



PréSuiFri - Association pour la Prévention du Suicide dans le Canton de Fribourg

Rapport annuel 1^{er} janvier 2022-28 février 2023

Introduction

En raison de la démission de Dolores Angela Castelli Dransart de sa fonction de présidente au 1^{er} mars 2023, ce rapport annuel rend compte exceptionnellement non seulement de l'année 2022 mais également des deux premiers mois de l'année 2023.

L'année 2022 a été caractérisée par une activité particulièrement intense en raison de l'implémentation concrète des premières phases du projet pilote « Oser en parler et demander de l'aide quand cela ne va pas bien » qui ont vu la production de messages de prévention du suicide par les jeunes pour les jeunes. Une partie de ces messages et de ces créations a été exposée pendant une semaine en septembre à Grangeneuve. Les maîtres mots de l'année 2022 ont donc été investissement, énergie et accomplissements.

La demi-journée annuelle de formation a eu lieu le 12 septembre 22 et a réuni environ 210 personnes. Un record !

En raison de la situation pandémique, l'AG a dû se tenir en 2022 une fois encore par teams, le 23 février 2022.

PréSuiFri a continué à être sollicitée par des professionnel-les de terrain, des journalistes et des acteurs/trices de la société civile. Elle a poursuivi avec succès ses collaborations avec les autorités cantonales, ainsi que les instances fédérales et régionales qui s'occupent de la prévention du suicide. Elle a continué à contribuer aux réflexions concernant les suites à donner au plan d'action fédéral pour la prévention du suicide portées par le Groupe central réunissant l'OFSP, CDS et Promotion Santé Suisse.

1. Fonctionnement interne de l'association

Après un début d'année encore à l'enseigne des mesures sanitaires en lien avec la pandémie, le fonctionnement de l'association a pu reprendre selon des modalités plus ordinaires.

1.1. Fonctionnement du comité

Le comité de l'association s'est réuni à 6 reprises le 15 février, le 29 mars (avec repas de fin d'année de « rattrapage des années 2020 et 2021), le 8 juin, le 18 août, le 28 septembre et le 16 novembre 2022 (avec apéro dînatoire).

Au courant de l'année 2022, deux membres de longue date ont quitté le comité. D'abord Jean-Paul Moulin, ancien directeur de Seedorf et membre du comité depuis 2011. Il a été remercié vivement pour sa contribution appréciée tout au long de ces années. Le comité lui a remis un cadeau lors du repas du 29 mars 2022.

M. Stéphane Quéru, chef du Service de la protection de l'enfance et de la jeunesse a également annoncé sa démission du comité à la suite de la prise de sa retraite pour la fin juin 2022. M. Quéru est un membre fondateur de l'association et en a été un pilier depuis ses débuts. A l'exception d'une pause de 5 ans entre 2012 et 2017, il a toujours siégé au comité depuis sa création en 2003. La présidente et le comité le remercient très chaleureusement pour son fidèle soutien, toujours apprécié et lui souhaitent bon vent pour cette nouvelle phase de vie qui s'ouvre devant lui. M. Quéru n'ayant pas pu participer ni au repas du 29 mars 22 ni à la séance du comité de juin 2022, un cadeau lui a été envoyé à domicile.

Mme Chantal Valenzuela, Directrice de l'Office familial à Fribourg s'est portée candidate à la suite de l'Assemblée générale en 2020 pour intégrer le comité. Elle a été élue lors de l'AG du 23.02.21. Le comité la remercie de sa disponibilité.

1.2. Assemblée générale

A cause des mesures sanitaires en vigueur, l'assemblée générale s'est tenue par vidéoconférence le 23 février 2022. Afin que les membres absents ou excusés lors de l'AG puissent donner leur avis sur les comptes 2021, le budget 2023, les orientations stratégiques et décharger le comité, une consultation par courriel a été tenue à la suite de l'AG auprès des membres.

1.3. Finances

Le nouveau plan comptable validé par l'AG en 2020 a été ultérieurement opérationnalisé. De nouveaux projets ont été créés pour mieux visibiliser et rendre compte des dépenses et entrées en lien avec les différentes activités menées par l'association.

En 2022 encore nous avons pu compter sur le travail précis d'Anna Aeby et le soutien précieux et à titre gracieux de M. Jean-Luc Zarini, comptable externe à l'association, ainsi que des reviseuses, Mmes Franciane Joynes, Gabrielle Maillard et Silvia Morard que nous remercions vivement.

En 2022, PréSuiFri a dépensé 58 676,98 CHF. Les comptes 2022 présentent une perte de CHF 9'166.98, portée en diminution du capital de l'Association. Cette perte est inférieure à celle qui avait été prévisionnée (20'265). Il est à noter que le DSAS-SSP a accepté la demande de soutien financier soumise par D.A. Castelli. L'association a ainsi pu compter sur un montant de 11'550 CHF pour la mise en place de l'exposition « Oser en parler et demander de l'aide ». Ce montant a couvert presque intégralement les frais directs (matériel, prix et bons pour les élèves) en lien avec celle-ci (hors heures investies par les référent-e-s des sites pilotes).

Les inscriptions à la journée de formation WSPD du 12 septembre 2022 ont permis de récolter 4560 CHF, alors que les dons en 2022 se sont montés à 600 CHF.

La présidente, avec la collaboration des référent-es des sites pilotes, a également soumis à l'automne 2022 un dossier de requête pour une subvention de la SSP à la quatrième phase du

projet pilote (cf. ci-dessous). Une subvention de 25'850 CHF a été accordée. Elle permettra de financer une partie substantielle des activités de prévention qui seront menées en 2023 au sein des sites pilotes (cf. 2.2).

Au 28 février 2022, l'association compte 19 membres individuels et 8 membres collectifs. Des réflexions ont été entamées sur ce qu'il conviendrait de faire pour acquérir de nouveaux membres.

2. Les activités et prestations à l'intention des professionnel·les et de la population

2.1 Activités de sensibilisation /formation et soutien en lien avec des comportements suicidaires

a) Rencontre et consultance avec le responsable des enseignements de religion côté germanophone

La présidente a eu une rencontre via teams le 24.02.22 avec le responsable de l'enseignement religieux pour le côté germanophone du canton de Fribourg sur l'opportunité et les éventuelles modalités concrètes nécessaires pour insérer la thématique du suicide et de sa prévention au sein de ce curriculum d'étude.

b) Demi-journée de formation « What's new in suicide prevention », Marin.

Présuifri a organisé le 15 mars 2022 conjointement au CNP, CHUV, Ciao.ch, GRPS, HETS-TS, HUG, Ipsilon, Minds, Stop Suicide une demi-journée de formation à l'intention des professionnel·les de la santé, social, éducation, etc. Deux conférences et un atelier à choix (parmi 5) étaient offerts :

- Conférence de Dre med Anne Edan & PD Dr med Laurent Michaud intitulée « Pandémie de Covid-19 : quel impact sur la suicidalité ? ».
- Conférence de Prof. Dolores Angela Castelli Dransart et Dre med. Carole Kapp intitulée « Mesures de prévention et de postvention ou comment pratiquer ensemble l'attention et le soutien aux personnes en détresse ? ».
- Atelier animé par Mme Anne-Marie Trabichet intitulé « Facteurs de promotion de la santé mentale ».
- Atelier animé par Caroline Dedeystere & Annick Wohlhauser intitulé « ASSIP - une intervention brève pour les personnes suicidaires ».
- Atelier animé par Yves Dorogi & PD Dr med Stéphane Saillant intitulé « Faut-il vraiment évaluer le risque suicidaire ? Partage et discussion de ces enjeux avec les participants à partir de leur pratique ».
- Atelier animé par Ludovic Bornand & Marjory Winkler intitulé « Travail en réseau ».
- Atelier animé par Raphaël Thélin « intitulé Evaluation des ateliers STOP SUICIDE – résultats ».
- Mot de la fin par prof. Dolores Angela Castelli Dransart.

c) Rencontre avec quelques élu-es et citoyen-nes d'une commune fribourgeoise.

A la suite de plusieurs suicides de jeunes sur la commune, le 5 avril 2022 en soirée, M. Repond (membre du comité) et D. A. Castelli (présidente) ont rencontré un conseiller communal, ainsi que deux parents endeuillé-es par suicide et des représentant-es des milieux associatifs pour discuter des impacts d'un suicide, des processus de deuil, mais également des mesures de sensibilisation et de prévention possibles. Cette rencontre va déboucher sur deux soirées de sensibilisation en 2023 portant sur les comportements suicidaires à l'intention des animateur/trices responsables de groupes de jeunes sur la commune.

d) Demi-journée de formation à l'intention des psychologues scolaires, le 5 mai 2022

D.A. Castelli et V. Baier (RFSM) ont donné une demi-journée de formation à 42 psychologues scolaires de différents services d'appui du canton. Cette formation a abordé l'étiologie de la suicidalité, le processus suicidaire, les facteurs de risque et protection, les signes de comportements suicidaires et quelques étapes, stratégies et interventions possibles ainsi que la posture d'intervention pour soutenir les jeunes en détresse.

e) Formation au sein de la police.

Monsieur Vial, membre du comité et officier de police a donnée deux formations d'une heure et demi chacune à l'intention de 23 aspirants participant à l'école de police le 7 juin 2022 et le 9 septembre 2022 portant sur la prévention du suicide et sur la thématique plus large de la mort.

f) Demi-journée de formation annuelle le 12 septembre 2022

La demi-journée de formation 2022 a été conçue de manière à fournir un éclairage complémentaire à l'exposition qui a été vernie le même jour et qui montrait quelques créations des jeunes participant au projet pilote « Oser en parler et demander de l'aide ». Le thème de la formation portait sur : « Parler oui mais comment ? Communication et prévention du suicide/Reden ja aber wie ? Kommunikation und Suizidprävention ».

Elle était organisée à l'intention des professionnel-les et des intervenant-es des domaines médical, psychosocial, pédagogique, judiciaire, religieux, de l'enseignement, des ressources humaines, etc.

La manifestation visait à donner des points de repères importants sur la manière dont la question du mal être et de la détresse suicidaire peuvent être abordées avec les personnes concernées. En effet, la communication est au coeur de la prévention du suicide. Parler peut sauver des vies. Mais comment aborder de manière constructive les questions en lien avec la détresse suicidaire ? Qu'est-ce qui est opportun de dire ou pas ? Dans quel contexte et auprès de quelle population ? A quoi faut-il faire attention ? Quelles sont les « Best practices » et les expériences probantes dans la communication face à face ou sur les réseaux sociaux, aussi bien en prévention qu'après le suicide ? La demi-journée de formation a proposé des pistes susceptibles d'améliorer la communication entre les personnes suicidaires ou les endeuillés par suicide et les professionnel-les.

Le programme prévoyait trois conférences plénières suivies d'un temps d'échange, ainsi que la présentation du projet pilote « Oser en parler et demander de l'aide » et de la remise du prix pour la meilleure création par le Conseiller d'Etat M. Philippe Demierre. Le programme s'articulait ainsi :

- un mot de bienvenue et une introduction à la thématique intitulée Du silence et la condamnation à la parole éclairée et soutenante /Vom Schweigen und der Verurteilung zum aufgeklärten und unterstützenden Sprechen"de D.A. Castelli Dransart, présidente de PréSuiFri ;
- la conférence de Linda Schüpfer (endeuillée par suicide) et de Jörg Weisshaupt (Nebelmeer, accompagnateur lors de deuil après suicide) intitulée : «Wie spricht man mit jungen Hinterbliebenen von Suizid? – Nachsorge als Prävention /«Comment parler à des jeunes endeuillés par suicide? – Postvention comme prévention» ;
- la conférence de Ludovic Bornand (psychologue àMal à ta vie) intitulée «Oser parler de la détresse et des comportements suicidaires avec les jeunes – Expériences et pistes, best practices» ;
- la conférence de Léonore Dupanloup (Stop Suicide) intitulée : «La prévention du suicide et les réseaux sociaux: alliés ou adversaires?» ;
- la présentation du projet pilote « Oser en parler et demander de l'aide » par Dolores Angela Castelli Dransart
- L'allocution et la remise du prix pour la meilleure création et message de prévention par le Conseiller d'Etat M. Philippe Demierre aux élèves du collège de Gambach.
- Verre de l'amitié offert par PréSuiFri

Cent-vingt participant-es ont pris part à l'ensemble de la manifestation. Environ 90 personnes -élèves, parents et accompagnateurs des sites pilotes ont rejoint l'assemblée dès 16.45 pour la troisième conférence et pour la remise du prix de la meilleure création. La journée a donc mobilisé au total environ 210 personnes (public).

Les évaluations (44) de la formation ont fait état d'un fort taux global de satisfactions (4.55 sur 5 pour l'organisation, pour 43 répondant-es sur 44 la journée a répondu aux attentes).

Les inscrit-es ont particulièrement apprécié de pouvoir apprendre des pistes utiles pour aborder la question du suicide avec les personnes en détresse.

Mes vifs remerciements aux intervenant-es ainsi qu'à Mmes Anna Aeby, Nathalie Oberson et à M. François Geiser pour leur contribution précieuse à l'organisation et au bon déroulement de la journée, ainsi qu'à MM. Matrascia et Vial pour leur soutien lors de l'accueil des participant-es.

g) Exposition « Oser en parler et demander de l'aide », 12-19 septembre 2022, Institut agricole de Grangeneuve à Posieux.

L'exposition a été vernie le 12 septembre 22 lors de la demi-journée de formation (cf. ci-dessus) et s'est terminée le 19 septembre 2022. Pendant une semaine, les visiteurs et visiteuses ont pu admirer une sélection des travaux que les élèves du Cycle d'orientation de

la Glâne, du collège de Gambach et de l'école professionnelle santé social de Posieux ont créés dans le cadre du projet pilote du même nom. Plus de détail sous point 2.2 ci-dessous. Les retours du public (jeunes et adultes) ont été très positifs et d'autres établissements scolaires se sont déclarés intéressés à reprendre l'exposition chez eux.

h) Participation à la table ronde à la suite de la projection du Film « I will stand by you” de Virginija Vareikyte & Maximilien Dejoie.

PréSuiFri a répondu favorablement à l'invitation de participer à la table ronde qui a suivi la projection du film « I will stand by you » le 7 novembre 22 à 18h15 au cinéma Rex3 à Fribourg. Celui-ci raconte l'engagement d'une policière et d'une psychologue dans une petite ville de Lituanie en faveur de la prévention du suicide. Ce film illustre l'approche communautaire en prévention du suicide, basée sur le renforcement des liens.

M. Matrascia et le Dr. Christophe Salathé, membres du comité de PréSuiFri ont représenté l'association à cette occasion. Ont aussi participé à la table ronde M. Ducraux, du RFSM, et la co-productrice Mme Keller.

Environ 90 personnes ont participé à la soirée. Ils/Elles étaient de tous âges allant de jeunes en formation à la HETS-FR et HEDS-FR à des professionnel-les et des retraité-es. Le président d'honneur de PréSuiFri, le Dr. Haemmerle, était également dans le public et a contribué au débat. La soirée a permis de présenter les activités de l'association et de discuter avec le public de questions inhérentes à la prévention du suicide (comment mieux développer la prévention du suicide dans le canton, comment mieux sensibiliser et travailler sur le tabou ?), ainsi que de récolter quelques besoins exprimés (un meilleur soutien des personnes concernées et de leur familles).

i) Soutien à des enseignant-es de différents établissements scolaires du canton de Fribourg.

La Présidente a été sollicitée à une dizaine de reprises par des enseignant-es d'établissements scolaires du secondaire I et II en souci à propos de quelques-un.es de leurs élèves. Elle a soutenu les enseignant-es dans la mesure du possible et a fait le relais avec le RFSM lorsque cela était nécessaire (voie rapide, cf. point 3.1 et numéro des urgences).

j) Formations à la détection des comportements suicidaires au sein de la Fondation pour la Jeunesse

Nathalie Oberson et D. A. Castelli ont donné 5 journées de formations au sein de la Fondation pour la Jeunesse les 16, 18, 23 et 26 janvier et le 7 février 2023. La formation a abordé l'étiologie du suicide, le processus de la crise suicidaire, les facteurs de risque et de protection ainsi que quelques étapes et stratégies d'intervention de crise. Elle a mis au centre la posture professionnelle et relationnelle face aux comportements suicidaires.

2.2 Groupe de travail « Prévention suicide jeunes »

En 2022, PréSuiFri (D. A. Castelli, avec le soutien de F. Geiser, collaborateur scientifique à la HETS-FR) a continué à coordonner les travaux du GT (Groupe de travail) Prévention suicide jeunes. Pour rappel, ce groupe s'est constitué en 2019 dans le sillage de deux suicides de jeunes sur le canton de Fribourg à l'automne 2018. Le groupe vise à améliorer la prévention,

l'intervention et la postvention du suicide dans le canton et à optimiser les collaborations au sein du réseau des acteurs et actrices concerné-es. Dès le deuxième semestre 2019, le groupe s'est scindé en deux sous-groupes qui avancent en parallèle, tout en entretenant des relations et en se soutenant dans leurs activités respectives.

2.2.1 Sous-groupe Axe 1

Le sous-groupe axe 1 (15 personnes) travaille sur le dispositif censé intervenir dans la prévention, intervention et postvention du suicide dans le canton de Fribourg. Le sous-groupe vise à identifier les acteurs concernés de près ou de loin dans le canton par les comportements suicidaires, à favoriser l'articulation de leurs périmètres d'action ainsi que les synergies et collaborations. Le sous-groupe s'est rencontré à 2 reprises en présentiel, le 6 juin et le 12 décembre 22. Lors des séances le groupe a travaillé principalement sur :

- La question des modalités et de la fluidité de la communication au sein du dispositif cantonal, dans la collaboration entre différents acteurs/trices et services ou institutions. Sur la base de situations concrètes vécues par les membres, le groupe a réfléchi et élaboré quelques pistes pour clarifier et améliorer ultérieurement les modalités de collaboration lors de situations suicidaires ou de crise.
- La mise à jour de la cartographie des acteurs et actrices.

- La question de la création d'un groupe « pool de compétences » en matière de prévention du suicide dans le canton qui réunirait les personnes/compétences présentes au sein des groupes axe 1 et 2, ainsi que d'autres acteurs (travailleurs sociaux dans les établissements scolaires, psychologues scolaires, aumôniers, personnels du RFSM, etc.) a été discutée au sein du groupe. Cette idée a émergé au sein de l'axe 2 dans le sillage des réflexions en lien avec la mise en place de la phase IV du projet pilote (activités spécifiques de sensibilisation à mettre en place, cf. ci-dessous).
- Le bilan de la voie d'accès rapide. Dès janvier 2022, les membres du GT Prévention suicide jeunes axe 1 et les représentant-es des sites pilotes de l'axe 2 peuvent contacter des personnes de références au sein du RFSM pour échanger au sujet de situations à risque « diffus » (une troisième ligne entre la consultation standard et les urgences psychiatriques). Les bilans effectués en juin et décembre 22 montrent que cette voie a été moyennement sollicitée (environ une dizaine de sollicitations). Le nombre limité de sollicitations peut peut-être s'expliquer par le fait que seulement un nombre restreint d'établissements scolaires et de services pouvaient y avoir accès en cette phase pilote. Toutefois, cette offre de soutien a été très appréciée, selon les retours des terrains. Son existence rassure et permet à la première ligne d'agir plus en confiance ainsi que de se confronter avec des professionnels davantage formés en comportements suicidaires en cas de doute. Les demandes adressées à cette voie rapide étaient généralement en lien avec des préoccupations des enseignant-es d'avoir agi de manière adéquate face aux situations au risque diffus. L'échange avec les professionnel-les du RFSM a permis de mettre les situations en perspectives et d'approfondir la réflexion. Au vu des expériences faites en 2022, cette voie sera maintenue en 2023 et un élargissement du périmètre des professionnel-les pouvant y faire recours est envisageable mais selon des modalités qui restent à discuter.

- L'accueil de nouveaux membres du groupe : l'Office familial et son service Astrame a été accueilli au sein du groupe lors de la séance de décembre 22 à l'occasion de laquelle elle a présenté ses activités. Deux autres instances vont rejoindre le groupe dès 2023.
- La présentation par Marc Arrighi (chef du service) de la nouvelle configuration des mesures de soutien éducatif et social (SES) (anciennement SED) et les articulations possibles avec les services offerts par les autres acteurs du dispositif.

2.2.2 *Sous-groupe axe 2*

Le sous-groupe axe 2 (16 personnes), composé par des acteurs et actrices des milieux de l'éducation, de la formation, de la police, de la santé et du social du Canton a élaboré le projet pilote : « Oser en parler et demander de l'aide quand cela ne va pas bien ». Ce projet vise à ouvrir la parole autour des questions inhérentes à la suicidalité, à déstigmatiser ces comportements et à en favoriser la détection précoce, ainsi que les démarches de recherche d'aide. Le choix a été fait d'impliquer les jeunes dans la démarche de prévention en les invitant à produire des messages de prévention à l'intention de leurs pairs. Impliquer les jeunes dans la production des messages de prévention permet d'atteindre un double objectif : obtenir des messages pertinents et adaptés à cette population afin d'en augmenter l'impact et l'adhésion, et sensibiliser directement les jeunes participant-e-s.

Le projet pilote a été conçu en 4 phases :

- Créer des messages de prévention par les jeunes pour les jeunes
- Présenter les messages au sein des établissements pilotes
- Présenter les messages aux professionnel-les et bénévoles de la relation d'aide ainsi qu'à la population fribourgeoise lors d'une exposition
- Sensibiliser par des activités plus spécifiques les jeunes, leurs familles et les personnels au sein des établissements pilotes

Plus spécifiquement, les objectifs du projet pilote (4 phases) étaient de :

- Mobiliser les jeunes et les adultes sur le thème « Oser en parler quand cela ne va pas bien et rechercher de l'aide »
- Créer des messages de prévention
- Ouvrir la parole
- Aborder la question des comportements suicidaires
- Repérer la détresse chez soi et chez les autres
- Identifier les signes et les facteurs de risque
- Connaître les ressources à disposition et savoir les mobiliser/orienter vers les ressources spécifiques.

Pendant l'année 2022 les trois premières phases du projet pilote « Oser en parler et demander de l'aide quand cela ne va pas bien » ont été implémentées.

Afin de mener à bien les travaux en lien avec les 3 premières phases du projet, un sous-groupe « **coordination intersite** » réunissant les représentant·es des sites pilotes (les CO de la Glâne sis à Romont- COGL- et le CO du Gibloux sis à Farvagny- COGI, le collège de Gambach- COLGA et l'Ecole professionnelle santé social de Grangeneuve- ESSG) a été constitué avec le mandat de coordonner et assurer l'implémentation du projet. Ce groupe était constitué de :

- Les personnes référentes du projet pilote au sein du COGL : Claudia Morel, travailleuse sociale ; Fabienne Limat, coordinatrice cantonale de la médiation (jusqu'en juillet 2022) et médiatrice au COGL ; Christel Richoz, travailleuse sociale à REPER.
- Christel Gauch, travailleuse sociale, référente du projet pilote au COGI
- Jacques-André Possa, médiateur et référent du projet pilote au sein du collège de Gambach
- Nathalie Oberson, doyenne et Florence Bernasconi enseignante, référentes du projet pilote au sein de l'ESSG
- Dolores Angela Castelli Dransart, présidente de PréSuiFri, professeure à la HETS-FR, coordinatrice du projet pilote et François Geiser, collaborateur scientifique à la HETS-FR
- Noémie Morel, graphiste, mandatée par PréSuiFri pour contribuer à la configuration graphique et à la production des affiches de l'exposition.

Le groupe de coordination intersites s'est réuni à 6 reprises (rencontres de la durée de 2-3 heures, le 28 mars, le 8 avril, le 9 mai, le 9 juin, le 27 juin, le 22 août 2022). Lors de ces rencontres, le groupe a assuré le suivi du processus d'implémentation du projet, a procédé à la sélection des productions des jeunes à exposer et à mis en place les critères d'évaluation et constitué le jury qui allait décerner le prix pour la meilleure production.

Le groupe de coordination a mis en place l'exposition le 8 septembre de 17.00 à 20.30 et l'a démontée le 19 septembre de 13.00 à 15.00.

La coordination entre les sites, entre les sites et Mme Noémie Morel, entre le groupe de coordination intersites et PréSuiFri ou entre le groupe intersite et les GT axe 1 et axe 2, entre le projet pilote et le SSP a été assurée par Mme Castelli Dransart et/ou M. François Geiser.

L'engagement et les travaux au sein du groupe de coordination intersites ont été très conséquents et malgré les imprévus et les difficultés rencontrés, ils ont été couronnés de succès. Cent-cinquante-huit jeunes ont contribué à produire des messages de prévention et/ou ont été impliqués directement dans des activités en lien avec la production des messages : 81 au sein du Cycle d'orientation de la Glâne (COGL), 40 au sein du cycle d'orientation du Gibloux (COGI), 12 au collège de Gambach (COLGA), 25 à l'Ecole professionnelle santé-social de Posieux (ESSG). Entre mai 2021 et juillet 2022, les jeunes des sites pilotes ont travaillé autour du slogan : « Oser en parler et demander de l'aide ». Dans ce processus, ils ont été accompagnés par des aumôniers et aumônières, enseignant·e-s, médiateurs et médiatrices, travailleurs et travailleuses sociales sensibilisé·e-s durant l'année 2021 aux comportements suicidaires et à la prévention du suicide par le biais de deux rencontres. Les accompagnateurs et accompagnatrices et les jeunes se sont appuyés sur un dispositif pédagogique propre à chaque site et sur un dispositif de soutien qui a également intégré des professionnel·le-s du Réseau fribourgeois de santé mentale (RFSM).

Une soixantaine d'adultes ont été impliqués au sein des 4 sites pilotes, de PréSuiFri ou des groupes de travail GT « Prévention suicide jeunes » pour conceptualiser, coordonner, conduire et mettre en place le projet pilote (phase de production des messages et phase d'exposition).

Environ 200 personnes ont participé au vernissage de l'exposition, le 12 septembre 2022. Parmi les participant-es, environ 90 (dont 30 du COGL, 35 env. de l'ESSG, 10 du COLGA) étaient représenté-es par des élèves ayant participé au projet, leurs parents ou les adultes qui les ont accompagnés au sein des sites pilotes. Les autres personnes présentes venaient d'une soixantaine d'institutions/associations différentes oeuvrant dans les champs de l'éducation, la santé, le social, le judiciaire, les loisirs.

Un communiqué de presse, élaboré avec le concours des services de l'Etat de Fribourg et du SSP a été publié le 2 septembre 2022.

Un article est paru dans La Liberté du 28 novembre 2022, mentionnant le travail effectué au sein du COLGA dans le cadre du projet pilote (cf. annexe ; <https://gambach.ch/article/gambach-smile-dans-les-medias>). Une communication sur le projet a été également faite au sein du bulletin interne au COLGA (<https://gambach.ch/autour-de-lecole/groupes-scolaires/gambach-smile>).

Un booklet, présentant les principaux éléments de l'exposition a été produit en format pdf. Dix affiches ont été créées par les élèves des classes d'éthique MITIC (Médias, images et technologies de l'information et de la communication) du COGL. Trois parmi elles ont été montrées lors de l'exposition. Elles véhiculent des messages que les jeunes ont estimé importants pour encourager leurs pairs à rechercher ou à offrir de l'aide : « témoigner n'est pas balancer » ; « fais le premier pas avant que ce soit le dernier » (en lien avec le harcèlement et le mobbing avec le message aussi de « sois acteur et pas spectateur ») ; « aies le courage de vivre et d'aimer » (en lien avec la notion de la diversité et de la tolérance).

Dix messages ou différentes créations (comme un t-shirt, un bateau, des dessins et collages) ont été créés par une classe de formation générale du COGL. Elles véhiculent différentes options que les jeunes ont identifiées comme étant des messages d'espoirs ou des actions concrètes pour se faire du bien ou pour soutenir des pairs qui ne vont pas bien. Par exemple, un bateau en papier qui navigue sur une mer de difficultés et qui peut compter sur les voiles pour avancer sur lesquelles sont inscrits les noms des copains. D'autres messages-collages recensent des stratégies constructives et des ressources comme : « oser parler, avoir le courage de dire et de partager nos émotions être soi-même, demander conseil, demander de l'aide à des personnes de confiance, parler à des gens proches de toi, fais ce que tu aimes ».

Un espace de parole sur la question des émotions et de leur gestion a été animé par les aumôniers et aumônières du COGL.

Un compte instagram, baptisé Gambach_smile a été créé par les élèves du COLGA. Les jeunes ont réalisé plusieurs vidéos pour présenter leur projet et pour aborder des sujets divers en lien avec les 4 H : Help, Hope, Health et Happy. Les messages (des posts, certains éphémères, d'autres pérennes) proposent des conseils voire des stratégies pour entretenir le bien-être. Ils abordent la prévention de différents types de mal-être ou défis (« idées noires », la violence, le harcèlement) et indiquent différents types de ressources disponibles aussi bien au sein de l'établissement qu'à l'extérieur. Des actions ponctuelles ont été également proposées comme

l'animation des pauses avec des activités promouvant le bien-être. Des personnes en formation à l'ESSG ont créé une BD en trois dimensions et présentée sur un support sculpté en bois sur le thème de la détresse et sur le fait qu'en parler peut aider.

Un autre groupe de l'ESSG a créé une installation à l'aide de trois ballons représentant des montgolfières : avec attachés au panier des montgolfières, aussi bien des choses qui peuvent alourdir (les difficultés) ou alors soulager (stratégies pour faire face aux difficultés). Un autre groupe (germanophone) a réalisé des vidéos en se mettant en scène à partir de différents thèmes : Mobbing, Trennung, Fake Freunde, Heuchelei . A côté de la TV qui montrait ces vidéos, 6 affiches montrant les ressources à disposition ont été exposées.

L'ESSG a également conçu et mis en place pour l'exposition un chemin des idées reçues qui aborde 4 idées reçues sur le suicide et interpelle le visiteur ou la visiteuse sur ses propres représentations en matière de comportements suicidaires.

Ces productions ont été partiellement montrées au sein des établissements pilotes dans le cadre des activités proposées en lien avec la journée mondiale de prévention du suicide 2022, avant le vernissage de l'exposition et/ou après la fin de l'exposition.

Lors de l'exposition, ainsi que lors des différentes activités menées au cours de la semaine qui a entouré la journée mondiale de prévention du suicide des bracelets de diverses couleurs avec le slogan « Osons en parler et demandons de l'aide » ont également été distribués sur les sites pilotes et sur le site de l'exposition.

Le Conseiller d'Etat Monsieur Philippe Demierre a remis le prix (300 CHF) au collège de Gambach pour la meilleure création. Le jury qui a décerné le prix s'est réuni le 9 septembre 2022. Il était composé de :

- Véronique Bassenne – représentant la FAPEF (Fédération des associations des parents d'élèves du canton de Fribourg)
- Alejandro Berrios - co-président de l'AMCOFF (Association des maîtres du Cycle d'Orientation fribourgeois francophone)
- Christophe Nydegger - Chef de service, Service de la formation professionnelle, DEEF
- Châu Phan – représentant l'association REPER
- Christel Zufferey - coordinatrice du Programme cantonal fribourgeois - Alimentation, activité physique, santé mentale- DSAS-Service de la Santé Publique

Le jury a décerné le prix au collège de Gambach pour la création du compte instagram Gambach Smile. La déclinaison des 4 H, ainsi que la référence aux ressources à disposition des jeunes, ou encore que des activités aient été organisées tout au long de l'année au sein du collège ont été particulièrement appréciées.

Les retours (la plupart oraux et lors du vernissage) que nous avons eus aussi bien des adultes qui ont accompagné les jeunes, des jeunes elles-/eux-mêmes lors du vernissage de l'exposition ou de la visite à l'exposition, ainsi que des participant-es à la journée de formation du 12 septembre 2022 organisée par PrésuiFri nous font croire que les objectifs visés par le

projet pilote ont été atteints. L'exposition a été appréciée aussi bien par les jeunes que par les adultes. Elle a permis des échanges constructifs sur une thématique encore largement sous-estimée et difficile à aborder.

De manière générale, les différentes productions ont permis d'ouvrir la parole autour du mal-être, de quelques facteurs de risque ou signes connus en matière de comportements suicidaires (comme le harcèlement par exemple) et de mobiliser l'intelligence individuelle et collective des jeunes pour orienter leurs pairs vers des pistes ou stratégies constructives pour faire face aux émotions ou situations difficiles. Ceci aussi bien lors du processus de production que lorsque les messages ont été exposés ou présentés au sein des sites. Les productions témoignent d'une belle créativité. Les messages étaient diversifiés, abordant différentes facettes de la thématique de la suicidalité, différentes manifestations et facteurs de risque ou de résilience. Ils ont été véhiculés sous des formes très différentes et toutes pertinentes (affiches, dessins, installations artistiques, vidéos, panneaux). Les messages étaient intéressants et touchants. Ils montraient une variété de perspectives et de vécus.

Les élèves plus jeunes ont travaillé essentiellement sur les ressources personnelles et celles présentes au sein de leurs établissements pour faire face à des situations ou des facteurs potentiellement sources de défis et de malaise. Les élèves plus âgés (COLGA et ESSG) ont enrichi ces aspects en menant des recherches sur les ressources à l'extérieur de leur établissement scolaire (sur le canton de Fribourg et dans les autres cantons). Ils et elles ont développé des mini-projets ; à l'instar des activités ponctuelles de sensibilisation ou promouvant le bien-être proposées par l'équipe des jeunes du COLGA tout au long de l'année.

Le projet pilote a permis des processus d'apprentissage, de sensibilisation et de collaboration multiples, dont par exemple :

- La sensibilisation directe et indirecte des jeunes et adultes impliqués.
- La mobilisation individuelle et collective de ressources.
- La constitution voire le renforcement des réseaux de soutiens, des relations de collaborations et des dispositifs d'urgence au sein des établissements et entre les établissements et des ressources externes (RFSM, SEJ, REPER, etc.). De plus, ce projet a mobilisé des collaborateurs et collaboratrices dans plusieurs directions (DSAS, DFAC, DEEF, DSJS), dans différents secteurs (éducation-santé-social- police) et a intégré plusieurs publics et plusieurs niveaux d'action. Il a été porté par des professionnel-les de plusieurs disciplines.

Le projet a été éminemment collaboratif. Il a pris son origine des besoins des terrains et a été porté par la motivation et l'engagement, majoritairement bénévole, des acteurs/actrices impliqués-es. Il a demandé un investissement très conséquent. De grands défis ont été relevés collectivement avec passion. Le bilan est globalement bien positif, néanmoins des questions se posent sur la suite à donner (phase IV du projet) : comment continuer ? Avec qui ? Avec quelles ressources ?

Pour la mise en œuvre des premières phases du projet pilote, le groupe de coordination intersite a pu compter sur l'appui du GT axe 2 dans son ensemble. En effet, celui-ci s'est réuni en plénum le 17 mai 22 pour discuter de l'état d'avancement du projet, de l'organisation et de la mise en place de l'exposition, ainsi que de la phase IV du projet (2023-2024) concernant les activités spécifiques de sensibilisation à l'intention des jeunes, leurs familles et les personnels des sites pilotes. Pour ce qui est des activités spécifiques de sensibilisation à l'intention des jeunes une réflexion a été menée sur la pertinence de constituer un pool de compétences pérenne dans le canton, en valorisant et renforçant les compétences des personnes déjà actives dans la prévention du suicide ou impliquées dans le projet pilote. Le groupe axe 2 a décidé de favoriser cette piste. La création de ce pool permettrait d'envisager la pérennisation des activités de prévention du suicide dans les établissements scolaires et ailleurs et mettrait en valeur les ressources du territoire en continuant à former des personnes rattachées à des structures/organisations du canton et ayant déjà de l'expérience dans la prévention du suicide. Le SENOF a validé et donné son accord de principe à ce concept. Néanmoins, la réalisation de ce pool de compétences dépendra des ressources (financières et autre) qui seront effectivement mises à disposition pour la formation des personnes impliquées, des décharges accordées aux personnes qui s'y engageront, des règles d'engagement et fonctionnement des membres du pool ainsi que de la présence d'un bassin suffisant de volontaires pour constituer ce pool.

Enfin, pour terminer le compte rendu des activités menées en 2022 au sein de du GT jeunes axe 2, D. A. Castelli a présenté le projet « Oser en parler et demander de l'aide » au comité de pilotage du programme cantonal fribourgeois de promotion de l'alimentation, de l'activité physique et de santé mentale lors de sa séance du 31.05.22.

2.3 Activités de consultance et de networking

En 2022 encore, l'association PréSuiFri a été contactée à maintes reprises par des professionnel·les, des journalistes et des personnes concernées ou leurs proches. Les interpellations sont parvenues en partie via l'adresse de l'association, mais le plus souvent ont été adressées directement à la présidente.

L'association a fourni des informations à une quinzaine de professionnel·les (par exemple éducateurs et éducatrices dans des foyers socio-éducatifs), d'enseignant·es (écoles obligatoires et écoles professionnelles) ou de représentant·es de communautés religieuses ou du secteur pénal sur la manière la plus opportune de réagir face à des personnes en détresse. Elle a transmis des informations sur les soutiens disponibles dans le canton, voire fait le relais avec les services du RFSM (cf. aussi 2.1).

Quelques personnes en détresse (5) ont envoyé des messages interpellant (appel à l'aide) à l'adresse courriel de l'association ou à la présidente. La présidente les a réorientées vers des ressources spécifiques selon leur situation et lieu d'habitation.

Quelques proches d'endeuillé·es se sont également adressées à l'association. Après avoir offert une première écoute, la présidente a ensuite référé ces personnes vers des associations offrant des groupes de parole ou du counseling pour les endeuillé·es ainsi que vers le RFSM.

En 2022, PréSuiFri a continué à sensibiliser les journalistes qui se sont adressés à elle et les personnes qui prennent la parole publiquement sur les manières les plus opportunes de s'exprimer au sujet du suicide, afin de renforcer l'effet Papageno (prévention) et de prévenir l'effet Werther (imitation du suicide suite à des reportages dans les médias concernant le suicide). Cette thématique a été également abordée, pour ce qui concerne les réseaux sociaux, lors de la demi-journée de formation (cf. 2.1).

Deux journalistes ont sollicité l'association. Une de ces sollicitations a débouché sur un article écrit par Anne Gugler et paru dans les Freiburger Nachrichten le 29 septembre 2022 intitulé « Jugendliche sind psychisch angeschlagen ». Le Dr. Christophe Salathé, membre du comité, a répondu aux questions de la journaliste qui l'interpellait au sujet de l'augmentation des tentatives de suicide par empoisonnement. A cette occasion, le projet pilote a également été mentionné.

Faute de moyens, PréSuiFri n'a pas pu répondre favorablement à 2 étudiant·es souhaitant faire un stage auprès de l'association.

PréSuiFri a poursuivi activement ses collaborations avec les autorités et différents organismes et services dans le domaine de la santé et de la santé mentale.

Au niveau cantonal, des collaborations riches et dynamiques ont eu lieu avec le Service de la santé publique de la DSAS sous forme d'échanges d'informations et données, participation de représentantes de la DSAS à des GT de PréSuiFri (en particulier pour ce qui concerne le projet « Oser en parler et demander de l'aide) et délégation à PréSuiFri de certaines tâches de consultance et de représentation. Par exemple, sur requête du Service de la santé publique du canton de Fribourg (DSAS) D.A. Castelli a continué à représenter le canton de Fribourg au sein du groupe national réunissant les représentants cantonaux chargés de la prévention du suicide, groupe animé par le Réseau de santé psychique suisse. Dans ce cadre, l'association a contribué à compiler la liste des actions pour la journée mondiale de prévention du suicide (10 septembre) à paraître dans la newsletter publiée à cet effet par le réseau suisse de santé mentale. Elle a aussi contribué aux réflexions sur le traitement du suicide à la TV (11.02.22).

Messieurs Stéphane Quéru (SEJ) et Florian Vial (Police) membres de comité de PréSuiFri ont participé à deux séances de travail (le 26 janvier et le 18 mai 2022) avec le Service des ponts et chaussées de la ville de Fribourg pour réfléchir à la mise en place de mesures de prévention du suicide sur les ponts.

M. Vial (Police), membre du comité, a travaillé en étroite collaboration avec les personnes mandatées par la ville de Fribourg dans le cadre du projet « Bien vivre à Fribourg » pour fournir des données fiables sur les suicides avérés et les tentatives de suicide. Une demi-journée de travail a été consacrée à l'élaboration de statistiques. De plus, une séance a eu lieu le 12 octobre 2022.

Présuifri contribue à relayer des informations des autorités cantonales en matière de santé. Par exemple, le 31 janvier 22, elle a diffusé dans ses réseaux l'appel à participation aux ateliers participatifs organisés par le canton dans le cadre du plan cantonal de soutien jeunesse.

PréSuiFri tient également aux aspects de collaboration intersectorielle en matière de suicide et déploie des efforts pour renforcer son réseau avec les acteurs/trices présentes sur le territoire. A cet effet, la présidente a eu une réunion le 21 janvier 22 avec les responsables/intervenant-es du service de Conseil psychologique aux étudiant-es pour les collèges et l'université autour des outils pour la détection du suicide ainsi que sur des opportunités de collaborations plus large. Dans le même ordre d'idées, la présidente a rencontré le 24 mars 22 trois psychiatres du Centre les Toises afin d'explorer les possibilités de référer des personnes en détresse à leur centre.

PréSuiFri est une interface d'échange et de mise à disposition d'informations pertinentes pour la prévention du suicide au niveau cantonal. Par exemple, en 2022 elle a distribué une trentaine de ses brochures « Etre en relation aide à rester en vie » auprès de différents organismes.

PréSuiFri est régulièrement consultée et prend position sur des sujets en lien avec la prévention du suicide, la promotion de la santé mentale ou des thématiques annexes au niveau cantonal et national. Par exemple, PréSuiFri a continué à contribuer aux réflexions de l'OFSP, la CDS et Promotion santé suisse sur les suites à donner à l'évaluation de 2021 du plan national d'action pour la prévention du suicide (2016). La présidente a participé le 20 janvier 23 à l'atelier organisé par le groupe central du plan d'action national de prévention du suicide (l'OFSP-CDS-Promotion santé suisse) suisse visant à identifier les besoins en outils numériques pour les professionnel-les en dehors du champ de la santé.

PréSuiFri est membre d'Ipsilon, association faîtière suisse de prévention du suicide. La présidente de PréSuiFri a été « Chair » du Ipsilon Research Group jusqu'en janvier 2023, groupe avec lequel elle a conjointement organisé une formation en mars 2022 (cf. 2.1.a).

PréSuiFri collabore aussi avec les diverses associations régionales (GRPS-Groupement romand de prévention du suicide dans le cadre de formations) voire cantonales (par exemple Stop Suicide) ou les préposé-es cantonaux à la prévention du suicide. Par exemple, la présidente a eu une rencontre le 19 janvier 22 avec Mme Blaser, préposée cantonale à la prévention du suicide dans le canton de Zürich pour discuter de possibles projets communs, dont des mesures de prévention à l'intention des personnes âgées.

PréSuiFri fait également partie du Réseau santé psychique, plateforme nationale d'échange et partage de savoirs.

3. Perspectives 2023 (en bref)

En 2023 PréSuiFri oeuvrera à la mise en place de la première partie de la phase IV du projet « Oser en parler et demander de l'aide quand cela ne va pas bien ». Des activités de sensibilisation spécifiques par groupe cible vont être proposées. Des ateliers de sensibilisation seront proposés à une quinzaine de classes du collège de Gambach. Des conférences et ateliers de sensibilisations seront offerts aux personnels du COGL et de l'ESSG. Des conférences seront proposées aux parents des élèves du COGL. A. Castelli continuera à coordonner ce projet avec le soutien de F. Geiser.

La voie d'accès rapide à des ressources du RFSM à disposition des membres du GT Axe 1 et des représentants des sites scolaires pilotes continuera à être fonctionnelle. Un élargissement de cette offre à d'autres établissements ou organismes est envisagée.

Les travaux sur la communication et la collaboration au sein du GT Axe 1 se poursuivront, dans le but de rendre encore plus performant l'accompagnement des personnes en détresse et de leur famille.

Les réflexions vont être poursuivies au sujet de la constitution d'un pool de ressources cantonal en matière de prévention du suicide.

Les activités de sensibilisation et de réseautage continueront, tout comme la mise à disposition des compétences et savoirs de PréSuiFri aux autorités et aux organismes oeuvrant dans la santé, le social et l'éducatif et aux professionnel·les en leur sein.

La demande de subvention pour l'année 2024 a été soumise au SSP par A. Castelli le 19 février 2023. Si octroyée, cette subvention permettra à PréSuiFri de poursuivre ses activités habituelles.

Conclusion

L'activité de PréSuiFri n'aurait pas pu se déployer avec tant de réussite sans le soutien financier de la DSAS/Canton du Fribourg à qui nous exprimons nos vifs remerciements. Nous formulons nos vœux pour que les collaborations fructueuses entretenues depuis des années puissent se poursuivre à l'avenir.

J'aimerais remercier tout particulièrement Anna Aeby, pour son aide précieuse depuis tant d'années au service de PréSuiFri. Sa présence discrète, soutenante, compétente et dévouée a été déterminante pour le bon fonctionnement de l'association. A l'heure où elle quitte le comité, je lui souhaite de profiter pleinement d'une retraite bien méritée.

J'aimerais remercier également le comité pour tout ce que nous avons pu construire ensemble. Je lui souhaite d'avoir bien du plaisir à poursuivre les activités de l'association.

Ma contribution aux activités au sein de PréSuiFri a commencé avant même la constitution de l'association. Le Dr. Haemmerle m'avait en effet sollicitée pour faire part des expériences québécoises de prévention du suicide à la suite de mon séjour au Québec en 1999-2000. Cette contribution a été d'abord ponctuelle, puis de plus en plus active, en tant qu'intervenante ou soutien dans l'organisation des journées annuelles de formation entre 2003 et 2010. J'ai rejoint le comité de PréSuiFri en tant que consultante en 2010. Puis j'ai intégré officiellement le comité en 2014 avec le changement des statuts de l'association. En 2019 j'ai repris la présidence suite à la démission du Dr. Haemmerle. A l'heure de quitter la présidence, je suis reconnaissante pour tout ce qui a pu être accompli entre mai 2019 et mars 2023 en collaboration avec le comité et les groupes de travail « Prévention suicide jeunes », dans le canton et ailleurs.

J'aimerais donc remercier chaleureusement tous ceux et celles qui ont partagé avec moi la passion et l'engagement pour la prévention du suicide. Merci de m'avoir fait confiance. Je formule mes vœux pour que cet engagement puisse se poursuivre avec dynamisme au service des besoins et des réalités des personnes en détresse, des professionnel-les qui les soutiennent et de la population fribourgeoise. Les temps particuliers que nous vivons, nous défient à trouver des chemins inusités afin de continuer à déployer une solidarité vivante, une espérance lumineuse et une persévérance à toute épreuve.

Lossy, le 28 février 2023

Dolores Angela Castelli Dransart

Présidente PrésuIFri