

## Comprendre le suicide dans la construction

**La semaine de prévention du suicide dans la construction se déroule du 8 au 12 septembre**

Le secteur de la construction a des taux de suicide parmi les plus élevés de tous les secteurs. Chaque jour aux États-Unis, 12 travailleurs meurent par suicide. C'est quatre fois plus que la population générale.

**Que pouvons-nous faire?** Commencez par en parler. Des conversations honnêtes nous aident à veiller les uns sur les autres et à sauver des vies.



### Ce qui nous met à risque

*Ce type de travail s'accompagne d'une pression que la plupart des gens ne perçoivent pas.*

- Profession physiquement exigeante
- Longues heures
- Douleur chronique
- Voyages fréquents
- Séparation de la famille/des amis
- Vous ne savez pas qu'une aide est disponible ou vous n'êtes pas sûr de pouvoir l'utiliser



### Signes d'alerte à surveiller

*Il n'y a pas de cause unique au suicide, mais il existe des signes avant-coureurs.*

- S'isoler
- Sauts d'humeur importants
- Tenir des propos pessimistes ou avoir impression d'être un fardeau
- Changements dans le sommeil, l'appétit ou l'énergie
- Consommation accrue d'alcool ou d'autres substances

## Le suicide est évitable

*Un soutien est disponible. Si vous ou quelqu'un de votre entourage est en difficulté, n'hésitez pas à lui tendre la main. L'aide est gratuite et confidentielle.*



Appelez ou envoyez un message texte au **988** pour joindre la ligne d'écoute Suicide et Crise.

Vous serez mis en relation avec des conseillers formés, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, sans frais.



**Sous le chapeau** est une ressource pour la pression quotidienne et les jours plus difficiles. Obtenez de l'aide en matière de parentalité, de relations, d'épuisement professionnel ou de tout autre problème que vous rencontrez.

*Les fournisseurs de programmes d'aide aux employés (PAE) varient d'un pays à l'autre et d'un programme d'avantages sociaux à l'autre. Veuillez lire les conditions d'admissibilité au PAE figurant dans les documents relatifs à votre pays sur le site [UndertheHat.com](http://UndertheHat.com).*

# SIGNATURES DE L'ÉQUIPE

Projet :		Surintendant :	
Date :		Contremaître :	

**Thème :**

Noms des membres de l'équipe
