

LA PRÉVENTION DU SUICIDE

Présentation du dispositif national,
le numéro **3114**

Outils et informations clés
à destination des élu.es locaux

3114

Numéro national de prévention du suicide · www.3114.fr



SOMMAIRE

Le 3114, numéro national de prévention du suicide	4
Chronologie du 3114	5
Comment sont organisés les centres de réponse ?	6
Les actions du 3114, en résumé	7
À qui s'adresse le numéro ?	7
Que se passe t-il lorsqu'on appelle le 3114 ?	8
À votre niveau, comment agir ?	9
Prévention : des outils de communication à votre disposition	11
Les temps forts	12
Les messages clés	13
Suicide(s) dans votre commune : se faire accompagner	13
Infographies : infos et chiffres du 3114	14
Infographies : les chiffres du suicide en France	15

LE NUMÉRO NATIONAL DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Le **3114** s'inscrit dans le cadre général de la **stratégie nationale de prévention du suicide**, pilotée par le ministère du Travail, de la Santé et des Solidarités, qui comprend notamment :

- le dispositif Vigilans (dispositif de veille et de recontact pour les personnes ayant fait une tentative de suicide),
- les formations (avec, entre autres, le déploiement des réseaux de sentinelles en prévention du suicide),
- la prévention de la contagion suicidaire (notamment via le programme Papageno).

Le projet 3114 est porté par le CHU de Lille, à travers une équipe projet nommée « Pôle national ». Le pilotage stratégique est assuré par la Direction Générale de la Santé (DGS).

Depuis son ouverture le 1^{er} octobre 2021, **17 centres de réponse** ont ouvert en métropole et outre-mer.

Ce **maillage territorial** permet d'assurer une continuité de la ligne téléphonique, 24h/24, grâce à des professionnels (infirmiers / psychologues) spécifiquement formés à la prévention du suicide.

Au-delà de la réponse téléphonique, chaque centre déploie une mission territoriale en lien avec l'ensemble des dispositifs, associations, partenaires et prescripteurs de sa région. Cet ancrage au sein des territoires facilite également l'orientation des appelants en proximité de leur lieu de vie.

17

CENTRES OUVERTS



CHRONOLOGIE DU 3114

2020 **juillet** : Segur de la santé - Mesure 31 : mettre en place un numéro national de prévention du suicide
déc. : le CHU de Lille répond à l'appel à projet du ministère en charge de la santé

2021 **1er oct.** : lancement du 3114 (ouverture de 10 centres de réponse : Lille, Rouen, Nancy, Angers, Brest, Poitiers, Bordeaux, Saint-Etienne, Lyon et Montpellier)
déc. : ouverture du centre de la Réunion

2022 **14 mars** : ouverture du centre d'Ajaccio
10 sept. : 1^{ère} Journée Internationale de Prévention du Suicide (JIPS)

2023 **3 fév.** : ouverture des centres de Marseille et Paris
6 juin : ouverture du centre de Dijon
8 sept. : signature d'une Charte de valeurs communes avec les lignes d'écoutes associatives
10 sept. : 2^{ème} JIPS
15 déc. : lancement en TV replay et sur les réseaux sociaux du 1^{er} spot officiel du 3114 intitulé « Tu comptes pour moi »

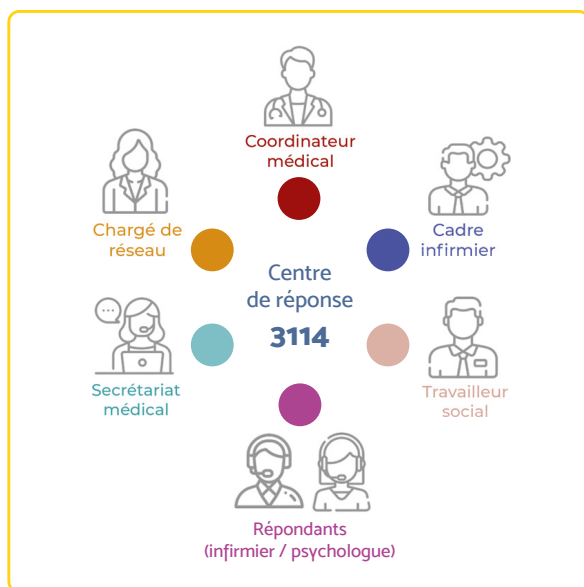
2024 **26 fév.** : ouverture du centre de Tours
6 mars : ouverture du centre de la Guadeloupe et Îles du nord

COMMENT SONT ORGANISÉS LES CENTRES DE RÉPONSE ?

Les centres répondant du 3114 sont répartis dans chaque région de métropole et d'outre-mer. Tous fonctionnent 7j/7, en majorité de 9h à 21h. En dehors de cette plage horaire, les appels sont automatiquement redirigés vers les centres fonctionnant 24h/24, à savoir Lille, Brest et Montpellier.

Chaque centre est **une unité portée par un établissement de santé** (CHU / CH / EPSM) et pilotée par l'ARS dont elle dépend. Il est généralement implanté à proximité d'un Centre 15 – SAMU.

L'organisation type d'un centre est la suivante :







LES ACTIONS DU 3114, EN RÉSUMÉ

Les missions du 3114 sont doubles :

- Offrir un **recours téléphonique**, professionnel, à l'ensemble de la population en métropole et en outre-mer,
- Participer activement, sur les territoires, au **développement de la stratégie de prévention du suicide** :
 - ▶ Via des actions de réseaux,
 - ▶ Par le travail de collaboration et de coordination avec les dispositifs et associations locales,
 - ▶ En travaillant le maillage régional pour permettre la meilleure orientation possible des appelants.

À QUI S'ADRESSE LE 3114 ?

-  aux personnes en souffrance
-  à l'entourage inquiet pour un proche ou une personne en détresse
-  aux personnes endeuillées ou impactées par un suicide
-  aux professionnels faisant face à une personne en souffrance ou en recherche d'informations sur le suicide et sa prévention

QUE SE PASSE T-IL LORSQU'ON APPELLE LE 3114 ?

Les professionnels au bout du fil ont plusieurs missions :

- **écoute**

écouter activement en prenant le temps de poser les bonnes questions

- **évaluation**

évaluer le risque suicidaire de l'appelant, ou de la personne concernée par l'appel

- **orientation**

orienter l'appelant vers la ou les ressources adaptées à proximité de son lieu de vie

- **intervention**

aider à la désescalade émotionnelle, conseiller, mobiliser l'entourage, rechercher des solutions, etc. En fonction de l'évaluation du risque suicidaire, faire intervenir les secours (SAMU et/ou autres dispositifs)

L'appel est gratuit et confidentiel mais non anonyme.



Le répondant recueille des informations sur l'identité et les coordonnées de l'appelant et constitue un dossier de soin pour une prise en charge adaptée. Dans certains cas, le répondant peut être amené à recontacter la personne dans les jours qui suivent son appel.

Remarque : si la levée de l'anonymat facilite la prise en charge de l'orientation, elle n'est pas une condition à l'appel. L'appelant peut donc choisir de garder son anonymat.

À VOTRE NIVEAU, COMMENT AGIR ?

Le 3114 est aussi un numéro à destination des tiers : des proches mais également de tout professionnel souhaitant recevoir un conseil, des ressources, une orientation afin d'aider au mieux une personne en souffrance.

Au quotidien, dans vos missions d'élu.e, vous pouvez être confronté.e à une personne en souffrance. Savoir reconnaître les signes avant-coureurs, ouvrir le dialogue et proposer des ressources professionnelles sont autant de façons de soutenir cette personne, tout en respectant ses propres limites.

Afin de proposer une aide concrète, en tant que tiers, vous pouvez :

- Donner la ressource à la personne en souffrance ou à son entourage proche
- Solliciter le 3114 pour échanger avec un professionnel et avoir des conseils
- Appeler le 3114 en présence de la personne en souffrance et faire médiation pour que celle-ci puisse avoir en ligne un professionnel du 3114

Sur le site Internet 3114, à la rubrique « [le suis professionnel](#) » vous trouverez des contenus pour aborder la question au sein de votre collectivité :

- ▶ [Le suis face à une personne en souffrance](#)
- ▶ [Je veux me documenter](#)
- ▶ [Je veux communiquer sur le suicide et sa prévention](#)

Sur ce dernier point, le 3114, en lien avec ses partenaires acteurs de la prévention du suicide, peut vous apporter des conseils et des ressources pour mettre en place des actions sur votre territoire, et notamment avec l'appui du centre de réponse de votre région.

[Exemples d'actions, page suivante](#) 

PLUSIEURS ACTIONS SONT POSSIBLES :

- ▶ Faire connaître le numéro national de prévention du suicide au sein même de votre commune (panneau d'affichage, présentation du 3114 dans le bulletin municipal, sur le site Internet de la Ville, etc.),
- ▶ Partager des messages de prévention et/ou des articles sur vos canaux de communication (voir ci-après nos outils de communication à votre disposition),
- ▶ Organiser des événements (sportifs, festifs ou solidaires) en lien avec des acteurs de la santé mentale et de la prévention du suicide,
- ▶ Développer la capacité de vos administrés au repérage des signes de détresse en déployant le dispositif Sentinelles (informations sur le site du Groupement d'Etudes et de Prévention du Suicide www.geps.asso.fr).



DES OUTILS DE COMMUNICATION À VOTRE DISPOSITION

Le site Internet du 3114 dispose de nombreuses ressources en téléchargement.

Rendez-vous sur la Page « [Je cherche des outils de communication](#) », vous y trouverez les ressources suivantes :

- des publications pour vos réseaux sociaux
- une vidéo de promotion du 3114
- une affiche pour faire connaître le 3114
- des affiches spécifiques à destination des collégiens, lycéens et étudiants
- une bâche imprimable pour communiquer sur le terrain
- une bannière pour votre site web
- des cartes ressources
- une plaquette de présentation du numéro de prévention du suicide

Un **kit de communication** comprenant affiches, plaquettes et cartes ressources peut vous être envoyé (un formulaire est à renseigner).

Le 3114 peut également vous fournir des éléments pour vos **affichages urbains animés**.

La communication autour du numéro national de prévention du suicide se déploie également sur les **6 réseaux sociaux** : Facebook, Tiktok, Instagram, Twitter, LinkedIn et Youtube (+ d'infos sur https://linktr.ee/3114_appel).

N'hésitez pas à suivre et partager nos publications.

Le 3114 se tient également à votre disposition pour co-construire des messages de prévention sur vos canaux de communication.

À retenir :

- ✓ Un hashtag fédérateur **#preventionsuicide**
- ✓ Un ton toujours positif et bienveillant
- ✓ La possibilité de diffuser le spot officiel :

«**Tu comptes pour moi**»

(vidéo animée de 30 secondes),

À voir sur la [chaîne Youtube 3114](#)



LES TEMPS FORTS



PLUSIEURS MOMENTS DANS L'ANNÉE DURANT LESQUELS VOUS POUVEZ COMMUNIQUER AFIN DE SENSIBILISER LES HABITANTS DE VOTRE COMMUNE :

Le 05 février : la Journée Nationale de Prévention du Suicide (JNPS)

Cet événement est porté par l'Union Nationale de Prévention du Suicide. Chaque année les lignes d'écoute associatives et les équipes du 3114 se mobilisent pour aller à la rencontre du grand public (conférences, ciné-débats, échanges et interviews radio et télé).

➤ Informations sur le site unps.fr

Octobre : La Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM)

Il s'agit d'un moment privilégié pour promouvoir la santé mentale de toute la population, partout en France métropolitaine et ultramarine. Durant cette période (autour du 10 octobre, Journée mondiale de la santé mentale), vous pouvez mobiliser votre commune dans la mise en place des SISM comme par exemple, organiser un événement avec des partenaires locaux.

➤ Informations sur le site semaines-sante-mentale.fr

Le 10 sept. : la Journée Internationale de Prévention du Suicide (JIPS)

Organisée chaque année à l'initiative de l'Association mondiale pour la Prévention du Suicide et de l'Organisation Mondiale de la Santé, la JIPS est une journée de sensibilisation qui se traduit par un engagement et des actions diverses à travers le monde. Le 3114 et les centres de réponse en région se mobilisent pour mettre en place des actions durant tout le mois de septembre. **Par exemple : affichage urbain, stands d'information sur des marchés, éclairage d'un monument de la ville, etc.**

Contactez le pôle communication du 3114 pour mener une action !

➤ Contact : communication@3114.fr

Plus généralement, pour mener des actions en faveur de la santé mentale auprès des habitants de votre ville, les Conseils Locaux de Santé Mentale sont un atout. Informations sur : <https://ressources-clsm.org>

LES MESSAGES CLÉS

En parler, c'est déjà agir ! Si vous souhaitez communiquer sur le sujet du suicide, quelques notions peuvent vous aider à bien en parler, et à lever le tabou autour de ce sujet.

Pour cela, vous pouvez consulter [la Page dédiée sur le site du 3114](#) ou télécharger le document en format pdf « [Mieux comprendre le suicide](#) ».

Quelques message clés :

Parlez du suicide encourage-t-il le passage à l'acte ?

Le suicide est un sujet sensible dont il peut être difficile de parler. Pourtant, c'est en parlant que l'on peut démythifier et parvenir à aider une personne suicidaire. Demander directement si une personne songe au suicide, ce n'est pas lui suggérer l'idée ou un passage à l'acte, mais bien au contraire lui ouvrir la porte à l'expression de sa souffrance ainsi qu'à l'aide qu'elle peut recevoir.

Le suicide se produit-il sans avertissement ?

Le suicide est l'aboutissement d'un processus qui comprend le développement des idées suicidaires ainsi que la fixation sur ces idées jusqu'à l'élaboration d'un plan précis. Durant ce processus, la majorité des personnes manifestent leur désespoir avant de passer à l'acte. On doit noter cependant que chez les adolescents et les personnes impulsives, ce processus peut parfois se dérouler dans un laps de temps plus court.

SUICIDE(S) DANS VOTRE COMMUNE : SE FAIRE ACCOMPAGNER

Si vous êtes concerné par une série de suicides se produisant sur des lieux publics (pont, centre commercial, falaise, lac...), le programme Papageno peut vous accompagner dans des actions de prévention.

L'équipe élaborera un diagnostic du lieu-dit « hot-spot suicidaire », vous proposera un plan d'action fondé sur des données scientifiques probantes et vous accompagnera dans la phase de déploiement.

Aux côtés du programme Papageno, les collectivités territoriales peuvent jouer un rôle essentiel dans la prévention du suicide.

➤ Informations sur le site papageno-suicide.com

Le 3114

Infos & chiffres clés

LE NUMÉRO NATIONAL DE PRÉVENTION DU SUICIDE

UNE LIGNE CONFIDENTIELLE
PROFESSIONNELLE, 24H/24, 7J/7

OUVERTE DEPUIS LE

01.10.2021

17

CENTRES OUVERTS



LES ACTEURS
DU 3114

+240

PROFESSIONNELS
SUR L'ENSEMBLE DU
TERRITOIRE

DES RÉPONDANTS
INFIRMIERS ET/OU PSYCHOLOGUES



FORMÉS
SPÉCIFIQUEMENT
À L'ÉVALUATION ET
L'INTERVENTION
DE CRISE

UN ANCRAGE
TERRITORIAL

+2000
RESSOURCES

pour une meilleure
orientation de l'appelant

MONITORING DES APPELS

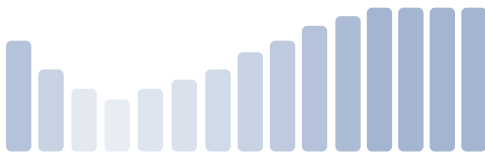
511 054 APPELS
REÇUS

soit 700 appels reçus en moyenne par jour

171 724 APPELS
SORTANTS

ACTIVITÉ DES APPELS

MINUIT → 10H · 11H → 14H · 15H → 23H



RESSOURCES



50

supports de
communication
téléchargeables

+2M

documents
distribués

AUDIENCE

22 000

abonnés



5,3M de vues de nos posts

455K visiteurs sur notre site



SPOT OFFICIEL DU 3114

DIFFUSÉ DEPUIS
LE 15.12.2023

2,8M de vues
cumulées

ÉVÉNEMENTIELS

PRÈS DE
200 participations à
des manifestations
nationales et
régionales

Le SUICIDE EN FRANCE

Infos & chiffres clés

ENVIRON
9000
SUICIDES
PAR AN
SOIT 25 SUICIDES PAR JOUR

ENVIRON
200 000
TENTATIVES DE SUICIDE
PAR AN
SOIT 550 TENTATIVES PAR JOUR

2^E CAUSE DE MORTALITÉ ÉVITABLE
CHEZ LES 18-25 ANS

1^E CAUSE DE MORTALITÉ ÉVITABLE
CHEZ LES 25-34 ANS
DEVANT LES ACCIDENTS DE LA ROUTE

-30%

DE BAISSÉ DE LA
MORTALITÉ PAR
SUICIDE DEPUIS
LES ANNÉES 2000

3,5 FOIS PLUS DE DÉCÈS PAR
SUICIDE CHEZ LES HOMMES
QUE CHEZ LES FEMMES

40 ↑
ANS
ET
+70

LE TAUX DE DÉCÈS
PAR SUICIDE
AUGMENTE AVEC L'ÂGE :
JUSQUE 40 ANS
ET APRÈS 70 ANS



EXPOSE **135 PERSONNES**
IMPACTE **6 À 14 PERSONNES**
DANS L'ENTOURAGE

1 PERSONNE SUR 20

DÉCLARE AVOIR EU DES PENSÉES
SUICIDAIRES AU
COURS DES 12
DERNIERS MOIS



DÉTÉRIORATION DE LA SANTÉ MENTALE DES 18-24 ANS

d'après le dernier baromètre SPF février 2024

x2 LES PENSÉES SUICIDAIRES
ONT ÉTÉ MULTIPLIÉES PAR
PLUS DE DEUX DEPUIS 2014
(PASSANT DE 3,3% À 7,2% EN
2021)

+50% LES TENTATIVES DE SUICIDE
DÉCLARÉES AU COURS DE
LA VIE ONT AUGMENTÉ DE
50% PAR RAPPORT À 2017
(PASSANT DE 6,1% À 9,2%)

