

Mon point d'ancrage

Reprendre du pouvoir



Contexte et pertinence du projet

Chaque année, des milliers de personnes au Québec vivent des épisodes de détresse psychologique intense, marqués par des idées suicidaires ou par une tentative de suicide. Ces situations entraînent des passages fréquents aux urgences et dans les milieux hospitaliers. Spécifiquement à Montréal, 548 personnes sont hospitalisées à la suite d'une tentative de suicide, 974 personnes visitent les urgences pour une tentative de suicide et 10 782 personnes visitent les urgences pour des idées suicidaires, en 2024.

Or, malgré ces chiffres importants et imposants, l'accompagnement offert demeure trop souvent fragmenté, insuffisant ou ponctuel. Une fois de retour dans leur milieu de vie, plusieurs de ces personnes se retrouvent sans filet de sécurité solide, exposées à une récurrence ou à un isolement accru.

Notre projet d'accompagnement de proximité pour les personnes en détresse suicidaire et leurs proches vise à combler cet accompagnement fragmenté et à venir créer un filet de sécurité fort autour de ces personnes par une prise en charge personnalisée. Ce projet propose un modèle de suivi et d'intervention de première ligne spécifiquement destiné aux personnes ayant des idées suicidaires ou ayant récemment fait une tentative de suicide et à leur entourage.



Mon point d'ancrage

Reprendre du pouvoir

Ce projet vise à assurer une continuité de soins et d'accompagnement après une crise suicidaire, afin de réduire les risques de rechute et de renforcer le filet de sécurité autour de la personne en détresse et de ses proches.

Concrètement, un programme d'accompagnement personnalisé sera offert aux personnes ayant fait une tentative de suicide ou ayant des pensées suicidaires. Une équipe d'intervention mobile spécialisée interviendra rapidement pour offrir un soutien immédiat, bienveillant et adapté à la situation de la personne.

Dès le premier contact, une évaluation des besoins sera réalisée afin d'élaborer un plan d'action individualisé. La priorité est d'abord d'assurer la sécurité et la stabilisation de la personne, puis de lui offrir un accompagnement soutenu avec un.e intervenant.e spécialisé.e en prévention du suicide. Ces rencontres offriront un espace sécuritaire et sans jugement, propice à l'expression des émotions, à la reprise de pouvoir sur sa vie et au développement de stratégies pour faire face aux moments difficiles.

En parallèle, lorsque le contexte s'y prête, un soutien sera également proposé aux proches. Des rencontres pourront être organisées avec les membres clés de l'entourage afin de leur fournir des outils concrets, de renforcer leur confiance et de consolider le filet de sécurité autour de la personne. Cette approche collaborative permet de s'assurer que la personne en détresse n'est pas seulement accompagnée par un.e intervenant.e, mais aussi soutenue par un réseau solide et mobilisé en cas de nouvelles difficultés.

Tout au long du parcours, une étroite collaboration avec les partenaires du réseau de la santé et les organismes communautaires permettra d'assurer une continuité des services et d'éviter toute rupture dans le suivi.



Un savoir et une compétence ancrée dans le milieu communautaire

Le projet est porté par le Centre de prévention du suicide de Montréal (CPSM), un organisme communautaire reconnu et enraciné dans sa communauté depuis plusieurs décennies. Grâce à son expérience, à sa compréhension fine des réalités humaines liées à la détresse suicidaire et à son approche centrée sur la relation d'aide, le CPSM est idéalement positionné pour développer et mettre en œuvre ce modèle innovant et s'allier de partenaires forts et structurants pour offrir une continuité personnalisée dans l'accompagnement.

Confier ce projet à un organisme communautaire, c'est miser sur :

- **La proximité** : un ancrage direct dans la vie des personnes et des communautés ;
- **La souplesse** : une capacité d'adaptation rapide aux besoins changeants ;
- **L'humanité** : une approche empreinte d'empathie et de respect ;
- **La complémentarité** : un rôle essentiel en soutien et en continuité aux services publics.

Cette structure permettra de bâtir des ponts solides entre les citoyen.ne.s, les milieux hospitaliers, les proches aidant.e.s et le réseau communautaire montréalais.



Objectifs généraux du projet

- Bonifier l'accompagnement post-crise afin d'assurer un suivi fluide, intégré et efficient, garantissant une prise en charge rapide, coordonnée et continue des personnes à risque.
- Renforcer l'action du réseau existant en agissant comme levier complémentaire, contribuant à une réponse plus globale et cohérente à la détresse suicidaire.
- Reconnaître et légitimer la demande d'aide, en luttant contre les tabous et en favorisant un climat de confiance, d'empathie et de bienveillance.
- Préserver l'autonomie et le pouvoir d'agir des organismes communautaires, en valorisant leur rôle unique dans le continuum de soins.
- Réduire les brèches dans le système de soins, afin d'éviter que des personnes vulnérables oscillent entre différents services, avec des conséquences potentiellement dramatiques.
- Offrir un soutien humain, professionnel et accessible tant aux personnes en détresse qu'à leurs proches, grâce à un suivi individualisé, adapté aux besoins et aux parcours de vie.



Déroulement et phases du projet

Année 1

Conception et recherche

- Élaboration d'un modèle d'accompagnement adapté aux réalités identifiées.
- Recherche et analyse comparative des meilleures pratiques en prévention du suicide et en suivi post-crise.
- Définition des protocoles de collaboration intersectorielle avec les partenaires communautaires et institutionnels.

Année 2 et 3

Implantation pilote

- Déploiement progressif du projet pilote, offert en français et en anglais.
- Recrutement et formation d'une équipe spécialisée en suivi post-crise.
- Accompagnement individualisé auprès d'un premier groupe d'utilisateur.s ciblé.
- Évaluation rigoureuse de chaque étape afin de mesurer la pertinence, l'efficacité et la cohésion des actions mises en œuvre.

Année 4 et 5

Implantation d'un modèle d'accompagnement de proximité fort

- Déploiement officiel du modèle d'intervention en accompagnement de proximité.
- Apport concret et complémentaire au continuum de soin pour les personnes en détresse suicidaire.
- Augmentation des prises en charges.



Portée et retombées attendues

À travers sa mise en œuvre, ce projet vise non seulement à sauver des vies, mais aussi à transformer de manière durable les pratiques de prévention du suicide.

Accessibilité et couverture du service	Qualité et intensité de l'accompagnement	Concertation et intégration des services
Un suivi personnalisé en moins de 72h pour les personnes à la suite d'une crise suicidaire.	Rejoindre l'ensemble des usager.ère.s ayant des idées suicidaires et ayant fait une tentative de suicide.	Renforcement du filet social et communautaire, favorisant un climat d'entraide et de solidarité.
Rayonnement et référencement	Impact à moyen terme	Recherche et innovation
Mobilisation accrue des partenaires communautaires et institutionnels autour d'une mission commune et partagée.	Assurer une prise en charge en amont et un suivi en aval assuré par le milieu communautaire.	Publication d'une recherche suivant l'implantation du projet dans la communauté montréalaise.



Pourquoi soutenir ce projet ?

Soutenir ce projet, c'est investir dans une solution proactive, humaine et durable, parfaitement alignée avec la Stratégie nationale de prévention du suicide. C'est aussi reconnaître et renforcer le rôle essentiel des organismes communautaires dans la protection de la santé mentale et dans la prévention de tragédies évitables.

À travers ce projet, le CPSM aspire à offrir une réponse concrète et structurante aux besoins criants des personnes vulnérables, en misant sur la proximité, l'humanité et la collaboration.

Ensemble, nous pouvons renforcer la résilience de nos communautés, sauver des vies et transformer durablement notre manière de prendre soin les un.e.s des autres.





1-866-APPELLE



TÉLÉPHONE
1-866-277-3553



CLAVARDAGE
SUICIDE.CA



TEXTO
535353

Mon point d'ancrage, reprendre du pouvoir