
Que faire et à qui s'adresser face à une crise suicidaire ?

Document ressources évolutif

A partir du site [sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr)

<http://www.sante.gouv.fr/que-faire-et-a-qui-s-adresser-face-a-une-crise-suicidaire.html>

« Chaque année, près de 10 500 personnes décèdent par suicide (soit près de trois fois plus que par accident de la circulation) et entre 1760 00 et 220 000 tentatives de suicide donnent lieu à une intervention du système de soins. Le suicide est rarement motivé par une recherche de la mort en soi : il vise d'abord la fin d'une souffrance. C'est pourquoi, le plus souvent, il est susceptible de répondre à une forme de prévention. »

Les situations d'urgence

(En cas de risque suicidaire avéré : idées suicidaires, projet/scénario de suicide et/ou accès à des moyens létaux)

Se rapprocher des services d'urgence :

- Pompiers : 18
- SAMU : 15 ou le 112 (numéro européen)
- Police : 17
- Numéro d'urgence par SMS pour les sourds et malentendants : 114

Numéro utile : centre antipoison : 05.56.96.40.80

Les consultations

- Le médecin traitant
- Un spécialiste en psychiatrie ou un psychologue
- Le Centre médico-psychologique (CMP) de secteur Charles Perrens

CSMM - Centre de Santé Mentale du Médoc

Service externalisé du Centre Hospitalier Charles Perrens

S'adresse aux personnes qui habitent les communes du Nord Médoc (de St Laurent Médoc au Verdon)

Public de plus de 16 ans, consultations gratuites

30 Cours de Lattre de Tassigny, 33340 Lesparre Médoc

Ouverture du secrétariat du lundi au vendredi de 10h00 à 17h15, sauf vendredi après-midi et jours fériés :

05 56 73 31 90

Le CSM Médoc est composé d'un Centre médico-Psychologique (CMP) :

Un lieu d'accueil, de consultations, d'évaluation, d'orientation et de suivi psychiatrique, psychologique et social.

Consultations psychiatriques sur rendez-vous (Dr Giron, Dr Coularis, Dr Rossini)

Entretien infirmiers, sociaux et consultations psychologiques sur rendez-vous

Et d'un Hôpital de jour :

Orientation via le médecin responsable de la structure (Dr Giron)

35 places d'hôpital de jour. Programme individualisé et ateliers thérapeutiques proposés aux patients.

Centre Médico-Psychologique (CMP) de Castelnau

Service externalisé du Centre Hospitalier Charles Perrens

Il s'adresse aux personnes qui habitent les communes du Sud Médoc (à partir du sud de St Laurent Médoc)

Public de plus de 16 ans, consultations gratuites

1 Place Aristide Briand 33480 Castelnau

Tél : 05 56 90 09 39

Un lieu d'accueil, de consultations, d'évaluation, d'orientation et de suivi psychiatrique, psychologique et social.
Consultations psychiatriques sur rendez-vous (Dr Amedro, Dr Al Nacer, Dr Géraud)
Entretien infirmiers, sociaux et consultations psychologiques sur rendez-vous

EMGP - Equipes mobiles de Géronto-psychiatrie / PAM - Psychiatrie Arcachon Médoc

Centre Hospitalier Charles Perrens

Intervention sur prescription du médecin traitant, au sein des EHPAD, à domicile et dans des lieux de vie, pour faire une évaluation auprès des + de 65 ans, en perte d'autonomie, afin de prévenir et/ou limiter la souffrance psychique de ces personnes et de leur famille et ainsi éviter les hospitalisations liées à leurs troubles.

Permanence téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 17h

Secrétariat EMGP PAM : 05 56 56 35 92 - Fax : 05 56 56 17 43

Mail : emgppam@ch-perrens.fr

C.S.M.I – Centre de Santé Mentale et Infantile (3-17 ans)

Le C.S.M.I regroupe les Centres Médico-Psychologiques (CMP) du secteur I01 (Bordeaux nord, Nord-Ouest, CUB, et Médoc) de pédopsychiatrie. Il couvre le territoire en 3 pôles : Pôle Médoc (lieux de consultation : Castelnau, Lesparre, Pauillac et Soulac), Pôle Blanquefort et Pôle Eysines.

Il rattaché au Pôle de Pédopsychiatrie Universitaire (PPU) et est dirigé par le Professeur Manuel BOUVARD, responsable du PPU.

Les CMP réalisent une activité de consultations ambulatoires (diagnostic, soins) et de coordination du parcours de soins en santé mentale pour les enfants et les adolescents.

En savoir + : <http://renovation.asso.fr/?portfolio=csmi>

CMP Pôle Médoc

Siège Pauillac (33250), 19 rue Adrien Chauvet

Tél. 05 56 41 31 15 – csmi.medoc@renovation.asso.fr

A Pauillac : consultations, bilans et thérapies

Avec des antennes à Castelnau, Lesparre

- > CMP de Castelnau, 4 Rue de Rivoli 33480 Castelnau
- > CMP de Lesparre, Rue du Dr Castéra 33340 Lesparre

La prise de rendez-vous s'effectue auprès de Pauillac au 05 56 41 31 15.

Tous ces services d'écoute sont anonymes. Des ressources sont disponibles sur leurs sites.

- **SOS Amitié** : 05.56.44.22.22.

Service d'écoute destiné à accueillir la parole de celles et ceux qui, à un moment de leur vie, traversent une période difficile.

Permanence d'écoute téléphonique 24h/24, 7j/7.

Permanence d'écoute par chat du lundi au dimanche de 17h à 01h (dernier appel pris 15 minutes avant la fin de la permanence) ou par courriel (réponse sous 48h maximum).

Site Internet : <https://www.sos-amitie.com/web/bordeaux/accueil>

- **SOS Phénix Ecoute et Paroles** : 05 56 02 24 01

Ecoute de toute personne confrontée à la problématique du suicide

Accueil physique et téléphonique les mercredis de 18h30 à 20h et les samedis de 16h à 18h

Sont présents également dans quelques Résidences pour Personnes âgées (RPA) sur des permanences

10 avenue Bel Air 33200 Bordeaux

Site Internet : <https://www.phenix-ecoute-et-paroles.org>

En dehors de ces horaires, il est possible d'appeler le 01 40 44 46 45 (prix d'un appel local), un planning d'écoute est disponible en ligne sur le site : <https://www.sos-suicide-phenix.org/>

Un dialogue est également possible par mail : accueil@sos-suicide-phenix.org. C'est un espace de dialogue et d'écoute pour toute personne confrontée à la problématique du suicide. Ils s'engagent à répondre sous 72h.

- **Fil Santé Jeunes**

Ecoute, information et orientation des jeunes de 9h à 23h, tous les jours, par des médecins, des psychologues et des juristes au 0 800 235 236 de manière anonyme, gratuit depuis un téléphone fixe **et un portable** (depuis le 1^{er} octobre 2015).

Chat individuel ou collectif possible à partir du site internet.

Site Internet : www.filsantejeunes.com.

- **MDA 33** (Maison des Adolescents de la Gironde)

C'est un lieu destiné aux jeunes de 11 à 25 ans et à l'entourage proche.

Siège : 5 Rue Duffour Dubergier à BORDEAUX

Anonyme et gratuit, avec ou sans rendez-vous, lundi à vendredi de 13h à 18h Tél. : 05 56 38 48 65

Une **antenne** a ouvert sur la commune de **Lesparre**, dans les locaux de la Communauté de Communes Cœur Médoc, 10 place du Maréchal Foch. Les permanences ont lieu le **mercredi de 10h à 17h, hors vacances scolaires. Avec ou sans rendez-vous** (prise de rendez-vous au 05 56 38 48 65).

Accueillir, écouter, informer, accompagner l'orientation, telles sont les quatre missions de la MDA 33.

La MDA propose un accueil et une écoute permettant d'accompagner l'orientation des personnes vers les services compétents, en fonction de l'évaluation de leur demande, des difficultés repérées et de leur situation globale.

Site internet : <http://www.mda33.fr/>

- **ACV2F** (association Agir Contre les Violences Faites aux Femmes)

Sa zone géographique d'intervention : les Communautés de Communes du Médoc.

Ses missions :

- Lutter contre les violences conjugales
- Accueillir, écouter, informer et accompagner dans leurs démarches les femmes victimes de violences conjugales
- Sensibiliser tous publics sur les problématiques engendrées par les violences dans le couple et les violences de genre
- Prévention et lutte contre les inégalités F/G - intervention en milieu scolaire

Ses permanences :

- Téléphoniques au 06 70 72 30 51, sauf jours fériés du lundi au vendredi inclus de 9h-12h/14h-18h, en juillet et août de 9h30 à 12h
- D'accueil des femmes sur rendez-vous au 06 70 72 30 51 (sauf jours fériés)
 - à **Saint Vivien de Médoc**, au 1er étage de la mairie
les lundis de 9h30 à 12h et vendredis de 14h à 17h.
 - à la **CDC de Lesparre Médoc**
les 1^{er} et 3^{ème} mercredis de 14h à 17h
les 2^{ème} et 4^{ème} lundis de 9h30 à 12h
 - à la **Mairie de Pauillac**, Pôle des services publics,
le 4^{ème} vendredi de 14h à 17h
 - à **Castelnau de Médoc**, Pôle Territorial de Solidarité du Médoc,
les 1^{er} mercredi et 4^{ème} vendredi de 9h30 à 12h

- **UNAFAM 33**

Votre proche ou votre adolescent vous inquiète ?

Elle ne voit plus personne.

Il reste enfermé dans le noir.

Elle ne dort plus et ne mange plus rien.

Elle est boulimique, elle a pris 10kg.

Il est renvoyé de toutes les écoles.

Elle parle sans arrêt de mourir.

Il a perdu tous ses amis.

Elle est de plus en plus difficile à supporter.

Il ne travaille plus, ne fait rien de ses journées.

L'Unafam peut vous aider

40 rue du Sablonat 33800 BORDEAUX

05 56 81 44 32, courriel : 33@unafam.org

Site Internet : <http://www.unafam.org/33>

- **Agri'Ecoute : Mal-être, solitude, idées suicidaires... Ne pas rester seul face aux difficultés**

Pour soi-même ou quelqu'un de son entourage en situation de détresse psychologique ?

Appeler le 09.69.39.29.19 permet de dialoguer anonymement et de façon confidentielle avec des bénévoles formés.

Plateforme téléphonique mise en place par la **Mutualité Sociale Agricole** accessible 24h/24 et 7j/7 au prix d'un appel local pour prévenir le suicide chez les agriculteurs.

- **ANPAA, Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA)**

05 57 57 00 77 / www.anpaa.asso.fr

A pour mission la prévention, la réduction des risques, les soins et l'accompagnement des personnes présentant des conduites à risques et/ou des problèmes d'addictions.

Pour le Médoc, l'équipe de soin est constituée d'un **médecin** (Dr MAZEAS), d'une **psychologue** (A.CAMOU) et d'un **assistant de service social** (M. DUPOUY).

Ils interviennent sous forme de **consultations individuelles** et reçoivent également **l'entourage**. L'équipe propose aussi des **entretiens familiaux**.

Les consultations sont basées à **Castelnau de Médoc, Lesparre-Médoc et Hourtin**. Les rendez-vous sont à prendre directement auprès du siège de l'ANPAA 33, au 05.57.57.00.77.

Une **consultation à destination des jeunes (Caan'abus Médoc)** est ouverte à Pauillac (dans les locaux du CIO, rue des moineaux) le **mardi après-midi de 13h à 16h**.

Cette consultation s'adresse aux jeunes (de **12 à 30 ans**) confrontés de près ou de loin à des consommations de substances psychoactives et/ou tout autre comportement addictif et aux adultes (entourage, professionnels...) qui s'interrogent sur ces consommations et ces comportements.

L'A.N.P.A.A 33 propose un **dispositif CAP « Consultation d'Addictologie de Proximité »** qui peut être activé sur le Médoc. Le CAP s'adresse aux personnes en situation de fragilité et/ou isolées qui ont des difficultés à s'inscrire dans une offre de soins formalisée.

Ces consultations s'effectuent à la demande d'un partenaire. L'intervention sera faite sur le lieu d'hébergement et/ou de soins de la personne concernée.

Contact pour toutes demandes d'informations complémentaires : Mathieu DUPOUY, 06.46.20.23.86 et 05.57.57.00.77.

Sur Bordeaux

- **Association "La porte ouverte"** : Quelqu'un à qui parler
Lieu d'écoute et de parole proposant des entretiens en face à face, anonymes et gratuits avec des bénévoles, sans rendez-vous.
14 rue Ségalier à côté de l'église saint Seurin du lundi au vendredi de 17h à 20h (y compris les jours fériés)
05 56 02 33 65 / <http://laporteouverte-bordeaux.fr/>

Autres recours : hospitalisation

Adultes

- **SECOP - Service d'Evaluation de Crise et d'Orientation Psychiatrique** Centre Hospitalier Charles Perrens
A partir de 15 ans et 3 mois. (Dr Bergey) - Secrétariat : 05 56 56 34 70 - Bureau Médical : 05 56 56 35 50

Le **Service d'Evaluation de Crise et d'Orientation Psychiatrique** du Centre Hospitalier Charles-Perrens est ouvert 24h/24h et 365 jours par an. Lors de l'accueil au SECOP, un médecin va évaluer la situation afin de proposer l'orientation médicale la plus adaptée.

Trois types de réponses peuvent être apportés :

- ▶ Une consultation et un entretien avec un psychiatre
- ▶ Une observation pouvant aller jusqu'à 24 heures suivie d'une prise en charge à l'extérieur de l'hôpital
- ▶ L'hospitalisation dans un service de soins en psychiatrie

- **Unités d'hospitalisation**

3 unités permettent une hospitalisation à temps plein. La demande d'admission au sein de ces unités doit passer par le médecin coordonnateur d'admission du Pôle : 05 56 56 67 28

Enfants – adolescents

Unités d'hospitalisation à temps plein pour enfants et adolescents :

- Unité de Psychiatrie Infanto-juvénile et de Liaison de Gironde (UPSILON) pour les 7/17 ans – 20 lits
Centre Hospitalier Charles Perrens (Pr Bouvard), Tél. 05 56 56 34 30
- Unité de Soins Aigus pour adolescents (USAA) pour les 11/18 ans - 5 places
Centre Hospitalier Charles Perrens, Tél. 05 56 56 17 46

Il existe une Equipe de Liaison enfants et adolescents sur l'hôpital des enfants.

Pôle aquitain de l'adolescent - Chef de pôle : Dr Xavier Pommereau

Le pôle Aquitain de l'adolescent, implanté au **Centre Jean Abadie**, est situé 89 rue des sablières 33000 Bordeaux,
Tel : 05 56 79 56 79

Le Centre Jean Abadie est composé de 4 unités :

- **L'Unité pour Troubles des Conduites Alimentaires (UTCA)**, dirigée par le Docteur Pommereau, composée de 8 lits à temps complet et de 5 places d'hôpital de jour, pour les 15-24 ans souffrant d'anorexie-boulimie et résidant en Aquitaine. Des consultations-évaluations sont proposées avec des psychiatres, psychologues cliniciens, endocrinologue.
Secrétariat : 05 56 79 58 69
- **L'Unité Médico-Psychologique de l'Adolescent et du Jeune Adulte (UMPAJA)** pour les adolescents suicidaires, dirigée par le Docteur Xavier Pommereau, composée de 15 lits à temps complet, destinée aux 15-24 ans ayant effectué une tentative de suicide ou se signalant par des conduites à risque répétées. Des consultations-évaluations sont proposées avec des psychiatres et des psychologues cliniciens.
Secrétariat : 05 56 79 58 67
- **Le Centre de Consultation Polyvalente pour Enfants et Adolescents (CCPEA)**, mis en place conjointement par le CHU de Bordeaux et le CH Charles Perrens, est dirigé par le Professeur Bouvard. Ouverte au 12-24 ans, la Consultation est assurée par des psychiatres et pédopsychiatres, des somaticiens (gynécologue, dermatologue, endocrinologue), psychologue, assistante sociale, diététicienne et infirmière.
Secrétariat : 05 56 79 47 28
- **Le Service Universitaire d'Hospitalisation de l'Enfant et de l'Adolescent (SUHEA)** dirigé par le Professeur Bouvard, constitué de 10 lits à temps complet et de 5 places de jour, destiné aux 7-17 ans souffrant notamment de dépressions sévères, de troubles anxieux sévères et de troubles des conduites alimentaires à début précoce.
Contact consultation : 05 56 79 47 41

Sur le Plan National

- **Suicide Ecoute** : 01 45 39 40 00
Ecoute des personnes confrontées au suicide.
Permanence d'écoute téléphonique 24h/24, 7j/7
Site Internet : www.suicide-ecoute.fr

- **Phare Enfants – Parents**

Accueil et écoute téléphonique des parents d'enfants suicidés ou d'enfants en situation de mal-être.
01 43 46 00 62 (du lundi au vendredi de 10h à 17h).

Service d'écoute par messagerie à l'adresse : vivre@phare.org (engagement de répondre sous 48h)

Site Internet : www.phare.org

- **Association Vivre Son Deuil :**

Soutien aux personnes endeuillées, notamment par suicide, par une écoute téléphonique, des entretiens individuels et familiaux et des groupes de parole.

L'association régionale « Aquitaine » du réseau est située à Bayonne (64100), Funérarium 19 rue Baltet

Tél : 06 89 36 18 65

Mail : contact@vivresondeuil-aquitaine.fr

Site : www.vivresondeuil-aquitaine.fr

Pour le « Poitou Charentes », une autre association est située SAINT-BENOIT (86280) 67 rue des Groges

Tél : 07 80 36 50 31 Mail : vivresondeuil.pc@laposte.net

Site de la Fédération européenne « Vivre son deuil » : <http://vivresondeuil.asso.fr/>

Les autres sites d'information

Liens utiles

- [Site Info dépression \(http://www.info-depression.fr/\)](http://www.info-depression.fr/) : site internet dédié à la dépression (INPES et ministère en charge de la santé)
- [Site infosuicide.org \(http://www.infosuicide.org/\)](http://www.infosuicide.org/)
- [Site de l'Union Nationale de Prévention du Suicide \(http://www.unps.fr/\)](http://www.unps.fr/)
- [Site Conduites-suicidaires.com \(http://www.conduites-suicidaires.com/\)](http://www.conduites-suicidaires.com/) (primé aux entretiens de Bichat)
- [Site du Centre de ressources en suicidologie \(CRES\) \(http://www.cresuicidologie.fr/\)](http://www.cresuicidologie.fr/)

Guides, plaquettes, rapports

- [Guide « La dépression : en savoir plus pour en sortir »](http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1057.pdf) édité par l'Inpes et le ministère en charge de la santé : <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1057.pdf>
- [Brochure « Vous êtes en deuil après un suicide »](http://www.deuilapressuicide.fr/pdf/deuil_suicide_le_livret.pdf) : http://www.deuilapressuicide.fr/pdf/deuil_suicide_le_livret.pdf
Cette brochure proposée par l'Union nationale de Prévention du Suicide (UNPS) (<http://www.unps.fr/>) est à destination de toute personne endeuillée par un suicide. En 15 chapitres, elle propose de l'accompagner afin de l'aider à évoluer vers un mieux-être. Des relais sur tout le territoire national sont proposés en fin d'ouvrage.
- Prévention du suicide : L'état d'urgence mondial – Rapport 2014 de l'Organisation Mondiale de la Santé téléchargeable sur le lien suivant : http://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/world_report_2014/fr/
- Dossier « troubles dépressifs » d'Ameli-santé (CPAM) <http://www.ameli-sante.fr/troubles-depressifs/depression-definition.html?xtmc=d%C3%A9pression&xtcr=1>

Ce document a été réalisé à partir du site [sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) :

<http://www.sante.gouv.fr/que-faire-et-a-qui-s-adresser-face-a-une-crise-suicidaire.html>



***Formation articulée avec le plan d'actions du Contrat Local de Santé du Médoc
et en lien avec la démarche Solidarité Médoc Santé***

