaillent en lien avec des adolescent·e·s, et qui souhaitent comprendre les spécificités de la prévention du suicide à l'adolescence.

OBJECTIFS

1. Comprendre les idées et comportements suicidaires pour mieux se situer face à la problématique et réfléchir à la prévention possible dans le contexte d'accompagnement des jeunes.
2. Comprendre et expérimenter l'impact de l'émotionnel sur l'écoute, la parole et la relation avec les ados en crise.
3. Clarifier le fondé et l'infondé parmi les représentations les plus courantes à propos du suicide.
4. Favoriser le développement d'une écoute active et empathique en concordance avec le bien-être, les besoins et les impératifs liés à votre pratique professionnelle.

CONTENU

La formation s'adapte aux besoins spécifiques du groupe, en tenant compte de la fonction des personnes dans leur cadre de travail et des publics qu'elles rencontrent.

- Points de repères sur l'adolescence :
 - o Les défis spécifiques à l'adolescence
 - o Les signes de souffrances spécifiques aux ados et l'automutilation
 - o Impact du Covid sur la santé mentale des ados
- Visite de nos représentations et idées reçues par rapport au suicide :
 - o De quoi parle-t-on et comment en parle-t-on ?
 - o Identification des croyances et des représentations courantes
 - o Apprendre à reconnaître ses réactions face aux communications suicidaires
 - o Impacts relationnels et effets en terme de prévention
- Repères théoriques :
 - o Le processus de crise
 - o Le processus suicidaire et les fonctions du passage à l'acte
 - o La notion d'ambivalence
 - o Les facteurs de risque et de protection

2 JOURS (EN GROUPE)

- o Les signes précurseurs du suicide
- o Les particularités du suicide à l'adolescence
- L'écoute comme outil :
 - o Les bases de l'écoute active
 - o Écouter, c'est déjà faire !
- Les attitudes recommandées et déconseillées en prévention du suicide
- Responsabilités, ressources et limites :
 - o Appréhender ses ressources personnelles et professionnelles
 - o Reconnaître ses limites personnelles et professionnelles
 - o Notions de moyens et de résultats, sentiments de culpabilité et d'impuissance

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Informations théoriques avec supports variés
3. Partage d'expériences et de vécus
4. Réflexions sur des questions spécifiques de pratique professionnelle
5. Jeux de rôles et intervisions

À l'issue de la formation, nous vous envoyons le support de cours par mail et notre équipe reste disponible en cas de questions liées à votre pratique professionnelle.

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 16h30

Groupe :
20 personnes max. en présentiel.

Lieu :
Bruxelles et Brabant Wallon

Prix :
Écoles et associations : 1000 € (+ 250 € si hors Bruxelles)
Autres structures : 2000 € (+ 250 € si hors Bruxelles)

SENIORS ET LE SUICIDE

Pour groupes de professionnels (écoles, associations et autres structures)

Cette formation s'adresse à tous les intervenants du secteur psycho-médico-social qui travaillent en lien avec des personnes du 3ème âge, et qui souhaitent comprendre les spécificités de la prévention du suicide des seniors.

Durant les 2 jours, seront abordés, plus spécifiquement, la question de la fin de vie et les enjeux de cette période critique pour l'humain dans nos sociétés modernes.

OBJECTIFS

1. Comprendre les idées et comportements suicidaires pour mieux se situer face à la problématique et réfléchir à la prévention possible en fonction de chaque contexte.
2. Comprendre et expérimenter l'impact de l'émotionnel sur l'écoute, la parole et la relation avec les personnes en crise.
3. Clarifier le fondé et l'infondé parmi les représentations les plus courantes.

CONTENU

La formation s'adapte aux besoins spécifiques du groupe, en tenant compte de la fonction des personnes dans leur cadre de travail et des publics qu'elles rencontrent.

- Points de repères :
 - o Les implications du vieillissement sur la santé mentale
 - o La place de la personne âgée dans notre société
 - o Les signes de souffrances spécifiques aux seniors
- Visite de nos représentations et idées reçues par rapport au suicide :
 - o De quoi parle-t-on et comment en parle-t-on ?
 - o Identification des croyances et des représentations courantes
 - o Apprendre à reconnaître ses réactions face aux communications suicidaires
 - o Impacts relationnels et effets en terme de prévention
- Repères théoriques :
 - o Le processus de crise
 - o Le processus suicidaire et les fonctions du passage à l'acte
 - o La notion d'ambivalence
 - o Les facteurs de risque et de protection

2 JOURS (EN GROUPE)

- o Les signes précurseurs du suicide
- o Les particularités du suicide chez les seniors
- L'écoute comme outil :
 - o Les bases de l'écoute active
 - o Écouter, c'est déjà faire !
- Les attitudes recommandées et déconseillées en prévention du suicide
- Responsabilités, ressources et limites :
 - o Appréhender ses ressources personnelles et professionnelles
 - o Reconnaître ses limites personnelles et professionnelles
 - o Notions de moyens et de résultats, sentiments de culpabilité et d'impuissance

MÉTHODOLOGIE

1. Formation interactive et participative
2. Informations théoriques avec supports variés
3. Partage d'expériences et de vécus
4. Réflexions sur des questions spécifiques de pratique professionnelle
5. Jeux de rôles et interventions

À l'issue de la formation, nous vous envoyons le support de cours par mail et notre équipe reste disponible en cas de questions liées à votre pratique professionnelle.

INFOS PRATIQUES

Horaire :
9h30 à 16h30

Groupe :
20 personnes max. en présentiel.

Lieu :
Bruxelles et Brabant Wallon

Prix :
Ecoles et associations : 1000 € (+ 250 € si hors Bruxelles)
Autres structures : 2000 € (+ 250 € si hors Bruxelles)



INTERVENTIONS EN COLLECTIVITÉ

SUITE A UN PASSAGE A L'ACTE SUICIDAIRE

Pour groupes (écoles, associations et autres structures)

Nos expériences d'interventions dans les collectivités (écoles, institutions et entreprises) nous indiquent que **la confrontation à une situation de crise suicidaire, avec ou sans décès, survient le plus souvent brutalement, sans qu'on y soit préparé, et sans qu'on ait pu anticiper ses effets.**

Cela oblige les personnes à se mobiliser dans un climat émotionnel particulier, fait d'insécurités et de complexités multiples.

Le risque est grand de voir s'exacerber d'éventuelles tensions existantes qui mettent à mal le cours du quotidien, surtout si des actions doivent être prises dans l'urgence.

À partir de ces constatations et de nos réflexions, **le Centre de Prévention du Suicide propose des interventions sur site pour les personnes concernées.**

Une équipe peut avoir besoin d'un accompagnement ponctuel, une autre d'un tiers pour penser les stratégies d'intervention et, en cas de décès, prévoir les formalités à assumer.

Nous vous écoutons et proposons l'intervention la plus adaptée à la situation.

INFOS PRATIQUES

Contactez-nous :

0471 85 10 13
postventions@preventionsuicide.be





CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

CONTACT

0476 53 00 84 (INFOS GÉNÉRALES)

0499 88 32 70 (BÉNÉVOLAT)

WWW.PREVENTIONSUICIDE.BE

CPS@PREVENTIONSUICIDE.BE

AVEC LE SOUTIEN DE

