

Quelques conseils :

Partagez vos sentiments,
vos peurs, votre peine



Maintenez un lien social,
reprenez des activités

Prenez du temps
pour vous, du repos

Trouvez du réconfort
auprès d'un interlocuteur
de confiance

CONSULTATION DÉDIÉE AUX PROCHES ENDEUILLÉS PAR SUICIDE

Informations et ressources utiles :
<https://espoir-suicide.fr>



Culpabilité
Isolement
Traumatisme
Anxiété
Dépression
Deuil ..

"J'aimerais le/la rejoindre..."

"Je me sens coupable"

"Ce n'est pas vrai"

"Je suis soulagé.e"

"Que vont penser les autres...?"

"C'est ma faute"

"Je souffre"

"Je me sens triste"

"Je me sens seule"

"Je suis en colère"

"J'ai honte"

"Je voudrais comprendre"

"Je ne vais pas pouvoir avancer"

Il est normal de ressentir des émotions fortes, parlons-en...

CONSULTATION DÉDIÉE AUX PROCHES ENDEUILLÉS PAR SUICIDE

Dispositif de soins pour les familles et les proches récemment endeuillés par suicide

- Consultations individuelles et familiales
- Une équipe pluridisciplinaire (psychiatre, psychologue...)
- Écoute, soutien, accompagnement et orientation
- Sur rendez-vous



3114

Alliance de GIRONDE
■ GHT des hôpitaux publics

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars
Agence Régionale de Santé
Nouvelle-Aquitaine

CPES



05 56 56 34 11

lundi au vendredi de 9h à 16h45



cpes@ch-perrens.fr



CH Charles Perrens
121 rue de la béchade
33076 Bordeaux