



Deutsche Version siehe unten

Situations d'urgence et prévention du suicide

Si, dans le cadre des activités de nos écoles, vous êtes confronté-e-s à une personne (collaborateur/collaboratrice ou étudiant-e) souffrant d'une détresse psychique qui nécessite l'intervention d'un professionnel spécialisé en santé mentale. La personne présente par exemple :

- Un état d'abattement extrême,
- Un risque de suicide ou d'automutilation,
- Un délire, hallucinations, état d'agitation, angoisse ou une souffrance psychique extrême ou encore état dépressif intense,
- Un événement critique : C'est l'effet d'un événement qui sort de la norme et au cours duquel les défenses psychiques sont submergées : accident grave/mortelle, suicide, tentative de suicide, overdose, attentat, agression, décès brutal, inondation, homicide, annonce maladie grave, annonce mauvaise nouvelle ...

prenez immédiatement contact avec le service **HELP (026 429 60 60)** ou par e-mail : help@hefr.ch

Si Help n'est pas disponible :

- Notez le nom et prénom de la personne
- Notez son adresse et son numéro de téléphone
- **Ne pas laisser la personne seule**
- Demander à la personne si elle est d'accord de contacter sa famille, un-e ami-e proche, son médecin de famille, le cas échéant, son/sa psychiatre. Si la personne n'est pas en mesure de faire l'appel, vous pouvez le faire à sa place avec son accord.
- Si aucun de ses proches n'est disponible, n'hésitez pas à contacter le réseau fribourgeois de santé mentale et des urgences psychiatriques au **026 308 08 08**
<https://www.rfsm.ch/nous-contacter/urgences-en-sante-mentale>
- Si la personne ne collabore pas et qu'aucun proche ne peut se déplacer, et que vous pensez que son état psychique actuel comporte un risque pour sa santé, par exemple, la personne présente un risque de passage à l'acte -> la personne dit clairement qu'elle va se suicider, la personne a un scénario
 - Gardez la sous surveillance dans toute la mesure du possible **et**
 - Appelez **la police (117)** afin que cette dernière organise le transfert de cette personne aux urgences psychiatriques.
- Si la personne ne collabore pas et décide de quitter les lieux -> appelez la police et préparez les informations suivantes : nom et prénom, son adresse et numéro de téléphone, type et la couleur des vêtements, taille, la direction prise...

En agissant de la sorte, vous aurez non seulement agi dans l'intérêt de la personne en détresse mais aussi libéré votre responsabilité et celle de l'école concernée.

Merci de votre collaboration.
Domingas Ribeiro + Marco Matrascia



Notfallsituationen und Suizidprävention

Wenn Sie im Rahmen der Aktivitäten unserer Schulen mit einer Person (Mitarbeiter/in oder Student/in) konfrontiert werden, die unter einer psychischen Notlage leidet, die das Eingreifen einer auf psychische Gesundheit spezialisierten Fachkraft erfordert. Die Person ist z.B. in folgendem Zustand :

- Zustand extremer Niedergeschlagenheit,
- Risiko für Selbstmord oder Selbstverstümmelung,
- Delirium, Halluzinationen, Erregungszustände, Angst oder extremes psychisches Leiden oder auch intensive depressive Zustände,
- Kritisches Ereignis: Dies ist die Auswirkung eines Ereignisses, das aus der Norm herausfällt und bei dem die psychischen Abwehrkräfte überfordert sind: schwerer/tödlicher Unfall, Selbstmord, Selbstmordversuch, Überdosis, Attentat, Überfall, plötzlicher Tod, Überschwemmung, Mord, Ankündigung einer schweren Krankheit, Ankündigung einer schlechten Nachricht ...

Nehmen Sie sofort Kontakt mit der **HELP-Sprechstunde auf (026 429 60 60)** oder schreiben Sie eine E-Mail: help@hefr.ch

Wenn Help nicht verfügbar ist :

- Notieren Sie den Vor- und Nachnamen der Person
 - Notieren Sie seine Adresse und Telefonnummer
 - **Die Person nicht allein lassen**
-
- Fragen Sie die Person, ob sie damit einverstanden ist, ihre Familie, eine/n enge/n Freund/in, ihren Hausarzt, ggf. ihren Psychiater oder ihre Psychiaterin zu kontaktieren. Wenn die Person nicht in der Lage ist, den Anruf zu tätigen, können Sie ihn für sie tätigen, wenn sie damit einverstanden ist.
 - Wenn keine Angehörigen zur Verfügung stehen, zögern Sie nicht, das Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit und psychiatrische Notfälle unter **026 308 08 08** zu kontaktieren.
<https://www.rfsm.ch/de/uns-kontaktieren/psychiatrische-notfaelle>
 - Wenn die Person nicht kooperiert und kein Angehöriger kommen kann und Sie der Meinung sind, dass der derzeitige psychische Zustand der Person ein Gesundheitsrisiko darstellt, z. B. Suizidgefahr -> Person sagt deutlich, dass sie sich umbringen wird, die Person hat ein Szenario.
 - Behalten Sie sie möglichst unter Beobachtung **und**
 - Rufen Sie **die Polizei (117)** an, damit diese die Überweisung der Person in die psychiatrische Notaufnahme organisiert.
 - Wenn die Person nicht kooperiert und beschliesst, den Ort zu verlassen -> rufen Sie die Polizei und halten Sie folgende Informationen bereit: Vor- und Nachname, ihre Adresse und Telefonnummer, Art und Farbe der Kleidung, Größe, die eingeschlagene Richtung...

Damit haben Sie nicht nur im Interesse der Person in Not gehandelt, sondern sich auch von Ihrer Verantwortung und die der betroffenen Schule befreit.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit.

Domingas Ribeiro + Marco Matrascia