

Communiqué de presse, Genève, le 24 mai 2023

Faut en parler ! Un PODCAST porté par l'association MINDS et STOP SUICIDE

Date de sortie : 24 mai 2023

La prévention du suicide et la promotion de la santé mentale sont deux sujets intimement liés. L'un ne va pas sans l'autre et c'est pourquoi nos deux associations, Stop Suicide et minds, ont décidé d'unir leurs forces pour faire sauter les tabous autour du suicide et lancer le podcast *Faut en parler !*

Faut en parler ! propose des témoignages en immersion francs et touchants pour comprendre, sentir, et s'imprégner d'histoires personnelles qui nous font passer par toutes les émotions: la surprise, la colère, la tristesse mais aussi l'optimisme, l'espoir et la joie de savoir qu'il est possible de se rétablir et d'aller mieux après de telles épreuves.

***Faut en parler !* qu'est-ce que c'est ?**

- 4 épisodes de podcast sous forme de témoignages pour briser les tabous et déconstruire les idées reçues autour de la santé mentale et du suicide
- 4 articles de fond pour décrypter les émotions, les enjeux et transmettre les messages de santé publique importants
- 4 interviews de professionnel·les du domaine
- 1 univers graphique fort au service d'une thématique essentielle

Les podcasts sont à découvrir sur les sites de [minds](#) et [Stop Suicide](#) ou sur les plateformes d'écoute usuelles.

Les articles et interviews de professionnel·les sont disponibles sur les sites web de [minds](#) et [Stop Suicide](#).

4 émotions terriblement humaines

STOP SUICIDE et minds ont décrypté quatre sentiments qui habitent tous les êtres humains :

- **La honte...** alimentée par les tabous et les idées reçues autour du suicide et de la santé mentale en général
- **La culpabilité** ...que l'on a tou·tes éprouvée un jour vis-à-vis de sa propre souffrance ou de celle des autres
- **Enfin, l'espoir et le courage** nécessaires pour exprimer ses émotions, demander de l'aide et mobiliser ses ressources pour se rétablir.

Pourquoi avons-nous honte de notre propre souffrance ? Peut-on aller mieux même quand on souffre terriblement ? Où trouver de l'aide ? Comment en parler ?

Le suicide cristallise de nombreuses émotions et interrogations. Elles sont parfois déstabilisantes et pourtant communes à tous les êtres humains, et il est urgent d'en parler.

Qui est minds ?

minds est une association qui œuvre pour la promotion de la santé mentale à Genève. Fondée en 2018, elle promeut une vision déculpabilisante et non-stigmatisante de la santé mentale. Elle propose une information accessible pour mieux comprendre la santé mentale et conçoit des outils pour favoriser le bien-être de la population. Minds a également pour mission de combattre les tabous et les idées reçues et défend une vision *evidence-based* de la santé mentale : tous ses propos sont fondés scientifiquement et référencés.

Qui est STOP SUICIDE ?

C'est en l'an 2000, à la suite d'une marche silencieuse organisée par des étudiant·es touché·es par le suicide d'un camarade, que l'association STOP SUICIDE voit le jour. Face au silence institutionnel et au manque d'action pour prévenir le suicide des jeunes, ils et elles se sont donné·es pour mission de parler et faire parler du suicide. Au fil des années, l'association s'est agrandie et ses actions se sont diversifiées mais sa mission reste la même : agir pour la prévention du suicide des jeunes (15-29 ans) en Suisse romande. STOP SUICIDE a pour mission de parler et faire parler du suicide, informer afin de lever le tabou et outiller la population pour faire face à cette thématique en faisant connaître les ressources d'aide.

Une collaboration inédite

Nos deux associations ont uni leurs forces et se joignent à celles de **Julie Bianchin (réalisatrice du podcast)** dont la sensibilité et la finesse d'esprit ont largement contribué à la réussite de ce projet. Nous remercions également **Fanny Berret**, stagiaire chez STOP SUICIDE en 2021 et sans qui ce projet n'aurait pas pu voir le jour.

Contacts

Pour STOP SUICIDE

Sophia Perez

Responsable Campagne, STOP SUICIDE

076 344 10 74

sophia@stopsuicide.ch

Pour minds

Marie Torres

Responsable communication, MINDS

022 900 07 11

marie.torres@minds-ge.ch

Marie Reynard

Chargée de contenu éditorial, MINDS

022 900 07 11

marie.reynard@minds-ge.ch