

2021-2022

# RAPPORT ANNUEL

*Centre de Prévention du suicide de  
Québec*



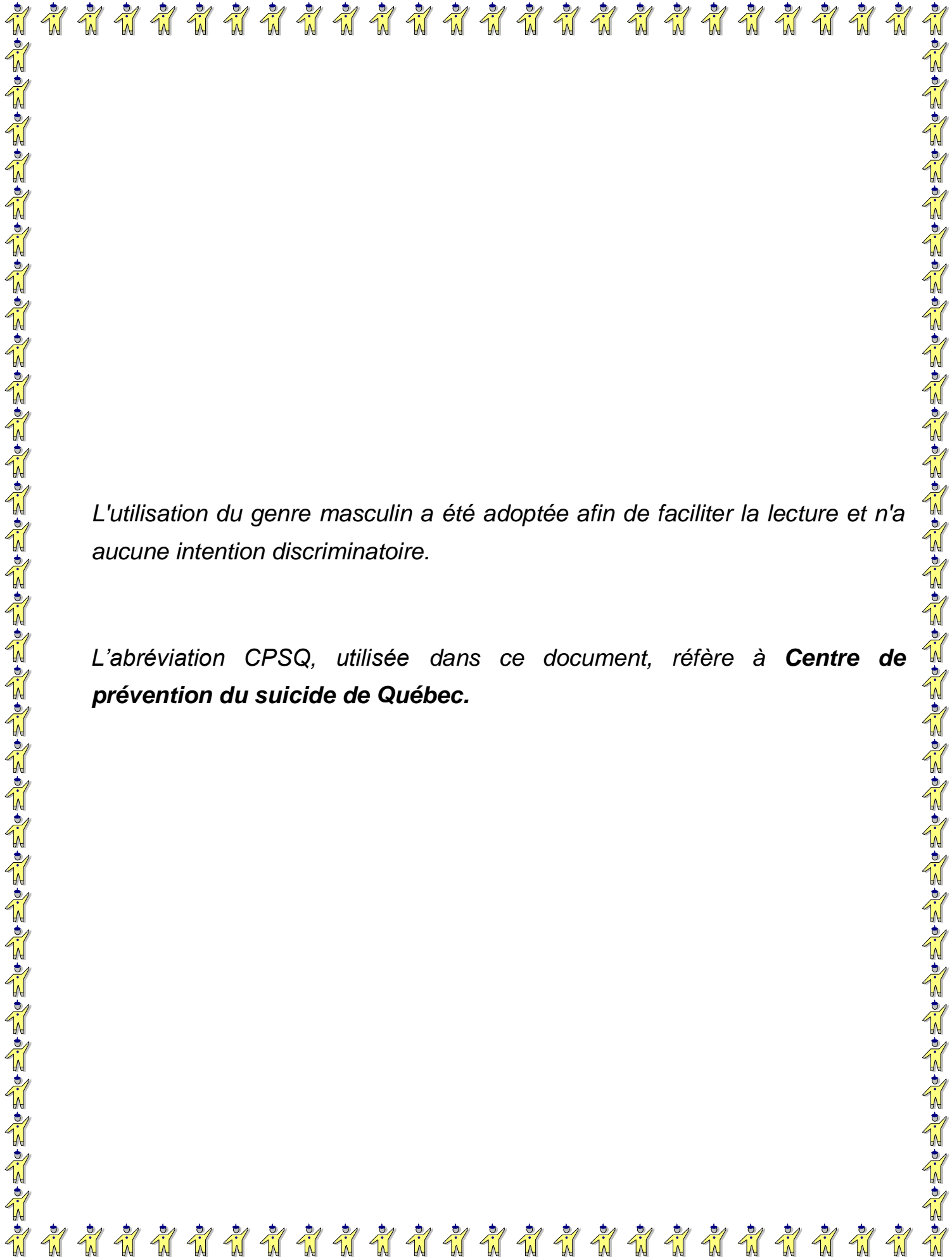
**Centre de prévention du suicide de Québec**  
1310, 1ÈRE AVENUE – QUÉBEC, QUÉBEC – G1L 3L1

---

## TABLE DES MATIÈRES

---

<b>MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTION GÉNÉRALE</b>	<b>1</b>
<b>LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC</b>	<b>2</b>
Les objectifs sont	2
Missions, objectifs, valeurs et principes	2
<b>LE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2021-2022</b>	<b>4</b>
L'équipe du Centre de prévention du suicide et Organigramme du CPSQ	5
<b>ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE</b>	<b>6</b>
<b>LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE ET LA PANDÉMIE COVID-19</b>	<b>7</b>
<b>LA CLIENTÈLE DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC</b>	<b>7</b>
<b>LES SERVICES DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC</b>	<b>7</b>
L'équipe de professionnels	9
Le service aux personnes endeuillées par suicide	9
Les suivis en individuel ou en groupe	9
La postvention	9
Planification stratégique 2021-2024	9
Priorités du CPSQ pour 2021-2022 - Où en sommes-nous ?	10
Activités liées aux objectifs (2021-22)	10
Services d'intervention	11
Intervention téléphonique	12
Relance téléphonique	12
<b>VISIBILITÉ ET RAYONNEMENT DU CPSQ EN 2021-2022</b>	<b>14</b>
<b>LA FONDATION DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC</b>	<b>20</b>
Les principes endossés par la Fondation	20
L'équipe de la Fondation / Formation	20
Services du CPSQ soutenus par la Fondation	21
Secteur de la Formation	21
Intervenir auprès de la personne suicidaire	21
Provenance des intervenants formés	22
Réseau Sentinelle	22
Formation « Agir en Sentinelle pour la prévention du suicide »	22
Formation « Relayeur en prévention du suicide »	23
Ateliers de sensibilisation	23
« Et moi, comment ça va ? »	23
Semblables et différents	24
Les amis de Zippy	24
<b>NOS PLUS SINCÈRES REMERCIEMENTS</b>	<b>25</b>



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

*L'abréviation CPSQ, utilisée dans ce document, réfère à **Centre de prévention du suicide de Québec.***

Voilà une autre année bien remplie qui vient de se terminer.

La dernière année a comporté son lot de changements encadrés par la pandémie mais, de façon plus positive, par la mise en place d'un plan de planification stratégique et de bien d'autres événements qui seront exposés dans ce document.

C'est avec fierté que nous vous présentons le bilan de cette année 2021. Un travail d'une telle ampleur ne se fait pas seule. Je tiens à exprimer toute ma gratitude aux membres du Conseil d'administration, pour leur appui et leur confiance et à l'équipe de gestion qui me soutient étroitement dans mon travail.

Merci à l'équipe d'intervenants(es) qui actualise l'application de ces adaptations au quotidien tout en poursuivant leur bon travail.

Merci également à nos partenaires, aussi bien du milieu communautaire que du réseau de la santé. Malgré de nombreux changements en lien avec la pénurie de personnel et la pandémie, nous avons su démontrer que nous tenions à travailler ensemble afin de répondre le mieux possible aux besoins de notre population.

Nous débutons la nouvelle année avec beaucoup d'énergie, nous en aurons besoin en cette période d'austérité économique. Notre défi sera de maintenir la qualité des services tout en travaillant à l'atteinte des cibles attendues.

C'est avec optimisme que j'entrevois ce défi. Ne perdons pas de vue que toutes et tous ensemble, nous formons une équipe exceptionnelle qui, quotidiennement, accueille et apporte le soutien nécessaire à notre clientèle.



**Richard Gauthier**  
Président du CPSQ



**Lynda Poirier**  
Directrice générale du CPSQ

---

## LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

---

Le CSPQ demeure un protagoniste important dans la gamme des services en prévention du suicide de la région de la Capitale Nationale, de Charlevoix et de Portneuf.

Acteur essentiel, le Centre de prévention du suicide de Québec offre des services d'intervention téléphonique, numérique et par texto, (ces deux derniers sont une demande d'ajout de services) 24 heures/7 jours, d'intervention en présentiel, en individuel et de groupe. Le secteur de l'intervention regroupe les services de première ligne, les services cliniques, la relance téléphonique, les entrevues en personne et la stratégie numérique. Tous ont un objectif commun soit, la prévention, l'estimation de la dangerosité et l'intervention psychosociale. De plus, il propose, avec sa Fondation, une vaste gamme de formations spécialisées et accompagne l'ensemble de la population dans les actions liées à la promotion de la prévention du suicide.

Le CPSQ est un organisme communautaire sans but lucratif, guidé par l'ensemble des meilleures pratiques en prévention du suicide, reconnues par le ministère de la Santé et des Services sociaux tout en répondant aux critères de l'action communautaire autonome.

---

### Les objectifs sont

---

- D'intervenir auprès des personnes suicidaires, de leurs proches ainsi que des personnes endeuillées par suicide;
- De participer à la diminution du nombre de décès par suicide sur le territoire de Québec;
- D'assumer un rôle éducatif auprès de la population par la sensibilisation, la formation et la levée des tabous liés à la détresse psychologique;
- De proposer et d'organiser un ensemble d'actions tant préventives que curatives afin de contrer le suicide, un des enjeux majeurs de notre société;
- De continuer à mettre en place des programmes offrant des conditions favorables à la bonne santé physique et morale de ses employés.

---

### Missions, objectifs, valeurs et principes

---

Ce sont avec des assises solides de plus de 44 ans d'existence que le CPSQ est tourné vers l'avenir et continue d'être un leader en prévention du suicide au Québec.

Fondé en 1978, le Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ) fut le premier organisme, au Canada, en prévention du suicide. Il offre, dans la grande région de Québec, un ensemble de services professionnels et spécialisés visant la prévention, l'intervention et la postvention auprès de personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées par suicide.

Le CPSQ est le fier instigateur de plusieurs programmes novateurs en prévention du suicide, notamment *SILAR* (Service intégré de liaison, d'accompagnement et de relance), ***Et moi, comment ça va ?*** ainsi que ***Semblables et différents***. Aussi, il participe au programme ***Sentinelles*** en prévention du suicide et offre, de concert avec sa Fondation, de nombreuses formations spécialisées et généralisées.

## MISSION

Le CPSQ est un organisme communautaire qui offre des services professionnels et spécialisés afin de promouvoir la prévention, 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, leurs proches ainsi que des personnes endeuillées par 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 de la sensibilisation et de la formation;
- Organiser un ensemble d'actions tant préventives que curatives afin de contrer ce problème majeur de santé publique;
- Mettre en place des programmes qui offrent des conditions favorables à la bonne santé physique et mentale des employés.
- Faciliter l'accessibilité à un service de haute qualité;
- Poursuivre le développement continu des services offerts par le CPSQ.

## VALEURS

La transparence sur le plan de la gestion des ressources humaines, matérielles et financières, ainsi qu'envers notre clientèle.

### PRINCIPES FONDAMENTAUX ENDOSSÉS PAR LE CPSQ

- ✚ La protection de la vie humaine est une valeur supérieure à tout 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.

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2021-2022

Le CPSQ est fier de présenter les membres de son conseil d'administration qui veille à s'assurer du respect des règles en matière d'éthique et de gouvernance, de confidentialité et de divulgation des informations. Compétence et expérience se combinent avec l'objectif de donner davantage d'outils et de moyens à tous les intervenants du CPSQ pour rejoindre et soutenir les différentes clientèles.

 <p><b>ME RICHARD GAUTHIER</b> <b>Président</b> Avocat, associé, droit du travail Cain Lamarre</p>	 <p><b>ME DANIEL TÊTU</b> <b>Vice-président</b> Avocat, associé, droit des affaires, droit immobilier, litige Cain Lamarre</p>	 <p><b>Simon Tourigny- Poirier</b> <b>Trésorier</b> Directeur, Finances et comptabilité STGM architectes</p>	 <p><b>MARYLOU DUFOUR</b> <b>Secrétaire</b> Conseillère Brio Conseils</p>
 <p><b>CYNTHIA MOISAN</b> <b>Administratrice</b> Directrice en certification Mallette</p>	 <p><b>ME FRÉDÉRIC MALTAIS</b> <b>Administrateur</b> Avocat - Ministère de la Justice du Québec</p>	 <p><b>PIERRE-YVES DUBOIS</b> <b>Administrateur</b> Directeur principal en fiscalité KPMG</p>	 <p><b>JONATHAN LESSARD</b> <b>Administrateur</b> Président et co- fondateur Nexapp</p>
 <p><b>RAPHAËLLE CYR-LELIÈVRE</b> <b>Administratrice</b> Directrice de compte Hill &amp; Knowlton Stratégies</p>	 <p><b>LYNDA POIRIER</b> <b>Directrice générale</b> Centre de prévention du suicide du Québec</p>		

## L'équipe du Centre de prévention du suicide et Organigramme du CPSQ

Pour offrir ses services et poursuivre sa mission, le CPSQ compte sur les qualités professionnelles, l'intégrité, l'engagement et la loyauté de son personnel qualifié. Tous les membres de l'équipe possèdent une formation en relation d'aide telle que travail social, psychologie, intervention en délinquance et/ou en toxicomanie et en éducation spécialisée.

Pour maintenir et bonifier les compétences de l'équipe, la mise à jour des meilleures pratiques professionnelles en intervention et en gestion de crise, est assurée tant pour le personnel clinique que pour les employés de soutien et pour la direction.



[1] SN = Stratégie Numérique – Intervention par clavardage et texto

## FONCTIONNEMENT DÉMOCRATIQUE

### Conseil d'administration

Au cours de l'année 2021-2022, le conseil d'administration a tenu 10 réunions.

DATE	TYPE DE CA	DURÉE	NOMBRE DE MEMBRES
28 janvier 2021	Régulier	De 18h30 à 19h35	8/10
11 mars 2021	Régulier	De 17h à 18h08	8/10
22 avril 2021	Régulier	De 18h à 18h55	8/10
3 juin 2021	Régulier	De 17h à 18h05	9/10
8 septembre 2021	Régulier	De 17h à 18h30	9/10
21 octobre 2021	Régulier	De 17h à 17h54	10/10
8 décembre 2021	Régulier	De 17h à 18h50	8/10
17 février 2022	Régulier	De 17h à 18h28	10/10
23 mars 2022	Régulier	De 17h à 18h34	8/10
31 mai 2022	Régulier	De 17h à 18h06	8/10

En plus de la gouvernance, le conseil d'administration a traité plusieurs dossiers au cours de l'année 2021-2022.

Plusieurs événements ont marqué 2021. La pandémie Covid-19 qui a constamment nécessité des ajustements à tous les niveaux et des échanges entre les administrateurs. Ces discussions portaient notamment sur les subventions, les budgets, la santé et la sécurité des employés, le recrutement, la rétention du personnel, la stratégie numérique, la planification stratégique et les négociations de la convention collective.

Le CPSQ demeure également ouvert à la possibilité de louer l'espace du RDC.

---

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

---

L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 17 juin 2021 à 17h00. Vingt-et-un (21) membres étaient présents.

Lors de cette assemblée, le rapport d'activités et les états financiers 2020-2021 ont été déposés ainsi le plan d'actions pour l'année 2021-2022.

## Conformité aux règles du PSOC

Le CPSQ est subventionné par le PSOC (programme de soutien aux organismes communautaires). Le Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) a été créé en 1973 par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) afin de répondre à la demande croissante d'organismes bénévoles qui désiraient recevoir aide, conseil, information et soutien financier. Les organismes communautaires sont présents dans la Loi sur les services de santé et les services sociaux (LSSSS) (RLRQ, chapitre S-4.2) depuis 1991. Dès lors, il est précisé qu'un organisme communautaire qui reçoit une subvention en vertu du présent titre, définit librement ses orientations, ses politiques et ses approches.

### Les 8 points se déclinent comme suit :

1	Avoir un statut d'organisme sans but lucratif	Voir page 2 paragraphe 3 du présent rapport
2	Démontrer un enracinement dans la communauté	Voir page 2 du présent rapport
3	Entretenir une vie associative et démocratique	Voir pages 6, 8 et 9 du présent rapport
4	Être libre de déterminer sa mission, ses orientations ainsi que ses approches et ses pratiques	Voir page 7 du présent rapport
5	Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté	Voir page 7 du présent rapport
6	Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme et qui favorise la transformation sociale	Voir pages 8 et 9 du présent rapport
7	Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité de la problématique abordée	Voir pages 10 à 16 du présent rapport
8	Être dirigée par un conseil d'administration indépendant du réseau public	Voir page 4 du présent rapport

---

## LE CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE ET LA PANDÉMIE COVID-19

---

Tout au long de la pandémie, le CPSQ s'est ajusté, en temps réel, aux normes de la Santé publique pour offrir la continuité de ses services. Tout au long des différentes mesures sanitaires, les intervenants n'ont jamais cessé d'être présents afin de répondre aux besoins de la population. Le CPSQ s'est donc assuré que le personnel travaille de la façon la plus sécuritaire en mettant en place des mesures sanitaires optimales et en constante adaptation avec les mesures préconisées.

Selon les recommandations de la Santé publique, le travail en mode hybride soit, en télétravail et en présentiel, perdure pour les personnes à risque. Celles-ci n'ont jamais cessé leurs activités et ont continué à assurer leurs services à l'aide des nouvelles technologies virtuelles.

---

## LA CLIENTÈLE DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

---

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. La capacité du CPSQ à offrir un service 24h/7 jours par semaine a permis d'établir un partenariat avec les CPS de la région de Charlevoix et du Comté de Portneuf afin d'assurer une continuité des services pour la clientèle de ces régions.

---

## LES SERVICES DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

---

Le secteur de l'intervention regroupe les services de première ligne, les services cliniques, la relance téléphonique, les entrevues en personnes et la stratégie numérique. Tous, ont un objectif commun soit, la prévention, l'estimation de la dangerosité et l'intervention psychosociale.

La première ligne est la porte d'entrée de la clientèle du CPSQ. La ligne 1-866-appelle, dont le CPSQ est mandataire, offre un accès direct aux services par l'entremise de nos intervenants. Cette ligne d'intervention spécialisée, s'adresse aux personnes suicidaires, aux proches des personnes suicidaires, aux personnes endeuillées par suicide ainsi qu'aux intervenants en relation d'aide ayant besoin de soutien dans leurs interventions.

Depuis plusieurs années, nous offrons également le service de relance téléphonique. Ainsi, avec l'autorisation d'un intervenant ou d'un proche, nous pouvons entrer en communication avec une personne en détresse. Si la voie téléphonique est un obstacle pour la personne en difficulté, des rencontres en face à face ou par l'intervention numérique (suicide.ca), sont des options proposées.

Enfin, lorsque survient un suicide, l'équipe de première ligne peut être amenée à se déplacer dans différents milieux afin d'organiser des services de postvention pour soutenir les personnes touchées par ce suicide ou cette tentative de suicide.

---

## VIE ASSOCIATIVE

---

### Soutien professionnel aux partenaires

Le travail d'intervention et de prévention du suicide repose sur la collaboration. Les différentes expertises propres à chaque organisation, contribuent à réduire le nombre de suicides. Un des rôles du CPSQ, consiste à offrir un soutien professionnel à ses partenaires, confrontés aux réalités suicidaires de leur clientèle et, réciproquement, de les consulter pour leur propre expertise.

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

- 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)
- MIELS-Québec
- Le Service de police de Wendake
- La base militaire de Valcartier
- L'Établissement de détention de Québec
- Les maisons de jeunes
- Les commissions scolaires
- Le Centre de santé Marie-Paule-Sioui-Vincent (Wendake)
- Le Regroupement des cégeps du Québec
- Le Centre de crise de Québec (CCQ)
- Le Cégep Garneau
- Le Programme d'encadrement clinique et d'hébergement (PECH)
- L'Université Laval
- La Boussole
- AutonHommie
- Le Service de police de la Ville de Québec
- Interligne
- Regroupement des centres de prévention du suicide du Québec
- Association québécoise de prévention du suicide du Québec
- CRISE - UQAM
- Et plusieurs autres

Le CPSQ travaille également en étroite partenariat avec les CPS de Charlevoix et de Portneuf.

Depuis un peu plus de deux ans, nous avons aussi établi un partenariat avec le CPS Faubourg (région des Laurentides) afin de prendre en charge leurs lignes d'intervention téléphonique pour des périodes préalablement définies.

---

### **L'équipe de professionnels**

---

Pour poursuivre sa mission, le Centre de prévention du suicide de Québec compte sur les qualités professionnelles et l'intégrité de son personnel qualifié. Le secteur clinique est composé de professionnels 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 pour la direction. À cet effet, les intervenants bénéficient de supervision sur une base régulière.

---

### **Le service aux personnes endeuillées par suicide**

---

L'impact d'un décès par suicide est considérable et la nécessité de soutien pour les personnes endeuillées est très présente. Pour atténuer les conséquences et répondre aux besoins de cette clientèle, les professionnels du secteur de l'intervention de première ligne et de la clinique, offrent des services de suivi psychosocial dans le cadre de rencontres de groupe ou individuelles.

---

### **Les suivis en individuel ou en groupe**

---

Lors d'un décès par suicide, les services d'aide s'organisent souvent dans les premières semaines suivant le décès. Le CPSQ offre un suivi individuel à court terme afin de tenter d'alléger les impacts d'un deuil par suicide.

Afin de poursuivre leur cheminement de deuil, les personnes endeuillées par suicide peuvent se joindre à un groupe de soutien. Les rencontres de ces groupes fermés, s'échelonnant sur 10 semaines, à raison d'une session à l'automne et une session au printemps. Elles visent le soutien tant à travers le travail de deuil que la continuité de la prévention du suicide chez les personnes plus vulnérables.

---

### **La postvention**

---

La postvention consiste à offrir de l'aide et du soutien aux personnes touchées par le suicide ou par la tentative de suicide d'une personne de leur entourage. Les services d'intervention en postvention sont diversifiés et adaptés aux différentes conjonctures de rencontres, soit le milieu familial, l'environnement de travail, le groupe social...

Ces rencontres sont également propices à l'offre de sensibilisation.

---

### **Planification stratégique 2021-2024**

---

Le CPSQ et sa Fondation sont entrés en planification stratégique pour 2021-2024. Celle-ci vise, entre autres, à bonifier l'efficacité globale du fonctionnement de l'organisme et ce, sur tous les plans soit, ceux des ressources humaines, de la logistique, des opérations, des services, des partenariats etc. La dernière planification a servi de tremplin pour celle en cours.

Les rencontres impliquant tout le personnel, le conseil d'administration et plusieurs partenaires dans la planification stratégique 2021-2024, pavent la route à l'élaboration des orientations qui guideront l'équipe pour les trois années à venir. Par ailleurs, dès l'automne, des modalités de communication ont été établies, à l'interne comme à l'externe, afin de créer et d'approfondir la

synergie au sein du CPSQ et dans son environnement général. Plusieurs opportunités de formation continue, ont permis aux employés d'élargir leurs connaissances et de faire profiter leurs collègues et leurs clients, de l'expertise acquise. Parallèlement à ces réalisations, les réunions du service clinique, l'implication du secteur de la formation de la Fondation dans l'initiation des nouveaux intervenants et l'arrivée d'intervenantes au secteur clinique ayant une expérience très récente de la première ligne, ont approfondi l'esprit de corps déjà très fort au sein de l'équipe.

Des améliorations de processus et une planification serrée ont permis aux intervenants de faire face aux multiples demandes, offrant une accessibilité à un grand nombre de clients suicidaires ou de leurs proches, ainsi qu'à des personnes endeuillées par suicide.

---

### **Priorités du CPSQ pour 2021-2022 - Où en sommes-nous ?**

---

L'offre d'un nouveau service numérique 24/7 a suscité un engouement auprès de nos intervenants, nouveaux et anciens et, a entraîné de nouveaux défis :

- L'équipe d'intervenants du CPS a presque triplé. L'embauche, l'intégration, la formation, la supervision, demeurent une priorité pour cette année et les suivantes.
- La rétention du personnel l'est également dans un contexte de rareté de main-d'œuvre à Québec.
- La COVID-19 oblige la direction, la gestion et les employés à une adaptation constante pour respecter les consignes. Toutes les mesures recommandées par la Santé publique du Québec sont appliquées.
- L'organisation du travail est également une priorité : adaptation, souplesse et flexibilité dans le souci de maintenir nos hauts standards en matière de services à la population et de tenir compte des réalités sociales et familiales actuelles.
- Demeurer réceptifs aux nouvelles technologies et leur intégration dans nos pratiques. L'achat de nouveau matériel et logiciels informatiques ainsi que la familiarisation avec les outils virtuels, nous ont permis ce virage technologique.

---

### **Activités liées aux objectifs (2021-22)**

---

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 1re ligne et les services de consultation clinique.

Le secteur clinique est composé de professionnels en relation d'aide. Cette équipe assure un suivi thérapeutique étroit, de courte durée, le service intégré de liaison d'accompagnement et de relance (SILAR). Le programme SILAR est offert aux personnes qui ont recours aux urgences 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 permet d'assurer une aide rapide à la sortie de l'hôpital, de l'accompagner et de la soutenir. SILAR offre la possibilité d'un suivi étroit allant jusqu'à dix rencontres en face à face ou en virtuel, selon les recommandations de la Santé publique en vigueur, avec un professionnel du CPSQ. Un suivi étroit est également offert aux personnes qui consultent via la ligne 1-866-APPELLE.

## 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.

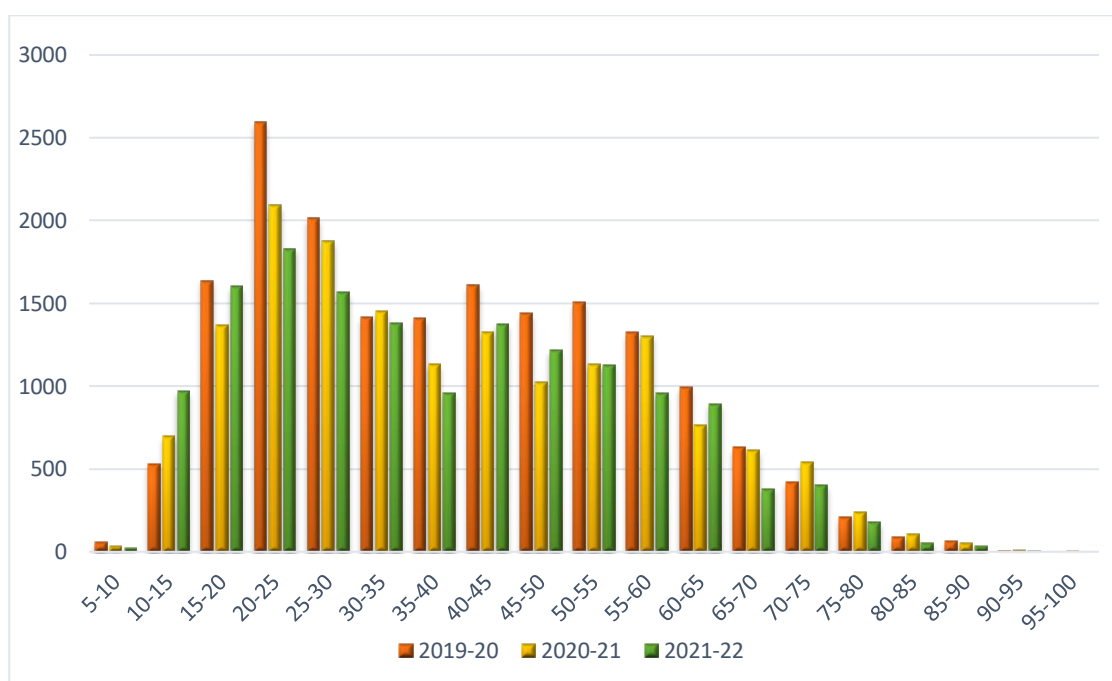
Plus de  
24639  
interventions

4851 clients  
différents  
desservis

23378  
interventions  
téléphoniques

1213  
interventions  
en face à face

### Nombre d'interventions par groupe d'âge de 2019 à 2022



Les services de première ligne, porte d'entrée de nos services de consultation clinique, sont offerts par une équipe multidisciplinaire d'intervenants spécialisés. Cette équipe 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 24 heures par jour, 7 jours par semaine ;
2. Les rencontres de crise (face à face) au CPSQ ou à domicile, disponibles généralement de 8 h à 20 h ;
3. Les déplacements dans différents milieux lors de postvention, disponibles généralement de 8 h à 20 h.

Les services de consultation clinique comptent deux volets soit, le suivi de courte durée, offert dans le cadre du Programme SILAR (Service Intégré de Liaison, d'Accompagnement et de Relance) ainsi que les services aux personnes endeuillées à la suite du suicide d'un proche.

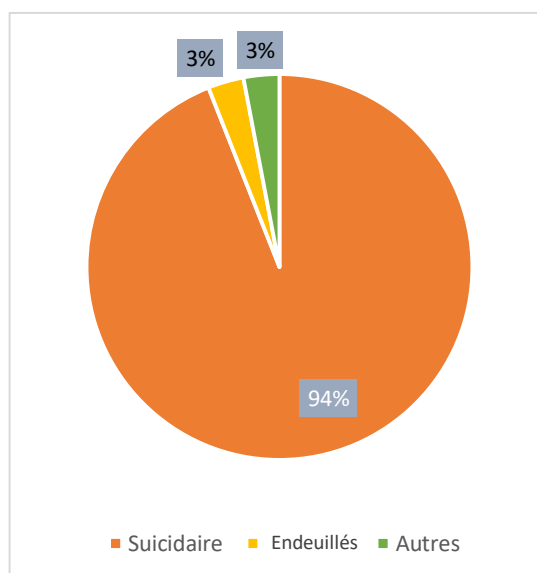
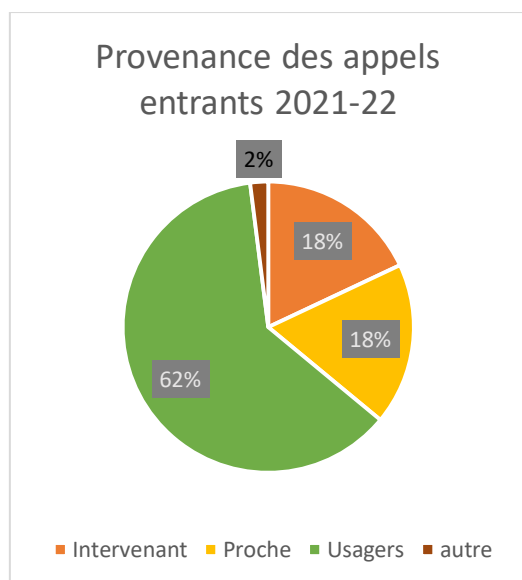
---

## Intervention téléphonique

---

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. 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.

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



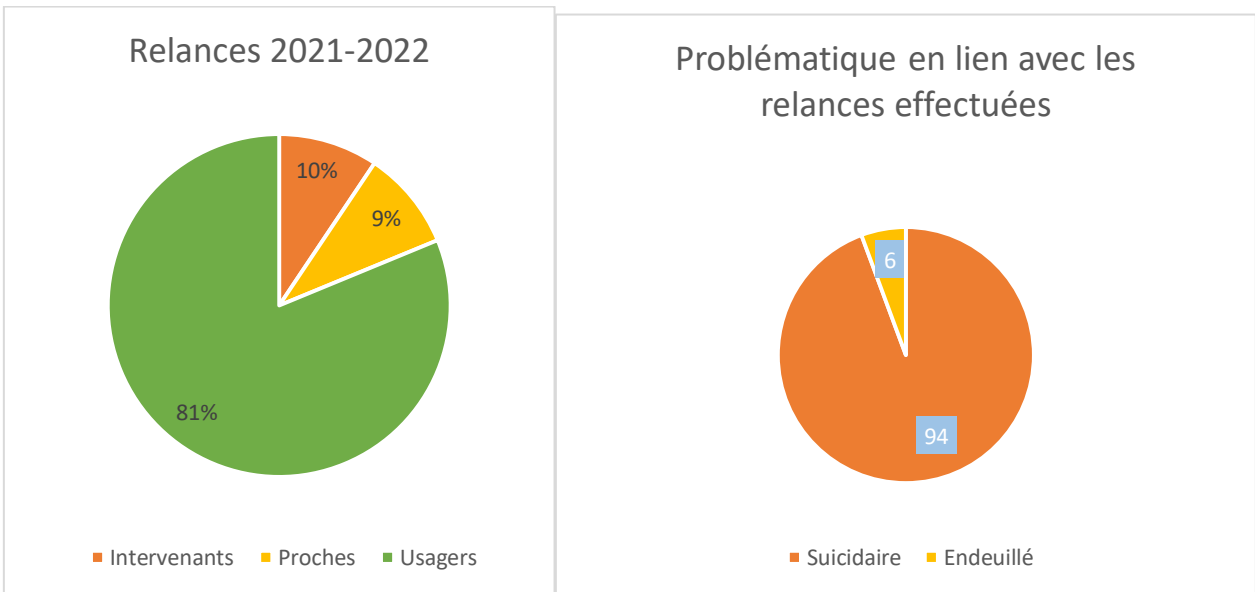
- 17685 appels entrants, une augmentation de 1012 comparativement à l'année précédente ;
- 34% des appels provenaient du numéro 1 866 APPELLE.
- 66% de notre ligne locale.

---

## Relance téléphonique

---

Ce service permet aux intervenants de première ligne d'entrer en contact avec une personne en détresse après l'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.

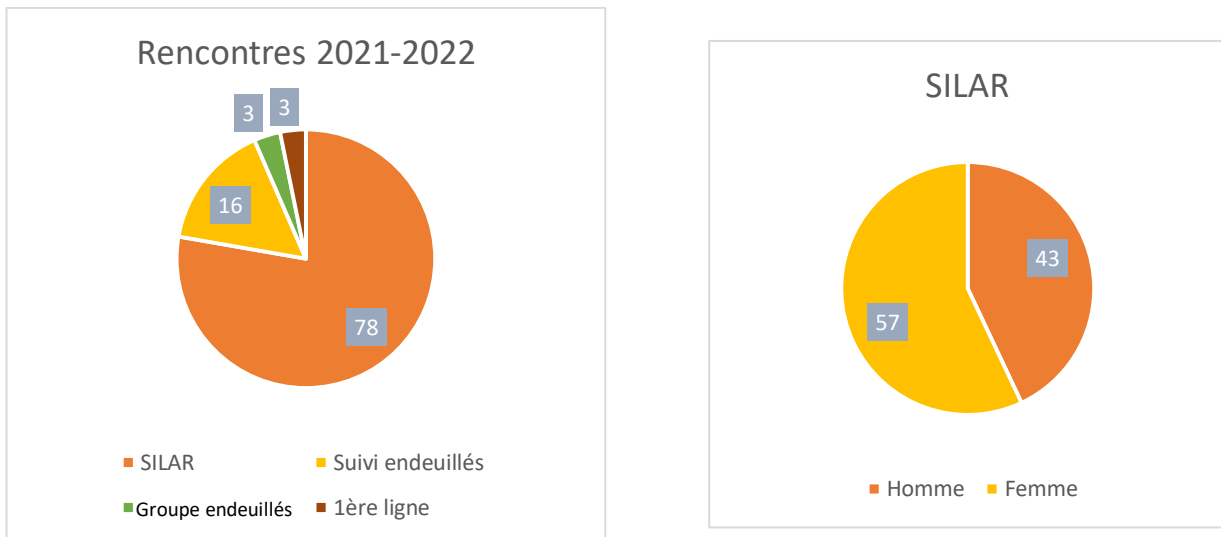


- 5693 relances effectuées.

---

## Rencontres

---



- Nous avons reçu 1115 références au programme SILAR,
- 751 rencontres ont été tenues dans le cadre du programme SILAR ;
  - 61% des usagers étaient des femmes, alors que 39% des usagers étaient des hommes ;
- Plusieurs rendez-vous téléphoniques ont été fixés avec les intervenants de la première ligne. Les données ont été diluées dans les appels entrants et les relances.

## VISIBILITÉ ET RAYONNEMENT DU CPSQ EN 2021-2022

Malgré la pandémie et ses restrictions sanitaires, le Centre de prévention du suicide a participé à de nombreux événements principalement virtuels.

23.03.2021

Le Centre de prévention du suicide de Québec a été désigné comme lauréat du **Prix Hommage Guy Corneau** reconnaissant l'apport d'une personne et d'un organisme ayant contribué de manière significative à l'amélioration de la santé et du bien-être des hommes.



10.09.2021

Dans le cadre de la 19<sup>e</sup> Journée mondiale de prévention du suicide (JMPS), le Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ) annonce le **pré-lancement du livre *Émile que je n'ai pas connu***, un outil destiné aux parents ayant à aborder le thème du suicide avec leur(s) enfant(s).



01.10.2021

Présentation, par Lynda Poirier, directrice générale du Centre de prévention du suicide (CPS) de Québec, lors du **16<sup>e</sup> Institut d'été du CRISE – Édition spéciale d'automne**, qui s'est tenue les 27, 28 et 29 octobre 2021.



25.10.2021

Diffusion à TVA de la participation de l'humoriste **Sam Breton à l'émission Le Tricheur**. Il a remporté la somme de 1476 \$ qu'il remettra en totalité au Centre de prévention du suicide de Québec.

19.11.2021

Parler, ça fait  
du bien.

— 19 novembre 2021  
Journée québécoise  
pour la santé et  
le bien-être  
des hommes.



Le **Regroupement provincial en santé et bien-être des hommes** (RPSBEH) lance le nouveau site [www.alecoutedeshommes.com](http://www.alecoutedeshommes.com). Le CPSQ est le fier partenaire de l'initiative et lance cette campagne en publiant un vidéo de Phil Roy qui partage son expérience de demande d'aide.

20.01.2022

Le CPS de Québec réclame une réelle reconnaissance de sa mission, de la part du ministère de la Santé et des Services sociaux, par l'ajout d'une catégorie d'organismes dans le **Programme de soutien aux organismes communautaires** (PSOC), sa principale source de financement. L'ensemble des CPS de Québec fait la même demande sous l'égide du RCPSQ.

Du 30.01.2022 au 5.02.2022

### **32<sup>e</sup> Semaine nationale de prévention du suicide**

- Plusieurs entreprises ont été ciblées afin de sensibiliser leurs employés à la Semaine de prévention du suicide.
- Les élus de la Capitale-Nationale sont sensibilisés par courriels, et reçoivent le ruban du CPSQ et de sa Fondation.
- Pour une troisième année consécutive, le **Fonds Alpha** s'associe au CPSQ afin de sensibiliser la communauté universitaire à cette cause. Quatre étudiants de FSA ULaval ont été invités à participer à une vidéo percutante, pour nous parler de ce qu'ils font pour prendre soins de leur santé mentale. En parallèle, Fonds Alpha a lancé une levée de fonds pour le CPSQ.
- La **10<sup>e</sup> Marche de l'espoir de Wendake** s'est tenue le 31 janvier avec la participation de la directrice générale, Lynda Poirier et Marco Paquin, de la Fondation.



- Le groupe Facebook **aROCHEmoiunSOURIRE** est fier de s'associer au RCPSQ et s'est engagé à lui verser 1 \$ par article promotionnel vendu.



- Présentation dans les médias sociaux et site du CPSQ des créations d'artistes et artisans de Québec qui ont à cœur la cause de la prévention du suicide depuis plusieurs années.

**Procurez-vous votre « Coupe pour la vie » et offrez-la à un être cher**

Chaque Coupe pour la vie est unique. Les coupes sont peintes à la main avec amour par Mireille Racine endeuillée par le suicide de sa fille Anne-Sophie. Sur chaque coupe on peut y lire: *Tu es important.e pour moi.*

Offrir une « Coupe pour la vie » est un puissant geste afin de signifier aux personnes que l'on aime toute la bienveillance que l'on a pour elles. Célébrons la vie!

Le coût d'une coupe est de 15 \$ et 7 \$ sont versés à la Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec.

Pour commander, contactez Michelle au (418) 683-0933

1-866 APPELLE 1-866 277-3553 suicide.ca (texto et clavardage)



- Suivi du défi **Un pas à la fois pour la prévention du suicide** de **Gopal Ducharme** sur les réseaux sociaux tout au long de son périple. M. Ducharme, fondateur de « **Les Accros au plein air** », a marché 444 km de Valleyfield à Québec en 14 jours, pour amasser des dons au profit de 4 CPS, dont celui de Québec. Le CPSQ était présent pour son retour à Québec, samedi 5 février, en compagnie de ses proches. « **Les Accros au plein air** » ont remis 3657,75\$ \$ à la Fondation du CPSQ.



- Engagés et sensibilisés à la cause de la prévention du suicide, des **étudiants de l'école secondaire « Le Sommet »** se sont mobilisés pour la Semaine nationale de prévention du suicide et ont réussi à amasser la somme de 1359,00 \$ qu'ils ont remis à la Fondation.

19 avril 2022

Le Club Rotary de Ste-Foy a remis un don de 4.250,00 \$ à la Fondation du CPSQ, représenté par M. Guy Houde, coordonnateur du secteur de la Formation à la Fondation. Le Club Rotary est sensibilisé aux programmes destinés aux jeunes et à la prévention du suicide.



### Infolettre du CPSQ

Au cours de cette période, le CPSQ a fait parvenir 14 infolettres, rejoignant 5.215 personnes sensibles à la prévention du suicide.

### Le CPSQ et les médias sociaux

Depuis le lancement des pages Facebook, Twitter, LinkedIn...nous avons publié diverses informations sur nos activités et sur l'actualité rejoignant ainsi, plus de 4.000 abonnés.

### Les médias et le CPSQ

De façon générale, les médias, comprenant la presse écrite, la radio et la télévision ont contribué à la diffusion de nos activités lors d'événements reliés au suicide.

### REVUE DE PRESSE DU CPSQ PAR LYNDA POIRIER

En lien avec les sujets de l'heure, madame Poirier a été interpellée par de nombreux médias notamment par :

❖ Radio Canada	❖ Journal <i>Le Soleil</i>
❖ Journal de Québec	❖ Journal <i>La Presse</i>
❖ TVA	❖ Radio Ici Radio Canada 106.3
❖ Global and mail	❖ Radio Choi FM 98.1
❖ Diverses TV communautaires	❖ Radio 98.5 Online Radio Box...



**FONDA-  
Centre de \_\_\_\_\_  
prévention du suicide  
\_\_\_\_\_ de Québec  
-TION**

---

## LA FONDATION DU CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE QUÉBEC

---

La Fondation du CPSQ soutient des programmes de prévention du suicide.

La Fondation a pour mission d'amasser des fonds soit, par des dons, par des activités de financement ou d'autres modes de collecte de fonds, afin de maintenir le développement des services de prévention et d'intervention du CPSQ.

La Fondation sert également à financer la mise sur pied des programmes de prévention et d'intervention concernant la problématique du suicide, l'achat d'équipements et d'autres outils de travail pour le CPSQ et à en promouvoir les services.

---

### Les principes endossés par la Fondation

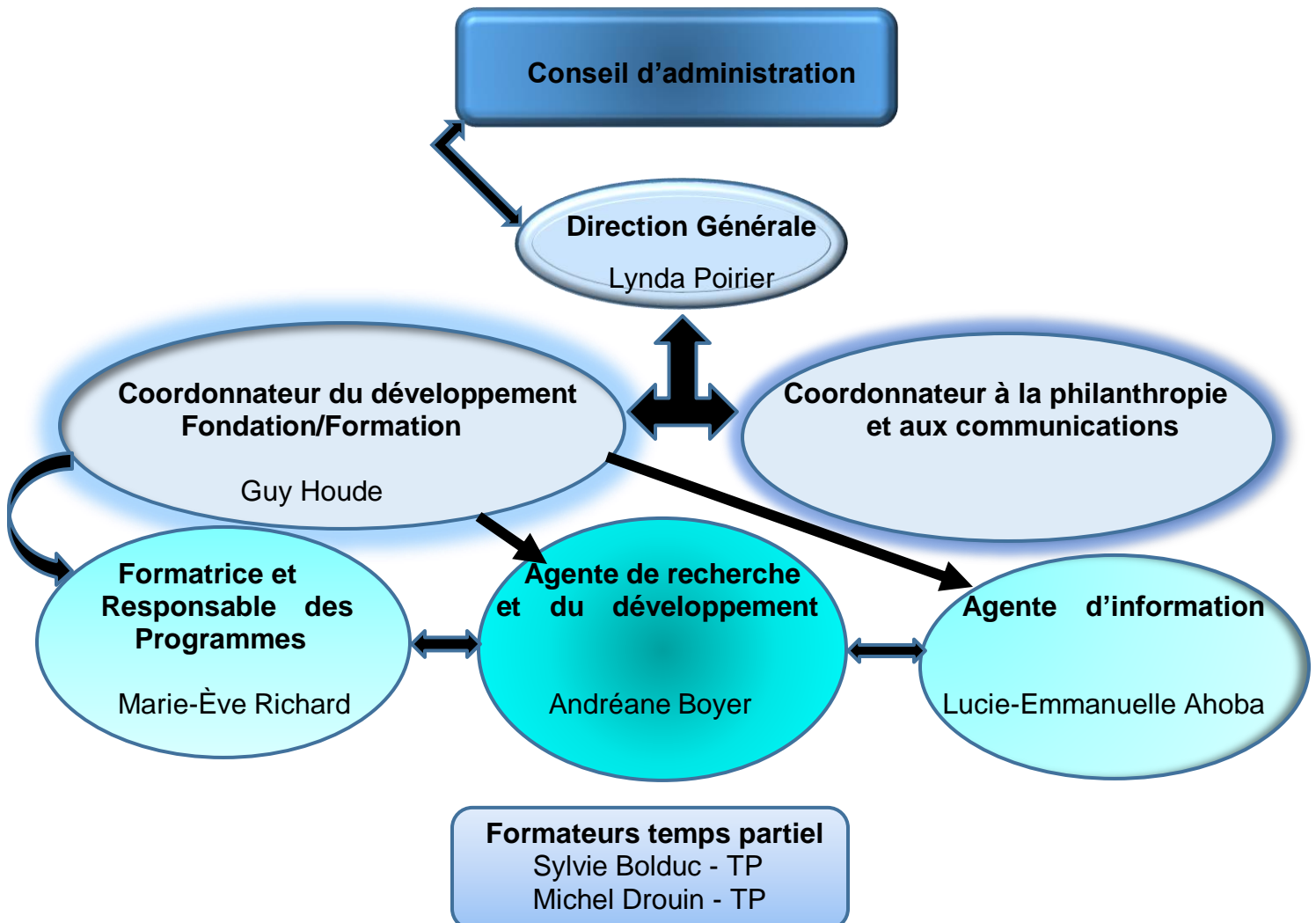
---

- 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 la gestion des situations de crise;
- Le personnel a le devoir de favoriser l'excellence des services offerts à la population.

---

### L'équipe de la Fondation / Formation

---



---

## Services du CPSQ soutenus par la Fondation

---

- ❖ Les services des personnes endeuillées par suicide;
- ❖ Les activités de sensibilisation et d'information sur la prévention du suicide.

---

## Secteur de la Formation

---

Le secteur de la formation a été impacté par la pandémie, obligeant les formateurs à animer les formations en virtuel. Toutefois, nous sommes optimistes quant à la possibilité prochaine d'être en mesure de recevoir à nouveau les groupes en présentiel, toujours selon les recommandations de la Santé publique.

En 2021-2022, ce sont plus de 137 formations qui ont été données et plus de 740 personnes ont été formées.

---

## Intervenir auprès de la personne suicidaire

---

Le CPSQ est l'organisme mandaté pour dispenser ce programme de formation sur le territoire de la Capitale Nationale. Cette formation, d'une durée de vingt-en-une heures (21) est accréditée par la Société canadienne d'éducation continue aux adultes (SOFÉDUC). Une attestation de réussite équivalente à deux unités d'éducation continue (UEC) est remise aux participants l'ayant complétée avec succès. Cette formation est également reconnue par l'Ordre des psychologues du Québec et des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec.

En 2021-2022, ce sont 576 intervenants des secteurs publics, communautaires et privés qui ont été formés.

Soulignons une augmentation de 180 personnes ayant bénéficié de cette formation.

### NOMBRE DE FORMATIONS:

52 formations au total (Avril 2021-Mars 2022) soit :

576 personnes inscrites au total (Avril 2021-Mars 2022).

### Printemps 2021 : 24 formations - 267 participants au total

AVRIL 2021: 9 formations

MAI 2021: 7 formations

JUIN 2021 : 8 formations

### Automne 2021 : 15 formations - 188 participants au total

SEPTEMBRE 2021 : 4 formations

OCTOBRE 2021 : 3 formations

NOVEMBRE 2021 : 5 formations

DÉCEMBRE 2021 : 3 formations

### Hiver 2022 : 13 formations - 121 participants au total

JANVIER 2022 : 4 formations

FÉVRIER 2022 : 6 formations

MARS 2022 : 3 formations

---

## Provenance des intervenants formés

---

Le portrait des intervenants formés en 2021-2022, se détaille comme suit :

- CIUSSSCN<sup>1</sup>
- Organisations communautaires (maison d'hébergement)
- Diverses écoles de différentes commissions scolaires
- Universités
- Entreprises privées œuvrant dans le domaine de la santé

---

## Réseau Sentinelle

---

La formation « Agir en Sentinelle » pour la prévention du suicide est d'une durée de sept heures (7) et s'offre au FCPSQ<sup>2</sup> et/ou en mode virtuel. Elle peut également s'offrir dans les milieux de travail, selon les recommandations de la Santé publique.

Afin de soutenir et de maintenir les acquis des sentinelles formées, des formations continues, abordant des thèmes et des durées variés sont offertes.

En 2021-2022, 493 Sentinelles ont été formées. Elles provenaient d'une variété de milieux, telle que :

- CIUSSSCN
- Organisations communautaires
- Diverses écoles de différentes commissions scolaires
- Entreprises privées

---

## Formation « Agir en Sentinelle pour la prévention du suicide »

---

Les Sentinelles sont des adultes volontaires formés pour détecter la détresse psychologique dans leur milieu de vie et orienter la personne vers des ressources d'aide. Elles permettent de rejoindre les personnes en détresse qui ne réclament pas l'aide dont elles ont besoin.

Soulignons une augmentation de 121 personnes ayant bénéficié de cette formation.

### NOMBRE DE FORMATIONS:

53 formations au total (Avril 2021-Mars 2022),  
soit : 493 participants au total (Avril 2021-Mars 2022).

### Printemps 2021 : 20 formations – 179 participants au total

AVRIL 2021: 6

MAI 2021: 5

JUIN 2021 : 9

### Automne 2021 : 20 formations – 171 participants au total

SEPTEMBRE 2021 : 8

OCTOBRE 2021 : 7

NOVEMBRE 2021 : 3

DÉCEMBRE 2021 : 2

### Hiver 2022 : 13 formations – 143 participants au total

JANVIER 2022 : 3

FÉVRIER 2022 : 5

MARS 2022 : 4

---

<sup>1</sup> CIUSSSCN = Centre intégré universitaire en santé et service social

<sup>2</sup> Fondation du Centre de prévention du suicide de Québec

---

## Formation « Relayer en prévention du suicide »

---

La formation Relayer en prévention du suicide, créée par le CPSQ, s'insère dans un contexte de réseautage qui vise la prévention du suicide. Elle s'adresse à des professionnels qui, sans être des intervenants en prévention du suicide, sont néanmoins susceptibles d'être en contact avec des personnes suicidaires dans le cadre de leurs fonctions au travail.

Soulignons une augmentation majeure de 175 personnes ayant bénéficié de cette formation.

### NOMBRE DE FORMATIONS:

22 formations au total (Avril 2021-Mars 2022)

Soit : 247 personnes inscrites

### Printemps 2021 : 11 formations – 119 participants au total

AVRIL 2021: 2

MAI 2021: 5

JUIN 2021 : 4

### Automne 2021 : 9 formations – 112 participants au total

SEPTEMBRE 2021 : 4

OCTOBRE 2021 : 3

NOVEMBRE 2021 : 5

DÉCEMBRE 2021 : 0

### Hiver 2022 : 2 formations – 16 participants au total

JANVIER 2022 : 0

FÉVRIER 2022 : 0

MARS 2022 : 2

---

## Ateliers de sensibilisation

---

Les ateliers présentent des contenus s'adaptant à la diversité des milieux (étudiants du collégial ou universitaires, proches aidants, milieux gouvernementaux, organismes communautaires, cliniques médicales, milieux politiques, etc.) et aux besoins exprimés.

8 ateliers ont été dispensés et plus de 150 personnes ont été sensibilisées via la plateforme Teams.

---

## « Et moi, comment ça va ? »

---

S'appuyant sur l'importance d'agir en amont de la crise suicidaire, « Et moi, comment ça va ? » est un programme destiné principalement aux hommes de 35 à 65 ans, qui mise sur les aspects positifs de la masculinité, comme le sens des responsabilités et l'autonomie, afin de promouvoir des solutions qui correspondent à leur réalité, dans un ton franc et authentique. Dans les milieux de travail, « Et moi, comment ça va ? » utilise une analogie parlante, soit le coffre à outils, que l'on retrouve sur les affiches et le matériel promotionnel



Depuis sa création en 2017, le programme « Et moi, comment ça va ? » a rejoint plus de 3 800 personnes en entreprise. Toutefois, en raison de la pandémie, cette formation n'a pu se donner en entreprise ni dans les milieux scolaires

---

## Semblables et différents

---

Ce programme cible les groupes suivants : • 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) ; • Leurs proches, leurs parents, leurs professeurs et leurs intervenants ; • Les jeunes qui adoptent des conduites d'intimidation à leur endroit.



Semblables et différents est un programme de valorisation de la différence initiée par le CPSQ. Et maintenant piloté par sa Fondation. Le programme célèbre la différence afin qu'elle soit perçue comme une force, ce qu'elle est vraiment. Depuis la création du programme, plus de 2 000 jeunes ont été sensibilisés. 36 ateliers ont été dispensés et 600 jeunes ont ainsi été sensibilisés.

---

## Les amis de Zippy

---

Les amis de Zippy est un programme novateur et universel de promotion de la santé mentale en milieu scolaire. Le programme est conçu pour les élèves de premier cycle du primaire L'idée centrale du programme est d'intervenir tôt dans la vie des enfants, afin de les outiller en développant un répertoire plus riche de mécanismes d'adaptation et d'habiletés sociales, ce qui les aidera à mieux faire face aux difficultés qu'ils rencontreront au quotidien et à celles qui se présenteront à l'adolescence et à l'âge adulte.

Ce programme :

- Est reconnu par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) ;
- Est implanté dans plus de 30 pays à travers le monde ;
- A touché plus de 1,3 millions d'enfants à ce jour.

Cette formation, en présentielle, est toutefois interrompue durant la pandémie.

Nous avons bon espoir de reprendre bientôt nos formations en présentiel et/ou en mode hybride.

---

## NOS PLUS SINCÈRES REMERCIEMENTS

---

Malgré le contexte de pandémie, les donateurs et les donatrices ont été plus que généreux à l'égard de notre organisation. Au nom de toute l'équipe de la Fondation, nous les remercions chaleureusement de leur contribution pour la prévention du suicide à Québec. Nous souhaitons également remercier les contributeurs à la Campagne majeure de financement 2018 - 2023. Le renouvellement de votre engagement permet à la Fondation de déployer ses programmes de sensibilisation. Toutes les sommes amassées permettent de financer les services en prévention du suicide qui ne sont pas subventionnés par le gouvernement du Québec, notamment les services aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide et l'ensemble des programmes de prévention.

Nous tenons à remercier chaleureusement et faire part de notre plus sincère gratitude à toutes les personnes dont le support a joué un rôle essentiel dans le succès de la prévention du suicide et de nous permettre d'apporter un changement significatif à la situation. Votre soutien nous encourage à poursuivre notre engagement et à atteindre notre objectif qui est de sauver des vies. Nous vous invitons à nous suivre sur les réseaux sociaux afin de connaître les activités citoyennes en voie de réalisation.

