



RÉ-
-AGIR

1-866-APPÉLÉ

Centre de
prévention du suicide
de Québec

RAPPORT ANNUEL

2018 | 2019

RÉ-
Centre de
prévention du suicide
-AGIR de Québec

L'utilisation du genre masculin a été adoptée afin de faciliter la lecture et n'a aucune intention discriminatoire.

Les abréviations CPS et CPSQ, utilisées dans ce document, réfèrent respectivement à *centre de prévention du suicide* et *Centre de prévention du suicide de Québec*.

TABLE DES MATIÈRES

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTION GÉNÉRALE	4
1. LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC	5
1.1 Conformité aux règles du PSOC	5
1.2 Mission, objectifs, valeurs et principes	6
1.3 Membres du conseil d'administration 2018-2019	7
1.4 L'équipe du CPSQ	8
2. FONCTIONNEMENT DÉMOCRATIQUE	9
2.1 Conseil d'administration	9
2.2 Assemblée générale	9
3. ACTIVITÉS LIÉES AUX OBJECTIFS.....	10
3.1 Services d'intervention.....	10
3.2 Services de formation et de sensibilisation.....	14
3.3 Journée mondiale de prévention du suicide	19
3.4 Journée internationale des personnes endeuillées par suicide	19
3.5 Semaine nationale de prévention du suicide	20
4. CONTRIBUTION DE LA COMMUNAUTÉ	21
5. ENGAGEMENT, CONCERTATION ET PARTENARIAT	24
5.1 Engagement auprès de la communauté	24
5.2 Soutien professionnel aux partenaires	24
5.3 Concertation et partenariat aux plans régional et provincial	25
6. COMMUNICATIONS.....	26
6.1 Site Internet.....	26
6.2 Activités médiatiques	26
6.3 Médias sociaux	27
7. LA FONDATION DU CPSQ	28
7.1 Mission de la fondation.....	28

Mot de la présidence et de la direction générale

Comme vous le constaterez à la lecture de notre *Rapport annuel 2018-2019*, cette année a été riche en réalisations.

Portés par l'héritage des 40 dernières années, nous demeurons animés de cette volonté d'offrir le meilleur de nous-mêmes afin de rester fidèles à l'esprit de nos fondateurs, des personnes qui ont cru au bien-fondé de mettre sur pied un organisme venant en aide aux personnes suicidaires, à leurs proches, aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide et à tous nos concitoyens de la grande région de Québec.

Soucieux de bien remplir notre mission, nos décisions s'appuient sur les valeurs mises de l'avant par le CPSQ et nous sommes également toujours à la recherche de solutions innovantes pour faire infléchir le taux de suicide.

En cohérence avec notre *Plan stratégique 2015-2018*, nous sommes demeurés vigilants quant à l'atteinte des objectifs déterminés pour cette année dont la préparation de la prochaine planification stratégique pour la période 2019-2021.

Encore cette année, nous pouvons constater que l'excellent esprit d'équipe qui prévaut entre nos partenaires et notre personnel a été un facteur de succès pour l'ensemble des actions que nous avons posées. Merci à chacun de vous pour votre collaboration et votre engagement. Vous êtes des porteurs d'espoir et c'est avec vous tous que le CPSQ pourra contribuer à la construction d'un Québec sans suicide.

Enfin, un énorme merci à tous les membres du conseil d'administration pour leur implication et leur appui.



Richard Gauthier
Président du CPSQ



Lynda Poirier
Directrice générale du CPSQ

1. LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

1.1 Conformité aux règles du PSOC

Le CPSQ est incorporé depuis le 1^{er} février 1979 en vertu de la *Loi sur les compagnies, Partie 3* (RLRQ.C.C-38).

Le CPSQ est un organisme communautaire à but non lucratif guidé par l'ensemble des meilleures pratiques en prévention du suicide reconnues par le MSSS et il répond aux critères de l'action communautaire autonome. Il offre des services professionnels et spécialisés (intervention téléphonique 24 h / 7 jours, intervention en face à face, individuelle et de groupe, et intervention directement dans le milieu de la personne en détresse si nécessaire) auprès des personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées à la suite d'un suicide. Il offre aussi une gamme de formations spécialisées et accompagne l'ensemble de la population dans les actions liées à la promotion de la prévention du suicide.

5

Ainsi, le CPSQ correspond à la définition que le MSSS donne, dans sa *Brochure PSOC 2015-2016* encore en vigueur, d'un organisme communautaire de type *Milieu de vie et de soutien dans la communauté* :

«Un milieu de vie se définit comme un lieu d'appartenance et de transition, un réseau d'entraide et d'action. Ces caractéristiques trouvent leur prolongement dans des activités qui, bien que très diversifiées, peuvent être regroupées ainsi : des services de soutien individuel, de groupe et collectif, des activités éducatives, des actions collectives ainsi que des activités promotionnelles et préventives. Ce sont des organismes au service d'une communauté ciblée qui ne rejoignent pas uniquement des personnes en difficulté, mais également des groupes de personnes ayant des caractéristiques communes. Ces organismes disposent d'un local pour l'accueil des personnes. Par ailleurs, certains interviennent en plus dans le milieu de vie naturel des communautés qu'ils desservent. Certains organismes partagent ces stratégies d'intervention sans toutefois offrir de milieu d'appartenance. Leur action porte sur des problématiques précises et vise la prise en charge des situations par les personnes en cause.»

Il répond aussi aux critères d'admissibilité du PSOC, soit :

- être une personne morale constituée en vertu d'une loi du Québec à des fins non lucratives dont les affaires sont administrées par un conseil d'administration composé majoritairement d'utilisateurs des services de l'organisme ou de membres de la communauté qu'il dessert et dont les activités sont reliées au domaine de la santé et des services sociaux (Loi sur les services de santé et les services sociaux, article 334);
- s'être doté de règlements généraux dûment approuvés en assemblée générale et révisés au besoin;
- réaliser des activités qui s'inscrivent dans la structure d'accueil du programme telles qu'elles y sont définies.

1.2 Mission, objectifs, valeurs et principes

Le CPSQ, premier centre de prévention du suicide au Canada et au Québec, a ouvert ses portes en 1978. Depuis, beaucoup de changements ont eu lieu tant sur le plan des ressources humaines que sur le plan des services offerts à la population. Cette évolution est notable dans la professionnalisation des interventions, dans l'amélioration et le développement continu de nouveaux programmes de prévention et dans les services spécialisés directement offerts à la population. Ce mouvement continu du CPSQ teinte aussi l'offre de formation et de soutien à l'intervention auprès des professionnels ou des aidants naturels.

6



MISSION

Le CPSQ est un organisme communautaire qui offre des services professionnels et spécialisés afin de promouvoir la prévention et l'intervention auprès des personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées par suicide. De plus, le CPSQ offre de la formation et du soutien à l'intervention auprès des professionnels ou des aidants naturels.



OBJECTIFS

- Intervenir auprès de personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées à la suite d'un suicide;
- Participer à la réduction du nombre de décès par suicide sur le territoire de Québec;
- Assumer un rôle d'éducation auprès de la population par la sensibilisation et la formation;
- Organiser un ensemble d'actions tant préventives que curatives afin de contrer le suicide, ce problème majeur au sein de notre société;
- Mettre en place des programmes qui offrent des conditions favorables à la bonne santé physique et mentale des employés.



VALEURS

- L'accessibilité à des services de haute qualité;
- Le développement continu des services offerts;
- Un milieu de travail sain;
- La transparence sur le plan de la gestion des ressources humaines, matérielles et financières ainsi qu'envers sa clientèle.

PRINCIPES FONDAMENTAUX ENDOSSÉS PAR LE CPSQ

- La protection de la vie humaine est une valeur supérieure à toute autre;
- Chaque personne a le droit au respect de sa dignité et de son intégrité;
- Le soutien et la collaboration sont des outils que nous privilégions pour gérer des situations de crise;
- Tout en reconnaissant son obligation de compétence en matière de prévention du suicide, le CPSQ a aussi un devoir de référence à des services professionnels plus adéquats lorsque la situation le nécessite;
- Le personnel a le devoir de favoriser l'excellence des services dispensés à la population. En plus du respect de la confidentialité, chaque membre de l'organisme a aussi l'obligation de loyauté, d'intégrité et d'allégeance aux principes du CPSQ.

1.3 Membres du conseil d'administration 2018-2019

Le conseil d'administration est constitué de personnes bénévoles qui ont un engagement profond envers la prévention du suicide. Le conseil d'administration exerce un pouvoir décisionnel sur toutes les grandes orientations et actions du CPSQ. Il se doit de garder une vue d'ensemble sur la totalité des facettes du CPSQ et d'exercer une fonction de surveillance afin de s'assurer que le plan stratégique soit suivi et les objectifs à long terme, atteints. Il veille aussi à ce que l'organisation s'acquitte de ses obligations.

Comme entité juridique, le conseil d'administration est responsable et imputable de ses actions. Pour s'acquitter de ses responsabilités, il peut mettre sur pied des comités statutaires ou ad hoc. Tous ces comités sont chargés de scruter et d'analyser les questions relevant de leurs champs respectifs de compétence et de formuler des recommandations au CA.

Le conseil d'administration compte 10 sièges occupés par 9 membres du CPSQ et un représentant des employés. Il est à noter que le poste réservé au représentant des employés est demeuré vacant durant la majeure partie de l'année. Mme Lynda Poirier, directrice générale, siège d'office au conseil d'administration mais sans droit de vote.



M^r RICHARD GAUTHIER
Président
Avocat, droit du travail
Cain Lamarre

Au CA depuis le : 19 juin 2013



JEAN GAMACHE
Administrateur
Assurances Jean Gamache

Au CA depuis le : 14 juin 2017



DENIS BEAUDOIN
Vice-président
Directeur Services des
immeubles
Université Laval

Au CA depuis le : 6 juin 2016



MARIE-CLAUDE LÉVESQUE
Administratrice
Associée fiscalité
Entreprise KPMG
s.r.l./S.E.N.C.R.L.

Au CA depuis le : 21 juin 2017



M^r DANIEL TÊTU
Secrétaire
Avocat, droit des affaires,
droit immobilier, litige
Cain Lamarre

Au CA depuis le : 25 nov. 2013



MARYLOU DUFOUR
Administratrice
B.Ps., M.Sc., analyste
Arsenal conseils

Au CA depuis le : 13 juin 2018



ALEX LÉTOURNEAU
Trésorier
Directeur, Développement
et opérations
Provalance

Au CA depuis le : 21 mars 2018



M^r FRÉDÉRIC MALTAIS
Administrateur
Avocat
Morancy Avocats

Au CA depuis le : 14 juin 2017



CYNTHIA MOISAN
Administratrice
Comptable
Mallette

Au CA depuis le : 14 juin 2017



LYNDA POIRIER
Directrice générale
CPSQ

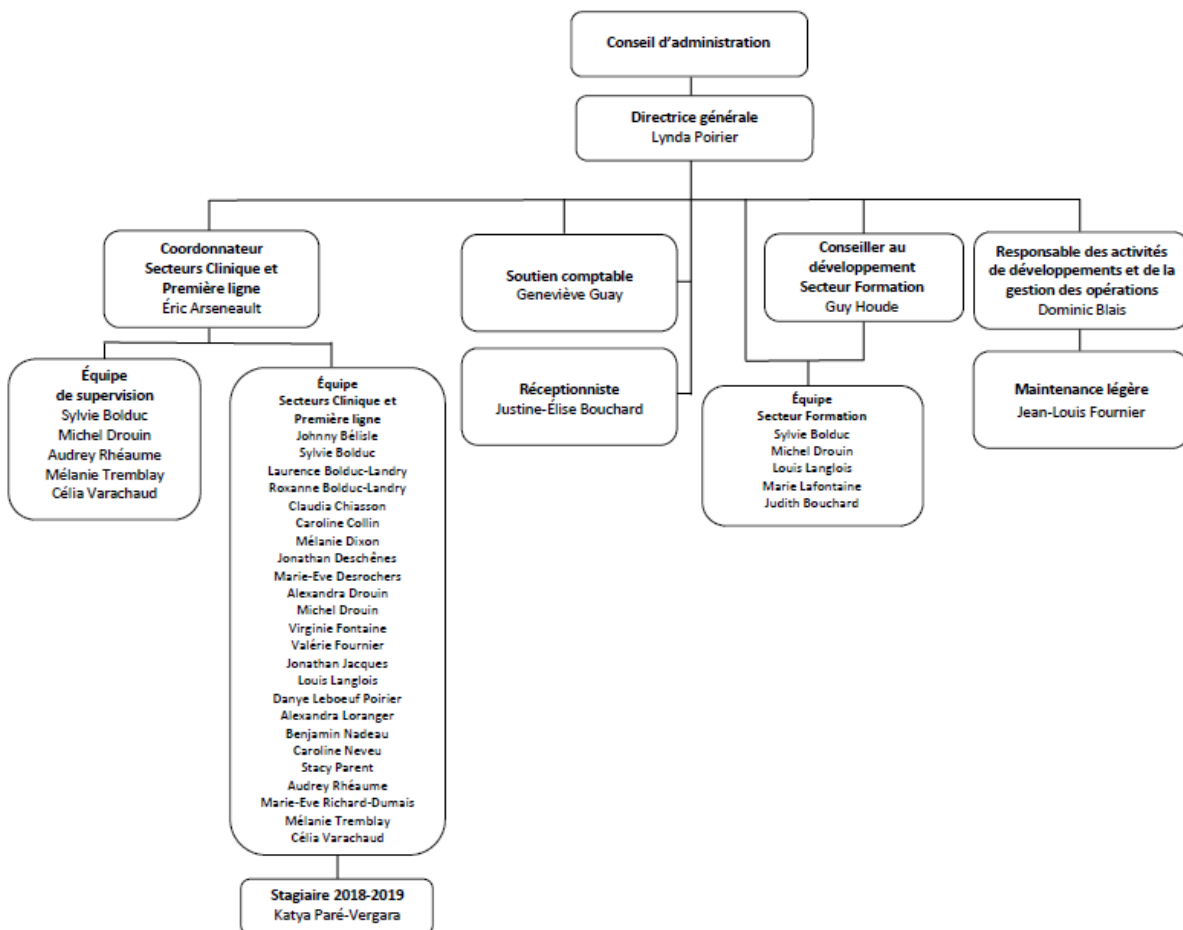
1.4 L'équipe du CPSQ

Pour offrir ses services, le CPSQ compte sur une équipe d'une trentaine de professionnels qui ont choisi de s'investir au quotidien en prévention du suicide. Vingt-sept (27) d'entre eux sont dédiés aux services directs à la population (coordination clinique, cliniciens, intervenants de crise et formateurs) et ils sont rémunérés pour le faire.

Ils sont formés et diplômés (niveaux maîtrise, baccalauréat ou collégial) en administration, psychologie, travail social, éducation spécialisée, intervention en délinquance, toxicomanie, orientation ou ont une formation généraliste en relation d'aide.

Pour maintenir les compétences de l'équipe et pour s'assurer de la mise à niveau quant aux meilleures pratiques en intervention et en gestion, la formation continue est favorisée tant pour le personnel clinique que pour les employés de soutien et la direction.

De plus, soulignons que l'équipe d'intervention peut compter, depuis plus de 20 ans, sur un encadrement clinique 24 h / 7 j. Ce soutien clinique contribue à diminuer le stress au travail, à prévenir l'épuisement professionnel ainsi qu'à limiter le roulement du personnel.



2. FONCTIONNEMENT DÉMOCRATIQUE

2.1 Conseil d'administration

Au cours de l'année 2018-2019, le conseil d'administration a tenu 5 rencontres régulières totalisant 5 h 49.

DATE	MOYEN	DURÉE	NOMBRE DE MEMBRES
16/05/2018	CA régulier	De 18 h à 20 h 09	6/10
19/09/2018	CA régulier	De 19 h 30 à 20 h 30	8/10
21/11/2018	CA régulier	De 19 h 30 à 20 h 05	6/10
16/01/2019	CA régulier	De 19 h 30 à 20 h 30	10/10
20/03/2019	CA régulier	De 19 h 30 à 20 h 35	9/10

Outre la gouvernance du CPSQ, le conseil d'administration a traité plusieurs dossiers au cours de l'année 2018-2019.

Tout au long de l'année, plusieurs événements ont fait l'objet de discussions entre les administrateurs du conseil d'administration, notamment en ce qui a trait à la *Semaine nationale de prévention du suicide* et la *Journée mondiale de prévention du suicide*. Ces occasions représentent des opportunités de mettre en valeur l'expertise et la qualité des services prodigués par le CPSQ.

Le CPSQ devait aussi revoir la gestion de ses actifs. À cet effet, un comité de financement au sein du conseil d'administration a été mis en place et différents gestionnaires de portefeuille ont été rencontrés afin d'établir une stratégie de placement à court et à long termes qui respecte les orientations stratégiques de l'organisation.

Le locataire qui occupe une partie de l'immeuble dont le CPSQ est propriétaire a indiqué qu'il ne renouvelerait pas son bail. À la suite de cette annonce, un comité a été mis sur pied afin d'évaluer les opportunités futures pour le CPSQ.

Les membres du conseil d'administration se sont aussi penchés sur le volet communications du CPSQ. Des actions publicitaires et de relations publiques ont été posées afin de faire rayonner le CPSQ et de faire connaître davantage les services spécialisés directs offerts à la population.

La négociation de la convention collective a été un sujet abordé à maintes reprises dans le cadre des rencontres du conseil d'administration. La convention a été officiellement signée en décembre 2018.

Toujours en décembre, le CPSQ a instauré une *Politique de prévention du harcèlement psychologique* conformément à la *Loi sur les normes du travail*.

2.2 Assemblée générale

L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 13 juin 2018 de 18 h 15 à 19 h 50. Vingt-cinq (25) membres étaient présents

Lors de cette assemblée, le rapport d'activités et les états financiers 2017-2018 ont été adoptés ainsi que les prévisions budgétaires et le plan d'actions pour l'année 2018-2019. De plus, les membres ont procédé aux élections pour un (1) poste au sein du conseil d'administration. C'est Mme Marylou Dufour qui a été élue comme administratrice.

3. ACTIVITÉS LIÉES AUX OBJECTIFS

Les services du CPSQ s'adressent à toutes les personnes touchées ou préoccupées par la problématique du suicide résidant dans la grande région de la Capitale-Nationale. Dans le cadre de sa mission, le CPSQ a défini deux champs d'activités qui sont étroitement reliés entre eux et qui forment l'ensemble des activités de prévention du suicide : les services d'intervention incluant les services de 1^{re} ligne et les services de consultation clinique et les services de formation et de sensibilisation.

Les services d'intervention de première ligne sont offerts :

- aux personnes suicidaires;
- aux proches et aux intervenants qui proviennent de différents milieux (santé, services sociaux, éducation, etc.) et qui souhaitent être soutenus, informés, conseillés et guidés dans l'exercice de leur fonction auprès d'une personne suicidaire ou endeuillée par suicide;
- aux personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche qui désirent être accompagnées pour traverser les étapes du deuil.

Le CPSQ comme site pilote

La Direction de la santé publique a récemment annoncé que le ministère de la Santé et des Services sociaux doterait les mandataires de la ligne 1 866 APPELLE de la technologie IP. Le CPSQ a été retenu comme site pilote pour le projet.

10

Le service de consultation clinique est offert aux personnes suicidaires ou qui ont eu recours aux services de l'urgence d'un centre hospitalier à la suite d'une tentative de suicide ou d'idéations suicidaires, de même qu'à leurs proches. Ce service est également offert aux personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche.

Les intervenants qui dispensent ces services sont des professionnels détenant un diplôme d'études en relation d'aide (psychologie, service social, psychoéducation, éducation spécialisée ou intervention en délinquance).

Les services de formation et sensibilisation, quant à eux, s'adressent aux intervenants, aux professionnels, aux travailleurs, aux aidants naturels, aux étudiants et à la population en général qui souhaitent améliorer leurs connaissances et leur sentiment d'efficacité dans la détection, l'orientation ou la référence de personnes vulnérables.

3.1 Services d'intervention

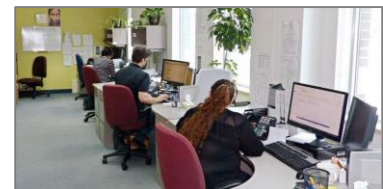
Les services d'intervention regroupent les services de première ligne et les services de consultation clinique. Ces services complémentaires se distinguent par leurs modalités, leur durée et leurs objectifs.

Cette année, l'équipe du CPSQ a eu à gérer 23 100 interventions auprès de sa clientèle (comparativement à 22 000 en 2017-2018), pour une moyenne de 1 925 interventions par mois (1 806 en 2017-2018). Cela représente une moyenne de 623 clients différents à chaque mois (comparativement à une moyenne de 515 en 2017-2018).

Le CPSQ a offert des services à 4 954 clients différents (comparativement à 4 324 en 2017-2018). 54% était de sexe féminin et 47% de sexe masculin. 3 % de la clientèle était constitué de groupes ou organisations (rencontre de groupe de personnes endeuillées, rencontres familiales, milieux de travail, établissements d'enseignement lors de postvention).

SERVICES DE PREMIÈRE LIGNE

Les services de première ligne, porte d'entrée de nos services de consultation clinique, sont offerts par une équipe multidisciplinaire de huit (8) intervenants, complétée, au besoin, par des intervenants surnuméraires à temps partiel. Cette équipe de professionnels continue toujours de se démarquer par son professionnalisme et son dévouement envers la clientèle.



L'équipe des services de première ligne assure les services suivants :

1. L'intervention téléphonique (appels reçus et relances) accessible en tout temps (24 heures / jour, 365 j / an);
2. Les rencontres de crise (face à face) au CPSQ ou à domicile, disponibles généralement de 8 h à 20 h, 365 j / an;
3. Les déplacements dans différents milieux lors de postvention, disponibles généralement de 8 h à 20 h, 365 j / an.

1. L'intervention téléphonique (418 683-4588) et la relance

Le service d'intervention téléphonique s'adresse aux personnes suicidaires, aux proches des personnes suicidaires (tiers), aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide ainsi qu'aux intervenants en relation d'aide ayant besoin de soutien dans leurs interventions. C'est donc la porte d'entrée pour toutes les clientèles desservies par le CPSQ et il offre un accès direct à tous les autres services d'intervention.

Il est à noter qu'à titre de mandataire de la ligne 1 866 APPELLE, tous les appels en provenance de la région de la Capitale-Nationale sont acheminés au 418 683-4588.

Lorsqu'un appel entre, la demande est évaluée, traitée et orientée dans nos services et/ou vers une ressource dans le réseau local, selon les besoins exprimés par la personne.

15 860 appels sont entrés sur la ligne d'intervention téléphonique (418 683-4588). De ces appels, 12 975 (81,8%) ont nécessité une intervention directe et 2 885 (18,2%) ont été faits pour des raisons autres ne nécessitant pas d'intervention.

En 2018-2019, la première ligne a effectué 1 352 interventions, dont 149 en face à face, auprès de 298 personnes endeuillées par le suicide d'un proche.

5 004 appels (31,6%) ont été acheminés via la ligne 1 866 APPELLE.

Appel entrant :	RÉFÉRENT REQUÉRANT					TOTAL
	intervenant	policier	tiers	usager lui-même	autre	
pour une femme	1 457	154	1 134	4 256	5	7 006
pour un homme	1 132	180	1 475	2 897	2	5 686
pour une organisation	132	1	71	77	2	283
TOTAL	2 721	335	2 680	7 230	9	12 975



- Des 12 904 interventions téléphoniques, 7 230 (57%) proviennent de l'usager lui-même ;

La relance téléphonique est offerte depuis déjà plusieurs années. Ce service permet aux intervenants de première ligne d'entrer en contact avec une personne en détresse après obtention de l'autorisation d'un intervenant ou d'un proche. Ces interventions ont pour objectif de créer un lien et d'assurer la sécurité d'une personne suicidaire dans divers contextes. Et, si le téléphone devient une barrière pour la communication, une rencontre dans nos locaux est proposée.

La relance téléphonique est également utile lorsqu'une personne suicidaire désire demeurer en contact téléphonique avec un intervenant professionnel. Les appels de suivi auprès des demandeurs (intervenants ou proches) sont aussi comptés comme relance.

Au cours de la dernière année, les intervenants de la première ligne ont effectué 5 245 relances soit une moyenne mensuelle de 437 relances. 72,8% de ces relances (3 821) ont été réalisées auprès de l'usager lui-même.

2. Les rencontres de crise (face à face)

Parmi les services de première ligne, les rencontres de crise (face à face) sont offertes lorsque l'évaluation des besoins de la personne en confirme sa pertinence. Depuis l'automne 2015, les intervenants du CPSQ peuvent se déplacer auprès d'une personne en détresse en se rendant directement dans son milieu.

Cette année, 128 personnes ont été rencontrées et cette équipe a effectué 10 déplacements.

3. Les déplacements

Lorsque survient un suicide ou une tentative de suicide, l'équipe de première ligne est appelée à se déplacer dans le milieu affecté afin d'organiser les services de postvention pour soutenir les personnes touchées.

Au cours de la dernière année nous avons reçu 15 demandes de postvention qui ont nécessité 18 déplacements dans différents milieux. 547 personnes (331 adultes et 216 adolescents) ont été rencontrées lors de ces interventions.

12

SERVICES DE CONSULTATION CLINIQUE

Cette équipe composée de 3 cliniciennes, des professionnelles de la relation d'aide, est responsable du suivi thérapeutique étroit de courte durée offert dans le cadre du *Programme SILAR* (**S**ervice **I**ntégré de **L**iaison, d'**A**ccompagnement et de **R**elance) ainsi que des services aux personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche.

1. Programme SILAR

Le *Programme SILAR* fait partie de la gamme des services essentiels du CPSQ. Il offre un service d'évaluation, d'intervention, d'accompagnement et de liaison, auprès de personnes qui se sont présentées à l'urgence d'un centre hospitalier à la suite d'une tentative de suicide et/ou qui présentent des idéations suicidaires. Il se fait en partenariat avec les urgences générale et psychiatrique du *CHU de Québec* et permet d'assurer une liaison entre les soins hospitaliers et les services psychosociaux à l'externe dont l'usager a besoin.

Dans un premier temps, une relance téléphonique est effectuée auprès de la personne, dans les 24 à 48 heures suivant sa sortie de l'hôpital, afin d'évaluer la situation et la référer, le cas échéant, vers le service du suivi thérapeutique étroit de courte durée du CPSQ.



- ♦ 20% des relances (1 057) ont été faites à la demande des intervenants du *Programme SILAR*
- ♦ 92% des personnes référées au *Programme SILAR* ont été relancées par l'équipe de première ligne dans les 24 à 48 h suivant leur sortie de l'hôpital.

Le suivi thérapeutique étroit de courte durée donne la possibilité à la personne de bénéficier d'une rencontre d'évaluation (évaluation des besoins et pertinence de notre service) et de compléter sa démarche jusqu'à concurrence de 10 rencontres avec un professionnel du CPSQ.

Le *Programme SILAR* offre également du soutien aux proches entourant la personne suicidaire par le biais du service d'intervention téléphonique 24 h / 7 j de la première ligne. Dans certains cas, une rencontre en face à face est nécessaire pour leur permettre d'exprimer leurs inquiétudes, les mettre en contact avec leurs ressources personnelles et leur apporter le soutien approprié à leur situation. Au besoin, nous nous assurons de les orienter vers d'autres ressources.

Les références au *Programme SILAR* sont passées de 999 en 2017-2018 à 1 150 pour 2018-2019 ce qui représente une légère augmentation. Après évaluation des besoins, nous avons référé, accompagné, soutenu et orienté 577 personnes vers un service régional plus approprié. C'est aussi 450 concertations avec des intervenants du réseau pour faciliter la prise en charge par ceux-ci et les inviter à faire équipe avec le CPSQ. 269 personnes ont été rencontrées et 203 (66 hommes et 137 femmes) d'entre elles ont bénéficié du suivi thérapeutique étroit de courte durée générant 780 rencontres.

ÉVOLUTION DES RÉFÉRENCES AU PROGRAMME SILAR AU COURS DES 7 DERNIÈRES ANNÉES

	2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016	2016-2017	2017-2018	2018-2019
Avril	54	56	60	43	85	77	118
Mai	71	66	50	68	65	77	91
Juin	60	56	46	52	77	79	99
Juillet	49	47	79	70	59	73	70
Août	39	51	75	70	78	75	94
Septembre	60	50	76	64	70	66	90
Octobre	60	58	96	65	91	92	88
Novembre	65	69	84	78	101	112	111
Décembre	52	58	82	98	84	100	114
Janvier	47	40	47	88	91	79	88
Février	43	60	91	92	89	81	95
Mars	56	65	60	69	75	88	92
	656	676	846	857	965	999	1 150

2. Services aux personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche

2.1 Suivi de deuil en individuel

Lors d'un décès par suicide, les services d'aide s'organisent souvent dans les premières semaines suivant le décès. Nous savons que les impacts d'un deuil par suicide ont une portée beaucoup plus vaste que dans d'autres types de deuil et c'est dans cette optique que le CPSQ offre un suivi individuel court terme.

Cette année, nous avons accompagné dans le deuil 46 personnes en suivi individuel (8 hommes et 38 femmes) pour un total de 246 rencontres.

2.2 Groupe de soutien pour personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche

Une suite logique pour nos clients est de poursuivre leur cheminement de deuil en participant à nos groupes de soutien. Ces groupes fermés visent tant le soutien à travers le travail du deuil que la prévention du suicide chez les personnes plus vulnérables.

Comme à chaque année, deux groupes se sont tenus. À l'automne, le groupe était composé de 8 personnes (7F – 1H) et à l'hiver, le groupe comptait 8 personnes (5F – 3H).

3.2 Services de formation et de sensibilisation

FORMATION AUX INTERVENANTS ET PROFESSIONNELS

Depuis 2017, à la suite de la réorganisation du secteur de la santé et des services sociaux, ce secteur est en plein essor. Ainsi, en 2018-2019, ce secteur a encore connu une augmentation de ses activités. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'en 2017-2018, la direction du CPSQ a opté pour l'embauche d'un consultant chargé d'asseoir le développement du secteur de la formation en prévention du suicide sur une nouvelle base. Toutefois, l'objectif poursuivi, sous-jacent à la mission du CPSQ, est demeuré le même, c'est-à-dire assumer un rôle d'éducation auprès de la population par la sensibilisation et la formation.

3.2.1 FORMATION ACCRÉDITÉE INTERVENIR AUPRÈS DE LA PERSONNE SUICIDAIRE À L'AIDE DE BONNES PRATIQUES (18 ans et plus)

Le CPSQ est l'organisme mandaté pour dispenser cette formation sur le territoire de la Capitale-Nationale. Cette formation est accréditée par la *Société de formation et d'éducation continue* (SOFÉDUC) et est reconnue par l'*Ordre des travailleurs sociaux et thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec*, l'*Ordre des psychoéducatrices et des psychoéducateurs du Québec*, l'*Ordre des infirmiers et infirmières du Québec* et l'*Ordre des psychologues du Québec*.

La formation, d'une durée de 21 heures, s'adresse aux intervenants issus de différents milieux possédant des habiletés de base en intervention et travaillant auprès d'une clientèle vulnérable au suicide. Elle permet de développer les compétences spécifiques à une intervention complète et adaptée auprès de la personne suicidaire. Les participants qui complètent la formation avec succès obtiennent une attestation officielle leur attribuant deux unités d'éducation continue (UEC).

En 2018-2019, 46 sessions de formation ont été données rejoignant 504 intervenants.

Ces intervenants provenaient de différents milieux : CIUSSS de la Capitale-Nationale, milieu universitaire, milieu communautaire et secteur privé.

3.2.2 FORMATION INTERVENIR AUPRÈS DE LA PERSONNE SUICIDAIRE À L'AIDE DE BONNES PRATIQUES - DÉCLINAISON POUR LES ÉTABLISSEMENTS CORRECTIONNELS QUÉBÉCOIS

Cette formation propose le langage commun utilisé dans la formation *Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques*, tout en tenant compte de la réalité particulière des agents correctionnels membres des équipes d'intervention spécialisée dans les établissements correctionnels du Québec. D'une durée de 28 heures, elle permet de développer les compétences spécifiques à une intervention complète et adaptée auprès de la personne suicidaire.

En 2018-2019, 1 session de formation a été donnée rejoignant 12 agents correctionnels.

3.2.3 FORMATION EN PRÉVENTION DU SUICIDE POUR LES CHEFS D'UNITÉ DES ÉTABLISSEMENTS DE DÉTENTION PROVINCIAUX

Cette formation est disponible depuis l'hiver 2018 et s'adresse aux chefs d'unité des établissements de détention provinciaux. D'une durée de 7 heures, elle vise principalement à outiller les chefs d'unité qui ont à entériner ou non les recommandations de l'équipe d'intervention spécialisée concernant la sécurité de la personne suicidaire, le suivi et le service que requiert la situation.

En 2018-2019, 2 sessions de formation ont été données rejoignant 24 chefs d'unité.

FORMATION AUX CITOYENS

Le suicide est un problème multifactoriel et sa prévention relève d'une responsabilité non seulement individuelle mais collective. Pour que chaque individu ou groupe puisse jouer le rôle qui lui incombe, on se doit de bien outiller l'ensemble de ces acteurs. (MSSS, septembre 2006)

3.2.4 FORMATION RELAYEURS EN PRÉVENTION DU SUICIDE

Certains milieux de travail se dotent de procédures internes afin de mieux composer avec les comportements ou idéations suicidaires de leur clientèle. En cohérence avec l'implantation de telles mesures, le CPSQ a développé la formation *Relayeurs en prévention du suicide*.

Cette formation s'adresse à des professionnels qui, sans être des intervenants, sont néanmoins susceptibles d'être en contact avec des personnes suicidaires dans le cadre de leurs fonctions au travail. Ces employés sont ciblés par leur organisation.

D'une durée de 7 heures, elle permet de repérer, de développer les habiletés nécessaires à l'établissement d'un bon contact, de guider et d'orienter les personnes vulnérables au suicide vers les ressources d'aide du territoire.

En 2018-2019, 4 sessions de formation ont été données rejoignant 40 employés.

3.2.5 FORMATION AGIR EN SENTINELLE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

Le réseau de sentinelles est formé à l'initiative d'un milieu, d'un groupe ou d'une région afin de mettre en commun les efforts en matière de prévention du suicide. Le réseau vise le dépistage de personnes potentiellement suicidaires et leur orientation vers les ressources d'aide appropriées. Cette formation est en cohérence avec le document *L'implantation de réseaux de sentinelles en prévention du suicide : Cadre de référence* (MSSS, 2006).

«L'implantation de tels réseaux fait appel à la solidarité sociale, c'est-à-dire à la triple préoccupation, comme société, de tenir compte des personnes vulnérables, de mobiliser le potentiel des communautés pour prévenir le suicide et de valoriser le sens de la vie. En ce sens, les réseaux de sentinelles contribuent au renforcement du tissu social d'une communauté.»

*L'implantation de réseaux de sentinelles en
prévention du suicide :
Cadre de référence (MSSS, 2006)*

Les sentinelles sont :

- Des adultes susceptibles d'être en contact avec des personnes suicidaires par leur travail (par exemple, les enseignants), leurs activités bénévoles (dans un club social, entre autres), la place qu'ils occupent dans leur milieu ou leur communauté (comme les animateurs) ou pour leurs qualités d'écoute;
- Des personnes choisies pour leurs liens étroits avec les groupes ou les milieux à risque, qui s'engagent de façon volontaire et qui sont formées et soutenues pour jouer le rôle qu'on attend d'elles auprès des personnes suicidaires.

La formation, d'une durée de 7 heures, est offerte au CPSQ ou directement dans les milieux qui en font la demande. Elle permet aux futures sentinelles de se familiariser avec la prévention du suicide, de mieux se connaître, de savoir repérer les personnes vulnérables au suicide et de les orienter vers les ressources appropriées. Une fois formées, elles reçoivent, au besoin, le soutien du CPSQ.

En 2018-2019, 20 sessions de formation ont été données rejoignant 226 citoyens.

Afin de maintenir les acquis et de soutenir les sentinelles formées, des formations continues ayant des thèmes et des durées variées sont offertes. Ces formations leur permettent de :

- réactiver les connaissances apprises lors de la formation;
- d'acquérir de nouveaux outils;
- de favoriser le réseautage nécessaire à leurs actions;
- de recevoir de la rétroaction et du soutien en lien avec les actions posées.

En 2018-2019, 3 sessions de formation continue ont été données rejoignant 64 sentinelles.

Les sentinelles formées proviennent de différents milieux : restauration, organismes communautaires, milieu universitaire, population en général.

PROGRAMMES SUPPORTÉS PAR LA FONDATION DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

PROGRAMMES DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE

Au CPSQ, nous croyons à l'importance de développer et d'offrir des programmes de promotion de la santé mentale. Par promotion de la santé mentale, nous faisons référence au processus consistant à accroître la capacité des individus et des collectivités de se prendre en main et d'améliorer leur santé mentale. Elle a pour objet d'accroître les forces, les ressources, les connaissances et les atouts en matière de santé.

3.2.6 ET MOI, COMMENT ÇA VA : UN PROGRAMME DE PROMOTION DE LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE EN ENTREPRISE

Avoir une bonne santé mentale, demander de l'aide et savoir trouver des solutions lorsque ça va moins bien sont des facteurs de protection du suicide. En ce sens, le programme *Et moi, comment ça va ?* vise à faire de la prévention en amont de la crise suicidaire, avant même que celle-ci ne survienne.

L'implantation du programme s'appuie sur la campagne promotionnelle *À court d'outils ?* Cette campagne s'adresse principalement, mais non exclusivement, aux hommes de 35 à 65 ans. Pourquoi en est-il ainsi? Parce que cette strate de la population est très fortement représentée dans les décès par suicide et est reconnue pour moins demander d'aide ou encore pour la demander plus tardivement.

Le programme permet de sensibiliser chaque individu aux indicateurs de sa propre santé psychologique; il le fait réfléchir en vue de l'amener à poser des actions concrètes pour prendre soin de lui. Ainsi, le programme donne accès à des outils d'auto-évaluation, d'aide à la prise de décision et à la mise en action dans une perspective de maintien et d'amélioration de la santé psychologique.

Objectifs du programme :

- ♦ Sensibiliser la population à l'importance de se préoccuper de sa santé psychologique;
- ♦ Informer la population sur les indicateurs d'une bonne ou moins bonne santé psychologique;
- ♦ Faire connaître les réponses adaptatives à la détresse (ressources et comportements sains).

En complément, nous avons aussi développé un atelier, d'une durée de 3 heures, portant sur l'importance de prendre soin de sa santé psychologique à l'intention, principalement, des responsables des ressources humaines et des dirigeants d'entreprise. Toutefois, celui-ci peut aussi être offert aux employés, à la demande de l'organisation.



L'analogie du coffre à outils est utilisée pour son universalité. Que nous soyons manuels ou pas, nous avons tous quelques outils à la maison. Nous comprenons le sens d'utiliser les bons outils pour les bons problèmes, ainsi que l'utilité d'en acquérir de nouveaux ou de demander de l'aide dans certaines situations.

NOS RÉSULTATS :

Au cours de l'année 2017-2018, le programme a été implanté chez *Produits Forestiers Résolu* dans quatre régions administratives (Abitibi, Outaouais, Lac-St-Jean et Côte-Nord). Plus de 3 000 employés ont ainsi bénéficié de ce programme.

Dans le cadre d'un reportage de Radio-Canada traitant de la détresse psychologique chez les hommes, *Produits forestiers Résolu* a témoigné d'une nette diminution du taux d'absentéisme chez les employés depuis que la demande d'aide s'exprime plus rapidement.

Cette année, nous sommes retournés chez *Produits Forestiers Résolu* afin d'offrir à nouveau, au personnel cadre, l'atelier portant sur l'importance de prendre soin de sa santé psychologique dans le but de relancer le programme pour une deuxième année.

Enfin, l'atelier a aussi été dispensé aux 410 employés de la *Coopérative des techniciens ambulanciers du Québec* (CTAQ) de 3 régions du Québec (Québec, Saguenay, et Charlevoix).

3.2.7 LES AMIS DE ZIPPY : PROGRAMME POUR ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT PRIMAIRE



Le programme *Les Amis de Zippy* a été originalement mis sur pied par *Befrienders International* avec pour objectif d'aider les enfants de 1^{re} année du primaire à mieux faire face aux problèmes qui se présenteront plus tard dans la vie. C'est un programme novateur et universel de promotion de la santé mentale en milieu scolaire. À son arrivée au Québec, *Les amis de Zippy* a reçu un très bel accueil des milieux scolaires.

Le programme est conçu pour les élèves de premier cycle du primaire. Celui-ci comporte six (6) modules, à raison de quatre (4) séances par module, qui s'appuient sur des problèmes et défis vécus au quotidien par les jeunes. Ceux-ci participent ensuite à différentes activités (jeux, discussions, dessins et bricolages). Le programme aborde des thématiques pertinentes pour les écoles, notamment l'intimidation, l'amitié et la résolution de conflits.

Ce programme :

- ♦ est reconnu par l'Organisation mondiale de la santé;
- ♦ est implanté dans plus de 30 pays à travers le monde;
- ♦ a touché plus de 1,3 million d'enfants à ce jour.

Une étude québécoise a révélé chez les élèves y ayant participé une amélioration significative au niveau de la coopération, de l'affirmation de soi, du contrôle de soi et de l'empathie. Les thèmes et les activités proposés permettent aux enfants d'améliorer leurs mécanismes d'adaptation en augmentant leur répertoire de stratégies efficaces, c'est-à-dire leur capacité à composer avec les difficultés qu'ils rencontrent quotidiennement. Les recherches démontrent aussi que les apprentissages socio émotionnels sont étroitement liés à l'amélioration des résultats scolaires et du climat de classe et qu'ils sont souvent corollaires d'une diminution de la violence à l'école.

Il est à noter que ce programme est l'un de ceux soutenus par la *Fondation* du CPSQ et que le *Club Rotary de Sainte-Foy en* est un fidèle partenaire depuis 2005.

La responsable du programme ayant quitté le CPSQ en cours d'année, les résultats escomptés à la suite de la présentation de l'an dernier lors d'une journée de développement professionnel organisée par la *Commission scolaire de la Capitale* ne sont pas au rendez-vous. Toutefois, le programme demeure actif et nous en avons assuré la continuité dans les écoles où il est déjà en marche.

3.2.8 SEMBLABLES ET DIFFÉRENTS : PROGRAMME POUR ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SECONDAIRE

Semblables et différents est une campagne de valorisation de la différence initiée par le CPSQ. Cette campagne cible :

- 1) les adolescents qui se sentent ou s'affirment différents (notamment les adolescents de minorités ethniques, de la diversité sexuelle, présentant des limitations fonctionnelles ou des problèmes de santé mentale);
- 2) leurs proches, leurs parents, leurs professeurs et leurs intervenants;
- 3) les jeunes qui adoptent des conduites d'intimidation à leur endroit.



Le but est de diminuer la détresse chez les jeunes, par la démythification, la valorisation et la mobilisation d'acteurs-clés. *Semblables et différents* célèbre la différence pour qu'elle soit perçue comme une force, ce qu'elle est vraiment.



Complémentaire à la campagne, l'atelier *Semblables et différents*, d'une durée variant de 60 à 75 minutes s'adresse aux jeunes de 12 à 17 ans et a pour objectif de démontrer la force de la différence en :

- ♦ informant les jeunes sur les différents enjeux entourant l'ouverture face à la différence ;
- ♦ faisant accroître le niveau de réflexion des jeunes en lien avec la thématique ;
- ♦ inculquant une perception positive et valorisante de la différence.

DES TÉMOIGNAGES MARQUANTS

Depuis la mise en place de ce projet, divers témoignages marquants ont été entendus. Les jeunes rencontrés ont partagé que le simple fait de se sentir ou de s'affirmer différent, peu importe la différence, est un défi en soi. Nous avons tous une responsabilité à l'égard des jeunes vulnérables pour favoriser leur bien-être, mais surtout à l'égard de ceux et celles qui se distinguent d'une manière ou d'une autre : les accueillir comme ils sont, sans préjugé, pour les aider à s'ouvrir sur leur réalité et à mieux s'accepter. Les jeunes aux prises avec des problèmes de santé mentale que nous avons rencontrés en « focus groups » nous ont rappelé qu'ils ont souvent peur d'être stigmatisés, parce qu'« avoir un problème de santé mentale, ce n'est pas valorisé dans notre société ».

En 2018-2019, 40 ateliers *Semblables et différents* ont été donnés rejoignant 1 000 jeunes issus de différentes commissions scolaires de la région de la Capitale-Nationale.

ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION À LA PROBLÉMATIQUE DU SUICIDE

Les activités de sensibilisation visent l'acquisition de connaissances sur la problématique du suicide et non le développement de compétences. Par ces activités, le CPSQ souhaite éveiller des attitudes favorables à la demande d'aide et à l'utilisation des ressources appropriées.

3.2.9 ATELIERS DE SENSIBILISATION

Les ateliers présentent des contenus qui s'adaptent à la diversité des milieux (étudiants du collégial ou universitaires, proches aidants, milieux gouvernementaux, organismes communautaires, cliniques médicales, etc.) et aux besoins exprimés. Leur durée varie de 1 h à 3 h selon la demande. Ces services sont soutenus par la *Fondation du CPSQ*.

En 2018-2019, en raison de la réorganisation du secteur de la formation et sensibilisation, cette offre a été mise sur pause. Nous souhaitons toutefois revenir en force, dès avril 2020, parce que nous croyons à l'importance et aux bienfaits de ces activités.

3.3 Journée mondiale de prévention du suicide



Soulignée partout dans le monde, à chaque 10 septembre, la JMPS a pour but de sensibiliser les communautés à l'ampleur du suicide et aux façons de le prévenir. Cette journée est une initiative de l'Association internationale pour la prévention du suicide en collaboration avec l'Organisation mondiale de la santé. Diverses actions, autant individuelles que collectives, peuvent être posées et sont à la portée des familles, amis, collègues, éducateurs, professionnels de la santé et des services sociaux, élus, citoyens, etc.

Lors de la 16^e Journée mondiale de prévention du suicide (JMPS), le CPSQ a initié un mouvement de solidarité mobilisant plus de 32 000 personnes, sous le thème *Travaillons ensemble pour prévenir le suicide*.

Le thème *Travaillons ensemble pour prévenir le suicide* exprime l'idée que la prévention du suicide est un enjeu collectif qui demande l'engagement de tous. En accord avec le thème, le CPSQ a mobilisé plus d'une trentaine d'établissements d'enseignement post-secondaire et de centres de formation professionnelle à travers la Capitale-Nationale. Pas moins de 32 000 personnes y travaillent ou y étudient. Toutes les catégories d'âge étaient visées par ce mouvement.

Chaque établissement a tenu une activité spéciale faisant la promotion de la prévention du suicide. Le personnel enseignant et administratif a arboré, lors de la Journée, l'autocollant de la JMPS, tandis que les membres de la direction ont porté le ruban à l'effigie du CPSQ.

« Nous sommes très satisfaits de la réponse obtenue puisque tous les établissements contactés ont embarqué dans notre projet. Cette première collaboration nous permettra d'établir un lien plus étroit entre les institutions d'enseignement et notre organisme. Elle pourrait même se traduire par l'expansion du mouvement à l'échelle nationale l'année prochaine »

Lynda Poirier
Directrice générale du CPSQ

3.4 Journée internationale des personnes endeuillées par suicide



Chaque semaine, deux personnes se suicident dans la région de la Capitale-Nationale. Sept autres essaient de mettre fin à leurs jours. Autour d'eux, des proches qui cherchent à comprendre. C'est pourquoi le CPSQ tenait à souligner cette journée, ne serait-ce que pour tendre la main à ces familles éprouvées.

Ainsi, le dimanche 19 novembre 2018, le CPSQ a tenu, au *Domaine de Maizerets*, sa toute première activité dans le cadre de la *Journée internationale des personnes endeuillées par suicide*. Dr Lucie Vaillancourt était la conférencière invitée alors que Jasmin Hains, le porteur de paroles du CPSQ, assumait l'animation de ce midi-conférence. Cette activité a permis à des proches de personnes s'étant suicidées d'échanger et de prendre contact entre eux ou avec l'organisme pour obtenir de l'accompagnement.

«Le fait de pouvoir partager et de pouvoir se soutenir, ça permet d'apaiser et de donner l'espoir qu'on peut effectivement apprendre à continuer sa vie malgré cette mort qui est tragique.»

Lynda Poirier
Directrice générale

3.5 Semaine nationale de prévention du suicide

Dans le cadre de la *Semaine nationale de prévention du suicide*, qui se déroulait du 3 au 9 février 2019, le CPSQ a tenu plusieurs activités visant à informer les divers publics des enjeux portant sur le suicide et à favoriser la prise de parole. Ce fut l'occasion pour le CPSQ de réaffirmer son rôle d'acteur majeur en prévention du suicide sur le territoire de la Capitale-Nationale en plus de procéder, le 6 février dernier, au lancement de sa *Campagne majeure de financement 2018-2023*.

Les activités de la *Semaine nationale de prévention du suicide* ont débuté, le 4 février, par une rencontre entre certains membres de l'équipe du CPSQ et le maire de la Ville de Québec, M. Régis Labeaume, suivie d'une allocution de Mme Lynda Poirier, directrice du CPSQ, lors de la séance publique du conseil municipal. En soirée, à Wendake, s'est déroulée une *Marche de l'espoir* à laquelle ont pris part un peu plus d'une soixantaine de personnes.



Sur les photos (de gauche à droite) : 1. M. Régis Labeaume, maire de la Ville de Québec, Mme Lynda Poirier, directrice générale du CPSQ, Mme Émilie Villeneuve, conseillère municipale de Saint-Louis-Sillery - 2. M. Jasmin Hains, animateur et porteur de paroles du CPSQ, Mme Lynda Poirier et M. Michael Sheehan.

Le lendemain, une cinquantaine de partenaires et collaborateurs du CPSQ se sont rassemblés dans le cadre du *Déjeuner des partenaires*, au *Centre communautaire Jean-Guy Drolet*, où tous ont pu échanger sur les multiples services du CPSQ ainsi que sur ceux des organismes complémentaires répertoriés dans la Capitale-Nationale.

S'est par la suite tenu, au *Domaine Maizerets*, l'annuel *5 à 7 Reconnaissance* au cours duquel a été soulignée l'exceptionnelle implication en prévention du suicide de Jasmin Hains, animateur et porteur de paroles du CPSQ. Le *Prix Michael Sheehan* lui a alors été remis. Notons que M. Hains participera, en mai 2019, à la *Trail de la Muraille de Chine* organisée par l'organisme *Courir pour la vie*.

Enfin, les partisans des *Remparts de Québec* ont pu assister à une partie spéciale au *Centre Vidéotron*, le 7 février, alors que notre directrice générale et Richard Gauthier, président du conseil d'administration, ont procédé à la mise au jeu protocolaire. Lors de cette soirée, un kiosque d'information a été tenu par l'organisme et une vidéo détaillant les multiples services a été présentée à l'écran.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS			
Quand?	Quoi?	Pour qui?	Où?
Du 10 janvier au 9 février 2019	<ul style="list-style-type: none"> Tournée des élus Épinglage des élus en appui à la prévention du suicide 	Élus des différents paliers gouvernementaux	
Lundi, 4 février 2019 16 h 30	<ul style="list-style-type: none"> Visite au bureau du maire, M. Régis Labeaume Allocution durant la séance du conseil municipal 	Élus municipaux	Hôtel de ville de Québec
Lund, 4 février 2019 18 h 30	<ul style="list-style-type: none"> Marche de l'espoir 	Grand public	Centre Marie-Paule-Sioui Wendake
Mardi, 5 février 2019 7 h 30	<ul style="list-style-type: none"> Déjeuner des partenaires 	Partenaires et collaborateurs du CPSQ	Centre communautaire Jean-Guy Drolet
Mardi, 5 février 2019 De 17 h à 19 h 30	<ul style="list-style-type: none"> 5 à 7 Reconnaissance Remise du Prix Michael Sheehan 	Toutes les personnes qui, par une œuvre, une activité, une levée de fonds, ont soutenu le CPSQ.	Domaine de Maizerets
Mercredi, 6 février 2019 De 10 h 30 à 12 h	<ul style="list-style-type: none"> Lancement de la campagne majeure de financement Annonce officielle et conférence de presse 	Sur invitation	
Jeudi, 7 février 2019	<ul style="list-style-type: none"> Présence au match des Remparts de Québec et mise au jeu protocolaire 	Grand public	Centre Vidéotron
Toute la semaine	<ul style="list-style-type: none"> Mobilisation des étudiants de l'université Laval au profit du CPSQ 	Grand public	Tous les pavillons de l'Université Laval

4. CONTRIBUTION DE LA COMMUNAUTÉ

À chaque fois que cela est possible, que ce soit par l'intermédiaire des médias traditionnels ou des médias sociaux, le CPSQ fait connaître ses besoins en termes de financement afin de pouvoir maintenir, voire développer, son offre de services auprès de la population de la Capitale-Nationale. Les dons amassés sont remis à la *Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec* qui soutient financièrement le CPSQ dans la réalisation de sa mission auprès de la population de la région de la Capitale-Nationale. Le CPSQ tient à remercier très sincèrement ses concitoyens pour la réponse indéfectible et leur engagement, année après année, envers la prévention du suicide.



4 mai 2018 - Dans le cadre du programme *Prêt à redonner*, visant à soutenir financièrement la communauté, la *Caisse populaire Desjardins du Piémont Laurentien* a remis un don à notre organisme

Sur la photo : Caroline Lavoie, Gilberte Gallant et Lynda Poirier, directrice générale du CPSQ.



25 mai 2018 - La *Fondation Énergie Valéro* croit à l'importance de soutenir les personnes et les organismes qui aident à faire de nos collectivités de meilleurs milieux de vie et qui contribuent à l'amélioration du sort des enfants. Dans cette optique, elle a remis un don de 3 500\$ au CPSQ.

13 mai 2018 - L'engagement communautaire se traduit de plusieurs façons. Chaque mois, ce groupe de marcheurs se rassemble afin de pratiquer cette passion commune tout en amassant des fonds au profit d'une cause de leur choix. Lors de la marche du 13 mai 2018, le regroupement a récolté la somme de 455\$ et l'a remise à notre organisme.



19 mai 2018

La randonnée pour la Vie

Randonnée de motos au profit du Centre de prévention du suicide, La Vigile et les Oeuvres Jean L.

Bénédiction 14h00
Église Saint-Ignace de Loyola
3325 Rue Loyola, Ville de Québec,
G1E 2S1

Départ 15h00

Site couvert chauffé
5556 Chemin Royal,
Saint-Jean-de-l'Île-d'Orléans,
Québec G0A 3W0

Prix de présence
10\$ - Pour la soirée

Food truck ketchu
des Oeuvres Jean L.

Les familles clés (50) pour ouvrir le coffre de l'Écurie Noire (à une valeur de 1000\$)

10\$ - Pour la randonnée

INFORMATION
581.994.9979
www.cpsq.org

MERCI À NOS PARTENAIRES

19 mai 2018 - L'Écurie Noire Custom Club a tenu sa *Randonnée pour la vie ENCC*, une randonnée en moto, à basse vitesse au profit de trois organismes. Une partie des fonds amassés a été remise au CPSQ.

Entre le 10 et le 30 juin 2018, quinze (15) entreprises québécoises se sont mobilisées afin d'amasser des fonds pour le CPSQ en vendant leurs créations ou en remettant un don.



6 août 2018 - La *Coupe pour la vie*, création des Bonheurs d'Anne-Sophie, est un symbole pour célébrer la vie. Pour chaque coupe vendue, un don de 7\$ est remis à notre organisme.



19 août 2018 - Cette année, les joueuses de la ligue de balle-molle *Les dames de Coeur* ont dédié leur saison estivale à la cause de la prévention du suicide. Au cours de la soirée du 19 août, elles ont remis la somme de 3 302\$ à notre organisme.



16 décembre 2018 - Au profit de la *Fondation du Campus Notre-Dame-de-Foy* et de la *Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec*, le *Campus Notre-Dame-de-Foy* a présenté le concert *Ambiance Jazz et Gospel*, maintenant devenue une tradition au *Campus Notre-Dame-de-Foy*.

152%

DONS
5 335,00 \$

OBJECTIF
3 500 \$

FAIRE UN DON

Tous les profits seront remis à l'organisme bénéficiaire choisi par cette équipe.

22 octobre 2018 – Le CPSQ est fier d'avoir dépassé son objectif dans le cadre du défi *Courir pour la vie en mouvement pour la prévention du suicide*. Merci à tous ceux et celles qui ont supporté l'équipe du CPSQ!



19 novembre 2018 - Les étudiants de *FSA ULaVal - Faculté des sciences de l'administration de l'Université Laval* et du *Comité des Compétitions de FSA ULaVal - CCFSA* ont amassé près de 5 000\$ au profit de notre organisme lors d'une collecte de fonds.



21 février 2019 - *Convivio IGA extra - Une coop qui porte fruit* s'implique dans sa communauté en remettant aux organismes un montant proportionnel aux achats effectués par les clients de la coopérative souhaitant les appuyer. Encore cette année, elle a décidé de verser une partie des sommes amassées à notre organisme.

CAMPAGNE MAJEURE DE FINANCEMENT 2018-2023

Le 6 février 2019, dans les bureaux de *Cain Lamarre*, la *Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec* lançait officiellement sa *Campagne majeure de financement 2018-2023*. Les membres du cabinet de campagne et ses co-présidents, *Mario Albert*, vice-président exécutif de *La Capitale – Assurance collective*, *François Dion*, président et chef des opérations de *Levio*, et *Sylvie Paquette*, administratrice de sociétés certifiée (ASC), en ont profité pour dévoiler le montant amassé à ce jour. Ils ont fièrement montré un thermomètre dépassant la barre du 1 M\$, soit plus de la moitié de l'objectif final de 2 M\$ en dons.



Sur la photo, dans l'ordre habituel : François Dion, président et chef des opérations de *Levio*, Sylvie Paquette, administratrice de sociétés certifiée, Lynda Poirier, directrice générale du CPSQ, Mario Albert, vice-président exécutif de *La Capitale – Assurance collective* et Richard Gauthier, avocat chez *Cain Lamarre*. (Crédit photo : Daniel Abel).

La campagne 2018-2023 de la *Fondation du CPSQ* permettra, notamment, d'étendre le déploiement de différents programmes de prévention auprès des clientèles les plus à risque, d'assurer la formation de 580 sentinelles par année, de soutenir davantage de personnes endeuillés par suicide et de tenir des activités de sensibilisation dans divers milieux.

BANNIÈRES DE LA CAMPAGNE SUR LES PLATEFORMES WEB

Soutenue par un cabinet de campagne aussi prestigieux qu'engagé, la *Fondation du CPSQ* se considère choyée de pouvoir compter sur des ambassadeurs d'exception qui font progresser la cause de la prévention du suicide, à la fois parce qu'ils sollicitent leurs réseaux pour amasser des dons, mais également parce qu'ils encouragent l'importance de briser le silence.



Conseil d'administration de la *Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec*

5. ENGAGEMENT, CONCERTATION ET PARTENARIAT

Le CPSQ a toujours été convaincu que c'est en s'engageant activement auprès de sa communauté et en unissant ses forces et son expertise à celles des autres qu'il pourrait le mieux faire infléchir les taux de décès par suicide et faire avancer la cause de la prévention du suicide auprès de la population de sa région.

5.1 Engagement auprès de la communauté

Le CPSQ prend une part active aux réseaux et activités de son milieu en participant aux activités de financement organisées au profit du CPSQ et de sa Fondation ainsi qu'aux activités de promotion des autres organismes communautaires du Québec métropolitain. Il s'implique aussi au sein de projets citoyens ayant pour but de faire connaître et de soutenir la prévention du suicide.

26 avril 2018 - Lynda Poirier, directrice générale du CPSQ et présidente du *Regroupement des centres de prévention du suicide du Québec* (RCPSQ) a été l'une des panélistes du *Forum Santé Psychologique* de l'*Union des producteurs agricoles* tenu à Saint-Hyacinthe. Elle y a présenté comment les CPS membres du RCPSQ peuvent offrir des services adaptés à la réalité des agriculteurs.

9 août 2018 - Lors de l'*Événement Pro-Am* au Centre Vidéotron, le CPSQ a tenu un kiosque. À la fin de l'événement, le groupe de musique *Simple Plan* a offert une performance en mémoire des personnes décédées par suicide.



11 et 12 mars 2019 – Le CPSQ a tenu un kiosque lors de la 3^e édition du colloque *Paradoxes - Transition à la vie adulte*, au Cégep Garneau, afin de présenter son programme *Semblables et Différents*.

5.2 Soutien professionnel aux partenaires

Le travail d'intervention et de prévention du suicide en est un de collaboration. Les différentes expertises mises en commun contribuent à diminuer le nombre de suicides. Un des rôles du CPSQ consiste à offrir un soutien professionnel à ses partenaires confrontés aux réalités suicidaires de leurs clientèles.

Ainsi, pour partager nos connaissances et favoriser l'utilisation des pratiques reconnues en prévention du suicide, nous siégeons sur plusieurs comités et nous sommes consultés notamment par :

- le CIUSSS de la Capitale-Nationale et plusieurs de ses installations (CHU de Québec, Centre de réadaptation en dépendance de Québec, Centre jeunesse de Québec, CLSC, Institut universitaire en santé mentale de Québec)
- le Centre de santé et bien-être de Québec
- le Centre de santé Marie-Paule-Sioui-Vincent (Wendake)
- le Centre de crise de Québec (CCQ)
- le Programme d'encadrement clinique et d'hébergement (PECH)
- AutonHommie
- Gai Écoute
- MIELS-Québec
- le Service de police de Wendake
- la base militaire de Valcartier
- les centres de détention
- les maisons de jeunes
- le Regroupement des cégeps du Québec
- le Cégep Garneau
- l'Université Laval
- La Boussole
- le Service de police de la Ville de Québec

ainsi que plusieurs organismes communautaires et certains professionnels en pratique privée.

5.3 Concertation et partenariat aux plans régional et provincial

La collaboration entre les différents acteurs d'un milieu est importante et essentielle pour rejoindre les différentes clientèles et pour qu'un organisme puisse accomplir sa mission. Le CPSQ a continué d'augmenter sa présence locale en poursuivant le développement de ses relations avec des partenaires bien intégrés dans le milieu et qui sont ouverts à partager leur expérience et leurs ressources. Des organismes comme le *Centre communautaire Jean-Guy-Drolet*, l'*Association des proches aidants de la Capitale-Nationale*, *Contact aînés* et le *Carrefour des proches aidants de Québec* ne sont que quelques exemples de ces partenaires communautaires.

Au plan régional :

- Tables de concertation de la Capitale-Nationale;
- Comité aviseur sur le suicide et la santé mentale du Centre Jeunesse de Québec;
- Comité de prévention du suicide de la Sécurité publique;
- Comité de prévention du suicide du Centre de détention de Québec;
- Centre de santé Marie-Paule Sioui-Vincent (Wendake);
- Comité régional de prévention du suicide du CIUSSS de la Capitale-Nationale;
- Regroupement des représentants en prévention du suicide des établissements d'enseignement supérieur de Québec et Lévis (les Cégeps Garneau, Sainte-Foy, Limoilou et Lévis-Lauzon, ainsi que l'Université Laval);
- Membre des comités locaux en prévention du suicide des divers établissements d'enseignement;
- Membre du Regroupement des organismes communautaires de la région 03;
- Membre du Centre de santé et bien-être de Québec;

Au plan provincial :

- Conseil québécois LGBT;
- Membre de l'Association québécoise de prévention du suicide;
- Membre du Regroupement des centres de prévention du suicide du Québec;
- Membre du Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes;
- Membre du Regroupement pour la valorisation de la paternité ;
- Membre de l'Alliance des groupes d'intervention pour le rétablissement en santé mentale au Québec.

Le Grand forum de la prévention du suicide (du 3 au 5 octobre 2018 à Trois-Rivières)

Le CPSQ a participé activement à cet événement en offrant deux ateliers. L'un portant sur le programme *Et moi, comment ça va?* et l'autre présentant la campagne *Semblables et différents*.

Il importe aussi de préciser que, depuis déjà plusieurs années, le CPSQ travaille en étroite partenariat, à titre de répondant régional pour la ligne 1 866 APPELLE, avec les CPS de Charlevoix et de Portneuf. Des ententes claires ont été conclues avec chacun des CPS et, à ce jour, nos relations sont très harmonieuses. Depuis un peu plus d'un an, nous avons aussi établi un partenariat avec le CPS Faubourg (région des Laurentides) afin de prendre en charge ses lignes d'intervention téléphonique pour des périodes préalablement définies.

Ajoutons que pour assurer une gestion sécuritaire et efficace des situations de crise suicidaire, des liens fonctionnels ont aussi été établis avec tous les services qui concernent la crise : services policiers, centres de crise, CIUSSS de la Capitale-Nationale, etc.

6. COMMUNICATIONS

6.1 Site Internet



cpsquebec.ca

Au début de l'année 2019, le CPSQ a mis en ligne son nouveau site Web moderne, épuré et facile à consulter. En plus d'y retrouver toutes les informations pertinentes, il est désormais possible de s'inscrire à nos formations à partir de la plateforme Web.

Merci à *Bleuoutremer* pour cette belle réalisation!

26

6.2 Activités médiatiques

MÉDIA	ENTREVUE OU ARTICLE	SUJET
	29 mars 2019 – Entrevue avec la directrice générale, Mme Lynda Poirier - <i>Centre de prévention du suicide de Québec: Prévenir et intervenir</i>	Les services du CPSQ
	29 mars 2019 - Entrevue avec la directrice générale, Mme Lynda Poirier	Les services du CPSQ
	29 mars 2019 – TVA Nouvelles - Entrevue avec la directrice générale, Mme Lynda Poirier	Suicide lors de la crise dans le taxi
	13 février 2019 - Entrevue avec la directrice générale, Mme Lynda Poirier	Lancement de la campagne majeure de financement
	8 février 2019 - Entrevue avec la directrice générale, Mme Lynda Poirier – Déjà 1M\$ pour la prévention du suicide.	Lancement de la campagne majeure de financement
	7 février 2019 – Entrevue avec M. Jasmin Hains, porteur de paroles du CPSQ – <i>Courir pour la vie</i>	Invitation à s'inscrire à <i>Courir pour la vie</i>
	6 février 2019 - Entrevue avec la directrice générale, Mme Lynda Poirier	Semaine nationale de prévention du suicide
	1 ^{er} février 2019 - Entrevue avec M. Jasmin Hains, porteur de paroles du CPSQ – <i>Courir pour la vie sur la muraille de Chine</i>	Invitation à soutenir financièrement <i>Courir pour la vie sur la Muraille de Chine</i>
	24 janvier 2019 – Entrevue avec M. Jasmin Hains et Mme Lynda Poirier à l'émission <i>C'est encore mieux l'après-midi</i>	<i>Courir pour la vie</i>
	18 novembre 2018 – Entrevue avec Mme Lynda Poirier au <i>Téléjournal Québec</i> sur le soutien aux personnes endeuillées	Journée internationale des personnes endeuillées par suicide
lci.radio-canada.ca	18 novembre 2018 - Article <i>Un peu de réconfort pour les endeuillés par suicide</i>	Journée internationale des personnes endeuillées par suicide
	9 novembre 2018 - Entrevue avec Mme Lynda Poirier par M. Éric Duhaime	Les services du CPSQ
	21 septembre 2018 – Entrevue avec Mmes Martine Breault et Lynda Poirier à l'émission de Stéphane Tremblay <i>L'envers de la médaille</i>	Services aux personnes endeuillées par suicide
	7 juillet 2018 - Entrevue avec Mme Lynda Poirier à l'émission <i>Code F 3.0</i>	Les services du CPSQ

6.3 Médias sociaux



2 412 personnes aiment notre page *Facebook*, soit une croissance de plus de 400 abonnés par rapport à l'an dernier.



Le CPSQ est maintenant sur *LinkedIn* et est suivi par près de 100 abonnés.

7. LA FONDATION DU CPSQ

La *Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec* soutient financièrement le CPSQ dans la réalisation de sa mission afin que le taux de suicide dans la région de la Capitale-Nationale puisse diminuer.

Le fonctionnement du CPSQ étant financé à 80% par le *Ministère de la santé et des services sociaux* dans le cadre du *Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)*, certaines activités telles que les programmes de prévention, les activités de sensibilisation et les kiosques d'information doivent être soutenus financièrement par d'autres sources de revenus. C'est là que la Fondation intervient et joue pleinement son rôle. C'est aussi grâce au soutien de la Fondation que se maintiennent et se développent les services de formation.

7.1 MISSION DE LA FONDATION

- Amasser des dons pour le maintien et le développement des services de prévention;
- Financer la mise sur pied des programmes de prévention concernant la problématique du suicide;
- Promouvoir les services, dédiés à la population, du CPSQ;
- Atteindre les clientèles les plus vulnérables.

CAMPAGNE MAJEURE DE FINANCEMENT

La *Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec* est actuellement en campagne majeure de financement avec un objectif de 2 M\$.

La campagne 2018-2023 de la *Fondation du CPSQ* permettra notamment d'amasser l'argent nécessaire afin d'augmenter le déploiement de différents programmes de prévention auprès des publics les plus à risque, particulièrement les hommes et les jeunes, en plus d'assurer la formation de 580 sentinelles par année. La campagne a également pour objectif de soutenir encore davantage les personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche.



cpsquebec.ca
facebook.com/cpsdequebec

Rapport annuel pour la période
du 1^{er} avril 2018 au 31 mars 2019

Le CPSQ tient à remercier le *Ministère de la Santé et des Services sociaux* pour son soutien financier dans le cadre du *Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)*.

Québec 