

Les projets Sentinelles en prévention du suicide STOP SUICIDE, mai 2014

<u>QU'EST-CE QU'UN RESEAU DE SENTINELLES ?</u>	<u>1</u>
<u>LES SENTINELLES A QUEBEC</u>	<u>2</u>
<u>LES SENTINELLES DE LA PROVINCE DE LIEGE, BELGIQUE</u>	<u>4</u>

Qu'est-ce qu'un réseau de sentinelles ?

Qui sont les sentinelles ?

Les sentinelles sont des personnes (professionnelles ou non) volontaires, majeures, non suicidaires et n'ayant pas vécu récemment de suicide de proches.

Ces personnes sont formées et soutenues par des professionnels de la prévention pour tenir un rôle de repérage et d'orientation des personnes suicidaires dans un temps délimité.

Les sentinelles occupent une place dans un milieu donné qui les rend susceptibles de rencontrer des personnes à risque suicidaire (ex : enseignant, animateur, bénévole d'un club sportif, etc.). Elles ne sont pas des professionnel·les de la santé, ni des mineurs, ni des proches de personnes suicidaires.

Quel est leur rôle ?

Leur mission : écouter, repérer les personnes à risque suicidaire, évaluer l'urgence de la situation, faire connaître les ressources d'aide, relayer la personne vers une ressource adaptée, en lien avec son « intervenant désigné » (le référent de la sentinelle, le plus souvent son formateur, qui est capable de faire passer le RUD et proposer un plan d'intervention approprié qui impliquera ou pas la sentinelle)

Leur mission n'est pas d'aider ou de soigner la personne suicidaire, mais bien de l'orienter vers une aide professionnelle, qui doit être adaptée et prête à prendre en charge les personnes indiquées.

Qu'entend-on par Réseau ?

Le réseau est constitué d'un ensemble d'acteurs qui travaillent pour ce programme : les sentinelles, qui sont plusieurs par milieux, et qui sont suivies individuellement et/ou en groupe dans leur mission, mais aussi les formateurs de sentinelles, les « intervenants désignés » (chaque sentinelle a un référent, ou « intervenant désigné », qui est un professionnel de la prévention), le coordinateur du projet et tous les intervenants santé-social impliqués dans la chaîne de prévention ou postvention (répondants des lignes d'aide, soignants...). Le réseau doit connaître et approuver le projet, et être opérationnel pour que le « continuum de services » fonctionne.

Les étapes de l'implantation d'un réseau

Pour mettre en place un réseau de sentinelles avec succès, il faut mobiliser un nombre important d'acteurs, adopter une vision commune du programme, respecter un certain nombre d'étapes et de principes éthiques de base. L'ensemble est détaillé dans le cadre de référence, mais voici les principales étapes de l'implantation d'un réseau au Québec.

Phase I :



- le réseau d'acteurs du territoire doit s'approprier le cadre de référence, connaître et se répartir les rôles et responsabilités et définir le contenu de la formation

Phase 2 :

- connaissance des groupes à risque et choix des milieux d'implantation
- susciter l'adhésion dans le milieu ciblé, promouvoir le projet
- s'assurer de la compatibilité entre les ressources du milieu ciblé et celles du réseau de la santé (ligne d'aide H24, personnes de soutien dans le milieu...)
- rechercher et sélectionner les futures sentinelles
- former les sentinelles
- soutenir les sentinelles

Phase 3 :

- suivi de l'implantation (soutien continu aux sentinelles, renouvellement, évaluation, ajustements...)

Les sentinelles à Québec

Le cadre de référence québécois

Des projets « Sentinelles » existent de manière plus ou moins formelle au Canada et aux Etats-Unis depuis 1996. Ces projets sont généralement intégrés à des plans de santé publique et se situent entre la prévention indiquée (prévention ciblée) et l'intervention.

Le Québec a développé une stratégie ambitieuse de promotion de la santé mentale et prévention du suicide depuis les années 90. De nombreux projets Sentinelles ont vu le jour suite à une recommandation du Programme national de Santé publique 2003-2012, mis en œuvre par le Plan d'action en Santé mentale 2005-2010. Des réseaux de sentinelles ont donc été implantés dans différentes régions et différents milieux, et ont fait l'objet d'évaluations ou de retours d'expériences. Le mode de financement de ces initiatives n'est pas précisé, mais on suppose qu'il s'agit d'un financement public assuré par la province du Québec et le système de santé national.

Un groupe d'experts a fait le point en 2005 sur tous ces programmes, et produit un « cadre de référence sur l'implantation de réseaux de sentinelle », qui revient sur les enseignements des expériences mises en œuvre et vise à harmoniser et améliorer les réseaux de sentinelle, en proposant un « cadre » à ceux qui souhaiteraient monter un programme Sentinelles. Quelles sont les étapes à suivre ? Les conditions de réussite ? qui peut être sentinelle ? quelle est la limite de leur rôle ? etc.

Ce document de référence de 70 pages est une excellente base pour démarrer un projet Sentinelles en Suisse. Un réseau d'acteurs pourrait développer, en adaptant ce cadre, une vision commune du projet.

- ◆ Le Cadre de référence du Ministère de la Santé au Québec (2006):
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2006/06-247-02.pdf>
- ◆ Evaluation de 3 projets Sentinelles à Ottawa (2004) :
http://www.dspq.qc.ca/publications/2_DSPcn-Sentinelles-Interieur.pdf

Un programme sentinelles pour les étudiants : exemple à l'université de Laval, Québec

STOP SUICIDE a rencontré Louise Careau, psychologue au Centre d'aide des étudiants, responsable de la mise en place du programme « Sentinelles » à l'Université de Laval le 6 février 2014. PV de la rencontre.

En 1999, mise en place d'un comité de prévention du suicide à l'UL. L'idée était d'avoir des « tentacules » sur le campus. 4'500 étudiants résident sur le campus parmi les 40'000 étudiants au total.



Le comité est composé de représentants des : professeurs, des étudiants de 1^{er} cycle, des étudiants de 2^e cycle, des directeurs de département, du centre de prévention du suicide de Québec, de la vie étudiante spirituelle et religieuse.

Le programme Sentinelles comporte 4 volets d'action :

- Promotion de la vie
- Intervention en cas de suicide
- Améliorer la prévention
- Améliorer la postvention

Pour sensibiliser l'université à cette problématique, le centre d'aide aux étudiants a proposé de mettre en place un **cours de 3 crédits de prévention du suicide**. Proposition acceptée et qui rencontre un franc succès auprès des étudiants. Il s'agit précisément d'un cours d'initiation à la suicidologie. Il y a environ 200 étudiants inscrits au cours par semestre. La plupart sont des étudiants en psycho, et il s'agit de crédits de Bachelor.

Programmes sentinelles :

Il s'agit d'une **formation du personnel volontaire de l'UL**, financée par les RH de l'uni. Cette formation est considérée comme une **formation continue**.

Les statistiques disponibles sur les taux de suicide à Laval ne concernent que les étudiants vivant sur le campus. Il n'est donc pas possible d'avoir une idée précise du nombre de suicides chez les étudiants de l'UL, mais il s'agirait d'environ 1 suicide par année sur le campus.

Les psychologues du centre d'aide ont commencé par cartographier le campus, faculté par faculté, pour y installer des sentinelles. Les premières sentinelles ont été recrutées dans la faculté des sciences et génie qui comporte beaucoup d'hommes, les plus vulnérables face au suicide. Les doyens ont proposé à tous leurs employés de suivre la formation. Seuls les volontaires étaient acceptés. Une journée de formation et une activité de suivi 1 fois par année.

En 2008, lancement du projet pilote.

Qui former ? Le personnel dans les bureaux qui traite avec les étudiants. Problématique particulière des sportifs, donc les coachs ne sont pas engagés par l'uni mais ont des liens très forts avec les étudiants sportifs. Bibliothèques ont des liens très forts avec les étudiants.

Quand les gens sont volontaires pour être sentinelles sans que rien ne leur ait été proposé, on leur fait passer un questionnaire pour vérifier leur historique en lien avec le suicide.

Deux personnes assurent le lien entre la formation et le centre d'aide.

Actuellement, le réseau compte 200 sentinelles.

Il y a un gros travail de suivi fait auprès des sentinelles. Par exemple, le centre d'aide aux étudiants organise un petit déjeuner suivi d'une conférence qui se termine vers 9h30. Aussi, des lunchs sont organisés.

Le défi du suivi des sentinelles est d'autant plus important que les doyens changent et ne le communiquent pas forcément. Il y a une tentative de faire connaître le réseau.

Lors de la formation, un cahier est distribué avec tout le contenu de la journée de formation+ une affichette autocollante à coller sur le bureau pour signaler qu'on est une sentinelle+ un aide-mémoire à conserver dans le bureau. La promotion du réseau est laissée à la charge des départements : une affiche leur est distribuée sur laquelle il reste de la place pour noter les choses qu'ils veulent.



Les sentinelles de la province de Liège, Belgique

23.04.2014 Entretien téléphonique de STOP SUICIDE avec Philippe Snoeck, Chef de la Division Prévention du Suicide de la Province de Liège en Belgique. Notes issues de l'entretien.

Montage du programme sur Liège.

La province de Liège bénéficie d'un programme de prévention du suicide porté politiquement et mis en œuvre par la Cellule de Prévention du Suicide, qui dépend de la province. Il s'agit d'un centre d'aide qui monte des programmes de prévention et de postvention.

En 2002 la Cellule monte un projet de réseau sur Liège, inspiré par le travail de Pierre-André Michaud à Lausanne. Ce travail part d'abord de la prise en charge des personnes suicidaires (type travail de l'UCA à Genève), puis « remonte » pour aborder la prévention.

En 2008, Philippe Snoeck, directeur de la CPS, entend parler du projet Sentinelles de Québec (commencé en 98) et rentre en contact avec Françoise Roy, qui a créé le cadre de référence québécois (cf plus haut).

A partir de là, un groupe de travail est monté avec des acteurs politique / santé / RH / Médecine du travail de la province. Ces « têtes de réseau » représentent environ 10'000 agents. Ce réseau adapte le cadre de référence des Sentinelles à la province de Liège, monte son propre « cahier des charges » et prépare le projet pendant 2 ans. Les formateurs de formateurs québécois viennent pour former les professionnels de la Cellule de prévention à devenir ensuite des formateurs de sentinelles et des « intervenants désignés ». Ils leur transmettent également les outils, qui sont ensuite adaptés (cahier du participant, etc.).

Points essentiels : faire adhérer les directions au projet, avoir des personnes-relai dans les structures.

Le projet pilote liégeois : sentinelles à l'usine

En 2010, un projet pilote voit le jour, issu de la volonté de ce réseau et d'une entreprise, suite à un décès. Un travailleur se suicide sur le site d'une entreprise de métallurgie avec 700 employé-e-s. L'entreprise contacte le centre de prévention liégeois pour un projet de postvention (gestion de la suite du décès), puis décide d'adhérer au dispositif Sentinelles. Une convention est signée entre l'entreprise et la Province de Liège.

La cellule de prévention va s'appuyer sur les acteurs des comités « bien être au travail » qui existent déjà dans l'entreprise, ainsi que sur les syndicats.

2012 : présentation du dispositif dans la newsletter de l'entreprise, le journal interne, lors de réunions syndicales, lors des formations 1^{er} secours.

Suite à cette campagne d'information, 12 volontaires sont reçus au CPS, ils passent un entretien mené par un binôme de professionnels (travailleurs sociaux, sociologues, psys...) et constituent un groupe.

Formation des sentinelles : 2 demies journées avec des jeux de rôle, mises en situation, un cahier du participant (le tout inspiré des formations québécoises)

Suivi : chaque mois, supervision en groupe par les « formateurs de sentinelle »

Principe : quand une sentinelle repère une personne « à risque », elle rentre en contact et l'oriente vers la CPS. L'intervenant désigné (le « référent » de la sentinelle) peut aussi contacter la personne directement, si la sentinelle a transmis ses coordonnées, en fonction de l'urgence de la situation.

Enseignements de ce projet

Quel impact ? Améliorer le réseautage, resserrer le filet de sécurité, cibler des milieux à risque

Conditions minimales à remplir pour les sentinelles :

- personnes majeures
- recrutées sur base volontaire et pour un temps déterminé



- personnes n'ayant pas été affectées par un suicide dans les 3 ans précédent le volontariat
- suivre une formation de 1 à 2 jours
- suivre une supervision par un-e professionnel-le de la prévention
- faire un rapport d'évaluation de sa pratique

Conditions indispensables pour que le projet fonctionne :

- adhésion des dirigeants
- bonne information autour du projet
- ligne téléphonique 24h/24, 7j/7, avec un partenariat permettant aux sentinelles d'appeler mais aussi aux personnes à risque
- avoir un réseau « cohésif » avec les mêmes références, depuis le repérage jusqu'au soin – « grilles de bonnes pratiques en intervention de crise suicidaire »

Autres projets sentinelles menés ou à venir et autres projets de prévention

Le CPS identifie différents milieux qui pourraient bénéficier d'un programme sentinelle, ou d'une formation pour les professionnels.

- les policiers sont une population très à risque. Contacts avec Normand Martin qui a monté une cellule psychologique dans la police montréalaise. Depuis 10 ans, le combo sentinelles + service psy a fait chuter de 85% le taux de suicide dans la police.
- former des femmes d'agriculteurs à devenir sentinelle, pour toucher la population à risque des agriculteurs
- les contrôleurs de train et mécaniciens de locomotives
- les petits indépendants en faillite : formation « prévention du suicide » données à des professionnels en contact avec ces indépendants (comptables, gestion de dettes, huissiers...)

La dernière étape : monter des groupes de « sentinelles citoyennes », sur le modèle de Moutier à Québec. Déjà 3 groupes sont formés. Idée : les assistants sociaux des communes vont suivre les formations « prévention suicide », il y a peut être une possibilité d'intégrer des projets sentinelles dans l'axe « santé mentale » des Plans d'actions communaux.

En milieu scolaire, 2 projets sont en cours à Liège :

- un projet de promotion de la santé mentale positive, avec des jeux de rôle, travailler sur le bon sommeil, bonne alimentation, la cyberdépendance... avec les services de promotion de la santé à l'école
- un accord vient d'être signé avec le DIP local pour sensibiliser les professionnels du milieu scolaire et former des sentinelles enseignantes

→ toutes ces initiatives sont intégrés au Plan de prévention du suicide de la Région wallonne qui vise une baisse de 20% du taux de suicide en 2020.

En juin 2016, un Congrès se tiendra à Liège sur « les approches citoyennes en prévention du suicide » dans la francophonie

◆ Le programme de Prévention du suicide liégeois : <http://www.provincedeliege.be/fr/node/146>

◆ En savoir plus : lire l'article de Philippe Snoeck dans la revue L'observatoire : <http://www.revueobservatoire.be/spip.php?article195&return=publication>

