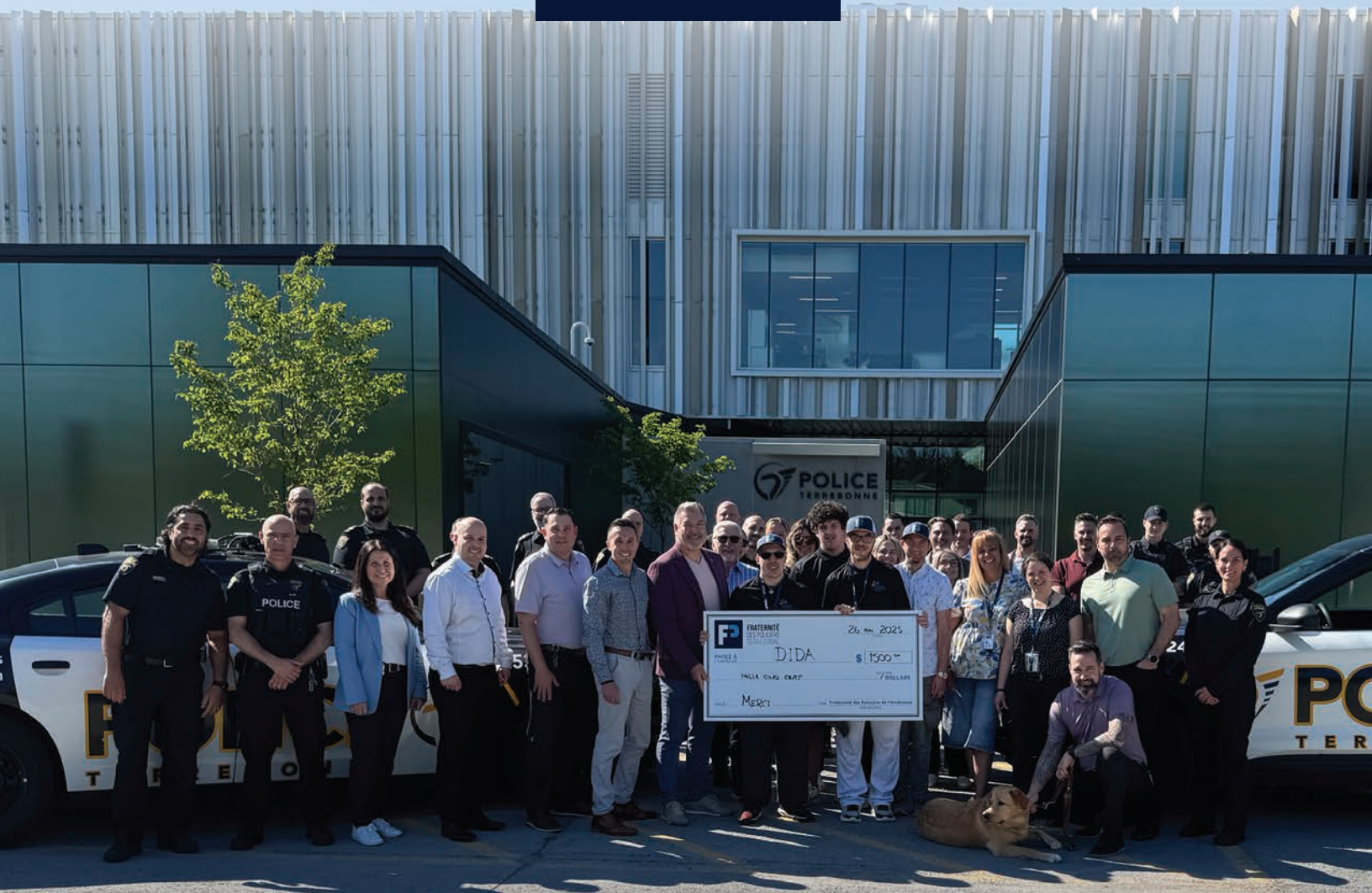


REVUE ANNUELLE



FRATERNITÉ DES POLICIERS TERREBONNE



TOME 1 | VOL. 4 | ÉDITION 2025

REVUE ANNUELLE



FRATERNITÉ DES POLICIERS TERREBONNE

SOMMAIRE DE LA REVUE

La Fraternité des policiers de Terrebonne : un engagement indéfectible envers la communauté 2	Paniers de Noël 11
Mot du responsable de la revue 3	Mon engagement bénévole chez PANDA Lanaudière 12
L'exécutif de la Fraternité des policiers de Terrebonne 4	Défi de l'Ultramarathon Leucan 13
La Fraternité des policiers de Terrebonne et ses membres, en collaboration avec le Service de police, soutient activement la cause du cancer du sein 5	La fondation DIDA 14
La collecte de sang de la Fraternité des policiers de Terrebonne 6	Quand l'uniforme pèse lourd : santé mentale et fatigue chez les policiers municipaux 17
Tournoi de balle donnée au profit du cancer du sein 7	Sécurité routière : le rôle discret mais crucial de la police municipale 18
Fondation Dr Clown 8	La Vigile : un soutien essentiel aux policiers 20



Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2025

Dépôt légal, Bibliothèque et Archives Canada, 2025



1591, rue Principale, bureau 201
Sainte-Julie QC J3E 1W6
Tél. : 1 855 908-2626

Administration, directrice générale
Stéphanie Chicoine, adm. a.
Directeur des ventes
André Labonté
Directrice - Infographie
Nancy Bossé

Directrice - Relation et service client
Nancy Thibeault
Rédacteur (Textes des pages 15 à 19)
Sylvain Durand



LA FRATERNITÉ DES POLICIERS DE TERREBONNE : UN ENGAGEMENT INDÉFACTIBLE ENVERS LA COMMUNAUTÉ

Dans un monde où le rôle des forces de l'ordre se complexifie, la Fraternité des policiers de Terrebonne incarne une vision humaniste du métier. À travers son engagement social et communautaire, elle redonne à la population un soutien précieux, bien au-delà de ses fonctions habituelles.

Depuis 2008, sous ma présidence, la Fraternité n'a cessé de multiplier les actions en faveur des causes qui lui tiennent à cœur. Son retour aux sources avec la revue de la Fraternité reflète cette volonté de mettre en lumière les initiatives qui enrichissent la relation entre les policiers et leur milieu.

Des actions concrètes pour un impact réel

Au fil des années, la Fraternité a démontré un engagement remarquable. Avec plus de **125 000 \$ investis** dans la communauté, les policiers de Terrebonne ont soutenu plusieurs organismes essentiels :

- **Le Club des petits déjeuners de Terrebonne**, bénéficiant de près de **20 ans** de soutien continu.
- **Les athlètes paralympiques du Québec**, une cause valorisant l'inclusion et le dépassement de soi.
- **Les Bourses Triomphe de Sainte-Anne-des-Plaines**, encourageant la persévérance et l'excellence.
- **Les paniers de Noël**, qui apportent chaleur et réconfort aux familles dans le besoin.

En 2025, la Fraternité renforce encore son engagement en attribuant un don à l'organisme DIDA, qui favorise l'intégration des personnes avec une déficience intellectuelle dans le milieu du travail. Ces travailleurs,

responsables du nettoyage de la flotte véhiculaire du Service de police, insufflent à leur environnement une énergie positive et un professionnalisme exemplaire. Ce soutien est une belle reconnaissance de leur contribution quotidienne.

Une vocation centrée sur l'humain

Être policier, c'est bien plus qu'assurer la sécurité publique : c'est être un acteur du changement, un moteur de solidarité. À travers le bénévolat, les défis caritatifs, et les partenariats communautaires, les membres de la Fraternité démontrent que leur mission dépasse les interventions policières.

Cette revue est un témoignage vibrant de l'impact positif des policiers de Terrebonne sur leur communauté. Elle met en lumière des individus déterminés à faire la différence, tout en soulignant l'importance du soutien des annonceurs qui jouent un rôle clé dans la concrétisation de ces initiatives.

Bonne lecture et, surtout, un grand merci à ceux qui, jour après jour, bâtissent un monde plus solidaire.



Patrick Lepage
Président

MOT DU RESPONSABLE DE LA REVUE

Au cours de la dernière année, j'ai soumis au conseil de direction l'idée de redonner à la revue de la Fraternité des policiers de Terrebonne toute sa place.

Son objectif est double : promouvoir une cause locale qui nous tient à cœur et mettre en lumière l'humain derrière l'uniforme, en valorisant l'engagement de nos membres au sein de la communauté. Nous sommes fiers du travail accompli et espérons que vous apprécierez cette lecture.

À l'année prochaine!



Jean-Philippe Gagné
Vice-président
exécutif



FRATERNITÉ
DES POLICIERS
TERREBONNE





**FRATERNITÉ
DES POLICIERS
TERREBONNE**

L'EXÉCUTIF DE LA FRATERNITÉ DES POLICIERS DE TERREBONNE



Jason Brière

Jean-Philippe Gagné

Patrick Lepage

Marc-André White

Dominic Ouellette

Sur la photo, de gauche à droite : Jason Brière, vice-président uniformes, équipements et bien-être des membres; Jean-Philippe Gagné, vice-président exécutif; Patrick Lepage, président; Marc-André White, vice-président trésorier; et Dominic Ouellette, vice-président secrétaire.



LA FRATERNITÉ DES POLICIERS DE TERREBONNE ET SES MEMBRES, EN COLLABORATION AVEC LE SERVICE DE POLICE, SOUTIENT ACTIVEMENT LA CAUSE DU CANCER DU SEIN

Encore une fois cette année, le Service de police de la Ville de Terrebonne, la Fraternité et ses membres ont souligné le mois du cancer du sein avec la journée thématique : On porte le ROSE! Il s'agit d'une tradition que le Service de police a créé il y a maintenant **3 ans**. Afin de sensibiliser ses membres et plus encore la communauté, la police de Terrebonne a été pionnière en modifiant son logo sur les chemises portées par ses membres. Le logo arbore simplement la couleur ROSE, celle qui représente universellement la lutte acharnée contre cette terrible maladie qu'est

le cancer du sein. Pendant tout le mois d'octobre, les policiers peuvent faire apposer le logo rose moyennant un don à la Fondation cancer du sein du Québec. Il est ensuite permis aux membres de porter cette chemise. Depuis la mise en place de cet événement, le Service de police, les membres et la Fraternité des policiers de Terrebonne ont remis la somme de **10 000 \$**.

Cette cause nous a d'autant plus touchés cette année que l'un de nos membres a été atteint par la maladie. Cette personne est maintenant en rémission.





LA COLLECTE DE SANG DE LA FRATERNITÉ DES POLICIERS DE TERREBONNE

La Fraternité des policiers et ses membres s'impliquent de différentes manières dans leur communauté et le texte que vous vous apprêtez à lire en est un bon exemple. Le sergent-détective Philippe Sylla a un très bon ami, Aziz El Fara, qui est lui aussi policier. Avec sa conjointe Vanessa, ils ont eu un merveilleux petit garçon aujourd'hui âgé de 5 ans, Samy.

Malgré sa joie de vivre, sa grande curiosité et sa passion pour les dinosaures, Samy n'est pas un petit garçon comme les autres. Il est atteint du syndrome de Roifman, une maladie orpheline grave qui affecte notamment le système immunitaire, la croissance et le développement intellectuel. Très peu d'individus sur la planète sont atteints de ce syndrome. Pour survivre, il doit recevoir un don de plasma chaque semaine. C'est dans cette optique que Philippe Sylla a voulu faire avancer les choses.

Depuis maintenant 5 ans, il est l'instigateur de la clinique de sang des policiers et policières de Terrebonne, événement auquel la Fraternité est plus que fière de s'associer. En effet, depuis deux ans, la clinique de sang se tient dans les locaux de la Fraternité à Terrebonne. Il s'agit pour nous d'une noble cause. Depuis sa création, notre clinique de sang a rassemblé plus de 700 donneurs qui ont contribué à l'élaboration de près de 2 000 produits qui vont pouvoir être transfusés à des patients d'hôpitaux du Québec. Héma-Québec peut également faire du recrutement pour trouver des donneurs de plasma, ce qui est tout aussi important que les dons de sang.

Nous sommes fiers de nos membres qui soutiennent cette cause depuis tant d'années. La clinique 2024 s'est déroulée le 28 novembre et fut encore un franc succès. 142 donneurs ont défilé dans nos locaux, dont notre incontournable président d'honneur, Samy El Fara, qui arborait pour l'occasion la magnifique casquette de la Fraternité qui lui a été remise. Il ne faut pas oublier que cet événement ne pourrait connaître un tel succès sans l'apport inestimable de nos membres actifs et retraités qui viennent donner de leur temps afin de faciliter le déroulement de cette journée.



De gauche à droite sur la photo : Vanessa, maman de Samy; le capitaine Vincent Charbonneau, responsable relations médias pour le Service de police de Terrebonne; Matta, chien de soutien du Service de police; Samy El Fara, président d'honneur; Aziz El Fara, père de Samy, avec la petite sœur de ce dernier; et Jean-Philippe Gagné, vice-président exécutif de la Fraternité.



Fondation
cancer du sein
du Québec

TOURNOI DE BALLE DONNÉE AU PROFIT DU CANCER DU SEIN

Le 6 juillet 2024, une équipe mixte composée exclusivement de membres de la Fraternité a joint l'utile à l'agréable. En effet, ils ont participé à un tournoi de balle donnée qui servait à amasser des fonds pour la Fondation cancer du sein du Québec. L'instigateur de cette initiative pour nos membres a été l'agent Claudérick Brière. Il a initié ce projet rassembleur en sollicitant ses collègues de travail pour participer à cet événement. Il est un ami de l'organisatrice de l'événement, Sara Rivest. L'idée originale lui est venue de sa courageuse maman qui a survécu à la maladie. Elle cherchait la manière de faire sa part pour cette association dont sa famille a pu bénéficier des bienfaits. La balle-molle étant une passion pour cette famille, elle s'est inspirée de celle-ci pour mettre sur pied un événement festif et rassembleur, avec une touche compétitive qui a su atteindre tous les objectifs visés : se rassembler entre familles et amis, s'amuser, bouger et amasser des fonds.

Les joueurs de la Fraternité étaient d'autant plus touchés par cette cause que l'un de nos membres combat actuellement cette maladie. Et sur une note un peu plus personnelle, j'ai moi-même perdu une amie très proche en 2024, Mélanie Dufour, des conséquences de cette maladie. Je voyais dans cet événement une occasion de m'impliquer envers la Fondation qui l'a soutenue au cours de ces 10 dernières années.

Arborant notre chandail jaune flamboyant et avec comme appellation « Les Bananes », c'est dans un esprit de franche camaraderie que la majorité d'entre nous, entourés de nos familles, avons joué et remporté nos trois matchs pour être déclarés champions de notre



division. Le tournoi se déroulait sur une journée au parc Laverdière de Le Gardeur. Malgré des pluies nocturnes diluviennes qui ont retardé le début de cette compétition amicale, la météo a par la suite été splendide pour nous faire vivre un moment inoubliable.

Tous les profits émanant de l'activité, incluant la vente de nourriture et de rafraîchissements, étaient remis à la Fondation. Sara Rivest est fière d'avoir pu remettre 9150 \$ à la Fondation cancer du sein du Québec. Elle a déclaré après la deuxième édition de sa classique :

« Avec l'aide de ma famille, j'ai organisé pour une deuxième année consécutive un tournoi de balle donnée au profit de la Fondation cancer du sein du Québec. La balle donnée est une activité que je partage avec ma famille depuis mon enfance, et j'ai la chance incroyable de pouvoir encore jouer aujourd'hui avec ma mère, qui est actuellement en rémission d'un cancer du sein. Grâce à la générosité de plusieurs joueurs et donateurs, nous avons remis un peu plus de 9 000 \$ à cette fondation qui me tient particulièrement à cœur. »



Voici les membres de la Fraternité qui ont participé à cet événement. De gauche à droite, en haut : Samuel Lessard-Giguère, Claudérick Brière, Marc-André Daoust, Simon Bergeron-Rochette, Justin Cleary et Josianne Pelletier. En bas : Mathieu Bissonnette, Jean-Philippe Gagné, Annabelle Gauthier et Naomie Rhéaume.



FONDATION DR CLOWN

L'Association des policières et policiers provinciaux du Québec (APPQ) a organisé une activité spéciale en soutien à la Fondation Dr Clown, qui s'est déroulée le 17 septembre 2024 au Centre de réadaptation Marie Enfant (CRME) affilié au Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine. Pour l'APPQ, outre le fait de remettre un chèque de 6 000 \$ au profit des enfants malades, cet événement est l'occasion de mettre en lumière la solidarité entre les différents syndicats policiers du Québec. En plus de l'Association des policières et policiers provinciaux du Québec, il y avait la Fraternité des policiers et policières de Montréal, la Fédération des policiers et policières municipaux du Québec, la Fraternité des policiers de Terrebonne, la Fraternité des policiers et policières de l'agglomération de Longueuil et la Fraternité des Policiers de Laval.

Cet événement a offert un intermède positif dans le quotidien des enfants malades et leur a permis de voir

de près des sections spécialisées des différentes unités policières de la province, telles que :

- **Cavalerie**
- **Véhicule du groupe tactique d'intervention (GTI)**
- **Motards**
- **Auto-patrouilles**
- **Média**

L'agent senior Jason Brière, qui est également membre du conseil de direction de la Fraternité, a représenté notre organisation lors de cette journée haute en émotions, tant pour les jeunes que pour les policiers impliqués. Jason, qui fait partie de l'Unité mobile d'intervention (UMI) avait apporté son vélo de police, au grand plaisir des enfants qui en auraient tous pris un!







Ensemble, on fait briller notre communauté!

C'est grâce à la force de notre tissu entrepreneurial local que nous pouvons, ensemble, faire une réelle différence.

Les petites entreprises d'ici sont bien plus que des commerces : elles sont le cœur battant de notre communauté.

En soutenant nos publications, elles choisissent de s'impliquer concrètement dans un projet porteur de sens et de solidarité.

Aujourd'hui, grâce à leur soutien, nous avons le plaisir de vous annoncer une grande nouvelle : nous obtenons la certification Entreprise Enfant Soleil.

Ce sceau distinctif, que nous porterons avec fierté, symbolise non seulement notre engagement envers la santé et le bien-être des enfants, mais renforce également notre volonté de contribuer activement au développement d'une pédiatrie de qualité partout au Québec.

Chaque partenariat local amplifie ce mouvement de générosité, prouvant qu'ensemble, même à petite échelle, nous accomplissons de grandes choses.

Merci à toutes les entreprises locales pour votre engagement!





I PANIERS DE NOËL

La période des fêtes est, pour la plupart d'entre nous, joyeuse, festive et riche de moments en famille créant des souvenirs impérissables. Mais dans le cadre de leur travail, les policiers voient plus souvent qu'autrement l'envers de la médaille. Des gens seuls, en détresse ou qui n'ont simplement pas les moyens financiers de s'offrir un repas de Noël. Le sergent-détective à la retraite Joël Bérubé s'était senti interpellé par ces tristes situations il y a de cela plus de vingt ans. En effet, il avait eu l'idée à cette époque de solliciter ses collègues afin d'accumuler des fonds qui seraient remis à des familles dans le besoin de notre territoire, au moyen de paniers d'épicerie et de cadeaux, apportant ainsi un peu de réconfort et de bonheur en cette période de l'année. Cette tradition perdure encore aujourd'hui, ayant été reprise par les agentes de liaison en violence conjugale Joëlle Laparé et Martine Milton depuis le départ à la retraite de notre valeureux fondateur. Il s'agit pour les policiers d'une manière de faire une différence positive dans la vie des gens qui, avouons-le, ne se présente pas souvent dans le cadre de leurs fonctions quotidiennes.

La Fraternité des policiers de Terrebonne a toujours soutenu cette cause. Depuis sa création, elle a remis plus de 35 000 \$ à la cause des paniers de Noël! Il ne faut pas non plus passer sous silence la collaboration du IGA Extra du boulevard des Seigneurs qui, en plus de remettre des denrées, confectionne les paniers pour les familles. Et ça ne s'arrête pas là. Ce sont également les policiers du Service qui procèdent à la livraison auprès des familles. Ils sont ainsi à même de constater à quel point cette cause peut apporter un moment de bonheur à ces gens qui en ont besoin.

De plus, cette année, la sergente-détective Julie Northon, à l'aube de sa retraite, a collaboré en mettant en vente de magnifiques peluches à l'effigie de Matta, le chien Mira de soutien du Service de police de Terrebonne. En plus de remettre l'un de ses magnifiques toutous aux enfants des familles visitées, une partie des profits de la vente fut remise pour la cause! Bravo et merci à Julie et Matta!





I MON ENGAGEMENT BÉNÉVOLE CHEZ PANDA LANAUDIÈRE

Lorsque j'ai découvert l'Association PANDA Lanaudière, je savais que je voulais contribuer à quelque chose de significatif. Fondée en 2000, l'Association joue un rôle clé en offrant aux familles et aux professionnels des outils pour mieux vivre avec le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Son approche, basée sur les dernières données probantes, m'a convaincu que je pourrais apporter mon soutien à une cause importante.

Dès mon arrivée, j'ai été accueilli par une équipe passionnée et engagée, composée de bénévoles, d'intervenants et de membres de la communauté, tous animés par une volonté commune : sensibiliser et accompagner ceux qui sont touchés par le TDAH. L'Association propose une variété de services, allant des ateliers de formation pour les parents et les professionnels, aux conférences et activités de sensibilisation. En participant à ces événements, j'ai eu la chance d'échanger avec des familles cherchant à comprendre les défis liés au TDAH, ainsi qu'avec des intervenants désireux d'intégrer des stratégies efficaces dans leur pratique. Ces échanges m'ont permis de saisir la complexité du TDAH et de mieux appréhender les ressources essentielles pour accompagner les personnes qui en sont atteintes.

En 2024, PANDA Lanaudière a aidé plus de 1 800 personnes grâce à ses diverses initiatives. Ce chiffre est une preuve tangible de l'impact que nous avons au sein de la communauté. Nous ne nous contentons pas de transmettre des connaissances; nous bâtissons une véritable



solidarité et créons un espace sécurisant où chacun peut partager ses expériences et trouver du soutien.

Ce qui distingue cette association, ce sont ses valeurs fondamentales : **intégrité, respect de la personne, autonomisation, ouverture d'esprit, crédibilité et apprentissage constant**. En tant que bénévole, je les ressens à travers chaque projet, chaque échange, et chaque initiative menée. Mon rôle va bien au-delà de l'organisation d'activités ou du soutien administratif. Mon engagement au sein de PANDA Lanaudière m'a offert l'opportunité de contribuer directement à l'amélioration du bien-être des personnes concernées.

Benoît Lemay

Sergent au Service de police de Terrebonne
(à gauche sur la photo)



I DÉFI DE L'ULTRAMARATHON LEUCAN

Quatre collègues unis pour une cause : une course vers l'espoir

Cette année, l'Ultramarathon Leucan prend une dimension toute particulière avec la participation de quatre (4) de nos collègues déterminés à repousser leurs limites pour une cause qui leur tient à cœur. À travers ce défi sportif d'envergure, ils se mobilisent avec passion pour soutenir les enfants atteints de cancer et leurs familles, leur offrant non seulement une aide précieuse, mais aussi un message puissant d'espoir et de résilience.

L'Ultramarathon Leucan, qui fêtait cette année sa 16^e édition, s'est tenu les 29 et 30 mai 2025. Il s'agit bien plus que d'une simple course. Il incarne un véritable élan de solidarité où chaque foulée devient un geste concret pour améliorer la vie de ceux qui en ont le plus besoin. Traversant les paysages majestueux du Saguenay-Lac-Saint-Jean, cet événement rassemble une communauté engagée et déterminée à faire une différence. Joé et Jérémie Turcotte, qui sont originaires de cette région mais qui font respecter la loi à Terrebonne, ainsi que leurs collègues, Naomie Rhéaume et Marc-André Daoust, redoubleront d'efforts pour faire la différence dans cette cause vertueuse.

Notre quatuor n'a pas ménagé ses efforts, s'entraînant avec rigueur et dévouement pour être prêt à relever ce défi d'envergure. Les jumeaux Turcotte participeront à leur deuxième édition, tandis que Naomie et Marc-André relèveront ce défi pour la première fois. Leurs engagements reflètent les valeurs fondamentales de l'Ultramarathon de Leucan : dépassement de soi, entraide et espoir. En participant à cette aventure, ils apportent leur pierre à l'édifice, contribuant à la mission essentielle de la fondation. En équipe, ils auront amassé 5 655 \$! Bien sûr, plusieurs de leurs collègues de la Fraternité des policiers de Terrebonne les ont soutenus financièrement du mieux qu'ils le pouvaient.



De gauche à droite : Jérémie, Marc-André, Naomie et Joé.

Lorsque Joé Turcotte fut questionné sur la difficulté que représente ce défi, qui implique de courir pendant plus de 24 heures en vagues interrompues et qui lui aura fait parcourir 90 kilomètres de course à pied, il répond candidement :

« En tant que papa, j'ai juste à penser à tous ces enfants qui souffrent et endurent beaucoup plus que moi! Ça suffit amplement à me motiver à faire le prochain pas. »

Finalement, Jérémie, Marc-André et Naomie auront couru respectivement 77, 63 et 62 kilomètres. Quel exploit! Les connaissant, je crois que l'on peut d'ores et déjà leur souhaiter bonne chance pour l'an prochain.



I LA FONDATION DIDA

DIDA est bien plus qu'un organisme : c'est un moteur de changement qui permet aux adultes de s'intégrer pleinement dans la collectivité et de devenir des citoyens engagés. Sa mission repose sur des valeurs fondamentales telles que l'inclusion, la participation sociale et le développement personnel. Grâce à ses initiatives, DIDA favorise l'accès à une vie adulte épanouie, encourage l'apprentissage de compétences essentielles et offre un cadre propice à l'engagement actif dans un projet de vie significatif.

L'objectif principal de DIDA est de créer un environnement où chaque adulte, notamment ceux présentant une déficience intellectuelle, peut trouver sa place, contribuer positivement à la société et développer ses aptitudes sociales et professionnelles. Par le biais de diverses activités et programmes, l'organisme accompagne ses membres vers une autonomie accrue, leur permettant de s'impliquer activement dans des initiatives qui leur tiennent à cœur. DIDA incarne ainsi une vision progressiste de l'inclusion, où chacun est encouragé à exprimer son potentiel et à prendre part à la vie communautaire.

Parmi les nombreuses activités proposées, les membres de DIDA offrent un service de lavage de nos véhicules de police. Cette initiative permet non seulement de développer des compétences professionnelles, mais aussi

de valoriser leur travail au sein de la communauté. Par leur engagement et leur souci du détail, ils offrent un service de grande qualité, démontrant par leur bonne humeur contagieuse leur volonté de contribuer activement à la société. Cela favorise l'épanouissement personnel et professionnel tout en renforçant les liens avec les policiers de la Ville de Terrebonne qui soutiennent leur mission.

Dans cette perspective, le soutien de partenaires et de donateurs est essentiel pour mener à bien ses actions. Récemment, la Fraternité des policiers de Terrebonne a démontré son engagement envers cette noble cause en faisant un don de 1500 \$ à DIDA. Ce geste témoigne d'une volonté commune de bâtir une société plus inclusive et solidaire, où chaque individu a la possibilité de s'épanouir et d'apporter sa contribution.

Ce soutien financier permettra à DIDA d'élargir ses services et de proposer encore plus d'opportunités aux adultes qu'elle accompagne. Grâce à la générosité de la Fraternité des policiers de Terrebonne, DIDA pourra poursuivre son travail essentiel et continuer à transformer des vies, tout en continuant d'être un exemple inspirant pour la société. Cela rappelle que, ensemble, nous pouvons faire une différence et contribuer à un monde où chacun trouve sa place. Voici la photographie prise lors de la remise du chèque le 26 mai dernier.



Voici ce que la directrice générale de l'organisme DIDA avait à déclarer :

« Mille fois MERCI!

Un grand merci à la Fraternité des policiers de Terrebonne!

Nous tenons à exprimer notre plus sincère gratitude envers la Fraternité des policiers de Terrebonne pour leur généreux don et pour leur précieux soutien.

Depuis l'ouverture de notre plateau de travail au quartier général de la police de Terrebonne, nous vivons une collaboration des plus positives. Ce partenariat

permet à nos participants – des adultes vivant avec une déficience intellectuelle – de s'investir dans des tâches concrètes et valorisantes, tout en développant leur autonomie et leur sentiment de fierté. Grâce à ce plateau, ils ont l'occasion de contribuer activement à la communauté, d'être reconnus pour leur travail et leur apport, et de se sentir utiles dans un environnement stimulant et respectueux.

Merci à la Fraternité des policiers de Terrebonne de croire en l'inclusion et de faire une réelle différence dans la vie de nos participants. »

Véronique Gaudet, directrice de DIDA



Des policiers quittent leur poste pour des raisons spécifiques de santé mentale. D'autres s'absentent pour épuisement ou vivent avec un trouble de stress post-traumatique (TSPT) non diagnostiqué.

QUAND L'UNIFORME PÈSE LOURD : SANTÉ MENTALE ET FATIGUE CHEZ LES POLICIERS MUNICIPAUX

Ils patrouillent dans nos rues, interviennent dans les situations de crise, apaisent les conflits et portent assistance, parfois au péril de leur vie. Mais derrière l'uniforme et l'apparente solidité, les policiers sont de plus en plus nombreux à souffrir en silence. Stress chronique, fatigue émotionnelle, dépression : la santé mentale de ceux qui nous protègent est fragilisée, et les chiffres sont là pour en témoigner.

Une détresse qui s'amplifie

Selon la Fédération des policiers et policières municipaux du Québec (FPMQ), les demandes d'aide psychologique ont explosé au cours des dix dernières années. Nombreux sont les services municipaux qui ont dû augmenter leur budget consacré à la santé mentale, parfois en urgence, pour faire face à une vague d'épuisement professionnel.

Les causes de cet épuisement sont nombreuses; il y a d'une part la difficulté inhérente au métier, liée aux interventions dans des contextes humains très lourds (violence conjugale, suicides, viols, pédocriminalité, etc.), et d'autre part la récurrence de ces situations, leur fréquence dans un temps rapproché qui ne permet pas aux policiers et policières de récupérer, « d'absorber » le drame avant la prochaine intervention. C'est, de fait, une charge émotive permanente, et il faut composer avec le manque de moyens et d'effectifs, mais aussi de reconnaissance, sans parler de la pression médiatique, amplifiée par les réseaux sociaux, où le moindre faux-pas est scruté et exposé en place publique. Être policier n'a jamais été une sinécure, mais c'est plus que jamais devenu un sacerdoce.

Des cas de plus en plus nombreux, des silences qui persistent

Si le sujet est encore tabou dans plusieurs corps policiers, les témoignages émergent. Des policiers quittent leur poste pour des raisons spécifiques de santé mentale. D'autres s'absentent pour épuisement ou vivent avec un trouble de stress post-traumatique (TSPT) non diagnostiqué. Le phénomène n'a rien de marginal : une étude de 2023 rapportait que plus de 30 % des policiers municipaux interrogés présentaient des symptômes significatifs d'anxiété ou de dépression.

Les policiers et policières sont souvent considérés comme des forces agissantes que rien n'atteint; ils ont tout vu, tout vécu; ils ont la peau dure et un mental d'acier. On a ainsi tendance à

oublier qu'ils sont d'abord des humains comme les autres qui ont simplement choisi de se mettre au service de la collectivité en nous protégeant des drames quotidiens qui l'agitent. C'est pourquoi ces hommes et ces femmes souffrent sous l'uniforme; le spectacle de la violence ne laisse jamais indifférent. L'expérience et l'accompagnement aident certes à absorber les chocs, mais on n'est jamais immunisé.

Manque de soutien et de reconnaissance

Si ce malaise dans la profession s'explique en partie par la nature du travail, il ne faut pas négliger d'autres facteurs, au moins aussi importants, comme le manque de reconnaissance institutionnelle, un accès inégal aux services de soutien, et une culture organisationnelle encore résistante à la vulnérabilité. Il faut du temps pour tout, certes, mais il est urgent de protéger ceux qui nous protègent.

Dans certains services, les ressources sont limitées à une ligne téléphonique ou à quelques séances avec un psychologue affilié. Ces outils ne suffisent plus. De nombreux experts plaident pour la création de cellules d'accompagnement psychologique permanentes et mieux intégrées à la structure policière. Il faudrait également davantage de prévention pour permettre aux agents d'identifier les signaux faibles et de demander de l'aide avant que les troubles perçus ne deviennent plus difficiles à gérer.

Une question de sécurité publique

Un policier qui va mal, qu'il en soit conscient ou non, est un policier moins apte à intervenir dans des situations délicates. Cela peut avoir des conséquences directes sur la sécurité des citoyens, celle de ses collègues et, bien sûr, sur sa propre sécurité. C'est pourquoi la FPMQ milite pour une meilleure reconnaissance des enjeux de santé mentale, notamment par une formation systématique en gestion du stress, des protocoles d'après-intervention plus humains, et une réduction des charges administratives chronophages qui ajoutent à la pression du métier.

À l'heure où la police de proximité joue un rôle clé dans la cohésion sociale, il est essentiel que les policiers municipaux soient eux aussi protégés. Leur santé mentale n'est pas un luxe, c'est un préalable. Une condition de base pour un service de qualité, humain et durable.



SÉCURITÉ ROUTIÈRE : LE RÔLE DISCRET MAIS CRUCIAL DE LA POLICE MUNICIPALE

Quand on parle de sécurité routière au Québec, l'image de la Sûreté du Québec (SQ) vient souvent à l'esprit. Pourtant, dans les villes et les agglomérations urbaines, c'est la police municipale qui veille, jour après jour, à la sécurité des automobilistes, des cyclistes et des piétons. Le travail de ses agents, à la fois préventif et répressif, constitue un pilier essentiel du réseau routier municipal.

Une présence constante sur le terrain

Chaque jour, les policiers municipaux patrouillent les rues à bord de leurs véhicules marqués. Leur mission : assurer une présence visible pour dissuader les comportements dangereux, intervenir rapidement en cas d'infraction ou d'accident, et faire respecter le *Code de la sécurité routière*. Ces patrouilles sont souvent ciblées selon les données de circulation et les plaintes citoyennes. Par exemple, dans certaines zones scolaires, des patrouilles accrues sont déployées aux heures d'entrée et de sortie des classes.

Les policiers peuvent aussi se poster à des endroits stratégiques, comme des intersections problématiques ou des zones

où les excès de vitesse sont fréquents, afin de surprendre les contrevenants. Dans certaines villes de taille moyenne, plusieurs dizaines d'agents peuvent être affectés à la surveillance routière, incluant des équipes dédiées aux heures de pointe ou aux événements spéciaux.

La prévention : un levier fondamental

La prévention occupe une place centrale dans le travail des corps policiers municipaux. Plusieurs services de police collaborent avec les écoles, les centres communautaires et les municipalités pour sensibiliser la population, en particulier les jeunes, aux dangers de la route. Des campagnes comme « Un piéton, ça se respecte » ou « La vitesse, pas dans mon quartier » sont mises en œuvre localement, souvent avec l'appui de radars pédagogiques ou de panneaux numériques.

Des agents se rendent aussi sur le terrain pour faire de la prévention ciblée. Par exemple, ils peuvent effectuer des opérations de sensibilisation sur le port du casque à vélo ou sur l'usage du cellulaire au volant, sans nécessairement remettre des constats d'infraction. L'hiver dernier, à l'occasion d'une



activité de sensibilisation sur la vitesse en zone scolaire organisée par le Service de police de la Ville de Lévis (SPVL), les joueurs de l'équipe de hockey M18 AAA de Lévis ont pu manipuler le radar mobile et remettre aux automobilistes ayant une conduite prudente des billets pour aller voir un de leurs matchs. Une excellente façon de sensibiliser les habitants et les jeunes, futurs conducteurs, en impliquant ces derniers.

Le respect des règles : une question de rigueur

Lorsqu'il est nécessaire de sévir, les policiers municipaux n'hésitent pas à émettre des contraventions. Excès de vitesse, feux rouges grillés, stationnements illégaux ou conduite avec les facultés affaiblies : tout comportement à risque est passible d'un constat. Les policiers utilisent aussi des appareils radar mobiles et des caméras pour capter les infractions. Entre janvier 2021 et juin 2023, par exemple, le Service de police de la Ville de Québec (SPVQ) a émis 38 712 contraventions pour excès de vitesse, représentant environ 26,8 % de l'ensemble des constats remis durant cette période (d'après le *Journal de Québec* du 25 mai 2025). Certaines villes ont des unités spécialisées dans la circulation, formées pour gérer les situations complexes, comme les embouteillages ou les manifestations. Ces unités peuvent aussi intervenir dans les cas de conduite dangereuse ou de poursuites.

Interventions, urgences et collaboration

Bien que moins fréquentes en milieu urbain que sur les autoroutes surveillées par la SQ, les poursuites policières peuvent également survenir dans les juridictions municipales. Dans ce genre de situation, les agents doivent suivre des protocoles stricts pour assurer la sécurité du public. Les policiers municipaux sont aussi formés pour intervenir lors d'accidents : sécurisation de la scène, premiers secours, prise de témoignages et coordination avec les services ambulanciers ou de remorquage.

La sécurité routière est un effort collectif. Les services de police municipaux collaborent régulièrement avec les autres paliers gouvernementaux, comme la SQ, Transports Québec et les organismes communautaires. Ils partagent l'information, coordonnent des opérations communes et participent à des tables de concertation pour améliorer les pratiques.

Si leur travail se fait parfois dans l'ombre des grandes opérations d'autres corps policiers, les services de police municipaux jouent un rôle clé dans la sécurité routière locale. Leur présence sur le terrain, leur approche équilibrée entre prévention et répression, et leur connaissance fine de leur communauté font d'eux des acteurs indispensables pour des routes plus sécuritaires au quotidien.

I LA VIGILE : UN SOUTIEN ESSENTIEL AUX POLICIERS

La maison La Vigile est une organisation québécoise qui œuvre principalement à soutenir et à accompagner les hommes et les femmes qui portent l'uniforme dans leur quotidien professionnel. Créée pour répondre à des enjeux spécifiques rencontrés par les membres des forces de l'ordre, elle s'est donnée pour mission de fournir des services de soutien psychologique, émotionnel et social aux policiers, tout en contribuant à renforcer leur bien-être mental et physique.

Les policiers, confrontés quotidiennement à des situations stressantes, traumatisantes ou dangereuses, sont exposés à un risque accru de troubles psychologiques, tels que l'anxiété, la dépression, le trouble de stress post-traumatique (TSPT), voire le *burnout*. La Vigile intervient directement pour atténuer ces effets négatifs en offrant une écoute attentive et en mettant à disposition des ressources adaptées pour faire face à ces problématiques. Les policiers peuvent ainsi bénéficier de services de counseling individuel, de thérapies de groupe, et même de formations sur la gestion du stress et de la résilience.

Des solutions concrètes pour prévenir les traumatismes

L'association organise également des activités de prévention visant à sensibiliser les policiers sur l'importance de la santé mentale et à briser les tabous autour des problèmes psychologiques. Elle œuvre activement pour que les policiers n'hésitent pas à demander de l'aide lorsqu'ils en ressentent le besoin, un enjeu particulièrement crucial dans un milieu où la culture du silence et de la résilience est parfois trop présente. À cette fin, elle a par exemple formé en 2015 un groupe de policiers de la Ville de Lévis comme policiers pairs aidants (formation de sentinelles).

En outre, La Vigile met en place des mécanismes de soutien après des événements traumatiques, comme les interventions critiques, les accidents de la route ou les situations de violence extrême. Ces événements peuvent laisser des séquelles durables, et cette association joue un rôle essentiel en facilitant le retour des policiers au travail, tout en assurant leur bien-être sur le long terme. Elle coordonne également des interventions d'urgence, en collaboration avec des psychologues et des intervenants spécialisés, pour s'assurer que les policiers reçoivent les soins appropriés.

Hébergement et récupération : un espace pour se recentrer

Pour les policiers qui nécessitent un retrait temporaire de leur environnement quotidien, La Vigile propose également des possibilités d'hébergement dans des installations adaptées. Ces hébergements sont conçus pour offrir un espace calme et sécuritaire, propice à la récupération et à la guérison, permettant aux policiers de se recentrer avant de retourner à leurs activités professionnelles.

Une vision globale pour améliorer les conditions de travail

La Vigile participe également à des recherches sur les conditions de travail des policiers et plaide en faveur de meilleures pratiques en matière de gestion du stress et de la santé mentale dans les corps policiers. L'association ne se contente pas de soigner les symptômes, elle cherche à prévenir et à créer un environnement de travail plus sain et plus humain pour les policiers du Québec. La Vigile apporte ainsi une expertise et un soutien précieux qui contribuent à la résilience des policiers et donc à la sécurité publique. Merci à tous ses membres pour leur travail exceptionnel!



Notre revue annuelle en version numérique!

Consultez-la dès maintenant au
RevueFraterniteTerrebonne.ca



VERSION
IMPRIMÉE

VERSION
NUMÉRIQUE