

**Créée en septembre 2020 par Yann Massart, infirmier en psychiatrie au centre hospitalier du Mans, l'association « Dites je suis là » se présente comme la plateforme de prévention du suicide. Son message aux personnes suicidaires et à leurs proches est simple : « En parler peut tout changer ». Vitav a rencontré Valentine et Joséphine, stagiaires chargées en communication pour l'association.**



Le saviez-vous ? **La Sarthe est le département qui présente le plus haut taux de suicide des Pays de la Loire**, supérieur de 24% à la moyenne nationale. Initiative locale, **Dites je suis là a un rôle de prévention et de communication** : ce n'est pas une plateforme d'écoute ou d'aide psychologique, mais plutôt de ressources pour les personnes en crise suicidaire et leurs aidants. L'équipe mancelle, composée de Yann, Valentine et Joséphine, stagiaires chargées en communication, et Margaux, stagiaire graphiste, travaille **en collaboration avec des professionnels du milieu médical** qui relaient son message à travers la France. L'association compte **30 membres** en tout.

### **La nouvelle campagne de prévention vise les 15-25 ans**

Dites je suis là s'adresse au grand public, mais sa dernière campagne se tourne plus précisément vers les 15-25 ans. En effet, c'est **l'un des publics les plus à risque**, et ce notamment depuis la crise sanitaire de Covid-19 : des statistiques récentes démontrent que **2 jeunes sur 3 ont déjà pensé au suicide**. Depuis quelques semaines, Valentine et Joséphine envoient des affiches et goodies aux **lycées, universités, et maisons des adolescents** de la France entière, qui les afficheront pour la rentrée prochaine.



**La communication diffère un peu de leur campagne habituelle.** Tout d'abord, elle s'appuie plus sur la technologie, avec un QR code sur les affiches qui fait apparaître un personnage en réalité augmentée qui s'adresse aux étudiants, et les renvoie sur la page « jeunes » du site. Ils y trouveront des ressources spécifiques, comme **le numéro d'écoute Nightline**, géré par des étudiants bénévoles. Côté **réseaux sociaux**, l'association est plus présente sur TikTok et Instagram que sur Facebook ou LinkedIn. Enfin, la démarche elle-même est simplifiée, avec 3 étapes pour les aidants : **repérer, écouter, en parler**.

### **3ème au classement des projets Ulule sur le thème de la santé mentale, Dites je suis là est invité à l'Olympia**

La plateforme propose une aide en 6 étapes, dont la première est tout simplement de dire « je suis là », et la sixième de **rester en contact avec la personne suicidaire** (voir schéma complet en fin d'article). Afin de faciliter cette dernière phase, l'association veut créer une carte qui permettra à un proche de personne suicidaire d'enregistrer un message vidéo personnalisé rassurant, auquel cette personne pourra accéder à n'importe quel moment en scannant un QR code.

La campagne de financement participatif pour ce produit a fini troisième du classement des projets Ulule sur le thème de la santé mentale, ce qui vaut à Yann Massart d'être invité à **la grande soirée Psychodon qui se tiendra à l'Olympia le samedi 12 juin**. La visibilité offerte par cet événement permettra à l'association de sensibiliser le grand public, mais aussi, de récolter davantage de financement pour leur projet. **Il est d'ailleurs possible de faire un don à leur campagne Ulule jusqu'au 14 juin**.

**Texte et photos : Zoé BARTHOUX.**

**Site web : [ici](#).**

**Facebook : [Dites Je Suis Là](#).**

**Instagram : [@ditesjesuisla](#).**

**TikTok : [@ditesjesuisla\\_off](#).**

**Ulule : [campagne « Restons en contact »](#) ouverte jusqu'au lundi 14 juin 2021 à 19h.**

Soirée événement **Psychodon** « Unis face aux maladies psychiques », à l'Olympia le samedi 12 juin 2021 à 21h, diffusée en direct sur C8.



## Partager :

- Cliquez pour partager sur Twitter(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Facebook(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Google+(ouvre dans une nouvelle fenêtre)