

LE SUICIDE EST UN PHÉNOMÈNE QUI, À DIVERS DEGRÉS, AFFECTE TOUS LES GROUPES D'ÂGE ET TOUTES LES CLASSES SOCIALES

Besoin d'aide? 1-866-APPELLE 24/7

Don en ligne sécurisé
cpsquebec.ca

Le suicide est l'une des principales causes de décès prématuré au Québec.

Tous les jours, il y a en moyenne 60 personnes qui demandent de l'aide au CPSQ, ce qui représente environ 25 000 personnes par année.

Demander de l'aide est une démarche difficile pour plusieurs. Ce n'est pas différent pour les personnes pensant au suicide.

Plusieurs mythes et tabous représentent encore des obstacles à la prévention du suicide.

La majorité des personnes qui se suicident ou qui pensent à le faire donnent des signes précurseurs et font part à un tiers de leur intention.

ACTIVITÉS DE FORMATION ET DE SENSIBILISATION

Les services de formation et de sensibilisation s'adressent aux intervenants du réseau de la santé (public, communautaire et privé) ainsi qu'aux personnes intéressées à en apprendre davantage sur la problématique et nos services. Les formats varient et s'adaptent aux objectifs poursuivis.

Les principaux services offerts sont :

- Sensibilisations d'une durée de 1 à 3 heures
- Implantation de réseaux de Sentinelles
- Programme de formation accréditée (exclusif aux intervenants)
- Formation de relayers (service aux entreprises)

Il est également possible d'obtenir, sur demande, des formations adaptées à vos besoins. Pour plus de détails et pour connaître les tarifs, contactez un agent de formation à la ligne administrative du CPSQ au 418 683-0933, de 8 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi.

Aide-conseil spécifique

De l'accompagnement et du soutien sont offerts aux milieux de travail et aux milieux scolaires qui en font la demande. Que ce soit pour l'implantation de services et d'activités en prévention, du coaching ou de la supervision clinique, vous pouvez contacter le secteur de la formation du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30, sur la ligne administrative.

Visitez notre site web pour de plus amples informations et pour connaître le calendrier des activités.

cpsquebec.ca

Centre de
prévention du suicide
de Québec

RÉ-
-AGIR

Admin. 418 683-0933
Interv. 1-866-APPELLE

1310 1^{re} Avenue
Québec QC G1L 3L1
cpsquebec.ca

Centre de
prévention du suicide
de Québec

RÉ-
-AGIR

MISSION ET OBJECTIFS DU CPSQ

Le Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ) est une corporation à but non lucratif qui offre un ensemble de services professionnels spécialisés visant la prévention du suicide ainsi que l'intervention auprès des personnes suicidaires, des personnes endeuillées par suicide et de leurs proches.

En 1978, le CPSQ a été le premier organisme au Canada voué spécifiquement à la prévention du suicide. Depuis 1979, il est mandaté par l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale afin de mettre en place des activités de prévention du suicide sur le territoire du Québec métropolitain.

Les objectifs du CPSQ sont, en premier lieu, d'intervenir auprès des personnes suicidaires et de soutenir leurs proches ainsi que les personnes endeuillées à la suite d'un suicide. À cette fin, le CPSQ offre une gamme essentielle de services reconnus qui a été accréditée par l'American Association of Suicidology (AAS).

En deuxième lieu, le CPSQ assume un rôle d'éducation en offrant des formations et en sensibilisant le public. Il offre notamment la formation accréditée par l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS). Le CPSQ s'associe à ses partenaires par des protocoles d'entente afin de stimuler les efforts d'intervention et de prévention du suicide.

Finalement, le CPSQ crée, organise et supervise un ensemble d'actions tant préventives que curatives, poursuivant ainsi un objectif de mobilisation sociale pour contrer un problème majeur de santé publique qui affecte l'ensemble de la collectivité.

SERVICES SPÉCIALISÉS DIRECTS À LA POPULATION

RE LIER

ACTIVITÉS D'INTERVENTION

Intervention téléphonique

L'intervention téléphonique vient en aide aux personnes suicidaires ainsi qu'aux proches, aux endeuillés et aux intervenants. Ce service fonctionne 24 heures sur 24 tous les jours de l'année. Les appels sont strictement confidentiels mais non anonymes.

La relance téléphonique

Toute personne (ami, parent, conjoint) ou tout professionnel peut autoriser le CPSQ à entrer en contact avec une personne pour laquelle il est inquiet. Une estimation de la dangerosité d'un passage à l'acte sera effectuée auprès de la personne.

Intervention en personne lors d'une crise suicidaire

Il y a possibilité d'offrir une rencontre en personne lorsque l'état de la personne requiert une intervention plus étroite et/ou que l'intervention téléphonique ne suffit pas. La personne en détresse peut être rapidement rencontrée dans les bureaux du CPSQ.

Suivi court terme

Service pouvant être offert à la clientèle suicidaire ou endeuillée par suicide. Une rencontre d'évaluation clinique doit d'abord avoir lieu pour évaluer les besoins de la personne. Par la suite, le suivi est d'une durée pouvant aller jusqu'à 10 rencontres.

SILAR (Service intégré de liaison, d'accompagnement et de relance)

Ce service est offert en étroite collaboration avec le CHU de Québec et vise à assurer un suivi étroit auprès des personnes qui se sont présentées dans un centre hospitalier à la suite d'une tentative de suicide ou avec des idées suicidaires. Pour plus d'informations, il s'agit de téléphoner sur la ligne d'intervention 24/7. Ce service est dispensé par des intervenants professionnels spécialisés.

Soutien individuel ou de groupe aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide

Le groupe de soutien est formé d'au plus huit adultes ayant perdu un être cher à la suite d'un suicide. Deux intervenants guident le groupe qui se réunit une fois par semaine, pendant douze semaines consécutives. Des groupes pour adolescents et enfants endeuillés par suicide sont aussi offerts.

INTERVENTION AUPRÈS DES PROCHES DE PERSONNES SUICIDAIRES

L'intervention téléphonique avec un proche d'une personne suicidaire vise à lui offrir du soutien et de l'information dans les démarches à effectuer pour aider la personne suicidaire. Au besoin, le service de relance téléphonique sera offert au proche.

Intervention de postvention à la suite d'un suicide

Lorsqu'un suicide survient, il est important d'intervenir rapidement pour assurer le soutien aux personnes touchées par l'événement afin de minimiser l'impact des réactions de stress, de crise et de deuil. Nous offrons des rencontres individuelles et de groupe pour les familles, les milieux de travail et les milieux scolaires.

Supervision professionnelle

Une supervision professionnelle est proposée aux intervenants de tous les milieux qui manifestent le besoin d'être orientés dans leur intervention auprès de leur clientèle suicidaire ou auprès de personnes endeuillées à la suite d'un suicide.