



L'INFORMATEUR SYNDICAL

Le 10 septembre 2025

Le 10 septembre Journée Mondiale de la prévention contre le suicide

Le 10 septembre, nous nous arrêtons pour rappeler une vérité essentielle : personne n'est seul face à la détresse. Les idées noires, la souffrance silencieuse et le sentiment d'isolement peuvent toucher n'importe qui, à un moment ou un autre de sa vie. Il est important de se rappeler qu'il existe des ressources, de l'aide, et surtout, des personnes prêtes à écouter.

Parler de ce que l'on vit, même si cela semble difficile, peut faire toute la différence. Un ami, un proche, un collègue, un professionnel : tendre la main, c'est déjà un pas vers la lumière. Ne pas s'isoler, oser demander du soutien, c'est un acte de courage.

Si vous ou quelqu'un que vous connaissez traversez une période sombre, sachez qu'il n'y a aucune honte à chercher de l'aide. Des ressources existent, comme les lignes d'écoute, les services communautaires et les intervenants spécialisés. Votre vie a une valeur immense, même dans les moments où vous n'arrivez plus à la voir.

En cette journée, souvenons-nous : un simple mot, une écoute bienveillante, un geste de solidarité peut sauver une vie. Ensemble, brisons le silence.



SYNDICAT NATIONAL DES PRODUITS CHIMIQUES DE VALLEYFIELD

350, boul. Mgr Langlois; Salaberry-de-Valleyfield (Québec) J6S 0A6

Téléphone : 450 377-7823 • Site web : www.snpcv.com • Courriel : snpcv@gd-ots.com



Ressources d'aide disponibles



Info-Social 811

Service gratuit et confidentiel, 24/7. Parlez à un intervenant en santé mentale.

Composez simplement le 811, option 2.



Tel-Aide (Grand Montréal et environs).

Écoute active, anonyme et confidentielle, 24/7.

514 935-1101



Centre de crise de Châteauguay
(Montréal-Ouest)

Soutien en situation de crise pour les 16 ans et plus.

450 699-5935 – 24 heures sur 24, 7 jours sur 7



Suicide.ca – Chat, texte ou téléphone, pour vous ou un proche en détresse.

1 866 277-3553 ou visitez www.suicide.ca



Jeunesse, J'écoute (Kids Help Phone)

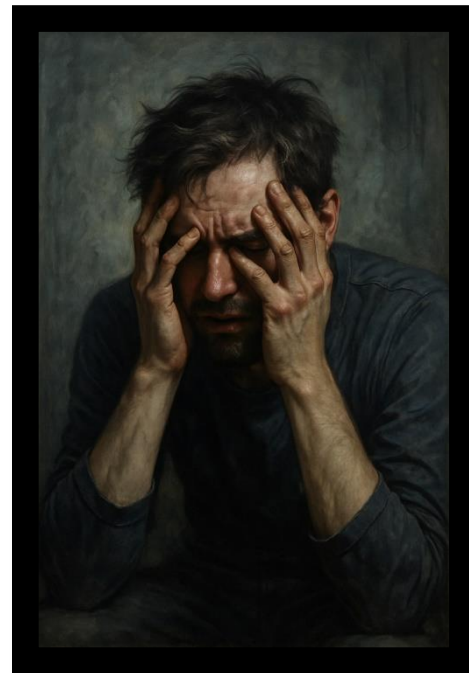
Pour les jeunes hommes ou adolescents.

1 800 668-6868 ou texto 686868

Ensemble, faisons tomber les murs du silence. Aujourd'hui, et toute l'année, soyons présents, soyons à l'écoute, soyons solidaires. Parce que prendre soin de sa santé mentale, c'est aussi prendre soin de sa vie.

Syndicalement,

Votre comité exécutif



Recto-Verso



SYNDICAT NATIONAL DES PRODUITS CHIMIQUES DE VALLEYFIELD

350, boul. Mgr Langlois; Salaberry-de-Valleyfield (Québec) J6S 0A6

Téléphone : 450 377-7823 • Site web : www.snpcv.com • Courriel : snpcv@gd-ots.com

