



OUTIL D'AIDE

à la sélection des sentinelles et à l'implantation du programme

Qui peut être sentinelle?

Une personne :

- Adulte et volontaire à jouer le rôle en complément de ses fonctions habituelles.
- Susceptible d'être en contact avec des personnes en détresse ou vulnérables au suicide.
- Capable de créer un lien de confiance et reconnue pour ses capacités d'écoute.
- Intéressée à jouer un rôle proactif en prévention du suicide.
- En équilibre émotionnel suffisant (ex. : ne pas être suicidaire ou avoir été récemment affectée par un suicide).

À considérer :

- Toute personne peut être sentinelle, indépendamment de son rôle hiérarchique.
- Le contexte de travail doit favoriser ou s'adapter pour que la sentinelle puisse exercer son rôle en complément de ses tâches habituelles. Question à se poser : comment dégager du temps pour la sentinelle lorsque nécessaire?
- Envisager des modèles masculins positifs.
- Le nombre de sentinelles recrutées devrait dépendre du nombre d'employés de l'entreprise. Questions à se poser :
 - Y a-t-il des secteurs d'activités où :
 - Une clientèle vulnérable au suicide est particulièrement présente?
 - Un fort degré de détresse est observé?
 - Les tabous face à la détresse ou la demande d'aide sont plus répandus?
 - Y a-t-il des sentinelles sur tous les quarts de travail et dans tous les secteurs d'activités?

Promotion des sentinelles

Il est recommandé de promouvoir le programme **Agir en sentinelle en prévention du suicide** pour briser les tabous liés à la santé mentale et encourager la demande d'aide.

Points de réflexion pour une promotion efficace :

- Vais-je diffuser le nom, photos et courriels des sentinelles?
- Où placer stratégiquement l'information sur les sentinelles?
- Quels moyens de communication utiliser pour faire connaître le programme (ex. : diffusion sur télévision, bulletin, site Web, etc.)?
- Penser à un mécanisme qui invite la personne en détresse à contacter directement une sentinelle.
- Utiliser les outils promotionnels disponibles.



Actions à accomplir pour l'implantation du programme Agir en sentinelle en prévention du suicide

1 Informer le milieu

- Présenter le programme aux directions, comités et employés pour en favoriser l'adhésion et faciliter le recrutement.
 - Moyens : distribution du dépliant explicatif, courriels personnalisés, rencontres, kiosques, etc.
 - Présence possible de l'équipe spécialisée en prévention du suicide (EQSPS) du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Laval au besoin.

2 Recruter des futures sentinelles

- Faire une invitation ciblée auprès des personnes correspondant au profil de sentinelle ou lancer une invitation à tous pour une première évaluation d'intérêt.
- Communiquer les critères de sélection des sentinelles (remettre le dépliant).
- Informer que les personnes retenues seront contactées par l'EQSPS.

3 Sélectionner les sentinelles

- Prévoir un échange entre l'agent de liaison et l'ESPS pour valider la sélection des sentinelles avant la formation (respect des critères et en réponse aux besoins du milieu).
- L'ESPS enverra par courriel à chaque personne sélectionnée le document *Mes motivations*. Sa complétion est obligatoire et permet d'assurer que la personne est dans les bonnes conditions pour participer à la formation. Une entrevue avec l'ESPS pourrait être requise.

4 Offrir la formation

- La formation (7 heures) permettra à chaque personne sélectionnée de développer les compétences nécessaires pour jouer le rôle de sentinelle. La formation est aussi un moment opportun pour vérifier l'aptitude de chaque personne à devenir sentinelle.
- À la fin de la formation, les participants décident s'ils souhaitent ou non devenir sentinelle. Ce rôle est volontaire : il est possible de se retirer si le rôle ne convient plus ou si la situation personnelle ne le permet plus. Il sera alors important de vérifier si la personne a besoin d'aide et de l'orienter vers les ressources appropriées, au besoin.
- L'ESPS fait un retour à l'agent de liaison à la suite de la formation (confirmation du nombre de sentinelles, identification des enjeux, etc.).
- Un sondage sera envoyé aux sentinelles une fois par année pour un bilan de leurs activités.

Inspiré du Cadre de référence *L'implantation de réseaux de sentinelles en prévention du suicide au Québec* (Ministère de la Santé et des Services sociaux, 2006).
Produit par l'EQPS du CISSS de Laval.