

Parle des idées  
suicidaires.

”  
**Parler  
peut sauver**

Communiqué de presse, le 15 mai 2017

---

## Prévention des suicides

### Trois histoires vraies montrent pourquoi parler du suicide peut sauver des vies.

À l'aide de clips filmés, la campagne «Parler peut sauver des vies» montre pourquoi il est si important de parler de ses idées de suicide. Trois personnes ayant survécu à une tentative de suicide font part de leurs expériences afin de redonner du courage et de l'espérance. «Parler peut sauver des vies» est une campagne conjointe des CFF et du canton de Zurich. Elle bénéficie du soutien de La Main Tendue et d'autres partenaires.

Un fort tabou pèse sur la question du suicide. Les personnes vivant une crise de vie ont souvent du mal à demander de l'aide à temps et à parler de ce qui leur arrive. Les membres de la famille, les amis et les collègues ne savent souvent pas non plus s'il est approprié de soulever la question des pensées suicidaires, ni comment faire. Or, parler à temps des crises de vie et des pensées suicidaires peut sauver des vies.

Les discussions soulagent et permettent de demander de l'aide. C'est ce que démontrent, de manière éclatante, trois clips filmés de la campagne «Parler peut sauver des vies»: Momo Christen, Daniel Göring et Philipp Zürcher ont survécu à une tentative de suicide. Ils racontent leur histoire pour redonner du courage et de l'espoir à d'autres gens. Luki Frieden, metteur en scène, a vécu dans sa sphère privée ce que signifient les crises pouvant mener au suicide. C'est grâce à son engagement personnel et à l'esprit d'ouverture des trois personnes venues témoigner qu'il a été possible de réaliser ces trois clips très émouvants. Il est possible de les visionner sur [www.parler-peut-sauver.ch](http://www.parler-peut-sauver.ch).

La campagne nationale de prévention «Parler peut sauver des vies» a été lancée en septembre 2016 par les CFF et le service de prévention et de promotion de la santé du canton de Zurich, sur mandat de la direction de la santé publique. Elle bénéficie du soutien de La Main Tendue, de la Fédération Suisse des Psychologues FSP, du Syndicat du personnel des transports SEV et du BLS. Chaque jour, le numéro de téléphone 143 reçoit et traite plus de 400 appels, et les pensées suicidaires y sont aussi présentes. Les personnes qui demandent de l'aide mentionnent par ailleurs qu'elles appellent après avoir entendu parler de la campagne «Parler peut sauver des vies». Son objectif est en effet de dissiper le tabou autour du suicide. Au cœur de «Parler peut sauver des vies», se trouve le site Internet [www.parler-peut-sauver.ch](http://www.parler-peut-sauver.ch). On y trouve des informations de fond, des conseils pour en parler et des adresses à qui les personnes en crise et leur entourage peuvent s'adresser.

Parle des idées  
suicidaires.

”

**Parler  
peut sauver**

### **Journalisme et suicides**

Lorsqu'ils abordent le thème du suicide, les acteurs des médias portent une grande responsabilité. Il est démontré qu'un traitement inapproprié de la question du suicide peut déclencher des passages à l'acte chez des personnes fragilisées. On sait aussi, en revanche, que les articles peuvent contribuer à lever le tabou et, partant, à prévenir le suicide. Vous trouverez d'autres informations sur la bonne manière d'aborder le suicide dans les médias sur [www.parler-peut-sauver.ch](http://www.parler-peut-sauver.ch) >Campagne >Communiqués de presse.

### **Informations à communiquer si possible dans chaque article parlant d'un suicide:**

Les services suivants sont accessibles 24 heures sur 24 aux personnes en crise et à leur entourage:

Téléphone de conseil de La Main Tendue: Téléphone 143

Téléphone de conseil de Pro Juventute (pour les enfants et les jeunes): Téléphone 147

Autres adresses et informations: [www.parler-peut-sauver.ch](http://www.parler-peut-sauver.ch)

### **Informations aux médias**

Annett Niklaus, responsable Communication et campagnes, prévention et promotion de la santé du canton de Zurich, vous met en contact avec des spécialistes et répond à vos questions sur la campagne. Elle reçoit aussi les demandes d'entretien avec les personnes filmées dans les clips. Ceux-ci ne se tiendront à disposition que pour un nombre restreint d'entretiens. Merci de votre compréhension.

Tél. 044 634 46 57, [annett.niklaus@uzh.ch](mailto:annett.niklaus@uzh.ch)

### **Lien des clips sur votre site Internet:**

Daniel Göring  
[https://www.youtube.com/watch?v=mK\\_J-c8pZIU](https://www.youtube.com/watch?v=mK_J-c8pZIU)

Momo Christen  
<https://www.youtube.com/watch?v=ZdTwaA-bYrM>

Philipp Zürcher  
<https://www.youtube.com/watch?v=yXRY9ptfVDk>