

## Suicide – Comment faire face au deuil

Cette fiche d'information examine le soutien disponible lorsqu'un être cher est décédé par suicide. Elle fournit également des informations sur les enquêtes qui peuvent être menées et sur la manière de soutenir une personne endeuillée suite à un suicide. Ces informations s'adressent à toute personne touchée par le suicide.

Cette fiche contient

- des liens vers des sites web qui fournissent des informations utiles,
- ainsi que des liens vers d'autres fiches d'information produites par Rethink Mental Illness.

Ces sites web et autres fiches d'information sont en langue anglaise. Si vous avez besoin d'aide pour les consulter, vous pouvez demander à une personne de confiance de les traduire pour vous.

### Key Points.

- La perte d'une personne par suicide peut provoquer un choc et un chagrin accablants. Vous pouvez avoir du mal à surmonter à ce qui s'est passé.
- Vous pouvez obtenir un soutien auprès de personnes et d'organisations spécialisées.
- Lorsqu'une personne décède, elle peut laisser derrière elle des choses pratiques à régler, comme ses finances. Vous aurez peut-être besoin d'aide pour le faire et il existe des organisations qui peuvent vous aider.
- Si l'on soupçonne qu'une personne s'est suicidée, une enquête sera ouverte. Il pourrait y avoir d'autres enquêtes.
- Vous pouvez avoir le sentiment que les services de santé mentale n'ont pas apporté un soutien suffisant à votre proche avant son décès. Vous pouvez déposer une plainte ou il peut y avoir lieu de porter plainte pour négligence clinique.
- Vous pouvez soutenir une personne qui a perdu un proche suite au suicide en l'écoutant ou en lui apportant un soutien pratique.

**Cette fiche d'information aborde ce qui suit :**

1. [Comment le suicide de mon proche peut-il m'affecter ?](#)
2. [Comment puis-je obtenir un soutien émotionnel et une thérapie par la parole ?](#)
3. [Comment puis-je obtenir un soutien pratique ?](#)
4. [Y aura-t-il une enquête ou une autre investigation relative à sa mort ?](#)
5. [Comment puis-je aider une personne qui a perdu un être cher des suites d'un suicide ?](#)

## 6. [Quel soutien Rethink Mental Illness fournit-il ?](#)

### 1. Comment le suicide de mon proche peut-il m'affecter ?

Perdre quelqu'un que l'on aime est toujours difficile. Mais perdre quelqu'un des suites de suicide peut s'accompagner de problèmes émotionnels supplémentaires.

#### À quoi pourrais-je penser ?

Cela vous sera personnel. Chacun aura des pensées différentes après le décès d'un être cher des suites de suicide. Mais vous pouvez avoir certaines des pensées suivantes :

- Je n'ai pas fait assez pour le soutenir
- J'ai aggravé la situation
- J'aurais pu l'arrêter
- Je n'aurais pas dû le laisser seul
- Je n'avais pas réalisé à quel point il se sentait mal
- Comment ose-t-il me laisser
- Je ne comprends pas pourquoi il a fait ça
- Pourquoi ne s'est-il pas confié à moi ?
- J'aurais pu faire plus pour l'aider

Ces pensées sont courantes.

#### Comment pourrais-je me sentir ?

Ce n'est qu'un sentiment normal. Le deuil est une expérience personnelle. Les sentiments communs sont :<sup>1</sup>

- le choc et l'engourdissement,
- la tristesse accablante,
- la fatigue ou l'épuisement,
- la colère, qui peut être dirigée contre la personne décédée, contre Dieu, contre sa maladie ou contre d'autres choses ou personnes,
- la culpabilité, peut-être à propos de ce que vous ressentez, ou de quelque chose que vous avez fait ou n'avez pas fait, et
- un sentiment intense de solitude.

Il est probable que ces sentiments passent ou deviennent plus faciles à gérer avec le temps. Laissez-vous le temps pour faire face à ce qui s'est passé. Le soutien émotionnel peut vous aider à gérer vos émotions plus rapidement. Voir la [section 2](#) de cette fiche d'information pour plus d'informations.

#### Quand pourrais-je envisager d'obtenir un soutien ?<sup>2</sup>

Il est normal d'éprouver du chagrin lorsqu'un être cher se suicide. Si la façon dont vous vous sentez affecte votre vie, vous pouvez essayer certaines choses susceptibles de vous aider.

Vous pouvez penser à obtenir un soutien si :

- vous avez l'impression que vos symptômes durent depuis trop longtemps ou
- qu'ils ont un impact important sur votre vie.

Un grand impact sur votre vie peut être :

- ne pas être capable de passer à autre chose ;
- ne pas pouvoir faire les choses que vous faites normalement, comme travailler ou faire ce que vous aimez habituellement ;
- se négliger soi, comme ne pas se laver ou manger ;
- un impact sur vos relations avec les gens ;
- la perte d'intérêt pour le travail ou les études ; et
- l'abandon de vos rêves.

Voir la [section 2](#) de cette fiche pour plus d'informations sur le soutien.

Pour en savoir plus sur le chagrin après un deuil ou une perte, consultez le site du NHS :

[www.nhs.uk/mental-health/feelings-symptoms-behaviours/feelings-and-symptoms/grief-bereavement-loss](http://www.nhs.uk/mental-health/feelings-symptoms-behaviours/feelings-and-symptoms/grief-bereavement-loss)

### **Comment mon origine culturelle peut-elle affecter mon expérience du deuil des suites d'un suicide ?<sup>3</sup>**

Vous pouvez être issu de la communauté noire, asiatique ou d'une minorité ethnique (BAME) ou d'une nationalité hors du Royaume-Uni. Perdre quelqu'un des suites de suicide peut être déroutant et compliqué pour vous, car cela peut entrer en conflit avec votre propre religion ou vos croyances.

La santé mentale et le suicide peuvent être stigmatisés dans votre communauté. Cela peut rendre plus difficile le fait d'aller chercher de l'aide et de parler ouvertement de votre perte.

Vous pouvez éprouver des sentiments accrus de honte, de peur, de rejet et d'isolement en raison de la stigmatisation. Cela pourrait vous empêcher de dire aux autres que votre perte est due à un suicide. Cela peut vous empêcher de parler de votre perte à l'intérieur ou à l'extérieur de votre réseau familial.

Il se peut également que vous ne disposiez pas d'un réseau de soutien de la famille élargie parce que :

- vous êtes de la première ou de la deuxième génération ; ou
- votre famille se trouve dans un autre pays.

La discrimination raciale et la violence raciale peuvent être des facteurs contribuant aux raisons pour lesquelles les personnes issues des communautés BAME se suicident. Cela peut rendre le deuil et le chagrin plus difficiles à gérer.

Vous pouvez avoir des difficultés à accéder aux services de soutien en raison de barrières linguistiques. De même, il peut y avoir un manque de compréhension, perçu ou réel, de la part des services concernant :

- votre origine culturelle,
- la façon dont vous faites le deuil d'un être cher, y compris les arrangements funéraires et
- ce que vous ressentez face à cette perte.

Trouver l'aide qui vous permettra de parler ouvertement de votre perte est extrêmement important et sera différent pour chacun. Certaines personnes souhaiteront obtenir un soutien au sein de leur propre communauté. D'autres

voudront accéder à des services de soutien spécialisés, et certains voudront bénéficier des deux.

Vous trouverez plus d'informations sur la santé mentale des **Noirs, des Asiatiques et des minorités ethniques (BAME)** sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org). Vous pouvez également appeler notre équipe chargée des questions générales au 0121 522 7007 et lui demander de vous envoyer une copie de notre fiche d'information.

[Top](#)

## 2. Comment puis-je obtenir un soutien émotionnel et une thérapie par la parole ?

### Où puis-je trouver un soutien émotionnel ?

Vous pouvez parler aux gens de ce que vous ressentez et c'est une étape importante du processus de deuil pour de nombreuses personnes. Vous pouvez franchir cette étape lorsque vous vous sentez prêt.

Vous pouvez obtenir un soutien émotionnel auprès

- d'amis et de parents,
- de lieux de culte et des réseaux communautaires qui s'y trouvent,
- d'organisations caritatives, y compris des lignes téléphoniques de soutien émotionnel et des groupes de soutien,
- de réseaux communautaires et de cercles sociaux,
- de services de soutien spécialisés dans la communauté BAME, et
- de services de soutien spécialisés dans le deuil des suites de suicide.

Les lignes de soutien émotionnel ne sont pas les mêmes que les services de conseil. Elles sont parfois appelées « services d'écoute » et leur personnel est composé d'auditeurs qualifiés et formés.

Elles peuvent vous aider si vous souhaitez bénéficier d'un espace de discussion confidentiel et sans jugement. En particulier si :

- vous avez du mal à parler à d'autres personnes qui ont également vécu cette perte, ou si
- vous éprouvez des sentiments que vous pensez que d'autres personnes ne partagent pas.

Consultez la section [Contacts utiles](#) de cette fiche d'information pour obtenir des détails sur les lignes de soutien psychologique et les autres organisations qui peuvent vous aider.

Vous trouverez plus d'informations sur la santé mentale des **Noirs, des Asiatiques et des minorités ethniques (BAME)** sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org). Vous pouvez également appeler notre équipe chargée des questions générales au 0121 522 7007 et lui demander de vous envoyer une copie de notre fiche d'information.

## **Comment puis-je suivre une thérapie par la parole ?**

Vous pourrez peut-être bénéficier d'un soutien psychologique :

- Le NHS,
- une thérapie privée,
- un programme d'aide aux employés par votre employeur, ou
- des organisations caritatives.

### Comment puis-je bénéficier d'une thérapie par la parole sur le NHS ?

Votre médecin généraliste peut vous proposer une assistance au deuil dans le cadre du NHS ou vous orienter vers un service local de deuil auprès d'une autre organisation. Vous trouverez également les coordonnées des services d'aide aux personnes en deuil dans la section [Contacts utiles](#) de cette fiche ou en les recherchant sur [www.ataloss.org](http://www.ataloss.org)

Le deuil peut contribuer à vous faire ressentir des sentiments de dépression ou d'anxiété. Vous pouvez accéder à une thérapie auprès de votre service local de thérapie par la parole du NHS. Il peut également être en mesure de fournir des conseils en cas de deuil.

Il est parfois connu sous le nom de services « IAPT ». IAPT signifie Improving Access to Psychological Treatments (amélioration de l'accès aux traitements psychologiques).

Vous pouvez trouver le service de thérapie par la parole du NHS le plus proche de chez vous en :

- cherchant sur le site web du NHS suivant : [www.nhs.uk/mental-health/talking-therapies-medicine-treatments/talking-therapies-and-counselling/nhs-talking-therapies](http://www.nhs.uk/mental-health/talking-therapies-medicine-treatments/talking-therapies-and-counselling/nhs-talking-therapies) ,
- appelant le NHS 111, ou
- en demandant à votre médecin généraliste.

### Comment puis-je obtenir une thérapie par la parole en privé ?

La thérapie privée est une thérapie qui n'est pas fournie ou financée par le NHS. Vous devrez le payer vous-même ou vous pouvez être couvert par une police d'assurance.

Le coût de la thérapie varie selon les pays et les thérapeutes. Vous pouvez vous renseigner sur les frais et convenir d'un prix avant de commencer vos séances de thérapie.

Vous pouvez rechercher des thérapeutes privés dans votre région sur les sites web suivants :

- **Association britannique des conseillers et psychothérapeutes** : [www.bacp.co.uk/search/Therapists](http://www.bacp.co.uk/search/Therapists);
- **Conseil britannique de la psychothérapie** : [www.psychotherapy.org.uk/](http://www.psychotherapy.org.uk/)
- **Directoire des services de conseil** : [www.counselling-directory.org.uk](http://www.counselling-directory.org.uk)

### Comment puis-je obtenir une thérapie par la parole auprès d'organisations caritatives ?

Vous pouvez effectuer des recherches en ligne pour voir si vous pouvez trouver des organisations caritatives qui proposent des thérapies par la parole gratuites ou peu coûteuses.

Vous pouvez peut-être obtenir des conseils sur le deuil et d'autres formes de soutien auprès de **Cruse Bereavement Support**. Il dispose d'une ligne d'assistance et d'informations sur son site web. En outre, certaines de ses antennes locales ont des groupes de soutien pour les personnes endeuillées des suites d'un suicide. Vous trouverez leurs coordonnées dans la section [Contacts utiles](#) de cette fiche d'information.

### Que sont les programmes d'assistance aux employés ?

Votre employeur peut proposer un programme d'assistance aux employés (PAE) qui comprend un service de conseil. Vous pouvez demander à votre employeur s'il existe un service de PAE auquel vous pouvez faire appel.

Vous trouverez de plus amples informations sur les **thérapies par la parole** sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org). Vous pouvez également appeler notre équipe chargée des questions générales au 0121 522 7007 et lui demander de vous envoyer une copie de notre fiche d'information.

[Top](#)

### **3. Comment puis-je obtenir un soutien pratique ?**

Il se peut que vous ayez des questions pratiques à régler après le décès d'une personne, comme l'enregistrement du décès ou la gestion des finances de votre proche.

Le site web du gouvernement propose un guide à suivre pas à pas intitulé « Que faire en cas de décès ». Il donne des informations sur ce qu'il faut faire après un décès. Vous pouvez le trouver sur le site [www.gov.uk/when-someone-dies](http://www.gov.uk/when-someone-dies).

Vous pouvez contacter le **Bereavement Advice Centre** pour obtenir des conseils.

Il s'agit d'un service national qui fournit gratuitement des conseils pratiques sur ce qu'il faut faire après un décès. Il dispose de guides que vous pouvez suivre sur son site web. Vous trouverez leurs coordonnées dans la section [Contacts utiles](#) de cette fiche d'information.

### **Où puis-je obtenir des conseils sur les dettes ?**

Vous pouvez obtenir des conseils gratuits et spécialisés auprès d'organismes de gestion des dettes si :

- le défunt a des dettes ou
- si son décès vous a causé des difficultés financières.

Vous trouverez les coordonnées des organismes de conseil en matière de dettes dans la section [Contacts utiles](#) de cette fiche d'information.

Vous pouvez également rechercher des conseillers locaux en matière de dettes sur le site web suivant : <https://advicefinder.turn2us.org.uk> Sélectionnez « dettes » dans le menu déroulant et indiquez votre code postal.

Sur son site web, **National Debtline** propose des informations utiles intitulées « Les dettes après la mort » :

#### **4. Y aura-t-il une enquête ou une autre investigation relative à sa mort ?**

Lorsqu'une personne se suicide, il y a au moins une enquête sur sa mort.

Ces enquêtes peuvent vous aider à obtenir des réponses aux questions que vous vous posez sur la situation.

Il doit y avoir une enquête. Il peut également y avoir des enquêtes connues sous le nom d'examen des notes de cas NHS et d'enquête sur les incidents de sécurité.

#### **Qu'est-ce qu'une enquête ?**

Une enquête sera menée s'il apparaît qu'une personne s'est suicidée.<sup>4</sup> Une enquête est une audience du tribunal au cours de laquelle un coroner enquête sur le décès d'une personne. Un coroner est généralement un médecin ou un avocat.

Une enquête permet de savoir :<sup>5</sup>

- qui est mort,
- où il est mort,
- quand il est mort et
- comment il est mort.

Le service d'enquête dira comment il pense que quelqu'un est mort en se basant sur les preuves. Il peut décider que la mort est due à un suicide ou il peut rendre d'autres verdicts.<sup>6</sup>

Vous trouverez de plus amples informations sur les « **enquêtes** » sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org). Vous pouvez également appeler notre équipe chargée des questions générales au 0121 522 7007 et lui demander de vous envoyer une copie de notre fiche d'information.

#### **Qu'est-ce qu'un examen des notes de cas du NHS ?**

Le NHS doit procéder à ce que l'on appelle un examen des notes de cas dans les cas suivants :<sup>7</sup>

- un patient est décédé pendant
- qu'il était sous ses soins et sa famille soulève une « préoccupation importante » concernant les soins fournis par le NHS à un patient.

Une préoccupation importante signifie :<sup>8</sup>

- toute préoccupation soulevée par la famille à laquelle il n'est pas possible de répondre sur le moment, ou
- toute question à laquelle il n'est pas répondu à la satisfaction de la famille.

Cela peut se produire si le décès est accidentel, soudain ou inattendu.

Un examen des notes de cas signifie qu'un clinicien examinera les notes de cas de la personne décédée. Le clinicien travaille généralement pour le NHS, mais il n'a pas été impliqué dans les soins de la personne.

Il examinera la manière dont les soins ont été administrés à la personne décédée. Si l'examen révèle des problèmes concernant les soins qu'elle a reçus, vous devez être contacté pour en discuter.

De plus, les établissements du NHS doivent publier les détails de la manière dont ils répondent aux décès des patients dont ils ont la charge et en tirent les leçons.<sup>9</sup> Vous trouverez peut-être des informations à ce sujet sur le site web de l'association ou vous pouvez la contacter.

### **Qu'est-ce qu'une enquête sur un incident de sécurité ?<sup>10</sup>**

Une enquête sur un incident de sécurité peut être menée si le décès est dû à un « incident de sécurité ».

Un incident de sécurité est un incident qui aurait pu causer, ou a causé, un préjudice aux patients recevant des soins de santé. L'incident sera involontaire ou inattendu.

Une enquête sur un incident de sécurité doit être menée si l'on craint qu'un incident de sécurité ait pu contribuer au décès d'un patient. L'objectif de l'enquête est de tirer les leçons des erreurs commises et de réduire les risques futurs pour les patients.

L'enquête peut être menée par des enquêteurs externes ou par le NHS.

Vous devez être informé si une enquête sur un incident de sécurité va avoir lieu, et le processus doit vous être expliqué. On devrait vous demander si vous souhaitez être impliqué.

### **Puis-je obtenir plus d'informations sur les processus d'enquête du NHS ?**

Les établissements de santé mentale doivent avoir des politiques sur la manière dont ils enquêtent sur les décès des patients dont ils ont la charge. Vous pouvez demander à un établissement une copie de sa politique. Vous devrez peut-être faire une demande de liberté d'information.

Vous pouvez obtenir plus d'informations sur les demandes de liberté d'information ici : [www.gov.uk/make-a-freedom-of-information-request](http://www.gov.uk/make-a-freedom-of-information-request)

Le service de conseil et de liaison avec les patients (PALS) de l'établissement peut vous aider à obtenir une copie de la politique. Vous pouvez rechercher les bureaux du PALS ici :

[www.nhs.uk/service-search/patient-advice-and-liaison-services-\(pals\)/locationsearch/363](http://www.nhs.uk/service-search/patient-advice-and-liaison-services-(pals)/locationsearch/363)

### **Que puis-je faire si je pense que les soins et le traitement de mon proche ont contribué à son décès ?**

Vous pouvez demander une enquête au NHS si vous avez des raisons de penser que les soins ou le traitement de votre proche ont contribué à son décès. Vous pouvez contacter le service de conseil et de liaison avec les patients (PALS).

Le PALS fait partie du NHS. Il offre un soutien, des informations et des conseils confidentiels aux patients et à leur famille.

Vous pouvez rechercher les bureaux du PALS ici :

[www.nhs.uk/service-search/patient-advice-and-liaison-services-\(pals\)/locationsearch/363](http://www.nhs.uk/service-search/patient-advice-and-liaison-services-(pals)/locationsearch/363)

### Puis-je déposer une plainte auprès du NHS ?

Vous pouvez déposer une plainte auprès du NHS si vous n'êtes pas satisfait de quelque chose. Par exemple, vous pouvez penser que :

- l'examen de la note de cas ou l'enquête sur l'incident de sécurité n'a pas répondu à toutes vos préoccupations, ou que
- le processus d'enquête n'a pas été suivi correctement.

Vous trouverez de plus amples informations sur le thème « **Se plaindre du NHS ou des services sociaux** » sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org). Vous pouvez également appeler notre équipe chargée des questions générales au 0121 522 7007 et lui demander de vous envoyer une copie de notre fiche d'information.

### Que puis-je faire si je pense qu'une indemnisation doit être accordée ?

Vous pouvez penser que le NHS devrait vous indemniser, vous ou une autre personne, parce que ses manquements ont entraîné le décès de votre proche.

Le NHS n'accordera pas d'indemnisation à la suite d'une révision d'une note de cas ou d'une enquête sur un incident de sécurité.

Il vous faudrait déposer une plainte pour négligence clinique. On parle de négligence clinique lorsque des professionnels de la santé vous blessent physiquement ou mentalement en raison de la qualité des soins qu'ils vous ont prodigués.

Une demande d'indemnisation pour négligence clinique est un processus légal, donc si vous voulez en faire une, il est préférable d'obtenir les conseils d'un avocat. Vous pouvez également obtenir des conseils auprès d'**Action Against Medical Accidents**. Vous trouverez leurs coordonnées dans la section [Contacts utiles](#) de cette fiche d'information.

Vous pouvez en savoir plus sur :

- Négligence clinique
- Conseils juridiques

sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org). Vous pouvez également appeler notre équipe chargée des questions générales au 0121 522 7007 et lui demander de vous envoyer une copie de notre fiche d'information.

[Top](#)

## **5. Comment puis-je aider une personne qui a perdu un être cher des suites de suicide ?**

Cela peut aider à :

- lui faire savoir que vous vous souciez d'elle et qu'elle n'est pas seule ;
- l'encourager à parler si elle le souhaite ;
- faire preuve d'empathie en disant quelque chose comme : « Je ne peux pas imaginer combien c'est douloureux pour vous, mais je voudrais essayer de comprendre » ;
- écouter ;
- ne pas porter de jugement ;

- répéter ses mots en vos propres termes pour montrer que vous l'écoutez et que vous l'avez bien comprise ;
- lui proposez de l'aider à accomplir les tâches pratiques après le décès ;
- rester en contact avec elle ; et
- la traiter de la même manière que vous traiteriez toute personne en deuil.

Cela peut ne pas aider si vous :

- essayez de trouver une solution facile pour elle;
- changez de sujet ;
- parlez de vous ;
- la jugez, ou la personne qui est morte ;
- lui dites qu'elle ne devrait pas se sentir comme ça ;
- lui dites qu'elle est stupide ;
- ne respectez pas vos engagements.

Rappelez-vous que vous n'avez pas besoin de trouver une réponse, ni même de comprendre pourquoi elle se sent comme cela. En l'écoutant, vous lui montrerez au moins que vous vous intéressez à elle.

L'association **Survivors of Bereavement by Suicide (SOBS)** propose des informations sur la façon dont vous pouvez soutenir une personne endeuillée des suites de suicide : [https://uksobs.org/we-can-help/suicide-bereavement/supporting-the-bereaved/supporting-friends-and-family/?doing\\_wp\\_cron=1646911125.0830760002136230468750](https://uksobs.org/we-can-help/suicide-bereavement/supporting-the-bereaved/supporting-friends-and-family/?doing_wp_cron=1646911125.0830760002136230468750)

[Top](#)

## 6. Quel soutien Rethink Mental Illness fournit-il ?

Actuellement, Rethink Mental Illness propose trois services de soutien spécialisés aux personnes endeuillées des suites de suicide. Ces services offrent une gamme de soutien pratique et émotionnel pour vous aider à surmonter l'épreuve du deuil.

Si votre première langue n'est pas l'anglais, nos services peuvent faire appel à un interprète pour vous.

Nos services sont :

### **Service SOS de Brighton**

Offre un soutien aux personnes âgées de 18 ans et plus qui sont endeuillées des suites de suicide. Il soutient également ceux qui sont affectés par leurs propres sentiments suicidaires à Brighton et Hove, East Sussex.

**Téléphone** : 01273 709060

**E-mail** : [sos.mendos@rethink.org](mailto:sos.mendos@rethink.org)

**Site web** : [www.rethink.org/brighton-sos](http://www.rethink.org/brighton-sos)

### **Service de soutien après suicide du Gloucestershire**

Offre un soutien aux personnes âgées de 18 ans et plus qui sont endeuillées des suites de suicide et qui vivent dans le Gloucestershire.

**Téléphone** : 07483 375516

**E-mail** : [glossupportaftersuicide@rethink.org](mailto:glossupportaftersuicide@rethink.org)

**Site web** : [www.rethink.org/glossupportaftersuicide](http://www.rethink.org/glossupportaftersuicide)

### **Service de soutien après suicide du centre-nord de Londres**

Offre un soutien aux personnes de tout âge qui sont endeuillées des suites de suicide dans les arrondissements londoniens de Camden, Islington, Barnet, Enfield et Haringey. Le service peut soutenir les personnes en dehors des arrondissements si le suicide a eu lieu dans les arrondissements.

**Téléphone** : 07483 368 700

**E-mail** : [supportaftersuicide@rethink.org](mailto:supportaftersuicide@rethink.org)

**Site web** : [www.rethink.org/ncl-supportaftersuicide](http://www.rethink.org/ncl-supportaftersuicide)

### **Que se passe-t-il si j'habite dans une région où il n'y a pas de service de soutien au suicide ?**

Vous pouvez effectuer une recherche sur le site [www.ataloss.org](http://www.ataloss.org). Il s'agit d'un site d'orientation gratuit qui vous aidera à trouver le soutien le plus approprié pour vous et votre famille.

Son objectif est que chaque personne endeuillée puisse trouver un soutien au moment et à l'endroit où elle en a besoin. Voir l'option déroulante

« Circonstances du décès » :

[www.ataloss.org/Pages/FAQs/Category/organisations-that-can-help?Take=24](http://www.ataloss.org/Pages/FAQs/Category/organisations-that-can-help?Take=24). Il y a une option pour sélectionner « suicide ». En choisissant cette option, vous trouverez des organisations qui peuvent vous aider à faire face au suicide.

### **Informations sur l'élaboration de cette fiche d'information**

Les services de deuil en cas de suicide de Rethink Mental Illness ont obtenu une subvention du Fonds de prévention du suicide du ministère de la Santé et des Soins sociaux. Cette subvention nous a permis de traduire la version anglaise de cette fiche d'information dans les 10 langues non anglaises les plus parlées au Royaume-Uni. Il s'agit de s'assurer que les personnes issues des communautés BAME ont accès aux informations sur le deuil dans leur propre langue. BAME signifie Black, Asian, or Minority Ethnic (Noirs, Asiatiques ou Minorité ethnique).

Cette fiche d'information peut être téléchargée gratuitement sur notre site web à l'adresse [www.rethink.org](http://www.rethink.org).

[Top](#)

Further  
Reading

L'organisation Support after Suicide Partnership **Department of Health** propose sur son site Web une brochure intitulée « Help is at hand » (l'aide est à portée de main). Elle s'adresse aux personnes qui ont été endeuillées des suites d'un suicide et fournit des conseils sur les aspects émotionnels et pratiques du deuil : <https://supportaftersuicide.org.uk/resource/help-is-at-hand>

### **Survivors of Bereavement by Suicide (SOBS)**

SOBS est une organisation créée pour les personnes de plus de 18 ans qui ont perdu quelqu'un des suites de suicide. Elle dispose d'une ligne d'assistance nationale qui offre un soutien. Elle propose également des réunions de groupe et des fiches d'information.

**Téléphone** : 0300 111 5065

**Adresse** : The Flamsteed Centre, Albert Street, Ilkeston, Derbyshire DE7 5GU

**E-mail** : [email.support@uksobs.org](mailto:email.support@uksobs.org)

**Site web** : [www.uksobs.org](http://www.uksobs.org)

### **Support After Suicide Partnership**

Un groupe d'intérêt spécial de la National Suicide Prevention Alliance qui se concentre sur le soutien aux personnes endeuillées ou affectées par le suicide.

**E-mail** : formulaire de contact en ligne à l'adresse suivante :

<https://supportaftersuicide.org.uk/contact/>

**Site web** : [www.supportaftersuicide.org.uk](http://www.supportaftersuicide.org.uk)

### **Cruse Bereavement Support**

Cruse offre une aide gratuite et confidentielle aux personnes endeuillées.

Certaines de ses antennes locales proposent également des groupes de soutien aux personnes endeuillées des suites d'un suicide.

**Téléphone** : 0808 808 1677

**Adresse** : PO Box 800, Richmond, Surrey, TW9 1RG

**Recherchez les branches locales** : [www.cruse.org.uk/get-help/local-services](http://www.cruse.org.uk/get-help/local-services)

**Site web** : [www.cruse.org.uk](http://www.cruse.org.uk)

### **INQUEST**

Fournit des informations sur les enquêtes, y compris les droits de la famille à être impliquée. Elle a également produit le « Manuel des enquêtes ». INQUEST en donne un exemplaire gratuit aux familles endeuillées ou vous pouvez le lire sur son site web. Elle gère également un service de conseil par téléphone et par courrier électronique

**Téléphone** : 020 7263 1111

**Adresse** : 3rd Floor, 89-93 Fonthill Road, London, N4 3JH

**E-mail** : formulaire en ligne sur [www.inquest.org.uk/forms/help-and-advice-form](http://www.inquest.org.uk/forms/help-and-advice-form)

**Site web** : [www.inquest.org.uk](http://www.inquest.org.uk)

### **The Bereavement Advice Centre**

Il s'agit d'un service national qui fournit gratuitement des conseils pratiques et des informations sur ce qu'il faut faire après un décès.

**Téléphone** : 0800 634 9494.

**Adresse** : Heron House, Timothy's Bridge Road, Stratford-Upon-Avon, CV37 9BX

**Site web** : [www.bereavementadvice.org](http://www.bereavementadvice.org)

### **The Compassionate Friends**

Ce service soutient les parents endeuillés et leurs familles pour la perte d'un enfant.

**Téléphone** : 0345 123 2304

**E-mail** : [info@tcf.org.uk](mailto:info@tcf.org.uk)

**Site web** : [www.tcf.org.uk](http://www.tcf.org.uk)

### **SOS Silence**

SOS silence rassemble toutes les personnes touchées par le suicide, qu'elles soient endeuillées, qu'elles aient des pensées suicidaires ou qu'elles aient fait une tentative de suicide. Il dispose d'un service d'écoute et de groupes de soutien en personne.

**Téléphone** : 0300 1020 505

**E-mail** : [support@sossilenceofsuicide.org](mailto:support@sossilenceofsuicide.org)

**Site web** : <https://sossilenceofsuicide.org>

### **The Samaritans**

The Samaritans offre aux gens un soutien émotionnel confidentiel. Dans certaines régions, il a des antennes locales où vous pouvez vous rendre pour obtenir du soutien.

**Téléphone** : 116 123 (Royaume-Uni) (24 heures/24)

**Adresse** : PO Box RSRB-KKBY-CYJK, P.O. Box 90 90, Stirling FK8 2SA

**E-mail** : [jo@samaritans.org](mailto:jo@samaritans.org)

**Site web** : [www.samaritans.org](http://www.samaritans.org)

### **Saneline**

Il fournit un soutien émotionnel confidentiel. Il propose également un service gratuit d'assistance par texto appelé Textcare. Et un forum de soutien en ligne où chacun peut partager son expérience de la santé mentale.

**Téléphone** : 0300 304 7000

**Textcare** : [www.sane.org.uk/what\\_we\\_do/support/textcare](http://www.sane.org.uk/what_we_do/support/textcare)

**Forum de soutien** : [www.sane.org.uk/what\\_we\\_do/support/supportforum](http://www.sane.org.uk/what_we_do/support/supportforum)

**Site web** : [www.sane.org.uk](http://www.sane.org.uk)

### **Ligne d'assistance**

La ligne d'assistance offre un soutien émotionnel confidentiel par téléphone, courriel et courrier.

**Téléphone** : 01708 765200

**Adresse** : SupportLine, PO Box 2860, Romford, Essex RM7 1JA

**E-mail** : [info@supportline.org.uk](mailto:info@supportline.org.uk)

**Site web** : [www.supportline.org.uk](http://www.supportline.org.uk)

### **Action Against Medical Accidents (AvMA)**

(AvMA) est une organisation caritative britannique qui offre des conseils et un soutien gratuits et confidentiels aux personnes touchées par des accidents médicaux.

**Téléphone** : 0845 123 2352

**Adresse** : Freedman House, Christopher Wren Yard, 117 High Street, Croydon, CR0 1QG

**E-mail** : visitez le site web pour utiliser le formulaire client

**Site web** : [www.avma.org.uk](http://www.avma.org.uk)

### **Debt and money advice**

#### **National Debtline**

Fournit des conseils gratuits, indépendants et confidentiels sur la base de l'auto-assistance. Vous pouvez le contacter par téléphone, par courrier électronique ou par lettre.

**Téléphone** : 0808 808 4000

**Discussion en ligne** : visitez le site web pour utiliser la discussion en ligne

**Site web** : [www.nationaldebtline.org](http://www.nationaldebtline.org)

#### **StepChange**

L'une des principales organisations caritatives du Royaume-Uni en matière de dettes. Elle fournit des conseils gratuits et efficaces sur les dettes, ainsi que des solutions pratiques.

**Téléphone** : 0800 138 1111

**Discussion en ligne via le site web** : [www.stepchange.org/contact-us.aspx](http://www.stepchange.org/contact-us.aspx)

**Site web** : [www.stepchange.org](http://www.stepchange.org)

#### **The Money Advice Service**

Conseils gratuits et impartiaux sur les questions d'argent.

**Téléphone** : 0800 011 3797

**Discussion en ligne et formulaire de contact en ligne** :

[www.moneyhelper.org.uk/en/contact-us/pensions-guidance](http://www.moneyhelper.org.uk/en/contact-us/pensions-guidance)

**Site web** : [www.moneyadviceservice.org.uk/en](http://www.moneyadviceservice.org.uk/en)

#### **Site web de conseils sur la santé mentale et l'argent**

Vous aide à comprendre, gérer et améliorer votre santé mentale et vos problèmes d'argent. Conseils et informations sur les questions d'argent et de dettes.

**Site web** : [www.mentalhealthandmoneyadvice.org](http://www.mentalhealthandmoneyadvice.org)

## References

<sup>1</sup> NHS. *Faire face au deuil*. [www.nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/](http://www.nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/) (consulté le 19 septembre 2019).

<sup>2</sup> NHS. *Faire face au deuil*. [www.nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/](http://www.nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/) (consulté le 19 septembre 2019).

<sup>3</sup> Pauline Rivart et al. Expériences des groupes de minorités ethniques en matière de deuil des suites d'un suicide : une étude qualitative exploratoire. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. 18 (11860). Pp 1-11.

<sup>4</sup> S1(2), Loi sur les coroners et la justice 2009 c.25.

<sup>5</sup> S5(1), Loi sur les coroners et la justice 2009 c.25.

- 
- <sup>6</sup>Bibliothèque de la Chambre des Communes. Document d'information sur les enquêtes et les investigations des coroners. Numéro 03981 ; 7 mai 2019. Page 11.
- <sup>7</sup> NHS Angleterre. *Information for families following a bereavement - Reviews of deaths in our care* [www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/08/information-for-families-following-a-bereavement.pdf](http://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/08/information-for-families-following-a-bereavement.pdf) Page 5 (consulté le 10 mars 2022).
- <sup>8</sup> NHS Angleterre. *Information for families following a bereavement*. [www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/08/information-for-families-following-a-bereavement.pdf](http://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/08/information-for-families-following-a-bereavement.pdf) Page 6 (consulté le 16 décembre 2019).
- <sup>9</sup> NHS. *Implementing the Learning from Deaths framework: key requirements for trust boards*. [https://improvement.nhs.uk/documents/1747/170921\\_Implementing\\_LfD\\_-\\_information\\_for\\_boards\\_JH\\_amend\\_3.pdf](https://improvement.nhs.uk/documents/1747/170921_Implementing_LfD_-_information_for_boards_JH_amend_3.pdf) Page 17 (consulté le 19 décembre 2019).
- <sup>10</sup> NHS Angleterre. *Information for families following a bereavement – Investigations* [www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/08/information-for-families-following-a-bereavement.pdf](http://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/08/information-for-families-following-a-bereavement.pdf) Page 5 (consulté le 10 mars 2022).

© Rethink Mental Illness 2014

Dernière mise à jour : décembre 2019

Prochaine mise à jour : décembre 2022

Version 6.1

Cette fiche est disponible en  
gros caractères.

Service de conseil Rethink Mental Illness  
Téléphone 0808 801 0525  
Du lundi au vendredi, de 9 h 30 à 16 h  
(sauf les jours fériés)  
Email [advice@rethink.org](mailto:advice@rethink.org)

#### Cela a-t-il aidé?

Nous aimerions savoir si ces informations vous ont aidé.  
Envoyez-nous un message à l'adresse suivante [feedback@rethink.org](mailto:feedback@rethink.org)

ou écrivez-nous à Rethink Mental Illness :  
RAIS  
PO Box 17106  
Birmingham B9 9LL

ou appelez-nous au 0808 801 0525  
Nous sommes ouverts de 9 h 30 à 16 h  
Du lundi au vendredi (sauf les jours fériés)

[Rethink Mental Illness.](#)

[Ouvrir la voie à une meilleure qualité de vie pour toutes les personnes touchées par une maladie mentale grave.](#)

[Pour de plus amples informations sur Rethink Mental Illness, veuillez téléphoner au 0121 522 7007](#)  
Email [info@rethink.org](mailto:info@rethink.org)

#### Vous avez besoin d'aide?

Aller sur [www.rethink.org](http://www.rethink.org) pour obtenir des informations sur les symptômes, les traitements, l'argent, les prestations et vos droits.

#### Vous n'avez pas accès au web?

Appelez-nous au 0121 522 7007. Nous sommes ouverts du lundi au vendredi. De 9 h à 17 h, et nous vous enverrons par courrier les informations dont vous avez besoin.

#### Vous souhaitez parler à un conseiller?

Si vous avez besoin de conseils pratiques, appelez-nous au 0808 801 0525 entre 9 h 30 et 16 h. Du lundi au vendredi. Nos conseillers spécialisés peuvent vous aider à répondre à des questions telles que la demande de prestations, l'accès aux soins ou le dépôt d'une plainte.

#### Pouvez-vous nous aider à continuer?

Nous ne pouvons aider les gens que grâce aux dons de personnes comme vous. Si vous pouvez faire un don, rendez-vous sur [www.rethink.org/donate](http://www.rethink.org/donate) ou appelez le 0121 522 7007 pour faire un don. Nous sommes très reconnaissants du soutien généreux de tous nos donateurs.

 [facebook.com/rethinkcharity](https://www.facebook.com/rethinkcharity)  
 [twitter.com/rethink\\_](https://twitter.com/rethink_)  
 [www.rethink.org](http://www.rethink.org)



Registered in England Number 1227970. Registered Charity Number 271028. Registered Office 89 Albert Embankment, London, SE1 7TP. Rethink Mental Illness is the operating name of National Schizophrenia Fellowship, a company limited by guarantee.