



# PARLER DU SUICIDE SAUVE DES VIES

Rapport d'activités 2017-2018

TCPS

**Rapport d'activité du Centre de prévention suicide du  
Témiscamingue, 2017-2018**

# Le CPST

**Le Centre de prévention du suicide du Témiscamingue (CPST) existe depuis 32 ans et, au fil des années, il a su se tailler une place de choix dans le domaine de la prévention du suicide au Témiscamingue.**

**Crédibilité, proaction, soutien et sensibilisation sont des synonymes de choix représentant le CPST. Nous pouvons également compter sur d'excellents partenaires du milieu qui ont à cœur la prévention du suicide et qui nous aident à orienter nos efforts dans ce sens.**

## MISSION

Le CPST est un organisme communautaire qui a pour mission de prévenir le suicide et ses impacts en assurant l'accès à des services de qualité aux personnes suicidaires, à leurs proches, aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide ainsi qu'aux intervenants qui les côtoient. Il vise aussi la sensibilisation et le développement des compétences des individus et des organisations.

## ENGAGEMENTS

En tenant compte de notre mission, de nos valeurs, de notre conception de la prévention du suicide et de nos approches cliniques, le CPST s'engage à :

- \* Être accessible pour les personnes suicidaires, leurs proches, les personnes endeuillées à la suite d'un suicide et les intervenants;
- \* Être proactif par des services qui savent s'ajuster rapidement aux besoins de notre clientèle et de nos partenaires;
- \* Estimer les facteurs de risque et intervenir efficacement auprès de la personne suicidaire à l'aide des bonnes pratiques;
- \* Assurer l'aide et l'accompagnement en fonction des besoins pour s'assurer que toute personne suicidaire, proche ou endeuillée à la suite d'un suicide, puisse recevoir tous les services nécessaires à son cheminement;
- \* Travailler ensemble en mettant à profit les compétences distinctives de chacun;
- \* Dispenser des services en maintenant de hauts standards de qualité.

## LES SERVICES DU CPST

Les services des CPS sont évolutifs, souples et centrés sur les besoins des individus.

- \* SERVICES AUX PERSONNES SUICIDAIRES
- \* SERVICES AUX PROCHES D'UNE PERSONNE SUICIDAIRE
- \* SERVICES AUX PERSONNES ENDEUILLÉES À LA SUITE D'UN SUICIDE

- \* SERVICES DE POSTVENTION POUR LES MILIEUX TOUCHÉS PAR LE SUICIDE
- \* SERVICES AUX INTERVENANTS ET AUX ORGANISMES
- \* SERVICES DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE
- \* SERVICES DE SENSIBILISATION ET D'INFORMATION À LA PRÉVENTION DU SUICIDE

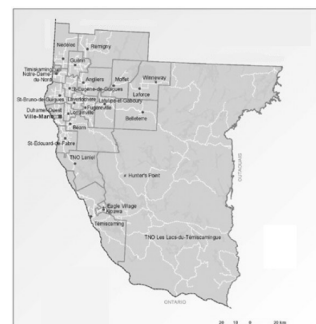
# Le CPST

## LE TERRITOIRE DESSERVI PAR LE CPST

Le CPST dessert le territoire de la MRC de Témiscamingue. Il se caractérise par une superficie d'environ 16 400 km<sup>2</sup> de terres et une population estimée à 15 842 personnes en 2017.

On y retrouve 19 municipalités, deux territoires non organisés et quatre communautés autochtones.

La majorité des habitants (84 %) vivent en milieu rural, dans des petites localités comptant le plus souvent moins de 1 000 personnes.



## LES HEURES D'OUVERTURE

**Lundi au jeudi  
de 8 h à 16 h**

Les heures d'ouverture, tout comme les services du CPST, sont flexibles et s'adaptent à la demande.

L'horaire de la directrice est disponible sur la boîte vocale. En cas d'absence, le numéro de la ligne d'intervention téléphonique en prévention du suicide est mentionné sur la boîte vocale.

## LES EMPLOYÉES DU CPST

Cette année, nous avons embauché une intervenante pour un poste de 21 heures semaine, de septembre 2017 à février 2018. Nous avons pu faire cette embauche puisque la directrice a réduit ses heures de travail à 15 heures semaine pendant cette période. Malheureusement, l'intervenante a quitté ses fonctions au CPST le 2 février 2018, le CPST est donc revenu à une seule employée, temps pleins, pour rendre les services à la population.

Ce retour à une seule employée a évidemment des impacts importants sur les services que nous pouvons offrir et le développement de nouveaux services dont la population clame le besoin.

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration se rencontre aux six semaines durant la période de septembre à juin. Entre les rencontres, les membres utilisent une plateforme de discussion web afin d'échanger sur certains sujets et dossiers concernant le CPST.

Le conseil d'administration est constitué de sept administrateurs. La directrice assiste aux rencontres du conseil d'administration, elle agit à titre de secrétaire mais n'a aucun droit de vote.

Dans un souci de mettre à profit l'expertise de chacun ainsi que de soutenir la directrice du CPST, le conseil d'administration a deux comités de travail :

1- Comité « Finance »    2- Comité « Ressource humaine »

LES ADMINISTRATEURS 2017-2018:

**Geneviève Arpin**—présidente, **Nathalie Potvin**—vice-présidente, **Annick Strasbourg**—trésorière, **Isabelle Bergeron**—administratrice, **Michel Rivest**—administrateur, **Stacia Gaudet**—administratrice, **Marion Hallée**—administratrice.

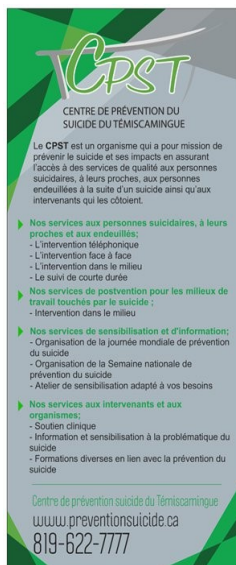
# Services rendus

## AUX PERSONNES SUICIDAIRES ET À LEURS PROCHES

L'intervention téléphonique, l'intervention face à face, l'intervention dans le milieu, la relance téléphonique, le suivi de courte durée, l'accompagnement de la personne à l'urgence hospitalière ou toutes autres ressources nécessaires à son cheminement.

**Dans le cadre de ce service, les actions inscrites au plan d'action sont:**

**1- Accueillir les personnes suicidaires ainsi que les proches pour offrir les services d'intervention.** Cette année, nous avons fait 22 interventions auprès de 15 personnes suicidaires ou proches. Sept demandes ont été initiés directement par la personne suicidaire et huit par les proches.



**2- Publiciser davantage le service d'intervention auprès de la population.** Nous avons refait notre dépliant de service en version bilingue, qui se retrouve dans plusieurs points de service du Témiscamingue. Nous avons également acheté un « parapost » incluant les services offert par le CPST afin d'avoir davantage de visibilité lors de nos présences dans des salons et activités pour la population.

**3- Développer une collaboration avec les communautés autochtones du Témiscamingue.** Une tournée de sensibilisation a été effectuée dans les communautés autochtones du Témiscamingue. Le bilan de cette tournée se retrouve à l'annexe 1 du présent rapport.

**4- Établir une collaboration avec les intervenants des établissements pour offrir des rencontres d'informations et d'interventions aux proches.** Nous avons décidé de reporter cette action dans nos priorités 2018-2019, puisqu'un comité de travail lié à la demande d'aide des proches a vu le jour au Témiscamingue. Le CPST est membre de ce comité.



*Le profil des personnes ayant demandé de l'aide pour idéation suicidaire ou suite à une tentative de suicide représente la réalité du Québec, plus de 80 % étaient des hommes et la moyenne d'âge est de 49 ans.*

*À noter que cette année, nous avons eu une augmentation des demandes d'aide concernant des jeunes d'âge primaire, soit de 10 à 12 ans. Nous serons attentif à cette nouvelle clientèle, à leurs besoins ainsi qu'aux meilleures pratiques lors d'intervention auprès des jeunes de moins de 14 ans.*

# Services rendus

## AUX PERSONNES ENDEUILLÉES À LA SUITE D'UN SUICIDE ET AUX MILIEUX TOUCHÉS

L'intervention téléphonique, la relance et le suivi téléphonique, rencontre individuelle, de couple ou familiale, l'intervention dans le milieu

### Dans le cadre de ce service, les actions inscrites au plan d'action sont:

**1- Accueillir les personnes endeuillées pour offrir les services d'intervention.** Cette année, nous sommes intervenu auprès de cinq endeuillés. Aucune intervention dans le milieu ne fût demandée.

**2- Collaborer avec le CISSAT dans la mise en place du nouveau protocole de postvention.** Nous sommes en attente de l'adoption de la procédure d'intervention lors d'une postvention. Suite à l'adoption de la procédure, nous réitérerons notre offre de soutien afin d'aider les intervenants à s'approprier les interventions à effectuer.

**3- Soutenir les milieux scolaires dans la mise à jour du protocole de postvention ou dans l'application de celui-ci.** Aucune activité de postvention en milieu scolaire ne fût nécessaire cette année.

**4- Relancer les milieux de distribution du guide pour les endeuillés par suicide afin de vérifier leur besoin d'exemplaires et commander de nouveaux exemplaires, au besoin.** Nous avons relancé chaque milieu de distribution et avons remis de nouveaux exemplaires à ceux qui en avait besoin.



## SENSIBILISATION ET INFORMATION

Organisation de la journée mondiale en prévention du suicide, organisation de la Semaine nationale de prévention du suicide, coordination de la journée éducative régionale en prévention du suicide, atelier de sensibilisation adapté aux besoins de la clientèle.

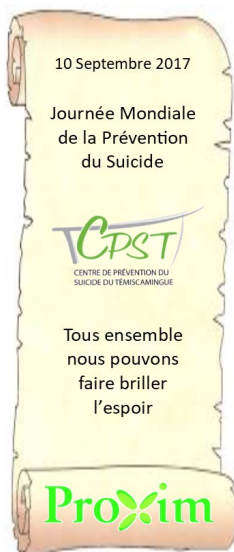
### Dans le cadre de ce service, les actions inscrites au plan d'action sont:

**1- Organisation de la journée mondiale en prévention du suicide.** Pour une 4<sup>ème</sup> année, le 10 septembre, les Témiscamiens ont été invités à se procurer gratuitement une chandelle auprès de commerces de la région et de l'allumer afin de démontrer leur appui à la prévention du suicide, leur soutien aux nombreux endeuillés par suicide et en souvenir d'un être cher. Cinq cent chandelles ont été distribués sur le territoire du Témiscamingue.

**2- Coordonner le comité organisateur de la semaine nationale de prévention du suicide.** Sous le thème « Parler du suicide sauve des vies », le comité organisateur a distribué des affiches promotionnels et des aimants porteur de mots positifs et de raisons de vivre, partout sur le territoire du Témiscamingue.

**3- Coordonner le comité organisateur de la journée éducative régionale en prévention du suicide.** Cette année, nous avons tenu la journée éducative sous le thème « Mieux comprendre l'anxiété lors de nos interventions ». La journée a eu lieu à Rouyn-Noranda, le 6 février 2018 et plus de 180 intervenants y ont participé.

**4- Offrir une séance de sensibilisation et d'information à la problématique du suicide.** Nous avons offert la séance de sensibilisation à trois groupes, totalisant 40 personnes. Nous avons participé au Salon Santé Mieux-Être, ce qui nous a permis de rencontrer plus de 300 citoyens.



# Services rendus

## AUX INTERVENANTS ET AUX ORGANISMES

Soutien clinique, information et sensibilisation à la problématique du suicide, formations diverses en lien avec la prévention du suicide.

**Dans le cadre de ce service, les actions inscrites au plan d'action sont:**

- 1- Offrir la formation « Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques ».** Nous avons donné la formation à deux groupes, totalisant 15 personnes.
- 2- Offrir le suivi à la formation « Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques ».** Nous offrons l'atelier de consolidation des acquis à trois reprises, chaque printemps. Cette année, puisque nous avons repoussé de quelques semaines les dates de l'atelier, nous n'avons pas de formation à inscrire pour la période d'avril 2017 à mars 2018.
- 3- Offrir le soutien clinique.** Nous avons soutenu 33 intervenants qui faisaient face à des situations complexes avec une personne suicidaire.
- 4- Assurer une présence sur le groupe Facebook de partage d'outils d'intervention afin d'alimenter le partage et d'assurer un bon fonctionnement de ce groupe.** Nous avons maintenu une présence constante sur le groupe témiscamien. Ce partage d'outil est un canal de communication rapide et efficace pour rejoindre une forte majorité d'intervenants du Témiscamingue.

## LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

### Portrait de situation



Description des enjeux à l'égard des difficultés vécues et de l'utilisation des services d'aide.

**Dans le cadre de ce service, les actions inscrites au plan d'action sont:**

- 1- Coordonner le comité de pilotage du projet pilote « Travailleur de rang » au Témiscamingue.** Cette année, à la demande de nos bailleurs de fonds, nous avons réalisé une démarche d'évaluation des besoins auprès des familles agricoles ainsi qu'auprès des partenaires du milieu. Suite aux travaux d'évaluation, nous avons produit le rapport « Portrait de la situation des familles agricoles du Témiscamingue ». Vous pouvez lire les faits saillants du rapport à l'annexe 2 du présent document.

Tout au long de l'année nous avons également rencontré plusieurs partenaires pour présenter le projet et nous avons fait cinq demandes de financements, dont nous attendons les réponses.

# Le CPST

## LE MAINTIEN DE L'EXPERTISE EN MATIÈRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE ET LE DÉVELOPPEMENT DES CONNAISSANCES

Le CPST se fait une obligation de demeurer à l'affût des nouvelles recherches, publications et données en matière de prévention du suicide.

**Cette année, la directrice a poursuivi cet objectif :**

- \* Participer à la rencontre annuelle des formateurs accrédités du Québec (Formation « Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques »);
- \* S'assurer de recevoir les divers rapports et écrits scientifique sur la prévention du suicide; les meilleures pratiques en intervention ainsi que les projets innovateurs.



LA PRÉVENTION DU SUICIDE  
EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

## L'IMPLICATION DU CPST

**Le CPST siège sur différents comités, tels que:**

- \* Le Comité organisateur de la semaine témiscamienne de la santé mentale;
- \* Le Regroupement des Centres de prévention du suicide du Québec;
- \* La Table de concertation régionale des organismes en prévention du suicide;
- \* Le Comité de pilotage du projet « Travailleur de rang »;
- \* Les rencontres de la Corporation de développement communautaire du Témiscamingue;
- \* La Table régionale sur la santé et le bien-être des hommes.





# LES FINANCES DU CPST

Le CPST est une organisation à but non lucratif. Le conseil d'administration confie à une firme comptable reconnue la mission d'auditer les opérations administratives et comptables afin de s'assurer de l'intégrité des données. De cette manière, les gestionnaires peuvent compter sur une saine gestion et présenter des chiffres validés aux organisations sollicitées pour du soutien financier.

**Pour l'année 2017-2018, les subventions financières reçus au CPST sont :**

- \* Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC);
- \* Centraide Abitibi-Témiscamingue Nord du Québec;
- \* Rodéo du Camion de Notre-Dame-du-Nord.

## CONTRIBUTION FINANCIÈRE DU MILIEU

Cette année, plusieurs entreprises, organisations et individus ont soutenu financièrement les services du CPST. Nous désirons leur exprimer nos très vifs remerciements pour leur générosité. Les dons reçus aident grandement notre organisme à poursuivre sa mission.

**MERCI 8 437 FOIS À :**

- \* **AUTOMOBILE PAQUIN**
- \* **CLUB DE VTT DU TÉMISCAMINGUE**
- \* **FERME SYLVAIN ET LYNE**
- \* **BARBE BROUE PUB**
- \* **COMITÉ ORGANISATEUR DU SALON SANTÉ MIEUX-ÊTRE DU TÉMISCAMINGUE**
- \* **À TOUS LES CITOYENS QUI ONT FAIT PARVENIR UN DON AU CPST!!!!!!!!!!!!!!**

*Merci* 



# ANNEXES



# Bilan sur le projet communautés autochtones/

## Objectifs de la campagne de sensibilisation 2017 au Témiscamingue en milieu autochtone/anglophone

Cette année, nous avons fait une tournée dans les milieux autochtones anglophones afin de sensibiliser les intervenants à la problématique du suicide et de faire connaître les services du Centre de prévention du suicide du Témiscamingue et la ligne d'intervention téléphonique en prévention du suicide 1-866-APPELLE.

## Clientèle ciblée par les actions du projet

Dans le cadre du projet de sensibilisation, nous souhaitons soutenir les différents intervenants des milieux autochtones tels que les écoles, les garderies, les centres de santé et les conseils de bandes. Ce soutien est fait principalement par le biais de rencontres d'information sur la prévention du suicide. Ces rencontres ont permis de connaître leurs besoins dans ce domaine ainsi ciblant des pistes d'actions à mettre en place pour prévenir le suicide dans leurs communautés.

## Les actions

Dans un premier temps, nous avons rencontré plus de 40 intervenants dans trois communautés autochtones soit Timiskaming First Nation, Kipawa (Première Nation d'Eagle Village) et Winneway (Première Nation de Long Point) en leur remettant un dépliant des services du Centre de Prévention du suicide du Témiscamingue.

Par la suite, nous leur avons remis un sondage pour valider leurs connaissances sur le sujet de la prévention du suicide, leur niveau d'aisance à parler du suicide et leurs besoins en tant qu'intervenant.

## Faits saillants des rencontres

Les rencontres ont permis d'identifier que les communautés autochtones ne connaissaient pas les services offerts par le Centre de Prévention du suicide du Témiscamingue d'autant plus qu'ils ne savaient pas que la ligne d'intervention téléphonique en prévention du suicide 1-866-APPELLE offrait des services bilingue.

Nous avons également pu prendre conscience que le respect de leur autonomie est très important, surtout lorsque les intervenants qui offrent les services ne sont pas de la communauté, donc des inconnus. Il est important pour eux d'être autonomes et de ne pas être obligé de se référer à nous. Ils souhaitent recevoir la formation « Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques – déclinaison autochtone », mais ils se disent plus confiant si un des formateurs provient du milieu autochtone.

## Les suites du projet

Malgré les difficultés de communication et de confiance qui existe entre les communautés et les services d'aide extérieure, nous sommes content d'avoir pu présenter les services du CPST.

Concernant la formation, une équipe formé par une formatrice de Montréal et une formatrice du Ministère des affaires indiennes, peuvent venir offrir la formation au Témiscamingue afin qu'elle soit adaptée aux besoins des communautés.

# Portrait de situation des familles agricoles du Témiscamingue

## Faits saillants des enjeux à l'égard des difficultés vécues et de l'utilisation des services d'aide

Les chiffres, les données et les constats sur la situation des familles agricoles du Témiscamingue abondent.

### Objectif de la démarche d'évaluation

Développer une vision commune de l'état de situation des producteurs agricoles et leur famille dans le but de mettre en place des stratégies pour mieux les soutenir.

### L'Agriculture au Témiscamingue :

- 216 entreprises agricoles
- 335 exploitants agricoles
- Répartition des exploitants agricoles selon le groupe d'âge (%)
  - Moins de 35 ans : 13 %
  - 35 à 54 ans : 42 %
  - 55 et plus : 45 %
- Les 4 principaux types de productions : bovins laitiers, bovins boucheries, grandes

### Sondage auprès des partenaires

- 13 partenaires ont répondu au sondage en ligne

#### Ces partenaires étaient :

- Des représentants de syndicats locaux;
- Des fournisseurs de services (Agri-Conseil, Clinique Vétérinaire du Témiscamingue, Agrimax);
- D'anciens agriculteurs;
- Des représentants des institutions financières (Desjardins, La financière agricole du Québec, Financement agricole Canada);
- Des représentants du Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de

### Faits saillants provenant des partenaires

- 92 % des partenaires affirment recevoir souvent ou à l'occasion des informations de la part d'agriculteurs concernant des difficultés vécues.

Les principales difficultés partagées sont :

- Anxiété
  - Difficultés financières
  - Symptômes dépressifs
  - Problèmes de santé physique
- Plus de la moitié des partenaires sondés auraient trouvé pertinent de pouvoir transmettre les informations reçues à un intervenant qui aurait pu assurer un suivi.

# Portrait de situation des familles agricoles du Témiscamingue

## Faits saillants des enjeux à l'égard des difficultés vécues et de l'utilisation des services d'aide À la rencontre des agriculteurs

- Un questionnaire écrit;
- Deux groupes de discussions regroupant 16 agriculteurs;
- La diversité des agriculteurs rencontrés est représentative des données sur l'agriculture au Témiscamingue (groupe d'âge, secteurs géographiques des entreprises agricoles et types de productions);
- Les discussions abordaient :

### Enjeu personnel

**La dynamique familiale et la relation de couple.** L'incidence du mode de vie et de la charge de travail sur leur vie familiale.

**La santé physique et la santé mentale.** Les difficultés les plus souvent vécues par les agriculteurs rencontrés et les membres de leur famille immédiate sont l'anxiété, les problèmes de santé physique et les difficultés financières.

### Enjeu concernant les services d'aide et l'utilisation des services :

**La méconnaissance des familles agricoles envers les services d'aide.** Les agriculteurs connaissent peu les services d'aide existants sur le territoire, à l'exception des services en cas d'urgence.

**La méconnaissance des professionnels envers les réalités du milieu agricole.** Les agriculteurs rencontrés ont indiqué qu'ils préféreraient avoir accès à un intervenant qui connaît bien le milieu agricole. Ces connaissances pourraient favoriser l'établissement d'un lien de confiance, la compréhension des difficultés vécues et la recherche de solutions.

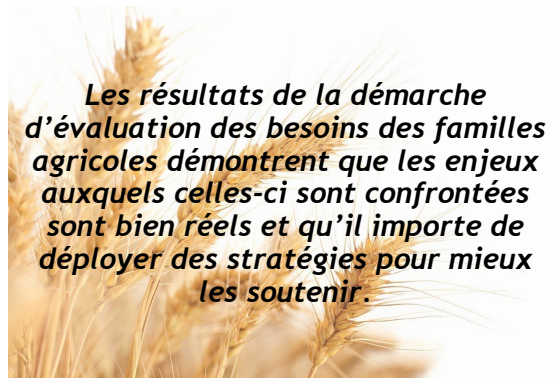
**L'adaptation et l'accessibilité des services.** Les agriculteurs rencontrés ont mentionné l'importance qu'un service prenne l'initiative d'aller au-devant des familles pour leur offrir du soutien.

### Enjeu socioéconomique

**La méconnaissance de la population envers le milieu agricole.** Les préjugés à l'égard de l'agriculture et la méconnaissance des pratiques et des méthodes de travail par la population en général.

**La lourdeur administrative dans la gestion de l'entreprise agricole.** L'incohérence des réglementations et la lourdeur des redditions de comptes essoufflent et démotivent les agriculteurs

**Le faible revenu.** La charge de travail des agriculteurs demeure importante, tandis qu'ils ont de la difficulté à augmenter leurs revenus.



## Priorités d'actions 2018-2020

Le CPST est un organisme communautaire qui a pour mission de prévenir le suicide et ses impacts en assurant l'accès à des services de qualité aux personnes suicidaires, à leurs proches, aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide ainsi qu'aux intervenants qui les côtoient. Il vise aussi la sensibilisation et le développement des compétences des individus et des organisations.

### Axe 1: Intervention

1. Intervenir auprès des personnes suicidaires et de leurs proches.
2. *Participer à la mise en place de nouveaux services pour les proches des personnes ayant un problème de santé mentale.*

### Axe 3: Postvention

1. Accompagner la CSLT ainsi que le CISSSAT dans l'application de leur protocole de postvention.
2. *Participer aux travaux et formations du RCPSQ concernant le deuil après suicide et la postvention.*

### Axe 5: Détresse psychologique

1. Poursuivre la coordination du comité de pilotage du projet « Travailleur de rang ».

### Axe 6: Expertise en prévention du suicide et collaboration avec partenaires du milieu

1. Maintenir nos différentes collaborations avec le CISSSAT, les partenaires milieu, le CPSAT, le RCPSQ et l'AQPS.
2. *Démontrer aux partenaires en santé mentale, l'importance de la création d'une table clinique en santé mentale*

### Axe 2: Formation / Sensibilisation

1. Dispenser la formation « Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques » ainsi que l'atelier de consolidation des acquis.
2. *Diffuser la formation « Repérage » auprès des infirmières du CISSSAT*
3. *Planifier la tenue d'une formation « Intervenir en situation de crise et gérer le risque suicidaire auprès de la clientèle ayant un trouble de la personnalité »*

### Axe 4: Prévention / Promotion

1. Planifier et réaliser des actions lors de la journée mondiale en prévention du suicide, de la semaine nationale en prévention du suicide et lors de la journée mondiale des endeuillés par suicide.
2. S'associer au CPS de la région pour organiser la journée éducative 2019.
3. *Développer un « membership » pour promouvoir la cause de la prévention du suicide et du CPST, auprès de la population et des partenaires.*

3. Prendre part aux différentes formations suivies en prévention du suicide (webinaire du CRISE, rencontre annuelle des formateurs accrédités, forum national en prévention du suicide.

*Merci*

