

Pars Pas

Basée en Valais depuis 2002, l'association Pars Pas se mobilise pour la prévention du suicide.



Les fondateurs, une famille de Sion, ont décidé de créer l'association suite au suicide de leur fils.

En effet, constatant qu'aucune ressource n'existait dans la région ils ont décidé, avec beaucoup de force et de courage, de pallier ce manque d'aide et de soutien. Ils ont souhaité venir en aide à ceux qui se retrouvent dans la tourmente mais aussi aux personnes qui ont perdu un proche par suicide. Au fil des années, l'association s'est dotée d'un comité, d'une responsable de prestations, d'une responsable administrative et d'une quinzaine de fidèles bénévoles.

Les prestations de Pars Pas

Une ligne d'écoute :

027 321 21 21 est active tous les jours de 8h à 20h. Des bénévoles répondent sont à votre écoute avec bienveillance et discrétion. Ils vous garantissent anonymat et confidentialité pour que vous puissiez vous soulager du poids de vos souffrances en toute quiétude. Si pour vous c'est plus simple de mettre vos maux par écrit, vous pouvez les contacter par email à aide@parspas.ch, ils vous répondront sous 24h.

Vous êtes en deuil à la suite du suicide de l'un de vos proches? Des groupes de paroles ont lieu une fois par mois, sur inscription. Ils se réunissent à Sion, à Saint-Maurice et sur Zoom. Un groupe est aussi destiné plus spécifiquement aux jeunes qui ont perdu un être cher. Vous trouverez le détail des

dates sur le site www.parspas.ch. Plus d'informations disponibles au 027 322 21 81 ou info@parspas.ch

Campagne Stop Suicide 2023

Parole aux jeunes! #LÀPOURTOI

Dans une volonté de déstigmatiser le suicide et se sensibiliser chacun et chacune sur les différentes façons d'agir, Stop Suicide, association de prévention du suicide chez les jeunes, a lancé en 2023 une campagne de prévention donnant la parole à des jeunes créateurs et créatrices de contenus ayant eu recours à une ressource professionnelle d'aide. Pour ce faire, une série de vidéos basée sur leurs témoignages a été réalisée et sera diffusée sur les réseaux sociaux.

En parallèle, une boîte vocale a été lancée afin de récolter plus



Si ta vie n'a plus d'envie...

Appelle!

027 321 21 21

8h - 20h | 7 jours sur 7

WWW.PARSPAS.CH



PARS PAS

ASSOCIATION VALAISANNE
POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

de témoignages sur le recours à des ressources d'aides. Certains d'entre eux seront prochainement partagés anonymement sur les réseaux sociaux.

Retrouvez les témoignages et infos sur stopsuicide.ch

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