



GRAND QUARTIER GÉNÉRAL

Service de l'accès et de la protection de l'information
1701, rue Parthenais, UO 1510
Montréal (Québec) H2K 3S7

Notre référence : 1812 047

Le 8 août 2019

OBJET : *Votre demande en vertu de la Loi sur l'accès aux documents des organismes publics et sur la protection des renseignements personnels (c. A-2.1) concernant le suicide chez les policiers à l'emploi de la Sûreté du Québec.*

Monsieur,

Nous avons effectué l'étude de votre demande reçue le 5 décembre 2018. Nous comprenons de celle-ci que vous désirez obtenir divers renseignements relativement aux suicides des policiers à la Sûreté du Québec (SQ), et ce, depuis les dix dernières années, notamment :

1. Toutes statistiques relatives au suicide de policiers à l'emploi de la SQ;

Vous trouverez ci-après un tableau faisant état des différentes statistiques depuis les dix dernières années.

Nombre de suicides chez les policiers de la SQ									
2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
0	3	3	2	1	1	0	1	5	1

Source : Direction des ressources humaines, Sûreté du Québec
Mise à jour : 10 janvier 2019

2. Tous documents relatifs à la question du suicide de policiers à l'emploi de la SQ;
3. Tous documents relatifs à un plan d'action, groupe de travail ou mise en place de mesures au sujet de la prévention du suicide de policiers à l'emploi de la SQ;

Concernant les points 2 et 3 de votre demande, nous vous transmettons, ci-joint, les documents que la loi sur l'accès nous permet de vous communiquer.

Nous désirons porter à votre attention que les recherches ont été effectuées uniquement parmi les documents en vigueur à la Sûreté du Québec, c'est-à-dire ceux ayant un statut actif dans nos systèmes de gestion documentaire. Les limites de nos outils de repérage complexifient les recherches nécessitant des fouilles exhaustives sur de nombreuses années.

4. Le budget total prévu pour toutes les actions prises concernant la prévention aux suicides de policiers à la SQ.

Nous ne sommes pas en mesure de vous transmettre cette information, puisque les sommes allouées à la prévention du suicide au sein de notre organisation proviennent du budget général de la Direction des ressources humaines qui englobe la prévention de la santé psychologique du personnel (art. 1 de la Loi sur l'accès).

Vous trouverez, ci-joint, l'article de loi mentionné et l'avis relatif au recours en révision prévu à la section III du chapitre IV de la *Loi sur l'accès*.

Veillez agréer, Monsieur, nos salutations distinguées.

ORIGINAL SIGNÉ

Esther Fernandez pour Hamid Feddag
Responsable de l'accès aux documents
et de la protection des renseignements personnels

Oser parler, c'est agir!

18 février 2019



Quand le suicide frappe, il frappe fort! Selon l'Association canadienne pour la prévention du suicide, pour chaque personne qui met fin à ses jours, c'est entre 7 et 10 proches de son entourage qui sont profondément touchées.

Dans le cadre de la 29^e édition de la Semaine nationale de la prévention du suicide, qui se déroulait du 3 au 9 février 2019, l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) et ses partenaires ont invité la population à ouvrir le dialogue au sujet du suicide.

Au sein de la Sûreté du Québec, une campagne de sensibilisation a été lancée et des activités se sont déroulées tout au long de la semaine pour souligner l'importance de la cause. Les différentes unités de l'organisation ont d'abord reçu des **affiches** créées à l'interne et s'adressant, grâce à deux visuels différents, autant aux civils qu'aux policiers. Ces affiches présentent les ressources d'aide disponibles et soulignent l'importance de parler par son slogan proposé par un membre : « Oser parler, c'est agir! »



Que ce soit en allant chercher de l'aide si l'on vit de la détresse psychologique ou en abordant une personne de notre entourage qui nous inquiète, il faut oser parler, car ça sauve des vies.

De plus, Sandra Boucher, sergente responsable d'équipe aux enquêtes du poste de la Ville de Shawinigan a généreusement offert un **témoignage très touchant**, où plusieurs pourront se reconnaître, sur son expérience et sur l'importance de prendre soin de soi. Vous pouvez visionner la capsule **vidéo** ici :

POUR OBTENIR DE L'AIDE

Programme d'aide aux employés (PAE)

1 800 931-5151

La Vigile

1 888 315-0007

C'était rendu que je m'en allais au travail et que je me disais « si j'avais juste un petit accident pour me casser une jambe pour que ce soit juste plus socialement acceptable... que ça paraisse mieux et que j'aie le droit de me reposer... », confie Sandra Boucher

Association québécoise de prévention du suicide

1 866 APPELLE (1 866 277-3553)

Des **kiosques d'informations** ont été installés au Grand quartier général à Montréal. Différentes personnes-ressources (La Vigile, l'Association des policières et policiers du Québec et Suicide Action Montréal) étaient sur place pour répondre aux questions des employés.

Au quartier général de Rimouski une **rencontre** a également été planifiée où des partenaires invités de La Vigile, du Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-Saint-Laurent étaient présents pour discuter de prévention et pour rappeler l'importance de demeurer éveillé quant à certains signaux de détresse, que cela soit pour un membre de votre famille, un ami, un collègue, ou pour soi-même.

Pour ce qui est du quartier général de Québec, le comité de santé et sécurité au travail a convié les employés civils et les policiers à venir échanger avec différents intervenants aux différents **kiosques** installés par différents organismes tels que Epsylio avec sa représentante Nancy Boisvert, Geneviève Arguin de La Vigile, Cynthia Gilbert du Programme d'aide aux employés (PAE) et Alain Brunet, professeur titulaire au département de psychiatrie de l'Université McGill. De plus, une plaque commémorative en hommage à Alexandre Dubois, collègue décédé, a été remise lors de la journée du lancement de cette semaine.

Le Dr Alain Brunet a également présenté la **conférence** « État de stress post-traumatique et risque de suicide », sur l'heure du dîner le 8 février de 12 h à 13 h au GQG. Il a expliqué en quoi le stress post-traumatique est un facteur de risque important lié au suicide.

Aussi, un **défi sportif « burpees »** avait lieu. Il consistait à effectuer en équipe un maximum de *burpees* dans un délai de trois minutes. L'équipe gagnante était composée d'Hugues Beaulieu, de Jessica Blackburn, d'Isabelle St-Gelais et de Mathieu Harvey. Ils ont fait 115 *burpees*. Ils remettront 200 \$ au **Centre de prévention du suicide 02** du Saguenay-Lac-St-Jean Chibougamau-Chapais.

Finalement, si vous ou l'un de vos proches avez besoin d'aide, n'hésitez pas à téléphoner (24 h sur 24 h, 7 jours sur 7) :

- au Programme d'aide aux employés (PAE) au 1 800 931 5151;
- à l'AQPS au 1 866 APPELLE (277-3553)
- à La Vigile au 1 888 315-0007.



Le Dr Alain Brunet qui a présenté la conférence « État de stress post-traumatique et risque de suicide » a

De : [Service des communications](#)
A : [#Tous](#)
Objet : Message du directeur général
Date : 4 février 2019 08:27:04



Message du directeur général

Chaque année, le suicide frappe fort un peu partout dans le monde. Au Québec, c'est trois personnes par jour qui se suicident. Les membres de la Sûreté du Québec ne sont pas épargnés et sont aussi touchés directement ou indirectement.

Le contexte professionnel des membres de notre organisation exige qu'une importante attention soit portée au bien-être des autres, mais nous pouvons également tous avoir besoin de soutien à un moment ou à un autre de notre vie. C'est pourquoi, à la Sûreté du Québec, nous souhaitons faire tout en notre pouvoir pour aider ceux et celles qui vivent de la détresse psychologique ou qui s'inquiètent pour quelqu'un de leur entourage.

Dans le cadre de la 29^e édition de la Semaine nationale de la prévention du suicide, l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) et ses partenaires mettent l'accent sur le fait de prendre la parole et de demander de l'aide avec le thème « Parler du suicide sauve des vies ». Une vaste campagne de sensibilisation sera déployée un peu partout au Québec. À la Sûreté, plusieurs activités seront organisées. Je vous invite à y prendre part pour démontrer votre appui à la cause.

De plus, je vous rappelle que si vous ou l'un de vos proches êtes en détresse, n'hésitez pas à en parler et à demander de l'aide en appelant au Programme d'aide aux employés (PAE) au 1 800 931-5151 ou à l'AQPS au 1 866 APPELLE (277-3553). Ces ressources sont accessibles 24 h sur 24 h, 7 jours sur 7. De plus, il y a aussi La Vigile qui est là pour vous : 1 888 315-0007.

Ensemble, nous pouvons prévenir le suicide!

Martin Prud'homme
Directeur général

De : [_D00_Ser_Communications_institutionnelles_et_du_protocole](#)
A : [#Tous](#); [#EmployesExternes](#)
Objet : (RESTREINT) Semaine nationale de prévention du suicide : message du directeur général par intérim
Date : 1 février 2018 08:46:07
Pièces jointes : [image005.jpg](#)
[image006.jpg](#)
[image007.jpg](#)
[image001.jpg](#)



Message du directeur général par intérim

Chaque année, des milliers de personnes sont touchées directement ou indirectement par le suicide. La Sûreté du Québec souhaite faire la différence pour aider celles et ceux qui vivent de la détresse psychologique ou qui s'inquiètent pour quelqu'un. Un comité a été créé à l'automne dernier et ses membres travaillent fort afin de développer et de mettre en place un programme de prévention du suicide à la Sûreté du Québec.

Dans le cadre de la Semaine nationale de la prévention du suicide, mobilisons-nous, civils et policiers, hommes et femmes, autour du thème « Parler du suicide sauve des vies » en participant aux différentes activités qui seront organisées. Il peut paraître délicat de parler du suicide, mais c'est en parlant que l'on peut démythifier ce sujet et parvenir à aider une personne. Si l'un de vos proches ou vous-même êtes en détresse, n'hésitez pas à consulter, à demander du soutien, de l'aide et assistance, en appelant au Programme d'aide aux employés (PAE) au 1 800 931-5151 ou au 1-866-APPELLE (277-3553). Ces ressources sont accessibles 24 h sur 24 h, 7 jours sur 7.

Nous vous invitons à communiquer à vos proches, collègues et amis, l'importance qu'ils ont pour vous en faisant circuler les épingles « T'es important pour moi ». Ne sous-estimez pas l'impact qu'une simple attention peut avoir. Lorsqu'il est question de suicide, cela peut faire la différence. Je vous invite aussi à signer votre engagement à aller chercher de l'aide si vous en avez besoin, ou à aider un collègue ou un proche qui vit des moments difficiles.

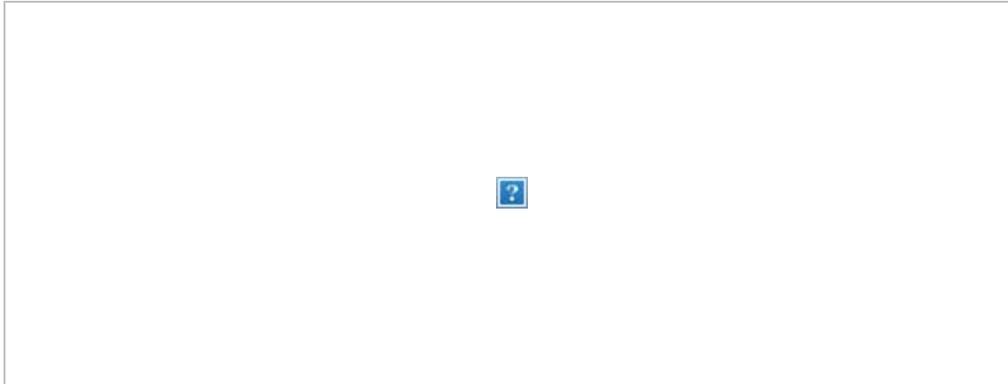
Au nom de la Sûreté du Québec et en mon nom, je tiens à vous dire que vous êtes tous très importants et importantes pour nous.

Yves Morency



Monsieur Morency démontre son engagement en signant l'affiche de la Semaine nationale de prévention du suicide.

De : [..D00 Ser Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#Tous](#)
Objet : (RESTREINT) Semaine nationale de la santé mentale : « Agir pour donner du sens »
Date : 7 mai 2018 08:32:40
Pièces jointes : [image004.png](#)
[image001.jpg](#)
[image006.png](#)



Semaine nationale de la santé mentale : « Agir pour donner du sens »

Du 7 au 13 mai, lors de la 67^e Semaine nationale de la santé mentale, vous êtes conviés à « agir pour donner du sens » dans votre milieu.

Il est primordial pour les organisations de se soucier de la santé mentale de leurs employés. Voici quelques statistiques (tirées du site de Mouvement santé mentale Québec) qui font réfléchir :

Chaque jour, 500 000 Canadiens s'absentent du travail en raison de problèmes de santé mentale.

Sur les dix principales causes d'invalidité, cinq sont liées à des troubles mentaux.

Les dépenses engagées par une entreprise pour un employé en congé d'invalidité de courte durée en raison d'une maladie mentale s'élèvent à près du double d'un congé d'invalidité attribuable à un problème de santé physique.

Outils

L'an dernier, Mouvement santé mentale Québec proposait « [7 astuces pour se recharger](#) », soit des facteurs de protection en santé mentale. Cette année, l'accent est mis sur l'une d'entre elles : [AGIR](#). On y trouve des exemples pour agir et donner du sens à sa vie. Plusieurs autres outils intéressants se trouvent sur le site Internet :

+ Fiches d'animation avec des exercices à faire en solo et en groupe :

- [Donner du sens](#)
- [Gratitude](#)
- [Agir](#)

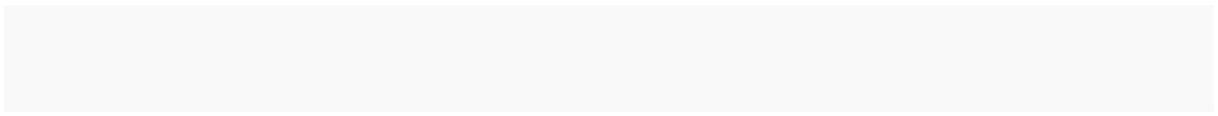
- + [Carte « Merci »](#) à offrir à une personne qui fait la différence dans votre vie.
- + [Webinaire « Donner du sens »](#) (à écouter à la maison).

Ressources

Nous souhaitons aussi vous rappeler qu'il existe des ressources pour vous aider :

- Le Programme d'aide au personnel (PAE) est accessible tous les jours à toute heure du jour ou de la nuit au : 1 800 931-5151
- La maison d'accueil pour les agents de la paix La Vigile : www.lavigile.qc.ca, 1 888 315-0007 ou <http://lavigile.qc.ca/nous-joindre/>
Sa mission est d'assurer la santé mentale et physique de ceux et celles qui souffrent d'un problème nécessitant un hébergement avec suivi thérapeutique professionnel.
- La ligne québécoise en prévention du suicide au 1 866 APPELLE (277-3553).

Le Service de la santé et de la prévention au travail



De : [..D00 Ser Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#Tous](#)
Objet : (RESTREINT) Message du directeur général par intérim
Date : 7 mai 2018 08:58:48
Pièces jointes : [image002.jpg](#)



État d'avancement des travaux du comité de prévention du suicide

Je profite de la Semaine de la santé mentale pour vous informer de l'avancement des travaux du comité de prévention du suicide qui a été mis en place l'automne dernier. L'État-major a approuvé le projet de programme soumis par le comité, y compris les nouveaux moyens de prévention et ceux déjà en place.

Le programme comprend plusieurs volets, dont la sensibilisation, la formation pour tous les employés et gestionnaires, ainsi que le dépistage et l'intervention auprès des employés en difficulté.

De plus, il comporte la réalisation d'un projet-pilote de sentinelle, c'est-à-dire de collègues formés pour détecter les personnes à risque et les diriger vers les ressources d'aide. Les démarches sont en cours pour concrétiser ce projet d'ici l'hiver 2019 dans les districts visés, le tout en collaboration avec les Centres de prévention du suicide du Québec.

Enfin, nous prévoyons la mise en place d'une procédure et d'outils pour soutenir les employés et les gestionnaires lors du décès d'un collègue.

Je réitère donc mon appui, ainsi que celui de l'État-major, au comité de prévention du suicide et je vous incite tous et toutes à endosser les démarches qui suivront.

Yves Morency
Directeur général par intérim

De : [..D00 Ser Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#GQG](#); [#EmployesExternesPhysique00](#); [#600 Fullum](#); [#655 Parthenais](#)
Objet : (RESTREINT) Dîner-conférence Semaine nationale de prévention du suicide 2017
Date : 26 janvier 2017 13:08:46
Pièces jointes : [image002.jpg](#)



Dîner-conférence Semaine nationale de prévention du suicide Mardi 31 janvier 12 h – Salle 2.81

Tel qu'annoncé par notre directeur général ce matin, un dîner-conférence aura lieu le mardi 31 janvier à 12 h à la salle 2.81. Présentée par Josianne Beaumont et Philippe Angers, intervenants à Suicide Action Montréal, cette conférence-midi « Que faire pour aider un proche? » a pour objectif de mieux vous outiller pour faire face à la détresse d'un proche en vous donnant quelques pistes de solution ainsi que des moyens à votre disposition pour l'accompagner.

En complément à cette activité, vous êtes invité à visiter un kiosque d'information qui sera disposé dans le hall d'accueil du GQG et où vous pourrez échanger avec des personnes-ressources qui seront présentes pour répondre à vos questions. Ces personnes seront disponibles le mardi 31 janvier entre 7 h et 12 h ainsi que mercredi et jeudi de 11 h 30 à 13 h 30.

Au plaisir de vous rencontrer lors de ces activités!

La Division de la santé et de la prévention au travail
Direction des ressources humaines

De : [..D00 Ser Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#GQG](#)
Objet : (RESTREINT) Dîner-conférence Semaine nationale de prévention du suicide
Date : 5 février 2018 09:39:44
Pièces jointes : [image001.jpg](#)
[image002.jpg](#)



Dîner-conférence Semaine nationale de prévention du suicide Jeudi 8 février 2018 de 12 h à 13 h – Salle multifonctionnelle 2.81

À l'occasion de la 28^e Semaine nationale de prévention du suicide ayant pour thème « Parler du suicide sauve des vies », la Sûreté du Québec tient à souligner l'importance de s'engager activement les uns envers les autres afin de prévenir le suicide.

Le jeudi 8 février de 12 h à 13 h à la salle multifonctionnelle (local : 2.81) aura lieu le dîner-conférence « L'intervention policière auprès des personnes armées et en crise suicidaire ». Présentée par le psychologue judiciaire Michel St-Yves et le lieutenant Christian Michaud. Monsieur Michaud est responsable du Service des enquêtes des crimes contre la personne, ex-négociateur et maintenant commandant lors des opérations Filet. Pour sa part, monsieur St-Yves conseille le commandant et les négociateurs lors des opérations Filet.

Résumé de la conférence :

Lors d'une prise d'otage ou d'une situation de crise où il y a un risque élevé pour la vie d'une personne, la Sûreté du Québec déploie sa structure d'intervention constituée principalement d'un commandant d'opération ainsi que de ses adjoints, du groupe tactique d'intervention, de négociateurs, d'un psychologue judiciaire et des membres du soutien technique. C'est ce qu'on appelle, à la Sûreté du Québec, les opérations Filet. La majorité de ces interventions concernent des personnes armées, retranchées seules ou avec otages, qui menacent de s'enlever la vie et qui représentent un danger pour autrui. Le but de cette présentation est de montrer comment se déroule ce genre d'opération policière, à partir de l'appel 9-1-1, jusqu'à la reddition volontaire, par la négociation, de la personne en crise.

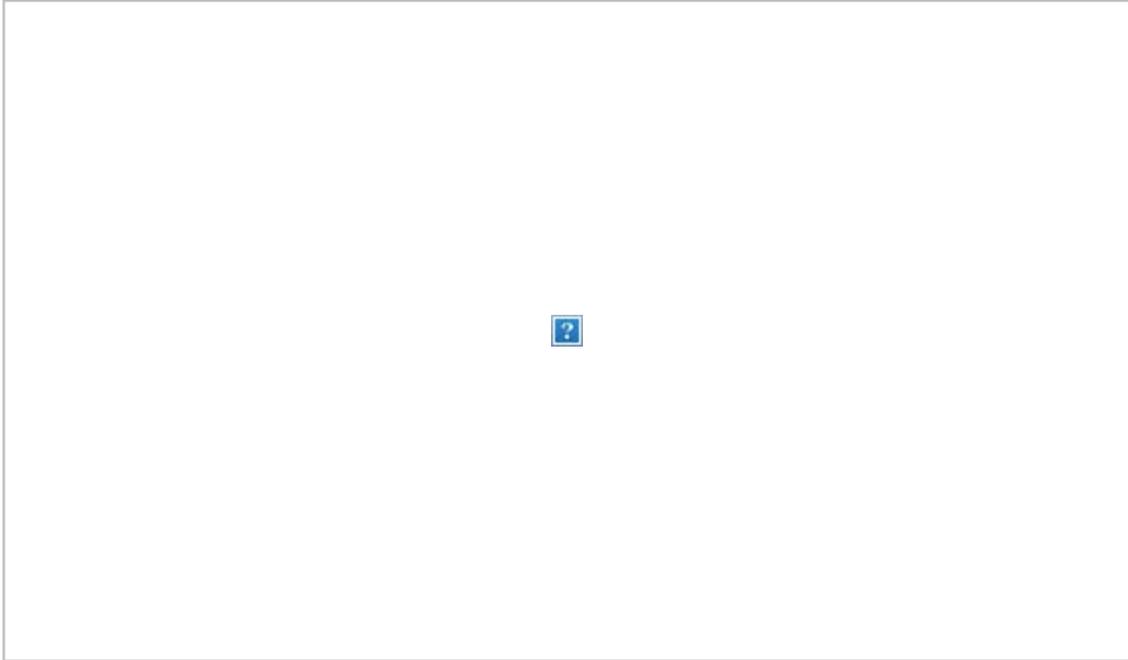
En complément à cette activité, vous êtes invité à visiter le kiosque d'information qui se trouvera dans le hall d'accueil du GQG du 6 au 8 février où vous pourrez échanger avec des personnes-ressources. Elles seront disponibles entre 11 h 30 et 13 h 30. De plus, vous pourrez aussi démontrer votre engagement à aller chercher de l'aide si vous en avez besoin ou à aider un collègue ou un proche qui vit des moments difficiles en signant l'affiche qui se trouvera au kiosque.

Vous pouvez également visionner la vidéo de sensibilisation de la Sûreté pour la Semaine nationale de prévention du suicide à cet endroit :

http://horssite/videos/semaine_prevention_suicide_2018.mp4

Finalement, nous vous invitons à communiquer à vos proches, collègues et amis l'importance qu'ils ont pour vous en faisant circuler les épingles « T'es important pour moi ». Que ce soit virtuellement en partageant la carte ci-dessous ou en personne en donnant l'une des épingles qui circuleront dans toutes les unités, chaque geste compte.

Le Service de la santé et de la prévention au travail
Direction des ressources humaines



De : [..D00.Ser.Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#Tous](#); [#EmployesExternes](#)
Objet : (RESTREINT) Mise en place d'un comité de prévention du suicide
Date : 21 septembre 2017 16:21:32

Mise en place d'un comité de prévention du suicide

À la demande du directeur général Martin Prud'homme, la Sûreté a mis sur pied un comité de travail sur la prévention du suicide, sous la responsabilité du directeur général adjoint Yves Morency. Ce comité, coordonné par Mmes Cynthia Gilbert et Geneviève St-Hilaire, de la Division de la santé et de la prévention au travail, est composé notamment de M. Alphée Simard (APPQ), de M. Michel St-Yves (GFEC), du lieutenant Bernard Caron (DNP) et de M. Jacques-Denis Simard, directeur général de La Vigile.

Une première rencontre a déjà eu lieu et d'autres se dérouleront d'ici la fin octobre afin, entre autres, d'évaluer les besoins, d'identifier des solutions et de mettre en place un plan d'action.

Entretemps, la Sûreté vous invite à visiter le site de l'Association québécoise de prévention du suicide ([l'AQPS](#)) afin de découvrir des pistes d'actions destinées aux citoyens et aux travailleurs qui souhaitent apporter un changement dans leur milieu, soutenir la cause ou aider un proche.

Nous vous rappelons également que le Programme d'aide aux employés est accessible 24h/24 7 jours sur 7 au 1 800 931-5151 ainsi que la ligne québécoise en prévention du suicide au 1 866 APPELLE (277-3553).

Le Service des communications institutionnelles et du protocole

De : [..D00_Ser_Communications_institutionnelles_et_du_protocole](#)
A : [#Tous](#)
Objet : Journée mondiale de prévention suicide
Date : 8 septembre 2017 14:25:38
Pièces jointes : [image001.jpg](#)
[image002.jpg](#)

Prenez une minute, changez une vie

« Prenez une minute, changez une vie » est le thème choisi à l'occasion de la 15e journée mondiale de prévention du suicide qui a lieu le dimanche 10 septembre 2017.

Tel que le mentionne l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS), en prévention, la notion de temps est vitale. Il est parfois nécessaire d'agir de façon urgente pour protéger une personne vulnérable en faisant appel aux précieux conseils des intervenants ou aux services d'urgence. En d'autres occasions, il est important de s'accorder du temps pour prendre soin de soi, de ses relations et de sa santé mentale. Le thème exprime aussi l'idée que nos actions et notre attention peuvent faire une différence dans la vie d'un proche, d'un voisin, d'un collègue.

L'Association rappelle qu'il existe de nombreux gestes concrets pour contribuer à la prévention du suicide. La Sûreté vous invite à visiter le site de [l'AQPS](#) afin de découvrir des pistes d'actions pour les citoyens et aux travailleurs qui souhaitent apporter un changement dans leur milieu, soutenir la cause ou aider un proche.

Nous vous rappelons que le Programme d'aide aux employés est accessible 24h/24 7 jours sur 7 au 1-800-931-5151 ainsi que la ligne québécoise en prévention du suicide au 1 866 APPELLE (277-3553).

La Direction des ressources humaines

De : [..D00 Ser Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#Tous; #EmployesExternesPhysique00](#)
Objet : (RESTREINT) Message du directeur général - Semaine nationale de prévention du suicide 2017
Date : 26 janvier 2017 08:50:20
Pièces jointes : [image001.jpg](#)



Semaine nationale de prévention du suicide 2017

Chaque année, des milliers de personnes sont touchées directement ou indirectement par le suicide. À chaque fois que cela survient, nous nous demandons si nous aurions pu faire quelque chose pour prévenir.

Cette année, dans le cadre de la Semaine nationale de prévention du suicide, la Sûreté du Québec souhaite briser les tabous au sujet du suicide et faire la différence pour aider celles et ceux qui vivent de la détresse psychologique ou qui s'inquiètent pour quelqu'un.

La semaine prochaine, une vidéo de témoignages sera diffusée, un kiosque d'information sera mis sur pied dans le hall d'entrée et une conférence-midi aura lieu le mardi 31 janvier au mess des sous-officiers du GQG. Je vous invite à participer, à vous mobiliser, civils et policiers, hommes et femmes, autour du thème «Le suicide n'est pas une option».

Nous vous invitons à communiquer à vos proches, collègues et amis, l'importance qu'ils ont pour vous en faisant circuler les épingles « T'es important pour moi ».

Ne sous-estimez pas l'impact qu'une simple attention peut avoir. Lorsqu'il est question de suicide, cela peut faire la différence.

Au nom de la Sûreté du Québec et en mon nom, je tiens à vous dire que vous êtes tous très importants pour nous.

Martin Prud'homme

De : [..D00 Ser Communications institutionnelles et du protocole](#)
A : [#GQG](#); [#EmployesExternesPhysique00](#); [#600 Fullum](#); [#655 Parthenais](#)
Objet : (RESTREINT) Dîner-conférence Semaine nationale de prévention du suicide 2017
Date : 26 janvier 2017 13:08:46
Pièces jointes : [image002.jpg](#)



Dîner-conférence Semaine nationale de prévention du suicide Mardi 31 janvier 12 h – Salle 2.81

Tel qu'annoncé par notre directeur général ce matin, un dîner-conférence aura lieu le mardi 31 janvier à 12 h à la salle 2.81. Présentée par Josianne Beaumont et Philippe Angers, intervenants à Suicide Action Montréal, cette conférence-midi « Que faire pour aider un proche? » a pour objectif de mieux vous outiller pour faire face à la détresse d'un proche en vous donnant quelques pistes de solution ainsi que des moyens à votre disposition pour l'accompagner.

En complément à cette activité, vous êtes invité à visiter un kiosque d'information qui sera disposé dans le hall d'accueil du GQG et où vous pourrez échanger avec des personnes-ressources qui seront présentes pour répondre à vos questions. Ces personnes seront disponibles le mardi 31 janvier entre 7 h et 12 h ainsi que mercredi et jeudi de 11 h 30 à 13 h 30.

Au plaisir de vous rencontrer lors de ces activités!

La Division de la santé et de la prévention au travail
Direction des ressources humaines



LA PRÉVENTION DU SUICIDE

SIGNES DE DÉTRESSE ASSOCIÉS AU SUICIDE

- ✦ Changement brusque d'humeur et de comportement (colère, agressivité);
- ✦ Retrait et isolement;
- ✦ Perte d'intérêt et manque d'énergie;
- ✦ Changement de comportement prudent à imprudent;
- ✦ Intérêt soudain sur la question du suicide, les choses morbides, la réincarnation ou les cimetières;
- ✦ Difficulté de concentration, indécision et incohérence;
- ✦ Changements dans les habitudes alimentaires et de sommeil;
- ✦ Tenue vestimentaire négligée;
- ✦ Consommation inhabituelle d'alcool.

MESSAGES VERBAUX

- ✦ Bientôt je vais avoir la paix.
- ✦ Ce n'est plus important...
- ✦ Je te donne ça, je n'en aurai plus besoin.
- ✦ Bientôt je serai tranquille.
- ✦ Je veux mourir, j'en peux plus.
- ✦ Je vais en finir bien vite.
- ✦ J'ai peur d'en arriver là.
- ✦ Si ce n'était pas de ma famille, ça ferait longtemps que je l'aurais fait.
- ✦ Je vais me tuer. Non, non! Je niaise.

Comment aider une personne ayant des propos ou des idées suicidaires?

1. **EXPRIMEZ CLAIREMENT** vos préoccupations face au changement de comportement.
« Tu me sembles différent. Je suis très inquiet... »
2. **POSEZ** directement la question.
« Est-ce que tu penses au suicide? » « As-tu établi un plan (quand, comment)? » « Veux-tu mettre fin à tes jours? »
3. **DIRIGEZ** la personne vers les ressources d'aide en insistant sur la confidentialité des services offerts.
« As-tu communiqué avec le PAE? » « As-tu pensé à téléphoner au numéro 1-866-APPELLE? »
4. **ENCOURAGEZ** la personne à briser l'isolement. Soyez à l'écoute des autres.
5. N'hésitez pas à **CONTACTER** une ressource pour demander conseil.

RESSOURCES D'AIDE CONFIDENTIELLES

Programme d'aide aux employés (PAE)
1-800-931-5151

Association québécoise de la prévention du suicide (AQPS)
1-866-APPELLE (277-3553)

Division de la santé et de la prévention au travail (DSPT)
514-598-4953



MYTHES ET RÉALITÉS ASSOCIÉS AU SUICIDE

MYTHES	RÉALITÉS
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Les personnes suicidaires sont formellement décidées à mourir. 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ La personne suicidaire veut cesser de souffrir et non mourir.
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Il faut être lâche ou courageux pour se suicider. 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Une personne ne se suicide pas par choix, mais par manque de choix. Elle a atteint sa limite de tolérance face à sa souffrance et elle ne voit plus d'autres façons d'arrêter de souffrir.
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Parler du suicide encourage le passage à l'acte. 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Le suicide est un sujet dérangeant dont on parle difficilement. Pourtant, c'est en parlant du suicide que l'on peut démythifier ce sujet et parvenir à aider une personne suicidaire.
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Parfois, les personnes qui menacent de se suicider veulent attirer l'attention ou manipuler. 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Il faut toujours prendre les menaces de suicide au sérieux. En effet, elles sont toujours des appels à l'aide.
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Seulement un professionnel dans le domaine du suicide peut venir en aide à une personne suicidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Au quotidien, n'importe qui peut aider un proche ou un collègue confronté à la souffrance, avec les moyens dont elle dispose et en respectant ses limites.





FICHE DE PRÉVENTION

PLAN DE SÉCURITÉ

Ce plan est composé de plusieurs étapes, lesquelles sont répertoriées en trois sous-groupes. Les étapes à suivre dépendent du degré de détresse de la personne et de l'intensification des idées suicidaires.

Il est conseillé d'écrire en avance les détails personnels référant aux différentes étapes du plan, ainsi, lorsque les idées suicidaires deviennent trop fortes, il sera à portée de main.

Si une étape ne parvient pas à diminuer la détresse ou les idées suicidaires, il faut passer à la suivante. Si l'urgence est trop forte, les trois dernières étapes sont plus adéquates.

Lorsqu'une détresse est ressentie, il peut être ardu d'en trouver la cause, et il peut y en avoir plus d'une. Une introspection peut se faire seule si la personne en a la force. Autrement, il est judicieux d'aller chercher de l'aide pour diminuer la détresse et pouvoir se concentrer sur la source du mal-être.

DÉTRESSE MODÉRÉE :

1. Reconnaître ses **signes de détresse** (tension, irritabilité, tristesse, sensation de vide, impuissance, perte d'espoir, etc.)
2. Faire les **activités** qui font habituellement du bien (promener son chien, lire, regarder une émission préférée, aller souper avec un.e ami.e, etc.)
3. Repenser à ses **raisons de vivre** (enfants, conjoint.e, animaux, parenté, amis, neveu et nièce, changer les choses pour le mieux, etc.)

DÉTRESSE IMPORTANTE :

4. **Appeler un proche** de confiance auquel on peut se confier (ami, collègue, parenté, etc.)
5. **Contacter un professionnel** de la santé ([Ordre des psychologues du Québec](#))
6. Appeler une **ligne d'intervention de crise** (Service de Santé et Prévention au Travail [514-598-4953](#) Programme d'Aide aux Employés [1-800-931-5151](#) ou un centre d'intervention du suicide [1 866 APPELLE](#))
7. **Sécuriser l'environnement** (avoir une compagnie à la maison pour quelques jours et nuits, confier la médication, les armes, ou tout autre élément susceptible d'être utilisé à une personne de confiance, etc.)

DÉTRESSE EXTRÊME :

8. Aller dans un **lieu sécuritaire** (Si possible un endroit où il y a au moins une personne)
9. **Se rendre à l'hôpital** le plus proche
10. Composer le **911**





FICHE DE PRÉVENTION

OÙ TROUVER UN CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE?

NUMÉRO NATIONAL DE PRÉVENTION 24H/24H, 7 JOURS :
1-866-APPELLE (277-3553)

Liste de centres de prévention du suicide par région

- [Bas-Saint-Laurent](#)
- [Capitale-Nationale](#)
- [Mauricie](#)
- [Estrie](#)
- [Montréal](#)
- [Outaouais](#)
- [Abitibi-Témiscamingue](#)
- [Côte-Nord](#)
- [Nord-du-Québec](#)
- [Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine](#)
- [Chaudière-Appalaches](#)
- [Laval](#)
- [Lanaudière](#)
- [Laurentides](#)
- [Montérégie](#)
- [Centre-du-Québec](#)

- **Bas-Saint-Laurent**
 - **Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-St-Laurent**
C.P. 215
Rimouski (Québec) G5L 7C1
Ligne d'intervention: 418 724-2463 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 418 724-4337
Fax: (418) 724-2603
Courriel : secretariat@centredecrisebsl.qc.ca
[Site web](#)

 - **Centre de prévention du suicide du KRTB**
35-D rue St-Louis
CP 353
Rivière-du-Loup (Québec) G5R 3Y9
Ligne d'intervention: 418 8629658 ou 1-866-APPELLE
numéro administratif: 418 862-5685
Fax: 418 862-4327
Courriel: info@cpsdukrbtb.org
[Site web](#)

- **Saguenay/Lac-Saint-Jean**
 - **Centre de prévention du suicide 02**
C.P. 993
Chicoutimi (Québec) G7H 5G4
Ligne d'intervention: 418 545-1919 ou 1-866-APPELLE



numéro administratif: 418 545-9110 poste 2221
Fax: 418 693-1505
Courriel: info@cps02.org
[Site web](#)

- **Capitale-Nationale**

- **Centre de prévention du suicide de Portneuf - l'Arc-en-ciel**
331 Notre-Dame
Donnacona (Québec) G3M 1H3
Ligne d'intervention: 518 285-DAVE (3283) ou 1-844-285-DAVE ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 418 285-3847
Fax: 418 285-3879
Courriel: info@larcencielportneuf.org

[Site web](#)

- **Centre de prévention du suicide de Charlevoix**
Centre communautaire de Charlevoix
367, rue Saint-Étienne, bureau 115
La Malbaie (Québec) G5A 1M3
Ligne d'intervention: 418 665-0096 ou 1-866-APPELLE
numéro administratif: 418 665-0096
Fax: 418 665-3921
Courriel: aide@cps-charlevoix.com

- **CPSC - Point de service Baie-Saint-Paul**
63 rue Leclerc

Baie-Saint-Paul (Québec) G3Z2K3
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
numéro administratif: 418 435-2212

Fax : 418 435-2723

- **Centre de prévention du suicide de Québec**
8180, boul. Pierre-Bertrand Nord
Québec (Québec) G2K 1W1
Ligne d'intervention: 418 683-4588 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 418 683-0933
Fax: 418 683-5956
Courriel: accueil@cpsquebec.ca

[Site web](#)

- **Mauricie**

- **Centre de prévention du suicide Centre-de-la-Mauricie/ Mékinac**
2553, ave. Georges
Shawinigan (Québec) G9N 2P4
Ligne d'intervention: 819 539-3232 ou 1-866-APPELLE
numéro administratif: 819 539-9743
Fax: 819 539-9743
Courriel: centreprventionsuicide@c gocable.ca

[Site web](#)



- **Centre de prévention du suicide Accalmie**
1905 rue Royale
Trois-Rivières (Québec) G9A 4K8
Ligne d'intervention: 819 379-9238 ou 1-866-APPELLE
Ligne jeunesse: 819 691-0818
Numéro administratif: 819 840-0549
Fax: 819 840-0551
Courriel: info@preventiondusuicide.com
[Site web](#)

- **Estrie**
 - **JEVI Centre de prévention du suicide - Estrie**
120, 11e Avenue Nord
Sherbooke (Québec) J1E 2T8
Ligne d'intervention: Lundi-Vendredi de 8h30 à 16h30 819 564-1354 ou le 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 564-7349
Fax: 819 564-4486
Courriel: preventionsuicide@jevi.qc.ca
[Site web](#)

 - **Centre de prévention du suicide de la Haute-Yamaska**
328 rue Principale bureau 220

Granby (Québec) J2G 2W4
Numéro d'intervention : 450 375-4252 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif : 450 375-6949
Fax : 450 375-5385
Courriel : cpschy@qc.aira.com
[Site web](#)

- **Montréal**
 - **Suicide Action Montréal**
2345 est, rue Bélanger
Montréal (Québec) H2G 1C9
Ligne d'intervention: 514 723-4000 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 514 723-3594
Fax: 514 723-3605
Courriel: info@suicideactionmontreal.qc.ca
[Site web](#)

- **Outaouais**
 - **Centre d'aide 24/7**
19, rue Caron
Hull (Québec) J8Y 1Y8
Ligne d'intervention: 819 595-9999 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 595-3476
Fax: 819 595-0734
Courriel: centreaide247@videotron.ca
[Site web](#)

 - **Suicide Détour**



181 rue Notre-Dame
Maniwaki (Québec) J9E 2J6
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 819 441-1010
Fax: 819 441-3551
Courriel: info@suicidedetour.org

- **Abitibi-Témiscamingue**

- **Centre de prévention du suicide d'Amos**

751 1^{ère} avenue Ouest
Amos (Québec) J9T 1V7
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 732-5473
Fax: 819 732-4325
Courriel: cpsamos@cableamos.com
[Site web](#)

- **Centre de prévention du suicide d'Abitibi-Ouest**

99 5^e avenue Est
La Sarre (Québec) J9Z 3A8
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
numéro administratif: 819 339-3356
Fax: 819 339-3309
Courriel: info@cpsao.org
[Site web](#)

- **Ligne d'intervention téléphonique en prévention du suicide de l'Abitibi-Témiscamingue (LITPSAT)**

866 rue Royale suite 102
C.P. 1440
Malartic (Québec) J0Y 1Z0
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 757-6282
Fax: 819 757-4598
[Site web](#)

- **Centre de prévention du suicide de Malartic**

550, 4^{ième} avenue, local 205
C.P. 1838
Malartic (Québec) J0Y 1Z0
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 757-6645
Fax: 819 757-6649
Courriel: cpsmarlartic@hotmail.com
[Site web](#)

- **Centre de prévention du suicide de Rouyn-Noranda**

C.P. 1023
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 5C8
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 764-5099
Fax: 819 764-4111



Courriel: admin@cps-rouyn-noranda.ca

[Site web](#)

○ **Comité de prévention du suicide de Senneterre**

795, 10e Avenue

C.P. 6

Senneterre (Québec) J0Y 2M0

Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 819 737-2785

Fax: 819 737-3091

Courriel: cpsenneterre@tlb.sympatico.ca

[Site web](#)

○ **Centre de prévention du suicide de la Vallée-de-l'Or**

851, 5e Avenue, bureau 209

C.P. 178

Val-d'Or (Québec) J9P 4P3

Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 819 825-7159

Fax: 819 825-1281

Courriel: cps.vo@tlb.sympatico.ca

[Site web](#)

○ **Centre de prévention du suicide du Témiscamingue**

1, rue de Industrielle

Ville-Marie (Québec) J9V 1S3

Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 819 622-7777

Fax: 819 737-0021

● **Côte-Nord**

○ **Centre de prévention du suicide Côte-Nord**

C.P. 6184

Baie-Comeau (Québec) G5C 0B7

Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 418 295-2101

Fax: 418 295-2323

Courriel: cps09@globetrotter.net

[Site web](#)

● **Nord-du-Québec**

○ **Comité de prévention du suicide de Lebel-sur-Quévillon**

223, Place Quévillon

Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 819 755-3911

Fax: 819 755-4033

Courriel: preventionlebel1@hotmail.com

[Site web](#)

● **Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine**



- **Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-St-Laurent**
(pour Gaspésie-les Îles)
C.P. 215
Rimouski (Québec) G5L 7C1
Ligne d'intervention: 418 724-2463 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 418 724-4337
Fax: (418) 724-2603
Courriel: secretariat@centredecrisebsl.qc.ca

- **Ligne prévention suicide Gaspésie-les-Îles**
Ligne d'intervention: 1866-APPELLE

- **Chaudière-Appalaches**
 - **Service téléphonique régional de crise Urgence-Détresse**
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 418 397-4600
[Site web](#)

 - **Centre d'écoute et de prévention du suicide Beauce-Etchemins**
12 220, 2e Avenue
St-Georges-de-Beauce (Québec) G5Y1X4
Ligne d'intervention: 418 228-0001 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 418 228-3106
Courriel: cepsaa@ip4b.net
[Site web](#)

- **Laval**
 - **L'Ilot - Service régional de crise de Laval**
C.P. 27052
Comptoir Pont-Viau
Laval (Québec) H7G 4Y2
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE

Numéro administratif : 450 629-2911
Courriel: lilot@videotron.ca

- **Lanaudière**
 - **Centre de prévention du suicide de Lanaudière**
C.P. 39
Joliette (Québec) J6E 3Z3
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Fax: 450 759-4122
[Site web](#)

- **Laurentides**
 - **Centre de prévention du suicide le Faubourg**
C.P. 1
St-Jérôme (Québec) J7Z 5T7
Ligne d'intervention: 450 569-0101 ou 1-866-APPELLE

Numéro administratif : 450 565-0490



Fax : 450 569-9726

Courriel: administration@cps-le-faubourg.org

[Site web](#)

- **Montérégie**

- **La maison sous les arbres**

2 boul. D'Anjou

Châteauguay (Québec) J6K1B7

Ligne d'intervention de crise : 450 699-5935 ou 1-855-699-5935 ou 1-866-

APPELLE

Numéro administratif : 450 691-8882 poste 0

Fax : 450 691-6813

Courriel : admin@la-msla.com

[Site web](#)

- **L'Accès Centre d'intervention de crise à Longueuil**

90 Boul. Sainte-foy

Longueuil (Québec) J4J1W4

Ligne d'intervention : 450 679-8689 ou 1-866-APPELLE

Numéro administratif : 450 468-8080

[Site web](#)

- **Centre de prévention du suicide La Traversée**

120, chemin Sainte-Anne

Sorel-Tracy (Québec) J3P 1J8

Ligne d'intervention: 450 746-0303 ou 1-866-APPELLE

numéro administratif: 450 746-0400

Fax: 450 746-2785

Courriel: latraversee.intervention@videotron.ca

[Site web](#)

- **Contact Richelieu-Yamaska Centre d'intervention de crise**

420 avenue de la concorde Nord

St-Hyacinthe (Québec) J2S4N9

Ligne d'intervention : 450 774-6952 ou 1-866-APPELLE

[Site web](#)

- **Centre de prévention du suicide du Haut-Richelieu-Rouville**

25 chemin du Grand-Bernier Sud, C.P. 95

St-Jean-Sur-Richelieu (Québec) J3B 6Z1

Ligne d'intervention: 450 348-6300 ou 1-866-APPELLE

Numéro administratif: 450 348-7524

1 Courriel: administration@cpslr.gc.ca

[Site web](#)

- **Le Tournant, centre de crise et de prévention du suicide**

Région du Suroît:

414, rue Salaberry

Valleyfield (Q J6T 2K3

Ligne d'intervention : 450 371-4090 ou 1-866-APPELLE

Numéro administratif : 450 371-2820



Fax : 450 371-2681
Courriel: letournant@letournant.qc.ca

- **Point de service à Vaudreuil :**
418, avenue St-Charles local 218
Vaudreuil (Québec) J7V 2N1
Numéro administratif : (450) 455-1606
Fax : 450 455-2035
Courriel : vaudreuil@letournant.qc.ca
[Site web](#)

- **Centre-du-Québec**

- **Centre d'écoute et de prévention du suicide de Drummond**
C.P. 6
Drummondville (Québec) J2B 6V6
Ligne d'intervention: 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 478-5806
Fax: 819 478-8210
Courriel: info@cepsd.ca
[Site web](#)
- **Centre de prévention du suicide Accalmie**
492, rue Niverville
Trois-Rivières (Québec) G9A 2A2
Ligne d'intervention: 819 379-9238 ou 1-866-APPELLE
Ligne jeunesse: 819 691-0818
Numéro administratif: 819 379-9893 poste 11
Fax: 819 840-0551
Courriel: cps2r@prevention-suicide.qc.ca
[Site web](#)
- **Réseau de prévention du suicide des Arthabaska-Érable**
(Érable) C.P. 492
Plessisville (Québec) G6L 3M2
Ligne d'intervention MRC de l'Érable: 819 362-8581 ou 1-866-APPELLE
(Arthabaska) CP 611
Victoriaville (Québec) G6P 6V7
Ligne d'intervention MRC Arthabaska: 819 751-2205 ou 1-866-APPELLE
Numéro administratif: 819 751-8545 poste 5
Fax: 819 260-1728
Courriel: info@cpsae.ca
[Site web](#)



PROGRAMME DE PRÉVENTION DU SUICIDE

Description	Programme regroupant un ensemble de moyens afin d'agir en prévention dans le maintien du bien-être psychologique des employés, le soutien des employés en détresse et la prévention du suicide.	Responsable	Geneviève St-Hilaire / Cynthia Gilbert
Objectifs	De façon générale, réduire la détresse psychologique des employés, diminuer les absences pour des raisons psychologiques et augmenter le bien-être au travail. De façon plus spécifique: sensibiliser et former l'ensemble des gestionnaires et employés à la détresse psychologique, dépister et intervenir auprès des employés à risque ou en difficulté, intervenir en postvention lors du suicide d'un employé.	Participants	Comité de prévention du suicide Direction des ressources humaines DNP, APPQ, PAE Centre de prévention du suicide du Québec

Date de la dernière mise à jour

2019-02-27

NO	Activités	Responsable	Participants	Date cible	État - %	Action à prendre
1	LOGISTIQUE & OCTROI DE RESSOURCES SUPP				75%	
1.1	Rédiger DE chargé de projet sentinelle	Geneviève		16 mai 2018	100%	
1.2	Mettre à jour DE conseillère en prévention	Geneviève		30 mai 2018	100%	
1.3	Rédiger le référentiel du programme	Geneviève	Vérification	30 sept. 2019	50%	
1.4	Embaucher trois ressources	Cynthia / Geneviève	Dotation civile	7 janv. 2019	100%	2019-01-07
1.5	Former les ressources - Évaluation du risque suicidaire	Cynthia / Geneviève	CPS	12 juin 2019	0%	
1.6	Trouver un emplacement	Cynthia		1 janv. 2019	100%	6.46
2	PROMOTION DU PROGRAMME				42%	
2.1	Produire le plan de communication	Bernard	Communication	30 sept. 2019	20%	
2.2	Réaliser une affiche	Bernard	Communication	1 janv. 2019	100%	Parti en impression le 9 jan 2019
2.3	Réaliser 3 vidéos	Bernard	Communication	30 juin 2019	33%	
2.4	Réaliser un article dans connexion SQ	Bernard	Communication	30 juin 2019	0%	
2.5	Mettre en place le concours pour le slogan du programme	Bernard	Communication	1 janv. 2019	100%	
2.6	Diffuser la présentation du programme	Bernard / Geneviève	SPRH, Communication	30 sept. 2019	0%	
3	Volet SENSIBILISATION				86%	
3.1	Mettre à jour le répertoire de ressources	Viviane		1 janv. 2019	100%	
3.2	Mettre à jour et développer des outils	Viviane		30 juin 2019	75%	
3.3	Prendre entente avec le recrutement	Cynthia / Geneviève	Chantal Doyon	9 janv. 2019	100%	mercredi 9 janvier 2019
3.4	Développer des outils pour les recrues	Conseillère en prévention		30 juin 2019	75%	
3.5	Développer des outils pour l'accueil des civils	Conseillère en prévention		30 juin 2019	50%	Présentation powerpoint au gestionnaire
3.6	Développer des outils pour l'induction	Geneviève	Lyna St-Onge	9 janv. 2019	100%	
3.7	Développer des partenariats avec d'autres unités de la Sûreté et externe	Geneviève	Cpt André Comeau	1 déc. 2019	100%	Entente avec le Cpt Comeau pour partage d'infos sur les armes à feu.
4	Volet : FORMATION				59%	
4.1	Prendre entente avec la formation pour les officiers/cadres	Chantal	Laurence	17 déc. 2018	100%	lundi 17 déc.
4.2	Prendre entente avec la formation pour les superviseurs	Chantal	Laurence	17 déc. 2018	100%	lundi 17 déc.
4.3	Prendre entente avec la formation pour les capsules en ligne	Chantal	Marie-Claude et Jasmine	17 déc. 2018	100%	lundi 17 déc.
4.4	Développer la formation en ligne sur la santé mentale (employé)	Chantal	Formation	31 mai 2019	40%	
4.5	Développer la formation en ligne sur la santé mentale (gestionnaire)	Chantal	Formation	31 mai 2019	40%	
4.6	Développer la formation en ligne sur la prévention du suicide (employé)	Julie	Formation	30 sept. 2019	30%	
4.7	Développer la formation en ligne sur la prévention du suicide (gestionnaire)	Julie	Formation	30 sept. 2019	30%	
4.8	Développer formation pour les Officiers et Cadres en présence	Cloé	ENPQ	31 mai 2019	30%	Assister à la séance du 8 fév.
5	Volet : DÉPISTAGE et INTERVENTION				42%	
5.1	Développer un programme de prévention stress opérationnel	Geneviève	APPQ	30 sept. 2019	60%	
5.2	Réviser le programme de prévention MAB	Geneviève / Mélanie	Dre Van Dyke	31 déc. 2019	50%	

Date de la dernière mise à jour	2019-02-27	Confidentialité : CONFIDENTIEL
--	-------------------	--------------------------------

NO	Activités	Responsable	Participants	Date cible	État - %	Action à prendre
5.3	Développer un programme de prévention pour les relevés	Cloé	DNP	30 sept. 2019	20%	
5.4	Développer un programme de prévention dépendance	Cloé	DNP, RT	30 sept. 2019	0%	
5.5	Mettre à jour DIR GÉN 56	BSP	Geneviève, DRM, DNP	30 juin 2019	85%	
5.6	Mettre en place le projet pilote de sentinelles	Carolina	Multiples	4 sept. 2019	36%	
6	Volet : MOYEN DE SOUTIEN COLLÈGUES				25%	
6.1	Évaluer les moyens de soutien possible	Comité		31 déc. 2019	50%	
6.2	Créer des moyens de soutien adapté SQ	Comité		31 déc. 2019	0%	
7	Volet : POSTVENTION				75%	
7.1	Réaliser une procédure formelle en cas du suicide d'un employé	Julie / Chantal		30 juin 2019	75%	
7.2	Réaliser des outils pour les conseillères	Julie / Chantal		30 juin 2019	75%	
7.3	Réaliser des outils/fiches pour les endeuillés	Julie / Chantal		22 déc. 2018	100%	
7.4	Réaliser des outils pour les gestionnaires	Julie / Chantal		30 juin 2019	50%	

PROJET PILOTE DE SENTINELLE			
Description	Implantation d'un projet pilote de sentinelle en prévention du suicide où les sentinelles sont des employés formés pour repérer et prendre contact avec la personne en détresse et, par la suite, assurer le lien entre cette personne et les ressources d'aide.	Responsable	Geneviève St-Hilaire / Cynthia Gilbert
Objectifs		Participants	Centre de prévention du suicide Programme d'aide aux employés Direction des ressources humaines APPQ

<i>Date de la dernière mise à jour</i>	2019-02-27
--	-------------------

NO	Activités	Responsable	Date cible	État - %	Action à prendre
1	LOGISTIQUE			100%	
1.1	Embauche du chargé de projet et deux conseillers	Cynthia / Geneviève	01-janv-19	100%	
1.2	Trouver un espace de travail	Cynthia	01-janv-19	100%	
1.3	Rédiger la DE	Geneviève	01-janv-19	100%	
2	PHASE 1 : s'approprier le cadre de référence			63%	
2.1	Rédiger le référentiel du programme de sentinelles	Geneviève / Carolina	1 avr. 2019	75%	
2.2	Répertorier les partenaires internes et externes + soutien externe urgence 24/7	Carolina	15 févr. 2019	50%	Rencontres à venir avec les Comms
2.3	Définir les rôles et responsabilités de chacun	Geneviève / Carolina	21 févr. 2019	75%	
2.4	S'assurer de la vision commune du projet et des rôles/responsabilités de chacun	Carolina	21 févr. 2019	50%	
3	PHASE 2				
4	Étape 1 : Connaître les groupes à risque et choisir les milieux			94%	
4.1	Déterminer à qui s'adresse le programme	Comité	1 janv. 2019	100%	
4.2	Identifier les groupes à risque	Comité	1 janv. 2019	100%	
4.3	Cibler les régions incluses par le projet pilote	Comité	1 janv. 2019	100%	
4.4	Identifier les unités participantes avec les P. RH	Geneviève / Carolina	18 févr. 2019	75%	Contacteur les P. RH et en attente; conf. à venir
5	Étape 2 : Susciter l'adhésion dans le milieu ciblé			25%	
5.1	Prévoir les moyens de diffusion du projet	Carolina	1 mars 2019	0%	Section intranet, conf. Télép.
5.2	Susciter l'engagement de ÉM et des gestionnaires dans les postes	Comité	1 févr. 2019	100%	
5.3	Planifier des séances de sensibilisation aux gestionnaires	Carolina	4 mars 2019	0%	Via P. RH, déplacement de Carolina dans les postes visés
5.4	Planifier des séances de sensibilisation aux employés	Carolina	4 mars 2019	0%	
6	Étape 3: Arrimage entre les ressources du milieu et du réseau			17%	
6.1	Connaître toutes les ressources et les services offerts aux sentinelles	Carolina	25 mars 2019	0%	Contacteur les ressources identifiés dans le milieu
6.2	Formuler des ententes pour toutes les ressources	Carolina	25 mars 2019	0%	
6.3	Établir des liens entre toutes les ressources	Carolina	25 mars 2019	0%	
6.4	Déterminer les intervenants ciblés (CGRH DSPT) pour le soutien aux sentinelles	Geneviève	1 janv. 2019	100%	
6.5	S'assurer d'avoir des ressources dans l'ensemble des districts	Carolina	25 mars 2019	0%	
6.6	Prévoir l'arrimage entre le programme spécialisé et le programme de sentinelles	Geneviève	1 sept. 2019	0%	Aucune sentinelle au GQG pour le moment
7	Étape 4 : Recruter et sélectionner les futures sentinelles			38%	
7.1	Préparer et former les diffuseurs	Carolina	01-avr-19	0%	
7.2	Diffuser les séances de sensibilisation	P. RH	29-avr-19	0%	
7.3	Définir les critères de sélection	Comité / Carolina	1 mars 2019	100%	
7.4	Définir la stratégie et les moyens de recrutement des sentinelles	Carolina	25 mars 2019	0%	
7.5	Définir si la sentinelle reste anonyme ou est connue	Comité	1 janv. 2019	100%	
7.6	Élaborer une grille de sélection et d'évaluation de départ	Carolina	1 sept. 2019	0%	Connaître les raisons de départ et faire les ajustements

<i>Date de la dernière mise à jour</i>	2019-02-27
--	------------

NO	Activités	Responsable	Date cible	État - %	Action à prendre
7.7	Déterminer le nombre de sentinelles maximal par unité	Comité	1 janv. 2019	100%	
7.8	Procéder au recrutement des sentinelles	Carolina	20 mai 2019	0%	Affichage, analyse des candidatures
8	Étape 5 : Former les sentinelles			3%	
8.1	Créer des ententes avec les différents diffuseurs de la formation	Carolina	6 mai 2019	0%	
8.2	S'assurer que la formation est adaptée à la Sûreté	Carolina	6 mai 2019	0%	
8.3	Planifier les formations et diffusion des formations	CPS	30 août 2019	0%	Calendrier des CPS, plusieurs sentinelles, période estivale
8.4	Diffuser la formation des intervenants ciblés (CGRH DSPT)	CPS	12 juin 2019	20%	
8.5	Planifier la présence du coordonnateur et des intervenants ciblés lors des formations	Carolina	30 août 2019	0%	
8.6	Assurer un suivi de qualité sur la prestation du diffuseur	Carolina	30 août 2019	0%	
9	Étape 6 : Soutenir les sentinelles			22%	
9.1	Mettre en lien les sentinelles et leur intervenant ciblé	Carolina	30 août 2019	0%	
9.3	Établir des moyens pour évaluer les besoins des sentinelles	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	50%	
9.4	Planifier des communications formelles avec les sentinelles	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	50%	
9.5	Déterminer les thèmes des formations continues et développer le contenu	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	50%	
9.6	Développer des outils de soutien	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	0%	
9.7	Développer un protocole d'intervention auprès d'une sentinelle touché par un suicide	Carolina	30 août 2019	0%	
9.8	Planifier l'évaluation des sentinelles	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	50%	
9.9	Créer un répertoire des sentinelles actives sur intranet et le tenir à jour	Carolina	30 août 2019	0%	
9.10	Développer un système de reconnaissance	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	0%	
10	Phase 3 : Suivi de l'implantation			8%	
10.1	Développer une grille d'évaluation/vérification d'implantation	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	10%	
10.2	Faire la collecte de données nécessaires	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	10%	
10.3	Faire les ajustements nécessaires en cours de route	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	0%	
10.4	Documenter le processus et faire un rapport de projet	Carolina	En continu pendant le projet-pilote	10%	