

L'association de prévention du suicide des jeunes  
LA BERGERIE DU CYGNE vous propose la

# CONFÉRENCE

SUR LE THÈME : LE SUICIDE, PEUT-ON LE PRÉVENIR ?

## « **Comment réduire collectivement les souffrances qui peuvent conduire au suicide ?** »

Par Jean-Louis Terra,  
*Professeur de psychiatrie de l'Université de Lyon I  
Chef de service au Centre hospitalier du Vinatier  
Spécialiste de la prévention du suicide*

BAYONNE, mardi 5 juillet 2016  
Maison des associations – 20 h

## La conférence

*suivie d'échanges avec le public*

### « Comment réduire collectivement les souffrances qui peuvent conduire au suicide ? »

35% des Français ont eu à connaître la douloureuse expérience de la mort par suicide d'un proche et 13% des Français ont envisagé sérieusement de se suicider. Jean-Louis Terra professeur de psychiatrie à l'Université Lyon I, chef de service au Centre Hospitalier du Vinatier, Spécialiste du suicide, nous expliquera que la prévention du suicide n'est pas l'affaire que de spécialistes de la santé mentale, mais qu'elle est l'affaire de tous, chacun à son niveau et selon ses possibilités. Selon lui, tout citoyen à peu près équilibré et qui a le souci de l'autre peut apprendre à entrer en contact avec quelqu'un qui va mal et à évaluer l'urgence suicidaire pour l'orienter vers la chaîne de secours.

La conférence sera suivie d'un temps d'échanges avec le conférencier. Le bénéfice de cette soirée ira au financement de formations à la prévention du suicide.

**Mardi 5 juillet 2016 – 20 h**

*Ouverte à tous - Tarif unique : 5 €*

*Salle polyvalente de la Maison des Associations*

*11 allée de Glain - 64600 BAYONNE*

*« La prévention du suicide n'est pas l'affaire que de spécialistes, elle est l'affaire de tous, chacun à son niveau et selon ses possibilités »*

*Union nationale de prévention du suicide*

## Conférencier

### Jean-Louis Terra



Jean-Louis Terra est professeur de psychiatrie à l'Université Lyon I, chef de service au

Centre Hospitalier du Vinatier.

Spécialiste de la prévention du suicide, il est impliqué dès 1998 dans le premier programme de prévention du suicide 2000-2005, puis le deuxième lancé en 2009-2014.

En 2003, il est missionné par les Ministères de la Santé et de la Justice pour développer la prévention du suicide en milieu carcéral. Il sera, quelques années plus tard, à l'origine du dispositif innovant des « codétenus de soutien », des détenus choisis sur la base de critères précis pour repérer et apporter un soutien à des détenus en situation de souffrance psychique. Formés aux gestes de premiers secours, à la détection des risques suicidaires et à l'écoute active, ces nouveaux acteurs de prévention sont accompagnés dans leur mission par la Croix-Rouge française.

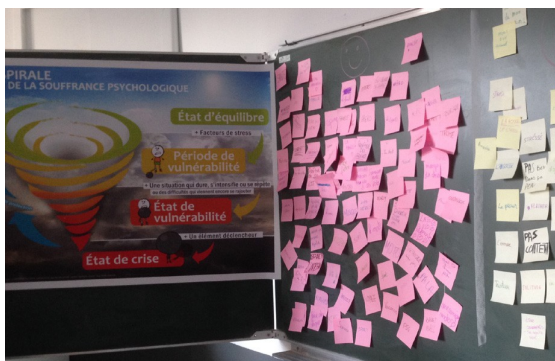
#### En savoir plus

- <https://www.youtube.com/watch?v=UjMyOIPJ48w>
- <http://www.psychologies.com/Moi/Epreuves/Suicide/Articles-et-Dossiers/Comment-prevenir-le-suicide/La-clef-pour-prevenir-le-suicide-c-est-le-dialogue>
- [http://www.la-croix.com/Actualite/France/Jean-Louis-Terra-On-peut-tous-apprendre-les-gestes-de-secourisme-psychique-\\_NG\\_-2010-09-09-604390](http://www.la-croix.com/Actualite/France/Jean-Louis-Terra-On-peut-tous-apprendre-les-gestes-de-secourisme-psychique-_NG_-2010-09-09-604390)
- [www.hcsp.fr/Explore.cgi/Telecharger?NomFichier=ad451962.pdf](http://www.hcsp.fr/Explore.cgi/Telecharger?NomFichier=ad451962.pdf)



## L'organisateur

### Une association landaise de bénévoles impliqués dans la prévention du suicide des jeunes



Animation en classe

L'association La Bergerie du cygne, a pour objectif de diminuer les gestes suicidaires en favorisant directement ou indirectement le soutien aux jeunes en souffrance psychique dans la forme qui semblera la plus adaptée à

chaque situation : Écoute, conseils aux proches, séquences de sensibilisation et recommandations à destination des professionnels en contact régulier avec des jeunes, animations en classe. L'association a pour vocation d'être majoritairement composée de non-professionnels de la santé mentale. Ces membres se forment néanmoins régulièrement au contact de ces spécialistes et c'est dans le cadre d'une de ces formations que l'association a organisé la venue de Jean-Louis Terra. Une dizaine de bénévoles participeront du 4 au 6 juillet 2016 à une formation dirigée par le professeur.

*« Tout membre de la communauté humaine peut être acteur de la prévention, le surveillant d'internat, l'éducateur sportif, le camarade de classe, le voisin, la cousine, le médecin, le prêtre, car la souffrance psychique isole, et la meilleure prévention sera toujours de briser cet isolement ».      Éric Lestage, Président de l'association*

#### En savoir plus

- <http://www.vivez-jeunesse.fr/qui-sommes-nous/presentation/>
- [Lettre de décembre 2015](#)

## Une prévention à l'échelle du territoire

### **2015-2016, la prévention du suicide soutenue et portée par le Réseau Santé Mentale Pays Basque**

En 2015, Barbara Larzabal, coordinatrice du Réseau Santé Mentale Pays Basque s'est rapprochée de l'association pour mettre en place deux formations à la prévention du suicide des jeunes pour des groupes composés de professionnels en contact avec les jeunes, principalement issu du milieu scolaire. Les formations ont eu lieu sur le territoire de la Côte Basque et du Pays Basque intérieur.

Conjointement, le Réseau Santé Mentale Pays Basque a financé des animations en classe destinées aux élèves de niveau seconde et équivalent d'âge. Ce projet concerne au total une trentaine de classes. La séquence de prévention proposée par la Bergerie du cygne ne s'articule pas autour des conduites suicidaires mais s'intéresse plus largement à la notion de souffrance psychique. Elle s'adresse à l'ensemble des jeunes et se situe dans la prévention primaire non-spécifique.

Le RSMPB s'est chargé aussi de trouver une salle sur Bayonne pour accueillir la conférence grand public du Professeur Terra le 5 juillet prochain, et élargit ainsi son champs d'action à un public plus large, après les sensibilisations ciblées qu'étaient celles réservées aux élèves d'un côté, et aux professionnels en contact avec les jeunes, de l'autre.

La BERGERIE DU CYGNE organise du 4 au 6 juillet 2016 une

## Action de prévention du suicide des jeunes autour de la venue du Professeur Jean-Louis TERRA,

Lundi 4 juillet 2016 20 h 04 au Théâtre du Colisée à BIARRITZ

### **Spectacle « une main tendue »**

Mime musicalisé et vidéographié, qui évoque une personne en situation de crise suicidaire

Destiné au grand public

Suivi à 21h15 d'un débat - rencontre avec le public

***Comment permettre à une personne de rester en vie  
alors qu'elle est sur un chemin suicidaire ?***

Mardi 5 juillet 2016 20 h à la Maison des associations BAYONNE (Glain)

### **Conférence du Professeur Jean-Louis TERRA**

Destinée au grand public et aux professionnels de l'éducation et de la santé

**"Comment réduire collectivement les souffrances  
qui peuvent conduire au suicide ?"**

Du lundi 4 juillet au mercredi 6 juillet 2016 à HOSSEGOR

### **3 JOURS DE FORMATION DE FORMATEURS A L'INTERVENTION AUPRES DES PERSONNES EN CRISE SUICIDAIRE**

**Animés par Jean-Louis TERRA**

Formation destinée aux membres du Réseau de partenaires  
et aux bénévoles de la Bergerie du Cygne.

**Lundi 4 juillet 2016 20 h 04 à Biarritz** Page 3

### **Spectacle Mime Piano Cinéma**

Le Spectacle Page 3

Les artistes Page 4

Avertissement Page 4

**Mardi 5 juillet 2016 20 heures** Page 5

### **Conférence du Professeur Jean-Louis TERRA**

**"Comment réduire collectivement les souffrances  
qui peuvent conduire au suicide ?"**

**Du 4 juillet au 6 juillet 2016 à HOSSEGOR** Page 6

### **3 JOURS DE FORMATION DE FORMATEURS A L'INTERVENTION AUPRES DES PERSONNES EN CRISE SUICIDAIRE**

**Pourquoi créer un Réseau de partenaires  
autour de la Bergerie du Cygne** Page 6

Le Séminaire Page 6

**Jean-Louis TERRA** l'intervenant Page 9

**La Bergerie du Cygne** l'organisateur Page 10

**Le Réseau Santé Mentale Pays Basque**  
partenaire de la conférence Page 11

**Lundi 4 juillet 2016 20 h 04 à Biarritz**

## **Spectacle Mime Piano Cinéma**

Suivi à 21h30 d'un débat - rencontre avec le public

***Comment permettre à une personne de rester en vie  
alors qu'elle est sur un chemin suicidaire ?***

**Théâtre du Colysée 11 av Sarasate 64200 Biarritz**

Prix 15 euros - Réservation 05 59 24 13 07

## **Le Spectacle**

***Ce spectacle touche l'espoir*** vie qui est en chacun de nous, qui est au cœur de notre vie.

Il est possible d'éclairer la vie qui est la sienne, qu'il ne voit plus, qu'il n'entend plus, tellement les souffrances le submergent.

Nous avons la capacité d'éclairer sa vie.

Eric Lestage

*C'est un spectacle autour d'un clown qui se retrouve tout seul sur la piste car son ami, clown lui aussi et avec qui il joue habituellement, est malade. Ses "idées noires" et ses angoisses vont l'envahir complètement, elles vont le submerger. Il va être débordé de partout.*

*Le public, même les enfants qui sont devant lui, ne peuvent pas apaiser ce qu'il ressent et ce vers quoi ses souffrances le mènent depuis si longtemps...::: la mort, Madame la mort.*

*Juste avant de mourir, dans un dernier soupir, sa main se tend et elle est prise. Alors, la vie se lève, les yeux s'ouvrent, les oreilles entendent. Ils lui sont présentés. Eux, ce sont ceux qui font sa vie, mais qu'il ne voyait plus, ni n'entendait plus, ceux qui l'aiment et qu'il aime. Là, ils les voit, les entend, les touche, danse avec eux, s'émerveille devant eux...et devant lui.*

***La vie revient à petits pas ...***



## Les artistes

Dans sa vie, Eric LESTAGE a eu le bonheur de découvrir l'art du mime en 1992, en bénéficiant de stages à l'école de Mr Marcel Marceau à Paris, avec pour formateur Mr Emmanuel Vacca et Mme Elena Serra.

Avec un pianiste Jean Nadeau et une cinéaste Morgane Saint Germain, ils viennent de créer un spectacle qui parle de la prévention du suicide.

## Avertissement

*Je pense que ce spectacle est destiné à des personnes de plus de 15 ans, mais je vous laisse juge de cela.*

*C'est un spectacle sur le thème du suicide, et il est possible qu'il réveille des états difficiles ou qu'il appuie sur des émotions que vous ne voudriez pas revoir éclairées.*

Eric LESTAGE

Mardi 5 juillet 2016 20 heures

## Conférence du Professeur Jean-Louis TERRA

destinée au grand public et aux professionnels de l'éducation et de la santé

### "Comment réduire collectivement les souffrances qui peuvent conduire au suicide ?"

*Jean-Louis TERRA nous expliquera que **la prévention du suicide** n'est pas l'affaire que de spécialistes de la santé mentale, mais qu'elle **est l'affaire de tous**, chacun à son niveau et selon ses possibilités.*

*Chacun de nous peut apprendre à entrer en contact avec quelqu'un qui va mal et à évaluer l'urgence suicidaire pour l'orienter vers la chaîne de secours.*

**Maison des Associations, 11 allée de Glain -64600 BAYONNE**

Tarif unique : à 5 €

**Du lundi 4 juillet au mercredi 6 juillet 2016 à HOSSEGOR**

**3 JOURS DE FORMATION DE FORMATEURS  
A L'INTERVENTION AUPRES DES PERSONNES EN CRISE SUICIDAIRE**

**Animé par Jean-Louis TERRA**

Formation destinée aux membres du Réseau de partenaires de la Bergerie du Cygne et aux bénévoles de la Bergerie du Cygne.

Lieu : Hôtel de la plage, 94 place des Landais, HOSSEGOR

Au total une quinzaine de personnes formées

### **Pourquoi créer un Réseau de partenaires autour de la Bergerie du Cygne**

*Un jeune qui est en situation suicidaire se retrouve tout seul.*

*Les professionnels de la prévention du suicide indiquent qu'il est important d'accompagner ce jeune vers des personnes formées à la prévention du suicide, et qui peuvent réagir ensemble, chacun selon ses compétences.*

*Notre association souhaite s'entourer de personnes en capacité de réagir afin que la vie reprenne forme chez le jeune qui prend le chemin de la mort et qui souhaite ainsi que ses souffrances s'arrêtent.*

*Il s'agit d'être successivement ensemble sur le chemin suicidaire afin de l'arrêter ensemble et donc de protéger les jeunes.*

*Nous voulons développer ce réseau tant dans les villes que dans les campagnes, et même les endroits les plus reculés. La vie n'a pas de prix.*

### **Le Séminaire**

Le séminaire, qui se déroule sur 3 journées, vise à transmettre les habiletés pédagogiques nécessaires pour former les professionnels et bénévoles qui jouent un rôle dans la prévention du suicide, notamment l'intervention de crise suicidaire.

Le séminaire alterne la présentation du contenu, comme dans une formation classique, et des temps de partage pédagogique.

La conduite de mises en situation est une composante essentielle de cette formation.

Un manuel du formateur est remis à chaque participant.

Ci-après déroulement du séminaire à confirmer par le Pr Jean-Louis TERRA

## 1 er jour

09h00 Accueil des participants

09h30 Ouverture  
Présentation des participants

Présentation

- Des objectifs du séminaire en vue de former des publics différents
- Des expériences de formateur des participants

Présentation

- Du déroulement du séminaire
- Du matériel pédagogique

11h00 **Idées reçues**

**Epidémiologie :**

**définitions et données sur les suicides, les tentatives et la morbidité suicidaire**

12h30 Repas

14h00 **Triple évaluation du potentiel suicidaire :**

- **Evaluation du risque**
- **Evaluation de l'urgence**
- **Evaluation du danger**

**Signes et symptômes favorisant le repérage des personnes suicidaires**

Pause

16h00 – 18h00

**Mises en situation : leur intérêt pédagogique**

- **Mise en situation sous forme de jeux de rôle en petit groupe.**
- **Discussion sur l'évaluation du potentiel suicidaire**

18 h 00 : fin de la première journée

## 2 ème jour

09h00 **Le modèle de crise : équilibre, vulnérabilité, crise**

**Son application à la crise suicidaire : étapes et progression de la crise suicidaire, issues de la crise suicidaire, récurrences suicidaires**

Pause

- 10h45      **Mise en situation en petits groupes : jeux de rôle**  
                  **Discussion sur l'évaluation du potentiel suicidaire et des pistes**  
                  **d'intervention**  
                  **Les étapes de l'intervention de crise**
- 12h30 Repas
- 14h00      **Intervention auprès des personnes détenues :**  
                  **Mise en situation sur des situations spécifiques**
- Pause
- 16h00 – 18h00
- La conduite d'entretien**
- **Particularités avec des personnes tendues et agressives**
  - **Mise en situation**
- 18 h 00      Fin de la deuxième journée

### **3 ème jour**

- 09h00      **Le travail de deuil après suicide**
  - **Mises en situation en petits ou grands groupes**
- Pause
- 10h45      **Les principaux aspects de la postvention**
- 12h30 Repas
- 14h00      **Retour sur les aspects pédagogiques**
- **Le déploiement des résistances : les stratégies pédagogiques**
- Pause
- 16h00 – 18h30
- La conduite des mises en situation**
- **Le travail en binôme**
  - **Comment organiser une formation**
- Les objectifs et les rôles des différents acteurs
- **Evaluation du séminaire**
  - **Conclusion du séminaire**
- 18h30 Fin du séminaire

## Jean-Louis Terra l'intervenant

Professeur de psychiatrie à l'Université Lyon I, chef de service au Centre Hospitalier du Vinatier, spécialiste de la prévention du suicide.

Dès 1998 il est impliqué dans le premier programme de prévention du suicide 2000-2005, puis le deuxième lancé en 2009-2014.

En 2003, il est missionné par les Ministères de la Santé et de la Justice pour développer la prévention du suicide en milieu carcéral. Il sera, quelques années plus tard, à l'origine du dispositif innovant des « codétenus de soutien », des détenus choisis sur la base de critères précis pour repérer et apporter un soutien à des détenus en situation de souffrance psychique.

En 2010 Il est chargé par le Ministère de la Santé de former les formateurs en évaluation de la crise suicidaire en France

### En savoir plus

- <https://www.youtube.com/watch?v=UjMyOIPJ48w>
- <http://www.psychologies.com/Moi/Epreuves/Suicide/Articles-et-Dossiers/Commentprevenir-le-suicide/La-clef-pour-prevenir-le-suicide-c-est-le-dialogue>
- [http://www.la-croix.com/Actualite/France/Jean-Louis-Terra-On-peut-tous-apprendreles-gestes-de-secourisme-psychique-\\_NG\\_-2010-09-09-604390](http://www.la-croix.com/Actualite/France/Jean-Louis-Terra-On-peut-tous-apprendreles-gestes-de-secourisme-psychique-_NG_-2010-09-09-604390)
- [www.hcsp.fr/Explore.cgi/Telecharger?NomFichier=ad451962.pdf](http://www.hcsp.fr/Explore.cgi/Telecharger?NomFichier=ad451962.pdf)

## La Bergerie du Cygne l'organisateur

Une association landaise de bénévoles impliqués dans la prévention du suicide des jeunes

L'association La Bergerie du cygne, a pour objectif de diminuer les gestes suicidaires en favorisant directement ou indirectement le soutien aux jeunes en souffrance psychique dans la forme qui semblera la plus adaptée à chaque situation :  
Écoute, conseils aux proches, séquences de sensibilisation et recommandations à destination des professionnels en contact régulier avec des jeunes, animations en classe.

L'association a pour vocation d'être majoritairement composée de non-professionnels de la santé mentale.

Ces membres se forment régulièrement au contact de ces spécialistes

*« Tout membre de la communauté humaine peut être acteur de la prévention, le surveillant d'internat, l'éducateur sportif, le camarade de classe, le voisin, la cousine, le médecin, le prêtre, car la souffrance psychique isole, et la meilleure prévention sera toujours de briser cet isolement ». Éric Lestage, Président de l'association*

### En savoir plus

- <http://www.vivez-jeunesse.fr/qui-sommes-nous/presentation/> Lettre de décembre 2015

## **Le Réseau Santé Mentale Pays Basque - partenaire de la conférence**

Une prévention à l'échelle du territoire

2015-2016, la prévention du suicide soutenue et portée par le Réseau Santé Mentale Pays Basque

En 2015, Barbara Larzabal, coordinatrice du Réseau Santé Mentale Pays Basque s'est rapprochée de l'association

pour mettre en place deux formations à la prévention du suicide des jeunes

pour des groupes composés de professionnels en contact avec les jeunes, principalement issu du milieu scolaire.

Les formations ont eu lieu sur le territoire de la Côte Basque et du Pays Basque intérieur.

Conjointement, le Réseau Santé Mentale Pays Basque a financé des animations en classe destinées aux élèves de niveau seconde et équivalent d'âge.

Ce projet a concerné au total une trentaine de classes.

La séquence de prévention proposée par la Bergerie du cygne ne s'articule pas autour des conduites suicidaires

mais s'intéresse plus largement à la notion de souffrance psychique.

Elle s'adresse à l'ensemble des jeunes.

.