



RAPPORT ANNUEL

2022 / 2023



CENTRE DE PRÉVENTION
DU SUICIDE DE CHARLEVOIX

Prévention, Intervention, Postvention

T'es important pour nous !

TABLE DES MATIÈRES

02

Introduction

27

Information et sensibilisation

03

Mot de la présidente

32

Prévention et formation

04

Mot de la directrice

34

Intervention et postvention

05

Mission, valeurs,
objectifs et services

37

Revue de presse

08

Vie démocratique

39

Album photos

13

Vie associative

40

Orientations

21

Représentation
et concertation

2022-2023

41

Conclusion

22

Réalisations et chantiers

Les 8 caractéristiques de l'action communautaire autonome

1

Avoir le statut d'un
organisme à but non
lucratif;

2

Être enraciné dans sa
communauté;

3

Entretenir une vie
associative et
démocratique;

4

Être libre de
déterminer sa mission,
ses orientations, ses
approches et pratiques;

5

Avoir été constitué
à l'initiative des
gens de la communauté;

6

Poursuivre une mission
sociales propre à
l'organisme qui favorise
la transformation
sociale;

7

Faire preuve de
pratiques citoyennes et
d'approches larges axées
sur la globalité des
situations problématiques
abordées;

8

Être dirigé par un
conseil d'administration
indépendant du réseau
public.

Prendre soin de soi est un devoir, pas un choix.

QUI SOMMES-NOUS



CENTRE DE PRÉVENTION
DU SUICIDE DE CHARLEVOIX

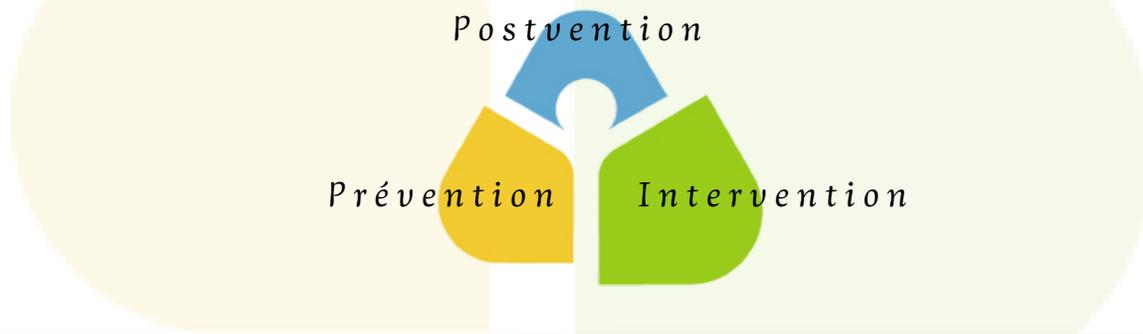
Prévention, Intervention, Postvention

**En action dans la
communauté depuis
près de 35 ans !**

Le Centre de prévention du suicide de Charlevoix (CPSC) est un organisme communautaire né d'une initiative issue de la communauté. En 1987, des intervenants et des bénévoles concernés par la problématique du suicide décident d'AGIR. Un comité est alors mis sur pied et un plan d'action est élaboré afin de contrer le phénomène du suicide dans Charlevoix.

L'organisme est incorporé le 22 novembre 1989. Au début, ce sont des bénévoles qui œuvrent au sein du CPSC; puis, progressivement, le financement aidant, du personnel rémunéré prend le relais. Au fil des ans, l'équipe de travail s'élargit et les services se diversifient.

Aujourd'hui, le CPSC dispense tous les services reliés à la problématique du suicide: **Prévention, Intervention et Postvention**. C'est avec la vision d'un continuum de services spécialisés en prévention du suicide que l'organisme offre aussi des prestations diversifiées telles que de la formation, des séances de sensibilisation ou autres.





Melanie Cattin-Desbiens
Présidente, CA

L'année 2022-2023 vient tout juste de se terminer, avec son lot de défis. En effet, la dernière année en fût une de **mouvements**, de **changements**, mais surtout d'**ADAPTATION**, autant pour l'équipe de travail que pour les membres du conseil d'administration.

Vous pourrez le constater à la lecture de ce rapport d'activités annuel. Ce dernier démontrera également tous les efforts mis en place par l'équipe du CPSC afin de s'assurer de répondre aux différents besoins de la clientèle, une clientèle de plus en plus fragilisée, liés entre autres aux dernières années en contexte de pandémie.

Je tiens d'ailleurs, à cet effet, à remercier sincèrement l'équipe de travail qui, malgré un contexte plus difficile, malgré la croissance en constante évolution des demandes d'aide, a travaillé sans relâche afin d'offrir un service de qualité hors pair à la clientèle. Je tiens également à souligner la **flexibilité** et la **résilience** de chacune des employées, en cette période très mouvementée et parfois déstabilisante !

J'aimerais également remercier mes collègues du conseil d'administration qui m'ont appuyé dans ce premier mandat à la présidence. Merci de votre **disponibilité**, votre **implication** et votre **dévouement**.

Un merci tout spécial également à nos partenaires financiers et aux alliés du CPSC, sans leur apport, rien ne serait possible.

Et merci à vous, chers membres, de soutenir notre cause.

La prochaine année au sein du CPSC en sera une de **consolidation** et de **développement**, d'autres beaux défis nous attendent.

Je souhaite à tous un bel été et au plaisir de vous revoir aux prochaines activités du Centre de Prévention suicide de Charlevoix.

développement

adaptation

changements

flexibilité

consolidation

C'est le cœur débordant de fierté que j'écris ces lignes dans le rapport d'activités du Centre de prévention du suicide de Charlevoix! À l'aube de terminer ma première année à titre de directrice générale, je me sens remplie d'un sentiment d'une extrême satisfaction. Oh la belle grosse année pour moi, mais avant tout pour mon équipe de travail de femmes dévouées et pour mon équipe d'administrateurs loyaux qui ont à cœur la prévention du suicide.

Cette année, j'ai fait la connaissance de gens extraordinaire, d'un milieu où la grandeur d'âme est un prérequis. Cette année, j'ai grandi, j'ai ri, j'ai pleuré, j'ai été émue, j'ai écouté, mais surtout j'ai appris, appris comment les milieux communautaires sont importants dans une communauté.

J'ai accepté le mandat que m'a confié le conseil d'administration de tenir la barre d'un organisme où la priorité est la **VIE** et le **RESPECT**. Les journées au Centre de prévention du suicide de Charlevoix ne sont jamais pareilles, l'adaptation est le mot d'ordre, car lorsque vous dirigez un organisme qui a comme mission de prévenir la problématique du suicide, vous devez être capable de réorganiser votre agenda et de prioriser l'imprévu!



Marie-Sol Côté
Directrice générale

Toutes entreprises ou organismes doivent prendre le temps de faire une introspection, se questionner, se positionner, se valider, se structurer et repartir! Mon arrivée a été un élément déclencheur dans ce processus au sein du Centre de prévention du suicide. Mais c'est en équipe que nous avons réussi! J'ai toujours eu comme mantra que « **seul on va vite, mais ensemble on va loin** ». C'est le souffle que j'ai humblement influé à cette magnifique équipe. En mettant en commun les compétences de chacune, en nous relevant les manches, nous sommes prêtes à franchir une prochaine année qui sera, d'après moi, encore remplie de défis, mais tout autant de belles réussites!

Merci aux administrateurs du Centre de prévention du suicide pour votre implication, merci à mon équipe de travailleuses pour votre ouverture d'esprit, merci à nos bénévoles pour votre appui, merci à nos donateurs pour votre soutien, merci à la population charlevoisienne de croire en nous! Et n'oubliez jamais « **Vous êtes important pour nous!** »

MISSION

VALEURS

La **vie** et le **respect** de soi et des autres sont les valeurs fondamentales qui motivent nos actions.

Prévenir la **problématique du suicide** dans **Charlevoix** tout en **supportant et en accompagnant les personnes touchées.**

QUALITÉS PHARES

Professionalisme
Authenticité
Épanouissement
Complémentarité
Empathie



Ce sont les valeurs intouchables dans nos relations avec la clientèle, les collègues, les partenaires et la communauté.

OBJECTIFS

1
Cerner la situation du **suicide** dans notre région

2
Favoriser des regroupements en vue de former des personnes compétentes à l'intervention

3
Travailler et prévenir le suicide

4
Informer et sensibiliser la population à la problématique du suicide

4.1 SERVICES DU VOLET PRÉVENTION

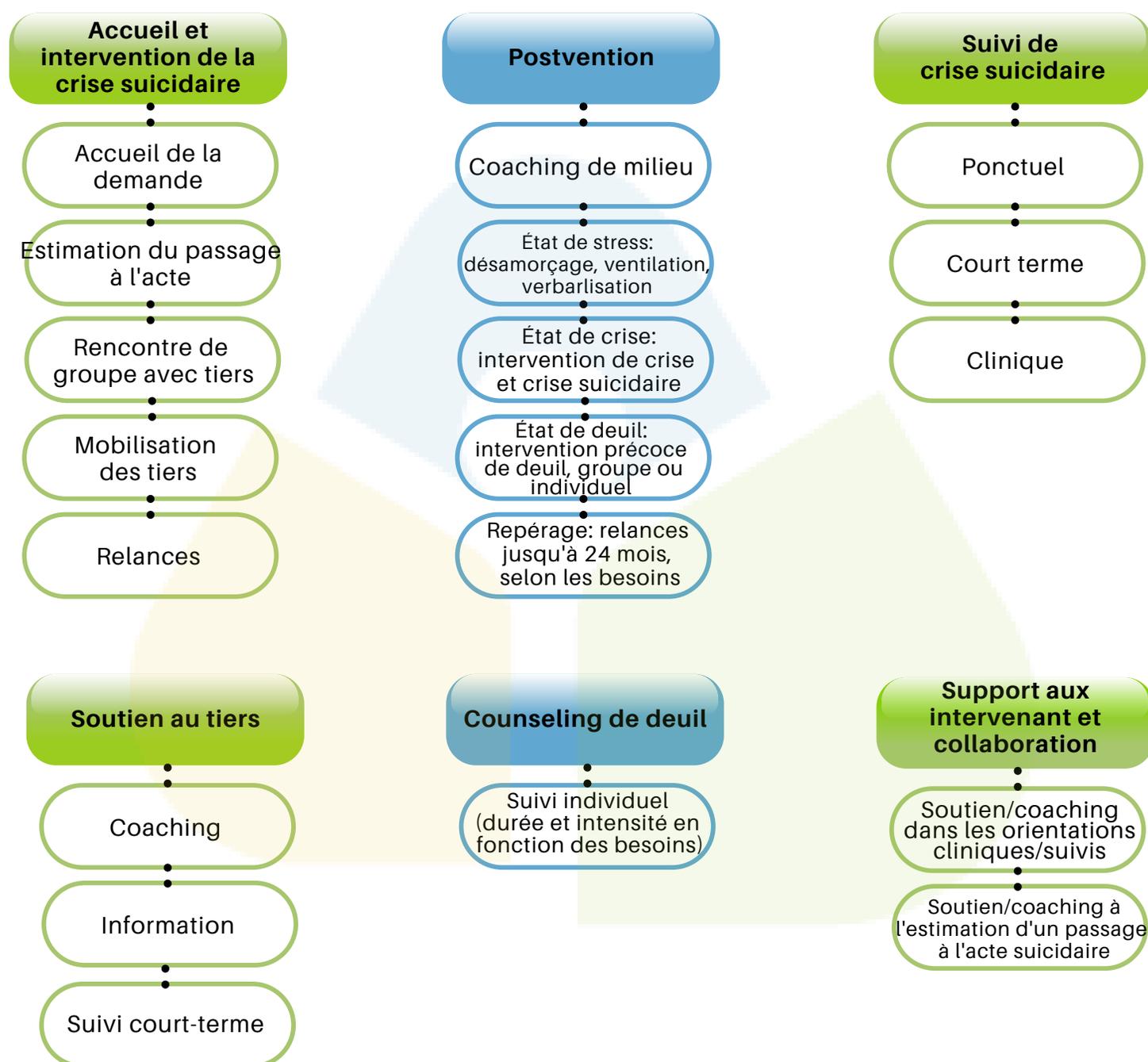


La prévention est un volet majeur de notre mission. Nous sommes convaincues que plus il y aura de gens qui seront sensibilisés à la problématique, plus nous aurons de chance de diminuer le taux de suicide dans Charlevoix.

INFORMATION SENSIBILISATION	FORMATION	PRÉVENTION	REPRÉSENTATION CONCERTATION
Semaine nationale de prévention du suicide	Repérage	Agir en sentinelle	Initiative citoyenne (financement)
Informations aux membres et partenaires	Repérage pour les Casinos	Agir en sentinelle déclinaison agricole	Regroupements/tables et comités locaux
Sensibilisation dans les milieux	Repérage déclinaison aînée	Agir en sentinelle déclinaison aînée	Comité de travail interne
Journée mondiale de la prévention du suicide	Accréditée	Implantation et maintien des réseaux de sentinelles	Regroupements/tables et comités provinciaux
Journée internationale des endeuillés par suicide	Accréditée déclinaison jeunesse		Représentations et activités ponctuelle
	Les enfants suicidaires 13 ans & moins		

4.2 SERVICES DU VOLET CLINIQUE

Le Centre de prévention du suicide de Charlevoix offre des services directs d'intervention auprès de nos différentes clientèles depuis le début des années 2000. L'offre de service actuelle remonte à l'année 2005-2006 et ne cesse de se bonifier d'année en année en fonction des bonnes pratiques reconnues en prévention du suicide.



5.1 MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

Si on effectue une recherche sur Google la définition d'un conseil d'administration est la suivante : « **Groupe de personnes qui mettent leur expertise à contribution, au profit d'une organisation. Le conseil d'administration fournit l'orientation de haut niveau et une stratégie à l'organisation et protège les intérêts financiers.** »

Mais c'est bien plus que ça! Le Conseil d'administration du CPSC ce sont des femmes et des hommes qui portent la mission de l'organisme sur leurs cœurs. Ils s'investissent et donnent généreusement de leur temps en partageant leurs compétences respectives. Ils travaillent de pair avec la direction en réunion du conseil ou en sous-comité afin d'accomplir tous les actes nécessaires à la réalisation des buts que poursuit l'organisme conformément à la loi et aux règlements généraux, adoptent de nouveaux règlements ou les modifient, s'il y a lieu, et adoptent les résolutions qui s'imposent, pour réaliser les buts de l'organisme.

L'arrivée d'une nouvelle directrice et de nouveaux administrateurs demande beaucoup d'adaptation, ce dont notre conseil d'administration a fait preuve. Ils ont été une source d'informations incroyable, ils ont embarqué dans le tourbillon de projets de notre nouvelle DG. Ils ont été présents, ils ont prêté main forte, ils ont conseillé, mais surtout ils ont été des acteurs essentiels en prévention du suicide. **Merci d'être là!**



Mélanie Cattin-Desbiens, présidente
Frédérique Tremblay, vice-présidente
Nathalie Perron, trésorière
Mélanie Simard, secrétaire
Cynthia Desbiens, administratrice
Patrice Trembay, administrateur
Annye Harvey, administratrice



réunions régulières du conseil d'administration



réunion spéciale du conseil d'administration

5.2 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE (AGA)

Le CPS de Charlevoix a tenu sa 33^{ème} AGA dans les temps réglementaires, soit dans les 3 mois suivant la fin de son année financière. Selon les normes, un avis de convocation a été publié et expédié à tous les organismes communautaires de la région de Charlevoix ainsi qu'à ses membres. Il a aussi été publié sur notre page Facebook.

**21 juin à 18h30 en présence
11 personnes, membres en règle**

5.3 COMITÉS

COMITÉ DE GOUVERNANCE

Il est composé du président et de la directrice générale. Selon les dossiers, la vice-présidente peut être interpellée. Ce qui n'a pas été nécessaire au cours de l'année.

- Préparer les réunions du CA
- Assurer le suivi des orientations
- Soutenir la DG de façon statutaire

ENVIRON UNE DIZAINE
DE RÉUNIONS

COMITÉ DE VÉRIFICATION FINANCIÈRE

Ce comité, également statutaire, a comme principal mandat de vérifier les résultats financiers mensuels. Il les présente pour en faire une recommandation, lors des réunions régulières du CA. D'office, y siègent, la trésorière Nathalie Perron, Patrice Tremblay administrateur et la directrice générale.

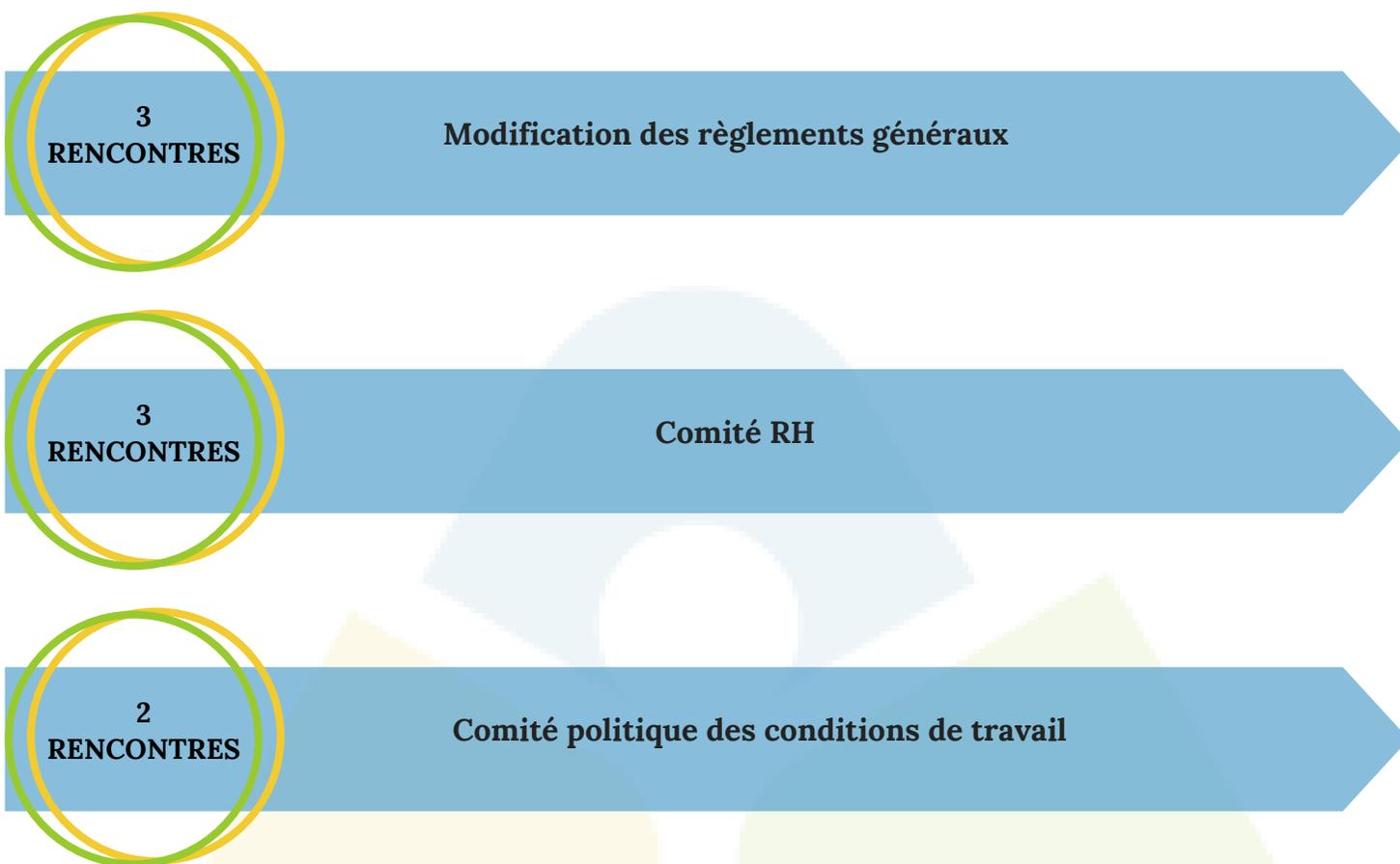
6 RÉUNIONS
DE VÉRIFICATIONS
FINANCIÈRES

- Les vérifications financières ont été effectuées par courriel.
- Une vérification aux deux mois, en moyenne.

SIGNATAIRES AUTORISÉS AUX DÉPENSES

Il y a trois signataires officiels au CPS de Charlevoix soit la présidente, le secrétaire et la directrice générale (DG). Chaque dépense doit être autorisée par la DG. Chaque paiement doit être signé dans un premier temps par un des deux signataires et ensuite par la DG pour des fins de paiement.

COMITÉS AD HOC 2022-2023



FORMATIONS AUX ADMINISTRATEURS

- Formation en gouvernance
- Formation sentinelle



Plus de **410 heures** de bénévolats! Et plus des multiples lectures, des courriels, des téléphones et des textos!

Merci à nos administrateurs de s'impliquer, d'être présent et de soutenir l'équipe de travail, mais surtout la directrice dans son tourbillon de projets et de réorganisation de cet organisme si important pour la communauté charlevoisienne.

5.4 MOT D'UNE ADMINISTRATRICE

Pour ses 10 ans d'implication bénévoles au Centre de prévention du suicide de Charlevoix, Cynthia avait envie de vous partager ces quelques mots.

Je suis bénévole sur le conseil d'administration du Centre de prévention du suicide de Charlevoix depuis maintenant 10 ans. On m'a demandé de vous parler des raisons qui me motivent à être sur le CA.

Il est agréable de se sentir impliqué dans une organisation et c'est pour ma part une source de valorisation. Je suis fière de dire que je suis sur le CA du CPS. De plus, je suis présente à chaque réunion d'un mois à l'autre parce que j'adhère à la cause qu'est la prévention du suicide, on peut dire que je prône chaque jour la vie et les moyens pour valoriser la demande d'aide quand une personne peut en avoir besoin. Aussi, ce qui me tient à coeur c'est le bien-être des employés et de la clientèle qui utilise les services du CPS. Que la clientèle soit satisfaite de leur passage au CPS est plus qu'important pour un membre du CA. En plus, je souhaite sentir que mon implication au sein du CA fait une différence, et à son importance pour l'organisation.

En conclusion, toutes ses raisons me motivent chaque mois à être présente aux rencontres et participer pour le bien de l'organisation et pour la faire évoluer.



Cynthia Desbiens
Administratrice, CA

10 ans

Merci !

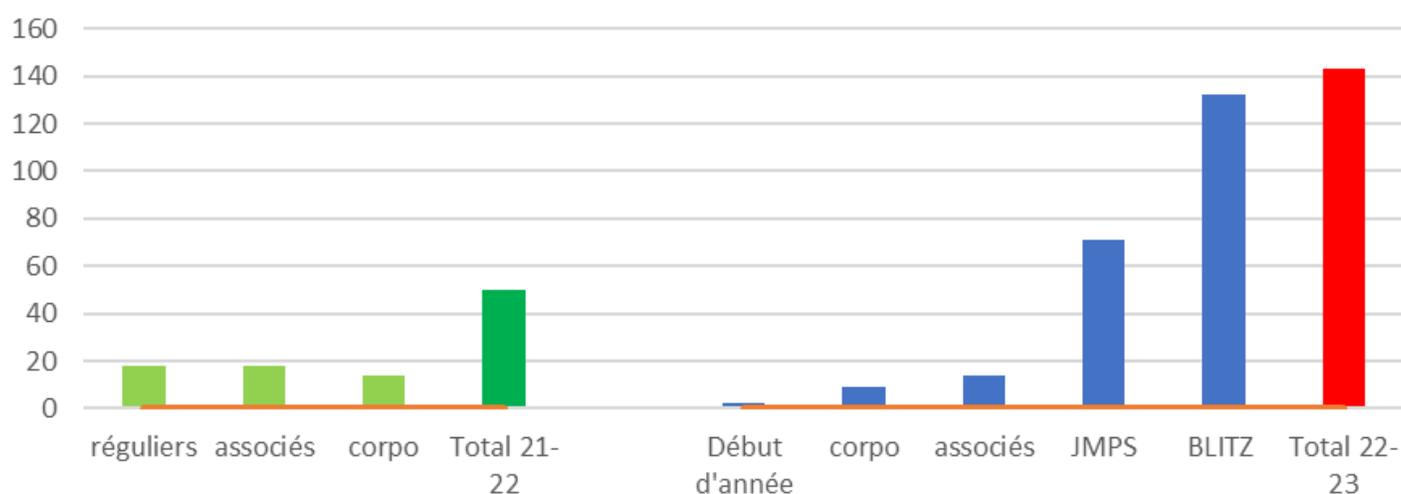
5.5 MEMBRES

L'appui des membres se traduit comme une marque de confiance qui nourrit notre équipe et démontre que nos services sont essentiels à notre communauté. Nous sollicitons votre appui afin qu'encore plus de gens refusent de voir le suicide comme une option. Votre appui veut dire beaucoup pour nous. Démontrer une vie associative forte et dynamique, par le nombre de nos membres, nous permet de montrer que la prévention du suicide dans Charlevoix, c'est primordial pour la communauté.

Cette année, pour permettre à plus de gens de devenir membre du Centre de prévention du suicide de Charlevoix, nous avons décidé de rendre l'adhésion gratuite. Cette décision a été des plus bénéfique, puisque le nombre de membres a passé de **18 membres** réguliers à **144 membres** réguliers. C'est une augmentation de **700%**. WOW !



Augmentation Membres CPSC



6.1 ACTION BÉNÉVOLE

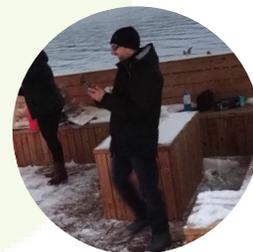
Le bénévolat est une action signifiante résultant du don de son temps, de son savoir et de ses habiletés. Encore cette année, nous avons pu compter sur nos fabuleux bénévoles pour nous prêter main-forte.

L'organisme est très axé sur la prévention, c'est pourquoi tout du long de l'année plusieurs activités sont mises en œuvre, pas seulement pour amasser des dons, mais surtout pour sensibiliser les citoyens sur la problématique du suicide dans notre belle région. Le CPSC a organisé un souper spectacle, une soirée dansante, l'appel de la montagne qui s'est déroulé au Massif, etc.



Qui dit nouvelle directrice, dit également, coup de fraîcheur dans les locaux. Le CPSC a pu compter sur nos bénévoles pour le réaménagement de nos locaux. Peinture, assemblage, déplacement de meubles, etc. Un gros merci à **Steve, Jean-Luc** et **Francine** de nous avoir prêté vos bras forts. Nous tenons aussi à remercier **Stéphane** pour l'assemblage et réparation de meubles.

Pour la soirée des endeuillés, malheureusement annulée cette année à cause du mauvais temps. Le CPSC a quand même tenu à faire une envolée de deux lanternes. **Olivier d'Anjou** nous a offert un magnifique extrait pour la vidéo de l'envolée filmée par le drone de notre bénévole **Jean-Luc**.



Lors de la Journée mondiale de la prévention du suicide, nous avons fait, au plaisir de tous, notre journée tatouage. Un gros merci à nos tatoueurs, **Jessika-Jane, Sandra, Bryan, Jessye** et **Patricia** pour votre coup de main...ou plutôt d'aiguilles. Merci également à notre photographe **Jessica** qui a su immortaliser ces moments ainsi qu'à **Claudine** pour ses tatouages au *airbrush*.



Cette année, nous avons eu la chance de travailler avec une équipe extraordinaire, celle de Bénévole d'Expertise. Quel bel organisme rempli de gens au grand cœur ! Bénévoles d'Expertise accompagne les organismes communautaires de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches dans leur gestion et leur gouvernance par le bénévolat de compétences.

En prenant la direction de l'organisme, notre nouvelle directrice a voulu s'entourer de gens afin de la soutenir dans l'apprentissage de ses nouvelles fonctions. Chez Bénévole d'Expertise, elle a trouvé ce dont elle avait besoin. Un accompagnement dans ses nouvelles fonctions, un autre dans la modification des descriptions de tâches des employés. D'autres collaborations sont à venir dans la prochaine année. Mais le plus important est de souligner l'apport d'un tel partenaire qui par sa mission, « désire contribuer à la pérennisation des organismes dans leur milieu et ainsi, lui aussi, agir afin de diminuer les luttes sociales ».

Merci à Dominique, monsieur Fernand et madame Édith, ainsi que toute l'équipe, vous avez été un appui de taille pour nous!

N'oublions surtout pas notre équipe de travailleuses, toujours prête à mettre la main à l'œuvre. Impossible de finir ce texte sur l'action bénévole sans remercier nos sept bénévoles qui forment notre conseil d'administration et qui sont toujours aussi engagés pour la cause.

*La force
d'une équipe !*

26 BÉNÉVOLES

410.50

Heures de
bénévolat du CA

674.75

Au total, heures de
bénévolat

Mentions spéciales

-  Steve, notre homme à tout faire de confiance. Merci pour ton temps, tu es un bénévole en or.
-  Coraline, notre plus jeune bénévole, ton aide est toujours précieuse.
-  Karine, notre transporteuse désignée, nous pouvons compter sur toi pour le transport interrives.

Merci à tous nos bénévoles !



6.2 PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE DE TRAVAIL

L'**équipe** du Centre de prévention du suicide de Charlevoix, mon **équipe**!

Laissez-moi le plaisir de vous présenter les six femmes qui ont terminé l'année à mes côtés:

Volet clinique



Bleuenn

Intervenante en prévention du suicide et formatrice sentinelle, un pilier du CPS, une femme de terrain qui a à cœur la prévention du suicide. Elle détient également une mine d'informations et de savoir qui font d'elle une intervenante chevronnée. Finissant son brevet d'Équicoaching, Bleuenn est innovante et créative. Merci, Bleuenn, de poursuivre ton travail au CPS après toutes ces années!



Stéphanie

Intervenante en prévention du suicide et formatrice sentinelle, une force de la nature qui excelle en gestion de crise suicidaire. Elle se dévoue, tout comme les autres, à son travail. Elle veut toujours en apprendre davantage, c'est la studieuse de l'équipe qui en est en train de parfaire son savoir en relation humaine à l'université. Merci, Stéphanie, de faire partie de l'équipe!



Laurie

Une troisième intervenante est venue compléter notre équipe clinique. En mai 2022, l'équipe a accueilli notre magnifique Laurie. Une femme déterminée au grand cœur qui a fait son apprentissage en prévention du suicide. Aujourd'hui, Laurie a complété sa probation et elle est officiellement intervenante en prévention du suicide dans notre organisme. Bienvenue, Laurie, dans l'équipe!

Volet administration



Christine

Agente aux communications, une femme pleine de ressources et de savoir qui fait le pont entre l'équipe clinique et l'équipe administrative. Les communications et la prévention sont au cœur de ses mandats. Cependant, notre dévouée Christine nous a annoncé son départ « temporaire » pour aller s'occuper d'un magnifique projet personnel qui grandit en elle, celui d'agrandir sa famille! Félicitations chère Christine, nous te souhaitons tout le bonheur du monde! Et n'oublie pas de revenir!



Brenda-Jane

Notre nouvelle adjointe administrative, une femme souriante et pétillante qui a eu le lourd mandat de reprendre ce poste laissé vacant depuis plus 6 mois. Un travail colossal a été fait de sa part pour s'approprier une multitude de dossiers. C'est Brenda qui a eu la charge de faire la migration de notre comptabilité avec notre nouveau logiciel. Mais en plus de s'adapter à son nouvel emploi, elle a accepté de prendre de nouveaux mandats pour assurer l'intérim de notre agente aux communications. Bienvenue Brenda-Jane dans l'équipe!



Esther

Ainsi, cela laissait la place à une nouvelle venue! Ayant à cœur la prévention du suicide, Esther qui a d'abord fait un passage sur le conseil d'administration est venue se joindre à l'équipe à titre d'agente de bureau. Une chance pour le Centre de prévention du suicide de Charlevoix d'avoir trouvé une perle rare qui par sa gentillesse et son savoir-être a su s'intégrer magnifiquement au sein de cette équipe! La nouvelle voix du CPSC. Bienvenue, Esther, dans l'équipe!



Marie-Sol

Pour terminer, moi la directrice générale, qui a pour mandat de tenir la barre de cette équipe. Mon arrivée a apporté un souffle nouveau au sein de l'organisme. Je clos cette extraordinaire équipe de travail.



Vous voyez que ça bouge au CPS, nous sommes une équipe de femmes prêtes à prévenir la problématique du suicide dans Charlevoix, tout en accompagnant les personnes touchées !



6.3 FORMATION CONTINUE

La mise à jour de nos connaissances est toujours nécessaire, peu importe nos fonctions au sein du CPSC, c'est pourquoi encore cette année, nous avons fait en sorte que nos cerveaux restent actifs. Que ce soit pour nos administrateurs, notre équipe clinique ou encore notre équipe administrative, plus de **24 formations** ont été suivies, ce qui représente plus de **294 heures** d'apprentissage. C'est beaucoup de nouvelles connaissances que nous avons le plaisir de partager avec vous.



6.4 CO-DÉVELOPPEMENT

Les tables de concertations sont importantes, mais les réunions d'équipe sont le maintien de la communication à l'interne. Prendre le temps d'échanger en équipe et de partager notre savoir donne tout le sens à notre organisme. Ces actions facilitent l'interaction et la mise en commun d'idées, tout en constituant un puissant vecteur d'information, de mobilisation et d'engagement au sein de notre organisme.

- RHE (réunion hebdomadaire équipe)
18 rencontres de juillet à mars
(aux 2 semaines en présentiel.

- RHC (rencontre hebdomadaire clinique)
Pour un suivi des dossiers à raison d'un fois semaine.

- Suivi individuel avec la direction
Aux 2-3 semaines avec chaque travailleuse pour parler des besoins et des attentes.

- Rencontre de gestion
Au besoin pour les mises à niveau de l'équipe de travail.

- Rencontre administrative
Suivi aux semaines des tâches administratives.

6.5 DONS

Chaque année, vous entendez parler des organismes communautaires et de la recherche de dons! Hé oui! Afin d'offrir des services de qualités et de faire des projets dont le but est de prévenir la problématique suicidaire, nous avons continuellement besoin de votre aide.

Cette année, nous comptabilisons **103** donateurs, notre nombre de donateurs a quadruplé comparativement à l'an dernier!

18 027.27 \$
fois merci d'être là!

6.6 SOUTIEN FINANCIER

Qu'est-ce que le soutien financier? Ce sont des Fondations, des entreprises, des associations, des bureaux de comté, qui croient en notre mission, qui nous soutiennent financièrement dans des projets. Leur aide est précieuse, cela nous permet d'en faire plus! Plus l'apport de ce soutien sera grand plus notre rayonnement dans la communauté aura un effet bénéfique.

27 200.00 \$
fois merci de croire en nous!



Grâce à l'argent reçu de la Fondation Malle Baye nous avons pu réaliser un outil visant à prendre soin de soi pendant la Semaine nationale de prévention du suicide.





Le 16 septembre s'est déroulée la **22^e édition** du tournoi de golf de la Fondation Prévention Suicide de Charlevoix. Une édition dont nous nous souviendrons longtemps puisque nous avons établi deux records, soit celui du plus grand nombre de joueurs et celui du plus gros montant amassé à ce jour.

Ce sont **114** golfeurs qui ont pris part à cette journée au club de golf de Baie-Saint-Paul. Chaque année nous pouvons

sentir sur le terrain, la joie et l'engagement de tous à soutenir la mission du Centre de prévention du suicide de Charlevoix (CPSC) visant à « Prévenir la problématique du suicide dans Charlevoix tout en supportant et en accompagnant les personnes touchées ».

Nous pouvons également compter sur le soutien financier de certains partenaires lors de nos journées thématiques et nos activités de sensibilisation.



**BUREAU
DE COMTÉ
(ÉMILIE FOSTER)**

6.7 INITIATIVE CITOYENNE

Des entreprises et des citoyens organisent des événements ou partagent des sources de revenus avec le CPS de Charlevoix : spectacles-bénéfice, collecte de fonds d'anniversaire sur Facebook, activité sportive ne sont que quelques exemples.

L'année 2022-2023 fut encore une belle année en termes d'initiative. En effet, les sommes recueillies et le nombre d'initiatives prouvent que les citoyens se mobilisent de plus en plus pour la prévention du suicide. C'est reçu comme un énorme privilège et nous sommes très reconnaissants !

1 801,19 \$

*fois merci de contribuer
à la prévention du suicide dans Charlevoix !*



Le 17 septembre s'est déroulé la soirée de danse aux couleurs country organisée par Alexandra Moffatt Mayette de Les entreprises AMM au profit du Centre de prévention du suicide.

C'est sous divers styles de musique et de danse country que plusieurs adeptes ont eu le plaisir de se déhancher.

La passion et l'initiative d'Alexandra auront permis d'amasser une belle somme pour la prévention du suicide !



Un tatouage pour la vie :

Le 10 septembre, à l'occasion de la Journée mondiale de la prévention du suicide, nous avons pu compter encore sur nos artistes tatoueurs pour faire de cette journée une réussite. Même si l'activité est proposée par le CPS de Charlevoix, cette activité s'ajoute aux initiatives citoyennes puisque chacun le fait à son nom pour le CPS !



Depuis quelques années, les collectes de fonds d'anniversaire sur Facebook sont très populaires ! Une façon simple d'amasser des dons pour une bonne cause.



Merci à Camille Girard qui encore une fois cette année a couru pour la vie !

Qu'est-ce qu'une table de concertation?

Ce sont des rencontres où nous travaillons de concert avec nos partenaires locaux. Les tables de concertation sont très importantes pour la création des liens entre nous tous. Nous parlons d'enjeux et trouvons des solutions pour contrer diverses problématiques. Pour l'équipe du CPSC, s'impliquer est primordiale car les effets sont très positifs sur notre offre de service à la clientèle.

Pourquoi s'impliquer?

Notre organisme met au cœur de ses actions la prévention de la problématique suicidaire, ainsi le développement de partenariat est essentiel. Notre nouvelle directrice s'est fait un devoir d'apprendre et connaître tous les membres du milieu. C'est en faisant de la représentation et assistant aux tables de concertation que cela est possible.



Les résultats sont-ils au rendez-vous?

Bien sûr, le CPSC s'est impliqué dans diverses activités de concert avec d'autres membres de la communauté. Il en résulte un rayonnement de nos services, une reconnaissance du milieu, des travaux de co-intervention avec divers partenaires. Une meilleure connaissance des offres pour aider notre clientèle.

**CARREFOUR SÉCURITÉ EN
VIOLENCE CONJUGALE**

**COMITÉ STRATÉGIQUE EN
PRÉVENTION DU SUICIDE**

**COMITÉ CRISE
PORTNEUF & CHARLEVOIX**

**TABLE DE CONCERTATION EN
SANTÉ MENTALE ET
DÉPENDANCE DE
CHARLEVOIX**

**25 RENCONTRES
PLUS DE 68 HEURES**

**COMITÉ 12 JOURS CONTRE
LES VIOLENCES FAITES AUX
FEMMES**

**TABLE DE CONCERTATION EN
VIOLENCE CONJUGALE**

**RCPSQ-JOURNÉES DES DG
CO-DÉVELOPPEMENT**

**SANTÉ & BIEN-ÊTRE
DES HOMMES**

CAP-JEUNESSE

Cette année, grâce à notre introspection, nous nous sommes dotés d'une multitude d'outils pour faciliter notre travail. Prévenir la problématique du suicide demande une grande expertise, il faut une équipe de travailleuses compétentes, mais également il faut nous doter de processus pour accomplir ce travail.

Être disponible pour la clientèle est notre priorité et le restera! Mais en appliquant à l'interne des protocoles, cela améliore le travail. C'est ainsi que nous avons déposé au conseil d'administration des outils et des changements internes pour encadrer le tout.



- 🌱 Une structure de travail avec un horaire prédéterminé avec des rencontres d'équipe structurées et organisées.
- 🌱 Un réaménagement interne des bureaux avec l'affichage de notre mission, notre logo et nos valeurs.
- 🌱 Un code d'éthique, un code de confidentialité et un code de savoir-être
- 🌱 Un mode d'évaluation 360 pour les travailleuses
- 🌱 Un plan d'élargissement des services du CPS de Charlevoix
- 🌱 Un changement complet au niveau de la comptabilité avec un nouveau logiciel comptable.
- 🌱 Le rehaussement des membres du CPSC
- 🌱 La création des Alliés de CPSC, déployer en avril 2023

Les chantiers en collaboration avec notre conseil d'administration

- 🌱 La mise à jour de la politique des conditions de travail des employés qui sera adoptée en mai
- 🌱 Des modifications des règlements généraux qui seront adoptés à l'AGA de 2023
- 🌱 Une nouvelle politique salariale pour les employés



8.1 DOSSIER COMPTABILITÉ

Pour continuer dans un vent de changement, le volet comptabilité n'a pas été oublié.

Nous avons rajeuni notre système de comptabilité en passant de Dynacom à Quickbooks d'Intuit, un logiciel de comptabilité en ligne.

Il existe de nombreux avantages à utiliser un logiciel de comptabilité en ligne. Principalement, la comptabilité sur papier et sur Excel ou les logiciels traditionnels de bureau sont des outils désuets. Les problèmes inhérents aux anciens systèmes de comptabilité sont les suivants:



- 🌱 Grande accumulation de papiers administratifs et difficultés de gérer leur classification;
- 🌱 Une mauvaise visibilité financière est un handicap pour un organisme comme le nôtre. Sans cette visibilité, il sera impossible de prendre des décisions de gestion et de développement;
- 🌱 Une fin d'année fastidieuse à rassembler tous les documents nécessaires;
- 🌱 Le logiciel de bureau est peu sécurisé, cher et nécessite des sauvegardes et mises à jour informatiques coûteuses à exécuter;
- 🌱 Le logiciel de bureau ne vous permet pas de travail collaboratif. Ni au sein de notre organisme ni avec votre expert-comptable.

8.2 RÉINTÉGRATION SOCIALE

En 2022, le Centre de prévention du suicide de Charlevoix a innové en travaillant en collaboration avec le CRC Pavillon.

Nous avons élargi nos horizons et nous avons accueilli une personne désireuse de vouloir se racheter dans la société. Dans un esprit d'ouverture et de réintégration sociale, avec l'approbation du conseil d'administration, le CPSC a eu de l'aide pour des travaux d'archivages, de recherches et d'entretien ménager. Une personne qui avait des travaux communautaires à faire est venue travailler avec nous et ce fut une première expérience qui s'avéra plus que positive. Nous sommes très satisfaits de la collaboration entre le CPS et le CRC Pavillon, nous répéterons sans doute l'expérience.



8.3 GROUPE DE SOUTIEN POUR PERSONNES ENDEUILLÉES PAR SUICIDE



Le soutien aux personnes endeuillées par suicide fait partie intégrante de notre mission. C'est en 1995 que le Centre de prévention du suicide de Charlevoix autrement appelé le Comité Prévention Suicide Charlevoix, déposait une demande de subvention pour démarrer un groupe d'entraide pour personnes endeuillées par suicide.

À l'automne 1998, le groupe voit enfin le jour. Cependant, le nombre de participants n'étant pas suffisant uniquement dans les endeuillés par suicide, le groupe accueille divers endeuillés. Suite à quelques embûches, le CPS décide de continuer le suivi, mais de façon individuelle seulement.

Ce projet plane sur le CPS depuis plusieurs années. Nos services dédiés aux personnes endeuillées par suicide sont essentiels et nous le sentons bien. Cependant, nous observons aussi que depuis quelques années, cette clientèle a besoin de plus, soit le besoin de s'identifier et d'échanger avec des gens qui ont aussi perdu un être cher par suicide. La notoriété du Centre de prévention du suicide de Charlevoix étant bien différente que dans les années 90, nous pensons qu'un tel groupe pourrait être viable aujourd'hui.

En 2022, le projet revient d'actualité.

25 heures de formation

- Sensibilisation au deuil
- Sensibilisation au deuil en contexte de mort traumatique
- Animation d'un groupe de soutien pour personnes endeuillées par suicide



DÉFI L'APPEL DE LA MONTAGNE



Le 2 octobre dernier a eu lieu la première édition du défi l'Appel de la montagne. En collaboration avec la Table de santé mentale et des dépendances de Charlevoix ainsi que Bell Cause pour la cause, Le Massif de Charlevoix a invité les gens à participer en grand nombre à venir profiter de la montagne dans ses plus belles couleurs automnales.

Le concept était le suivant : **1 balade en télécabine = 1 don en santé mentale.**

Les coûts de chaque accès aller-retour en télécabine ont été remis entièrement aux différents organismes de la table. Groupe Le Massif s'est d'ailleurs engagé à doubler les profits amasser jusqu'à concurrence de **5 000 \$.**

L'objectif atteint, **10 000 \$** ont été remis à 5 organismes de Charlevoix, dont nous. C'est grâce à l'argent obtenu lors de cet évènement que nous avons pu mettre en place le groupe de soutien pour personnes endeuillées par suicide : Frais de formation, matériel, etc.



8.4 ÉQUICOACHING



Voici une brève présentation d'un projet-pilote en Équicoaching que nous aimerions commencer au Centre de prévention du suicide de Charlevoix.

Proposer une nouvelle méthode d'intervention clinique en prévention du suicide : l'Équicoaching aussi appelé accompagnement facilité par le cheval. Cette méthode innovante offrira des accompagnements individualisés facilités par le cheval à des clients en demande d'un changement.

L'Équicoaching va plus vite qu'un autre type de suivi, car il n'est pas seulement verbal. Le cheval va provoquer une décharge émotionnelle. Il va agir en quelque sorte comme une technique d'impact générateur de prise de conscience. Par l'aspect non verbal de la relation, l'intelligence émotionnelle et relationnelle sera au cœur du moment par exemple à travers le langage corporel, les sentiments, la capacité à rester dans l'instant présent, la volonté, la capacité à résoudre un problème. Le coaching a pour but d'intégrer la prise de conscience à travers une mise en action en direction de l'objectif initialement ciblé.



Nous souhaitons le proposer à nos clients qui ont des idées suicidaires chroniques (2 épisodes suicidaires ou plus, avec ou sans tentative) engagées dans un processus de changement. La crise suicidaire sera résorbée et au moment de commencer le suivi, la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire sera faible. Aussi, il se peut que l'Équicoaching aille rejoindre des clients qui ne veulent pas aller consulter par peur du jugement ou qui ont eu de mauvaises expériences ou encore, ceux qui ne se reconnaissent pas dans le modèle d'aide traditionnelle proposée.

Les mots d'ordre en prévention du suicide sont les suivants : "**la prévention du suicide est un enjeu collectif. Prévenir le suicide, c'est tous ensemble que nous allons y arriver !**" Nous sommes convaincues que plus de gens seront sensibilisés et informés sur la cause et plus de chance nous aurons de diminuer le taux de suicide dans Charlevoix.



SUICIDE, un mot encore tellement difficile à prononcer, et ce, même encore aujourd'hui. Mais pourquoi ? Pour la majorité d'entre nous, prononcer ce fameux mot de trois syllabes a l'effet d'une bombe. Pourtant, plus nous en parlerons, plus nous avons de chance de sauver des vies et de briser le tabou s'y rattachant. Les ateliers de sensibilisations et d'informations sont donc primordiaux dans notre communauté.



9 ATELIERS D'INFORMATIONS & SENSIBILISATIONS

**PLUS DE 100
PERSONNES SENSIBILISÉES**



Nous nous déplaçons dans tous les milieux, et ce gratuitement. Nous adaptons notre contenu en fonction de l'âge ainsi que du milieu des participants.

La prévention du suicide
est un enjeu collectif.
Prévenir le suicide, c'est
tous ensemble que nous
allons y arriver !



9.1 JOURNÉE MONDIALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Cette année, nous avons organisé deux gros événements pour souligner la **20e Journée mondiale de prévention du suicide**. « L'après-pandémie » nous a permis de reprendre la plupart des activités mises sur pause l'année précédente.



Le **8 septembre**, nous avons jumelé humour et prévention du suicide. Bien que la prévention du suicide soit un sujet à prendre au sérieux, Alexandre Forest, nous a offert une conférence à la fois humoristique et pleine de légèreté tout en abordant le sujet de façon délicate. L'évènement s'est déroulé au Café de la Gare où nos **76 convives** ont pu déguster un repas table d'hôte, 3 services.

Le **10 septembre**, nous avons renouvelé notre activité qui avait fait fureur l'an dernier. **La Journée tatouage du point-virgule**. Rappelons que ce symbole signifie la continuité de la vie après avoir songé à y mettre fin, un symbole très significatif en prévention du suicide.

Vous avez été près de **70 personnes** à partager une partie de votre histoire et à arborer de façon permanente ce symbole rempli d'espoir. On compte aussi près de **20 personnes** qui ont opté pour le tatouage temporaire au *airbrush* en guise de soutien.

En nouveauté cette année, certains tatoueurs l'ont fait de leur studio, alors que d'autres se sont joints à l'équipe du CPS à la Salle de l'âge d'or de La Malbaie. Sur place, nous pouvions y trouver : musique, bonbons, kiosque d'informations, tatouage au *airbrush*, café, viennoiseries et *cupcakes*, etc.



Merci aux Boneyeuses et à Madame Caroline Bélanger pour leur généreuse commandite de viennoiserie et de *cupcakes*. Merci également à nos artistes tatoueurs !

9.2 JOURNÉE INTERNATIONALE DES ENDEUILLÉS

Chaque troisième samedi du mois de novembre, nous soulignons la Journée internationale des endeuillés par suicide.

Nous avons tenté encore cette année de réaliser notre soirée de recueillement pour les personnes endeuillées par suicide. Près d'une centaine d'invitations ont été envoyées. Malheureusement, la température nous a freinés une fois de plus, ce qui nous amène à réfléchir à des alternatives différentes pour les années futures.

Nous avons tout de même souligné cette journée, un bouquet de rose blanche a été distribué à chaque personne qui s'était inscrite à l'activité. Comme l'envolée de lanternes est très significative pour notre clientèle endeuillée, quelques membres de l'équipe ainsi que quelques bénévoles ont procédé à l'envolée de lanternes à la mémoire de toutes les personnes décédées par suicide.

Nous avons monté une vidéo pour immortaliser ce moment et pour que les personnes endeuillées puissent avoir l'impression de le vivre.

Pour voir ou revoir la vidéo :
[VE Project 2lanternes - YouTube](#)



Tu n'es plus là où tu étais, mais tu es partout là où je suis.

Victor Hugo

Une mention spéciale à Monsieur Olivier d'Anjou pour sa belle prestation musicale qui rend la vidéo encore plus émouvante et vivante.



9.3 SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE



SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION DU SUICIDE 5 AU 11 FÉVRIER 2023

Chaque année, nous profitons de cette semaine pour sensibiliser et rejoindre le plus de gens possible à l'aide de nos actions dans la communauté. L'ensemble de nos actions étaient en lien avec notre thématique régionale soit: "**prendre soin de soi est un devoir, pas un choix !**"

Cette année, notre objectif était d'aller rejoindre tous les citoyens de Charlevoix. Pour ce faire, nous nous sommes invités directement dans leur foyer. Nous avons développé un outil d'informations et de sensibilisation prônant l'importance de **prendre soin de soi**.

L'outil a été envoyé par Poste Canada aux autres coins de Charlevoix, c'est donc **16 002** foyers qui l'ont reçu. Nous tenons à remercier la **Fondation Malle Baye**, c'est grâce à l'argent qui nous a été octroyé que nous avons pu nous téléporter à la grandeur de Charlevoix pour atteindre notre objectif de prévention.

Nous avons pu compter sur Anne-Renée Desbiens, double médaillé olympique pour faire une vidéo promotionnelle de notre outil.

La semaine précédant la Semaine nationale de prévention du suicide, notre directrice, Marie-Sol Côté, a fait la tournée de certains élus de Charlevoix. Elle a visé les maires de Baie-Saint-Paul, La Malbaie et Clermont. Elle a également rencontré nos deux députées, soit: madame Kariane Bourassa et madame Caroline Desbiens. L'objectif de ces rencontres était de donner un portrait de la situation au niveau de la problématique suicidaire dans Charlevoix. Chacun d'eux s'est montré très intéressé et sensible à notre cause.



Plusieurs actions ont été posées durant cette semaine, en voici quelques-unes:

-  Ateliers de sensibilisations (50 personnes)
-  Formation (8 nouveaux intervenants formés)
-  Entrevue CIHO
-  Article dans le Charlevoisien
-  Campagne publicitaire sur les réseaux sociaux (estimation 30 000 personnes rejointes)
-  Distribution de matériel de sensibilisation (MDJ, écoles, etc.)

Prendre soin de soi est un devoir, pas un choix.

- | | |
|--|---|
| <p>1 Communiquer ce qui nous déplaît plutôt que de le garder pour soi.</p> <p>2 Faire une liste des choses importantes dans sa vie.</p> <p>3 S'entourer de gens positifs.</p> | <p>4 Faire de l'exercice physique (randonnée, course, musculation, etc.).</p> <p>5 Créer ou construire quelque chose.</p> <p>6 Parler avec un(e) ami(e).</p> |
|--|---|

9.4 ALLUMÉS POUR LA VIE



Nous souhaitons mobiliser les citoyens à participer activement à la prévention du suicide dans Charlevoix. Depuis quelques années déjà, vous pouvez allumer une bougie pour la vie dans Charlevoix. Afin de vous souvenir d'un être cher, de soutenir les endeuillés par suicide, de soutenir les personnes en détresse, ou pour simplement appuyer la cause, nous vous invitons à allumer une ou plusieurs bougies virtuelles.

2 **3** BOUGIES ALLUMÉES

-  Pour la prévention du suicide dans Charlevoix
-  Pour les endeuillés qui ont perdu un proche
-  Pour les personnes en détresse
-  En mémoire de ...

10.1 RÉSEAU DES SENTINELLES



La formation sentinelle est ouverte à tout citoyen qui veut être en mesure de détecter les personnes qui ont des idées suicidaires afin de les diriger vers les bonnes ressources. Cette formation a pour but de créer les réseaux de sentinelles, c'est-à-dire des chaînes de personnes formées dans différents milieux de Charlevoix. Plus il y aura de gens formés, plus il y aura des chances de repérer les personnes vulnérables au suicide.

Dans les dernières années, nous sommes confrontés à une difficulté importante pour recruter des sentinelles. Nous déployons beaucoup d'énergie dans la sollicitation des différents milieux de travail. Nous constatons que les personnes contactées par téléphone ou par courriel sont intéressées et reconnaissent la pertinence de former leur personnel. Malgré cela, la mise en action vers le choix d'une date et la formation d'un groupe est difficile.

Nous sommes convaincus de la pertinence et de l'importance des réseaux de sentinelles pour contrer la problématique du suicide, nous ne baisserons donc pas les bras et continuerons à chercher les meilleurs moyens pour solliciter des milieux. Notre objectif pour l'année 2023-2024 est de commencer un projet pilote qui consiste à former un réseau de sentinelles sur 3 ans dans une entreprise de la région.

3
FORMATIONS

Plus de 20 nouvelles
sentinelles formées

En juin 2022, notre logo du Réseau des sentinelles a fait peau neuve.

Nous voulions une cohérence entre notre logo du Centre de prévention du suicide et celui de notre Réseau des sentinelles c'est pourquoi nous avons opté pour les couleurs du CPS. On dit que les sentinelles sont nos yeux et nos oreilles sur le terrain. C'est pourquoi nous avons choisi l'œil qui représente bien leur rôle et les mains qui signifient l'entraide de la communauté.



Merci à Boîte Grafiq d'avoir su capter l'essence du Réseau des Sentinelles.

10.2 FORMATION

Encore une fois cette année, nous observons que la demande de formation a été très élevée. Contrairement à l'an dernier, nos formations ont eu lieu parfois en présence, parfois en virtuel.

Le format virtuel nous a permis notamment d'offrir la formation malgré les intempéries de dame nature. Nous sommes forcés de constater que pour beaucoup de personnes cette modalité est plus facile et efficace en matière de gestion de temps et de déplacement.



**3
FORMATIONS**

**Repérer la personne vulnérable au suicide et
appliquer les mesures de protection requises.**

**21 PERSONNES
FORMÉES**

**3
FORMATIONS**

**Intervenir auprès de la personne suicidaire à
l'aide de bonnes pratiques.**

**28 PERSONNES
FORMÉES**

**1
FORMATION**

Suivi de formation

**12 PERSONNES
FORMÉES**

11.1 INTERVENTION



L'intervention au Centre de prévention suicide est très enrichissante pour nous les intervenantes. En effet, bien qu'on soit les « spécialistes » de la problématique suicidaire, ce travail nous demande constamment de faire de la formation continue dans tous les domaines connexes, en sciences sociales. Intervenir au CPS, c'est de quotidiennement, s'assurer de la sécurité de nos clients.

C'est de redonner foi et espoir que ça peut aller mieux, alors que ces personnes n'y croient plus. C'est de veiller sur les proches de ces dernières afin de les mobiliser, les outiller et les soutenir le plus possible, toujours dans le but premier d'assurer la sécurité. C'est de travailler auprès des personnes endeuillées par suicide, qui ont perdu un être cher et qui ont beaucoup de douleurs et ont des questions qui seront toujours sans réponses. C'est de travailler avec des partenaires, des autres organisations, dans le but que les clients aient accès aux ressources dont ils ont besoin.

Bien qu'il s'agît d'une vocation qui peut être très exigeante, les intervenantes ont à cœur la cause pour laquelle elles travaillent. La plus belle reconnaissance de notre travail est de voir tout le cheminement positif parcouru, de notre clientèle.

11.2 POSTVENTION

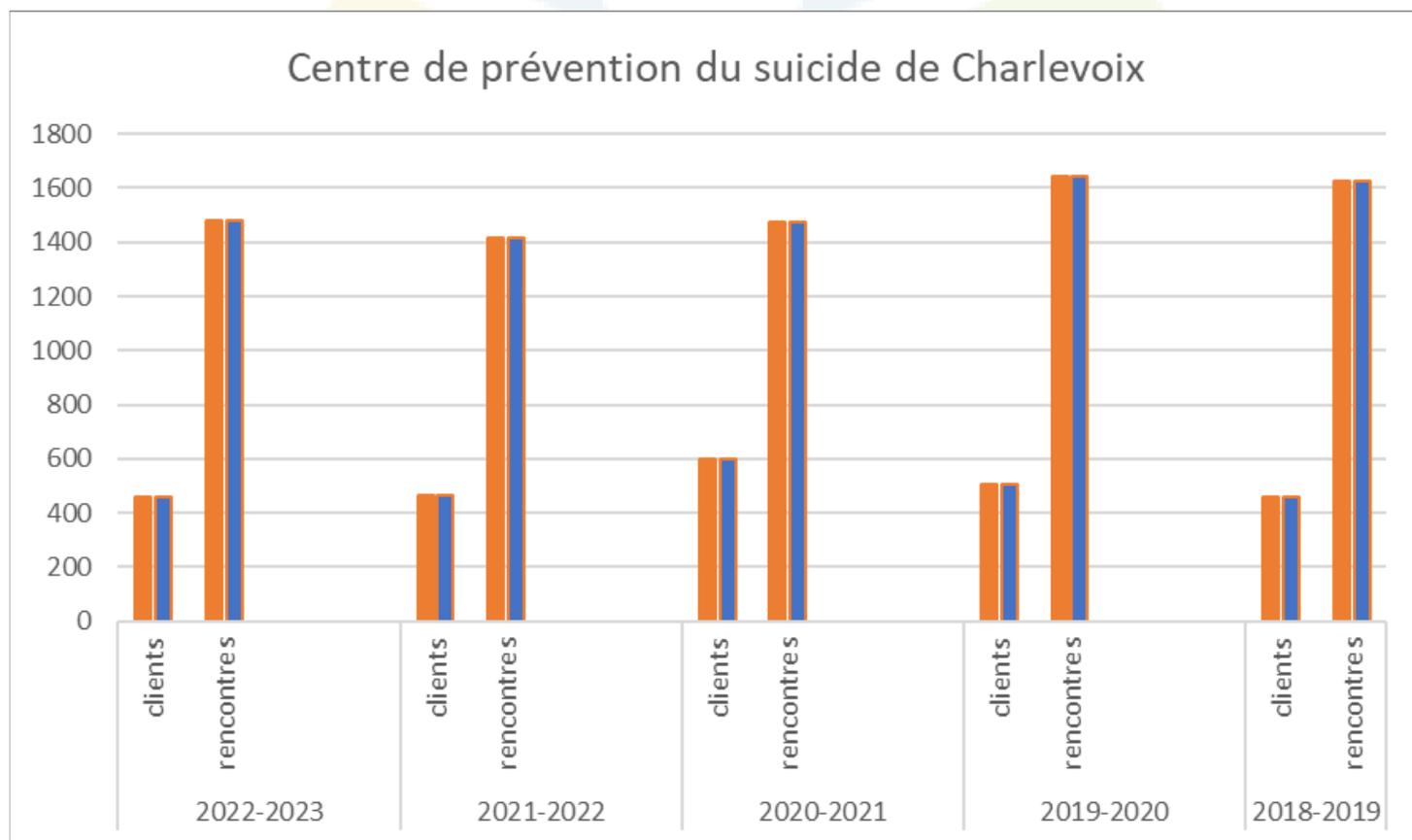
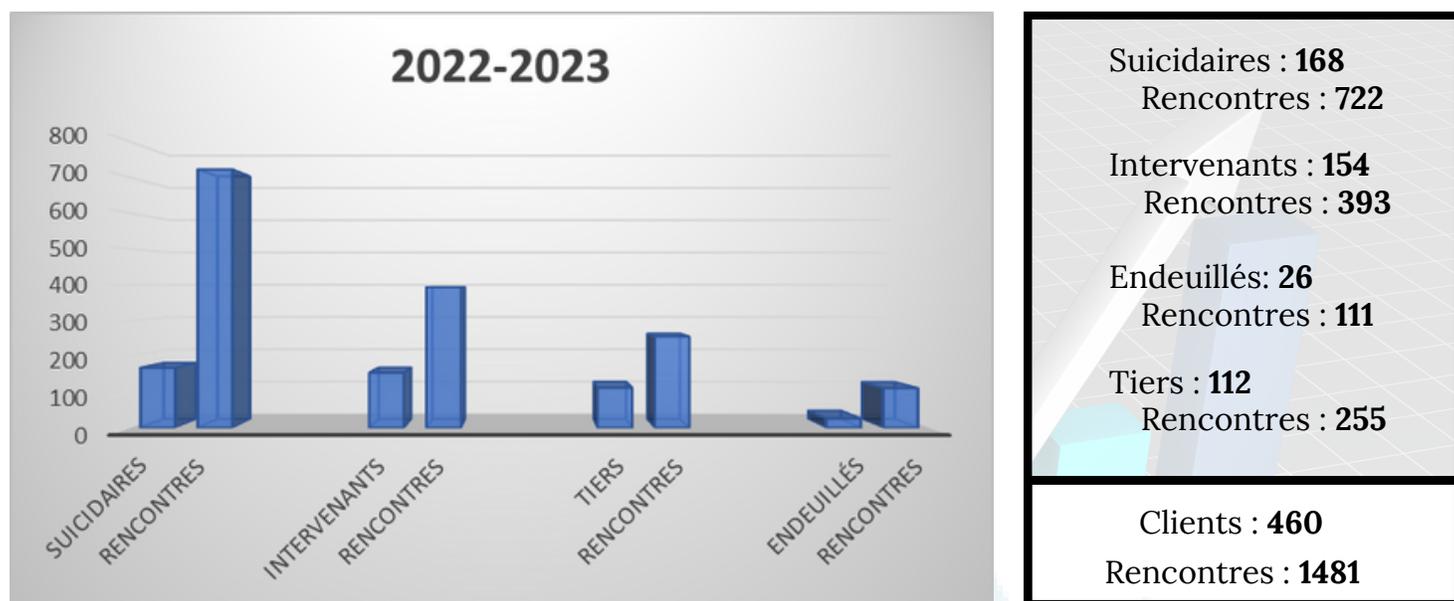
Nos services de postvention sont souvent les moins connus au sein de notre population. Ils n'en sont pas moins importants pour autant!

En effet, on déploie nos services de postvention alors qu'il survient un suicide sur le territoire de Charlevoix. Notre but : Intervenir rapidement auprès des personnes touchées, dans le but d'éviter le développement de complications en lien avec le deuil ou un traumatisme et de s'assurer que chacune d'entre elles ait les ressources dont elle a besoin.

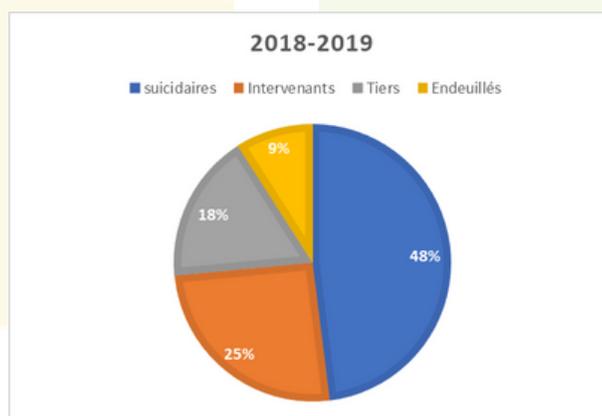
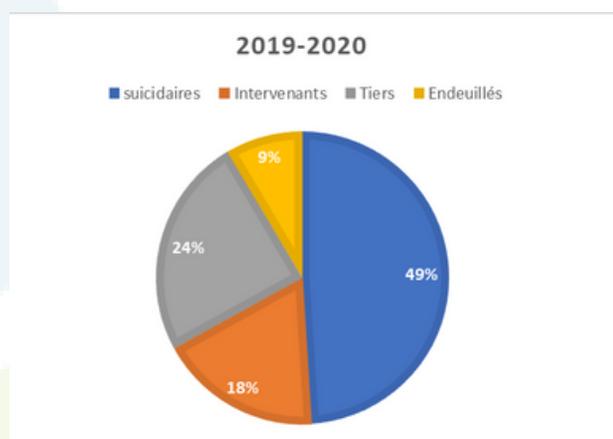
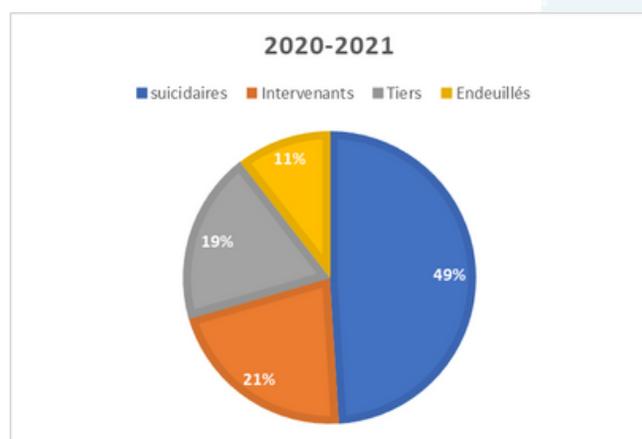
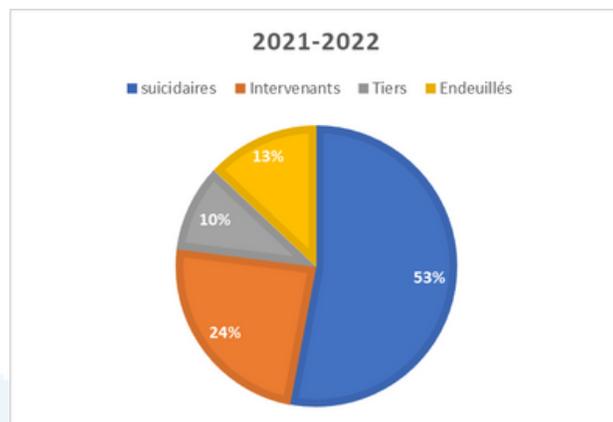
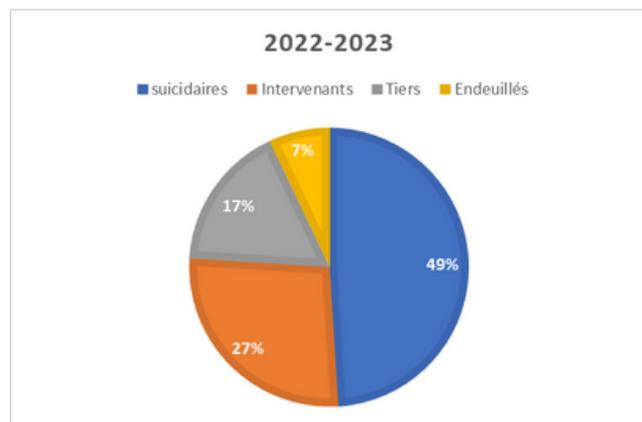
Bien qu'on agisse de façon proactive sur le court terme, il est primordial de garder un œil sur les personnes touchées, sur le long terme. C'est pourquoi on veille à bien informer les personnes des différents milieux touchés, que les impacts d'un suicide peuvent survenir plus tard chez certaines personnes.



11.3 NOS INTERVENTIONS EN CHIFFRES



TENDANCES DES 5 DERNIÈRES ANNÉES



- 🌱 Les demandes sont constantes, années après année;
- 🌱 Une constante dans nos demandes de services demeure, 50% du temps les rencontres sont pour la gestion de la crise suicidaire;
- 🌱 Mais nous dénotons une augmentation des demandes provenant des intervenants.

Voici quelques-unes de nos activités médiatiques pour l'année 2022-2023

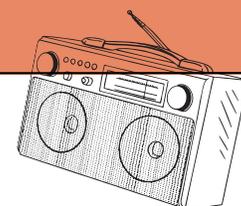
Le Charlevoisien



27 avril 2022	<i>Offre d'emploi - Direction générale</i>	p.13
4 mai 2022	<i>Semaine de la Santé mentale #ParlerPourVrai</i>	p.17
8 juin 2022	<i>Avis de convocation AGA 2021-2022</i>	p.26
31 août 2022	<i>Cinq activités colorées pour prévenir le suicide</i>	p.23
31 août 2022	<i>Marie-Sol au Centre de prévention du suicide</i>	p.37
7 septembre 2022	<i>Journée mondiale de la prévention du suicide</i>	p.20-21
21 septembre 2022	<i>Récolte record pour la Fondation Prévention Suicide Charlevoix</i>	p.23
11 janvier 2023	<i>La Fondation Malle Baye remet 200 000 \$</i>	p.17
8 février 2023	<i>Semaine nationale de prévention du suicide</i>	p.16-17



1er août 2022	<i>Du changement à la tête du CPS de Charlevoix - Marie-Sol en entrevue</i>
22 septembre 2022	<i>Journée mondiale de prévention du suicide - Christine en entrevue</i>
16 novembre 2022	<i>Journée internationale des endeuillés par suicide - Christine en entrevue</i>
6 février 2023	<i>Semaine nationale de prévention du suicide - Christine en entrevue</i>
17 mars 2023	<i>Formation : Agir en sentinelle - Christine en entrevue</i>





La page Facebook _Centre de prévention du suicide de Charlevoix 418.665.0096

Pourquoi le CPSC est sur les réseaux sociaux?

Il y a plusieurs raisons pour lesquelles un OSBL (Organisme sans but lucratif) devrait utiliser les réseaux sociaux :

Sensibilisation : Les réseaux sociaux sont un excellent moyen de sensibiliser les gens à la cause de l'OSBL. En publiant des mises à jour régulières sur les activités de l'OSBL, les événements à venir et les réalisations, l'OSBL peut attirer l'attention des gens et les inciter à s'impliquer.

Collecte de fonds : Les réseaux sociaux sont également un excellent moyen de collecter des fonds pour l'OSBL. En publiant des appels à la générosité et en permettant aux gens de faire des dons en ligne, l'OSBL peut augmenter ses revenus et financer ses activités.

Engagement : Les réseaux sociaux permettent également à l'OSBL de s'engager avec son public. En répondant aux commentaires et en interagissant avec les gens, l'OSBL peut créer une communauté de soutien et de bénévoles.

Visibilité : Les réseaux sociaux sont un excellent moyen d'augmenter la visibilité de l'OSBL. En utilisant des *hashtags* pertinents et en partageant du contenu intéressant, l'OSBL peut atteindre un public plus large et attirer l'attention des médias.

En somme, les réseaux sociaux peuvent aider un OSBL à atteindre ses objectifs en augmentant la sensibilisation, la collecte de fonds, l'engagement et la visibilité.

Le Centre de prévention du suicide de Charlevoix se veut près de la communauté, c'est pourquoi nous sommes très actifs sur les médias sociaux. Nous diffusons une multitude d'informations sur nos actions, offrons de l'information en lien avec la prévention du suicide, partageons des informations sur nos partenaires communautaires, diffusons toutes l'informations nécessaire lors de nos activités, soulignons les journées et ou semaine thématique et évidemment en profitons pour faire des remerciements officiels.

72 Informations directement liés au CPSC

70 Informations sur nos activités

31 Articles relayé de nos partenaires

18 Journées thématiques

6 Remerciements officiels

C'est plus de 197 publications sur notre page officielle du Centre de prévention du suicide lors de la dernière année 2022-2023. C'est un peu plus d'une publication au 2 jours.

1793 ABONNÉS



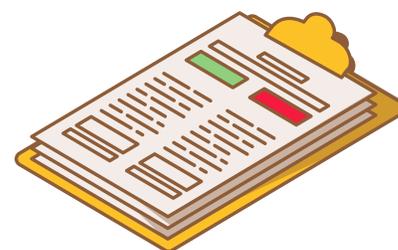
Un tatouage pour la vie - Journée mondiale de la prévention du suicide 2022



<https://www.youtube.com/watch?v=LLoocbk7Zs&t=9s>

L'heure est au bilan! Bilan d'une année bien remplie et une autre qui le sera tout autant!

Cette année, il faudra agir en développement, être encore plus présent sur le terrain, faire des représentations, des sensibilisations, des formations.



NOS OBJECTIFS

- 🌱 Développement de notre expertise au niveau de la clientèle jeunesse, travailler avec nos partenaires régionaux;
- 🌱 Consolider nos liens sur le territoire de la Capitale-Nationale avec nos partenaires, le CPS de Québec et celui de Portneuf;
- 🌱 Peaufiner les formations en continu à l'interne;
- 🌱 Consolider l'équipe de travail;
- 🌱 Développer les Alliés du CPSC;
- 🌱 Faire une tournée de nos partenaires communautaires et régionaux;
- 🌱 Rechercher du financement pour assurer la pérennité de l'organisme;
- 🌱 Faire de la prévention, continuer nos interventions et être là si nous devons faire des postventions.

Le Centre de prévention du suicide de Charlevoix termine sa **34^e année** d'opération. L'organisme a subi plein de changements, mais le changement est synonyme également d'adaptation, ce que l'équipe de travail a su faire avec bravoure. Certains sont partis pour de nouveaux défis alors que d'autres ont intégré l'équipe avec la tête pleine de projets. Un magnifique vent de fraîcheur souffle sur notre organisme, ce qui ne nous déplaît pas après quelques années de plus grosses tempêtes. Nous sommes des gens de cœur, qui ont un seul but commun et nos actions en témoignent chaque jour « **Prévenir la problématique suicidaire dans Charlevoix, tout en accompagnant les personnes touchées** ».

Pour travailler dans le milieu communautaire, il est primordial de porter la mission de notre organisme, ce que chacune d'entre nous fait. Plus les années avancent et plus l'équipe devient solide et motivée à contribuer à réduire le taux de suicide dans Charlevoix, et ce, même si nous perdons parfois des joueurs en cours de route. Notre objectif demeure le même, nous prônons la vie et nous sommes convaincue qu'il existe toujours une solution à un problème qui se veut être temporaire.

Nous sommes disponibles pour la clientèle, près de la communauté, nous travaillons dans l'optique de démystifier cette problématique suicidaire. Il n'y a pas de petits gestes, mais plutôt une pluie d'actions. Nous sommes des acteurs qui travaillent à prévenir la problématique suicidaire pour une société où nos enfants pourront grandir dans l'ouverture, le respect, l'acceptation, la sécurité et la bienveillance!

Nous poursuivons notre travail, car **vous êtes tous importants pour nous !**

*Bleuenn, Brenda-Jane, Christine, Esther,
Laurie, Marie-Sol + Stéphanie*

sécurité

ouverture

acceptation

bienveillance

respect

VIE



T'es important pour nous !



CENTRE DE PRÉVENTION
DU SUICIDE DE CHARLEVOIX

Prévention, Intervention, Postvention

**Besoin d'aide ?
Endeuillé par suicide ?
Inquiet pour une proche ?**

LUNDI AU VENDREDI DE 8H30 À 16H30

418 665-0096

SOIR, NUIT & FIN DE SEMAINE

1 866-APPELLE/277-3553 | www.suicide.ca

COURRIEL | SITE INTERNET

aide@cps-charlevoix.com | www.cps-charlevoix.com

BUREAU PRINCIPAL

115-367, rue St-Étienne, La Malbaie

CONTACTEZ-NOUS !