

## Prévention : « Et toi, comment tu prends soin de toi ? » #LÀPOURTOI2024

---

A l'occasion de la journée mondiale de prévention du suicide (10 septembre), STOP SUICIDE lance sa campagne #LÀPOURTOI2024 sur l'impact positif des ressources personnelles, aussi appelées « facteurs protecteurs » sur la santé mentale des jeunes !

Le suicide est une thématique taboue, alors qu'il s'agit de la **première cause de mortalité** chez les **jeunes de 15 à 29 ans en Suisse**. Il est donc primordial de déstigmatiser ce sujet et de sensibiliser chacun et chacune à la prévention. Ainsi, chaque année, **STOP SUICIDE**, association de prévention du suicide des jeunes, met en avant une thématique différente dans le cadre de sa campagne #LÀPOURTOI.

Cette année, les facteurs qui protègent la santé mentale sont mis en avant, notamment les **relations interpersonnelles** et le soutien social qu'elles permettent. Ces **multiples ressources** font référence aux éléments qui réduisent la probabilité qu'une personne envisage le suicide en **impactant positivement son bien-être**.

Pour en parler, STOP SUICIDE se tourne vers de **jeunes créateur-rices de contenu suisses**, afin de traiter cette thématique par et pour les pairs. En répondant à la question « **Et toi, comment tu prends soin de toi ?** » à travers de courtes vidéos, ils et elles partagent leurs expériences sur la façon de traverser les périodes difficiles et vers quelles ressources personnelles se tourner pour avoir du soutien.

Des **sportif-ves** aux **chanteur-euses** en passant par des **tiktokeur-euses**, une variété de domaines sera illustrée pour sensibiliser un maximum de jeunes et montrer que nous sommes **toutes et tous concerné-es par la santé mentale**. Vous retrouverez notamment le tiktokeur Leo Monferini, la chanteuse Marie Jay, le tatoueur Lavierapide ou encore l'influenceur Mathis Thalmann !

En parallèle de cette campagne de prévention en ligne, STOP SUICIDE se déplace sur le terrain pour aller à la rencontre des jeunes. La liste des événements auxquels l'association participe ainsi que les vidéos de la campagne sont à retrouver sur [stopsuicide.ch](https://stopsuicide.ch) ainsi que sur Instagram, TikTok et LinkedIn.

*Besoin d'aide ? Ne restez pas seul-e : appelez le 143 (adultes) ou le 147 (jeunes) 24h/7j*