



# EXPRESS

Bulletin du Syndicat des spécialistes et professionnels d'Hydro-Québec

4 février 2016

**T'es important-e pour nous  
Le suicide n'est pas une option**

## **Prévention du suicide en milieu de travail**



Dans le cadre de la semaine nationale de prévention du suicide qui se déroule actuellement, nous vous invitons à prendre le temps de dire à vos collègues qu'ils sont importants pour vous.

Les gestionnaires et les travailleurs peuvent jouer un rôle actif à l'égard du bien-être psychologique de leurs pairs et contribuer activement à la prévention du suicide. En effet, le milieu de travail peut devenir un facteur de protection précieux lorsque les bons outils sont déployés. [En savoir plus](#).

« N'oublions pas que le travail est une source d'intégration qui fournit un réseau social. Ainsi, des collègues peuvent devenir un filet de sécurité efficace dans les moments de souffrance » affirme Jérôme Gaudreault, directeur de l'Association québécoise de prévention du suicide.

### **Pour obtenir de l'aide à Hydro-Québec**

Contactez le Réseau des délégués sociaux : [besoin d'aide](#) ou [en savoir plus](#), ou encore le programme d'aide aux employés (PAE).