



## **31<sup>E</sup> SEMAINE DE PRÉVENTION DU SUICIDE : VOUS ÊTES IMPORTANTS POUR NOUS! N'HÉSITÉZ PAS À DEMANDER DE L'AIDE**

**Saint-Basile-le-Grand, le 1<sup>er</sup> février 2021** – La Ville de Saint-Basile-le-Grand souligne la Semaine de prévention du suicide, se déroulant du 31 janvier au 6 février. Sous le thème « Parler du suicide sauve des vies », cette 31<sup>e</sup> édition nous invite à être solidaires et à ouvrir le dialogue sur le sujet, tant au plan individuel que collectif. La situation actuelle liée à la pandémie, l'isolement social et les différentes embûches vécues tant au niveau personnel et professionnel peuvent générer des situations plus anxiogènes qu'à l'habitude. Vous êtes en difficulté ou vous connaissez quelqu'un qui a besoin d'aide? Ne restez pas seul, demandez de l'aide. Il y a des gens pour vous écouter et vous aider.

### **Ne l'oubliez pas, vous êtes unique, précieux et votre vie est importante!**

« La situation actuelle liée à la pandémie engendre beaucoup de stress et il est important de promouvoir les différentes ressources mises à la disposition de nos citoyens pour les aider et les soutenir. Il ne faut pas rester seul avec un souci... parlez! Des gens compétents et à l'écoute sauront vous guider. Les Grandbasiloises et les Grandbasilois font partie d'une communauté tissée serrée et chacun d'entre eux est important pour nous. Aujourd'hui plus que jamais, il est pertinent d'aborder ce sujet et de briser les tabous l'entourant », explique Yves Lessard, maire de Saint-Basile-le-Grand. « Soyez à l'écoute de vos proches et apportez-leur du support dans ces temps difficiles, nous en avons tous besoin ».

Que l'on soit en détresse et que l'on cherche du réconfort, ou bien que l'on veuille demander à un proche si on peut l'aider dans un moment où il va moins bien, il existe plusieurs ressources disponibles pour nous appuyer et nous aider à bien en parler. N'hésitez pas à les contacter lorsque vous en ressentez le besoin.

- Par téléphone (24 h sur 24, 7 jours sur 7) : 1 866 APPELLE (277-3553)
- En ligne : [commentparlerdusucide.com](http://commentparlerdusucide.com)

- 30 -

Source : Annabel Rousseau, agente de communications  
Service des communications et des relations avec les citoyens  
450 461-8000, poste 8111 | [a.rousseau@villesblg.ca](mailto:a.rousseau@villesblg.ca)

### **Demandes médias**

Stéphanie Plamondon, directrice  
Service des communications et des relations avec les citoyens  
450 461-8000, poste 8107 | [s.plamondon@villesblg.ca](mailto:s.plamondon@villesblg.ca)