

# Prévention du suicide chez les personnes âgées



## Quelques conseils

- Encourager, votre proche à s'exprimer, sans banaliser ni minimiser sa souffrance.
- Oser aborder la question du suicide et en parler avec votre proche.
- Chercher un soutien auprès de votre entourage et de professionnels.

**Ne jamais rester seul !**

## Que faire ? Agir !

- S'adresser à son médecin traitant.
- En institution prévenir les soignants.
- En urgence appeler le 15.

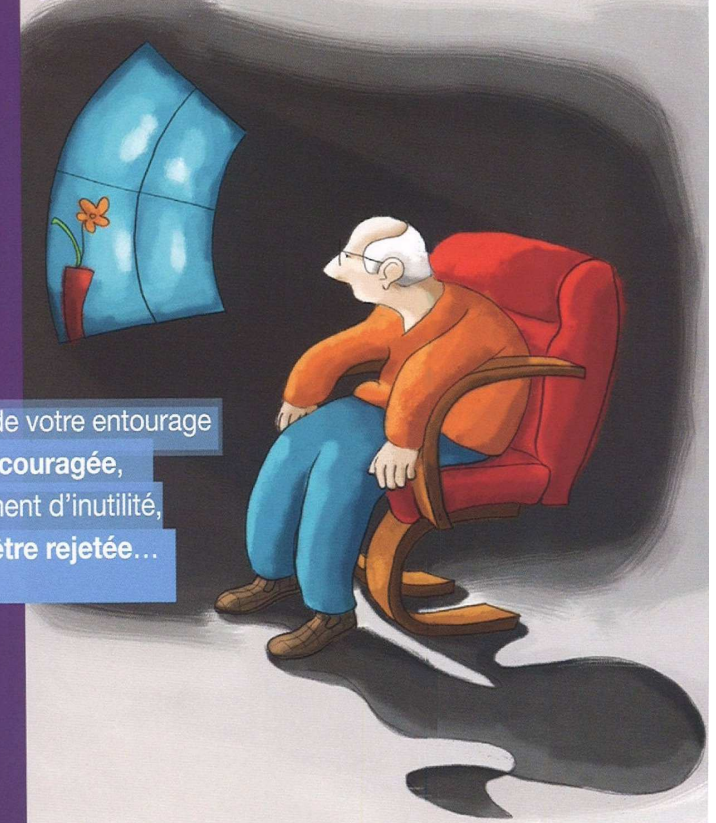
Document réalisé par **la commission personnes âgées**  
Réseau **Vies37** (janvier 2013)



Iconographie du Conseil Général de Haute Savoie.

**“ JE DÉRANGE,  
JE NE SERS PLUS À RIEN ...”**

Une **personne** âgée de votre entourage se montre **triste** et **découragée**, elle exprime un sentiment d'inutilité, elle a la **sensation d'être rejetée...**  
**que faire ?**



Les personnes âgées se suicident trois fois plus que le reste de la population

## Parce qu'il est difficile à détecter ne sous-estimons pas le risque suicidaire

### Signes d'alerte pour nous contacter \*

- Douleurs, fatigue, plaintes physiques ;
- Penser souvent au suicide, ne plus vouloir exister, désir de mort très fort ;
- Changement persistant d'humeur et de comportement : irritabilité, repli ;
- Perte de goût pour les centres d'intérêt habituels (famille, vie sociale, loisirs)
- Consommation excessive d'alcool et de médicament ;
- Se sentir dépassé par les évènements.



\*Coordonnées page 4

Famille ou proche, il est fréquent de se sentir, démuni ou désemparé et de ne pas savoir quelle attitude adopter

### VRAI / FAUX

- 1 Le suicide ne concerne pas les personnes âgées.*
- 2 La personne qui en parle ne se suicide pas.*
- 3 Le suicide est un choix personnel.*
- 4 Parler du suicide peut inciter la personne à passer à l'acte*

**1 Faux :** 1 personne sur 3 décédée par suicide a plus de 65 ans.

**2 Faux :** au contraire, parler du suicide, c'est dire à l'autre que l'on reconnaît sa souffrance et lui permettre de sortir de son enfermement.

**3 Faux :** 80% des personnes décédées par suicide ont manifesté des signes d'alerte ou verbalisé leur intention.

**4 Faux :** le suicide vise la fin des souffrances et non pas la recherche de la mort. S'infliger un acte violent n'est pas un choix

