



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada



Enraciner l'espoir

Un projet communautaire
de prévention du suicide



Études de cas
pour Enraciner l'espoir

Un regard sur Windsor-Essex (Ontario)

Un regard sur Windsor-Essex (Ontario)

LE MODÈLE DU PROJET ENRACINER L'ESPOIR

Enraciner l'espoir est un modèle communautaire qui aide les populations de partout au Canada à réduire les répercussions du suicide dans leur contexte local. Le modèle s'appuie sur l'expertise de la communauté pour mettre en œuvre des stratégies de prévention du suicide et de promotion de la vie.

Dans la première cohorte Enraciner l'espoir en 2018, huit communautés à travers le Canada ont fait partie d'un projet de recherche expérimental. L'objectif était de les accompagner dans le renforcement de leurs capacités à amoindrir les conséquences du suicide, ainsi que de recueillir des preuves de l'efficacité du modèle, et ce, en vue de constituer des pratiques exemplaires et prometteuses destinées à être adoptées à plus grande échelle à l'avenir.

Dans le modèle Enraciner l'espoir, les communautés façonnent leurs stratégies de prévention du suicide en fonction de cinq piliers :

1. **Sécurité entourant les moyens de suicide.** Repérer les « points chauds » et mettre en place des mesures pour restreindre l'accès aux moyens de suicide.
2. **Sensibilisation du public.** Mettre sur pied des campagnes éducatives à l'échelle locale (p. ex. affiches, brochures, médias sociaux).
3. **Recherche.** Établir des priorités de recherche, des mesures de surveillance, ainsi qu'un suivi et des évaluations en vue d'enrichir la base de données probantes relatives à la prévention du suicide.
4. **Services de soutien spécialisés.** Élaborer une gamme de services potentiels de prévention, d'intervention et de postvention (p. ex. soutien par les pairs, groupes de soutien, interventions en milieu de travail, coordination de la planification et de l'accès aux services).
5. **Formations et réseaux.** Fournir des occasions de formation et d'apprentissage aux sentinelles communautaires (p. ex. médecins, premiers intervenants, personnel infirmier, effectif et cadres des ressources humaines, corps professoral).

PREMIERS ADEPTES DU PROGRAMME ENRACINER L'ESPOIR (2021-2023)

La deuxième cohorte d'Enraciner l'espoir a réuni 11 autres communautés – appelées Premiers adeptes – d'un bout à l'autre du pays. Le projet de démonstration initial s'étant poursuivi, ces nouvelles communautés avaient hâte de connaître les avantages potentiels du modèle et de s'en servir pour étayer leurs propres initiatives de prévention du suicide et de promotion de la vie, notamment celles destinées à des groupes cibles comme les jeunes, les hommes et les populations autochtones.

Les Premiers adeptes mettent à l'échelle Enraciner l'espoir en faisant progresser sa mise en œuvre et en évaluant dans quelle mesure le soutien de la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) est efficace pour soutenir le modèle.



LA COMMUNAUTÉ DES PREMIERS ADEPTES DE WINDSOR-ESSEX

Le comté d'Essex et Windsor totalisent plus de 420 000 habitants répartis dans sept municipalités. C'est dans la ville de Windsor, qui compte environ 230 000 habitants, qu'est situé le passage frontalier le plus fréquenté entre le Canada et les États-Unis. Elle est aussi la ville la plus diversifiée de l'Ontario à l'extérieur de la région du Grand Toronto.

Sur la base des données disponibles localement et d'une évaluation situationnelle, la Coalition pour la prévention du suicide du comté de Windsor-Essex (CPSCWE) a choisi de se concentrer sur les populations prioritaires suivantes :

- Les hommes (âgés de 45 à 64 ans)
- Les jeunes (âgés de 10 à 19 ans, en particulier les filles et les jeunes femmes)
- Les personnes confrontées à la maladie mentale ou à des problèmes de santé mentale
- Les personnes qui consomment des substances (p. ex. alcool, opioïdes)

- Les personnes qui se définissent comme des membres de la communauté 2SLGBTQ+
- Les personnes qui s'identifient comme membres des Premières Nations, comme Inuits ou comme Métis
- Les personnes vivant au sein d'un ménage à faible statut socio-économique



ACTIVITÉS ET RÉALISATIONS COMMUNAUTAIRES

1. Sécurité entourant les moyens de suicide Promouvoir la sensibilisation et mettre en place des mesures de protection accrues.

Un important aspect de notre initiative Enraciner l'espoir a été de convaincre nos organisations membres de promouvoir la sensibilisation à la sécurité entourant les moyens de suicide et de mettre en place des mesures de protection renforcées là où les tentatives de suicide et les suicides se produisent dans notre communauté.

L'idée d'installer des [panneaux à l'intention des personnes en détresse dans le secteur riverain de Windsor*](#), le long de la rivière Détroit, en est un exemple. La rivière est l'un des endroits où se produisent des

tentatives de suicide et des suicides par immersion dans l'eau, à la fois à partir des abords de la rivière et du [pont Ambassadeur*](#), qui relie Windsor à Détroit.

Par ailleurs, nous avons œuvré à mieux sensibiliser la population à l'importance de rapporter les médicaments non utilisés, que ce soit dans les pharmacies ou lors d'événements dédiés au retour de médicaments. Notre objectif consiste notamment à trouver des occasions de collaborer avec des partenaires communautaires, notamment la [stratégie sur les opioïdes et les substances de la communauté de Windsor-Essex*](#) et l'initiative Crime Stoppers (afin de faciliter les retours de médicaments lors d'activités correspondantes, comme la marche communautaire du mois de sensibilisation au suicide).

* Lien vers contenu en anglais seulement.



2. Sensibilisation du public

Réduire la stigmatisation pour inciter les gens à chercher de l'aide.

L'évaluation de la situation au niveau local a révélé que la stigmatisation constitue un obstacle à la recherche d'aide chez les personnes ayant des problèmes de santé mentale ou des pensées et des comportements suicidaires. Les campagnes d'éducation publique sont un excellent vecteur de réduction de la stigmatisation et d'augmentation du nombre de demandes d'aide, et les études indiquent que l'on obtient de meilleurs résultats en impliquant plusieurs secteurs dans l'élaboration et la diffusion de ces messages. Nos partenaires s'emploient donc activement à promouvoir l'idée que [chacun, au sein de la communauté*](#), peut soutenir une personne qui envisage de se suicider en lui [posant des questions ouvertes et franches*](#), en lui offrant une écoute attentive et de l'espoir, et en la mettant en contact avec d'autres services.

Voici quelques exemples d'initiatives de sensibilisation des membres de la CPSCWE :

- Association canadienne pour la santé mentale, Windsor-Essex (ACSM-WE) et Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex : [Mois de sensibilisation au suicide*](#)
- Université de Windsor : [It Matters that You're Here*](#)

Sur la base de sa participation à Enraciner l'espoir, la CPSCWE prévoit la mise en place d'un site Web, d'une présence indépendante dans les médias sociaux et d'une stratégie de marque visible, afin de mieux faire connaître le caractère collectif du travail réalisé pour promouvoir la vie et prévenir le suicide. Ce plan vise également à positionner la CPSCWE comme étant une ressource locale capable d'aider les professionnels et les membres de la communauté à trouver des renseignements fiables sur le suicide et les pratiques exemplaires en matière de prévention et d'intervention.

3. Recherche Utiliser les données locales pour approfondir les connaissances et améliorer les programmes et les services.

Le Bureau de santé de Windsor-comté d'Essex a créé un [tableau de bord*](#) présentant des données sur les suicides et sur les visites aux urgences et les hospitalisations liées à l'automutilation.

Les organisations membres de la CPSCWE prévoient également de mener plusieurs activités visant à soutenir la multiplication des activités de recherche, de surveillance et de suivi local. Voici quelques exemples :

- La réalisation d'une analyse contextuelle des activités et des services liés aux formations, aux services, aux traitements et à la postvention en matière de suicide que proposent les organisations locales participant au CPSCWE (et d'autres partenaires communautaires).
- L'examen de données sur l'utilisation et les résultats des programmes et des services disponibles à l'échelle locale ainsi que la mise en place d'accords sur l'échange de données en vue de promouvoir un partage plus efficace de l'information et des connaissances. Ces actions ont pour but de mieux comprendre la situation; d'améliorer la répartition des ressources et le processus de développement; et de nous aider à planifier les initiatives futures et à évaluer le travail en cours.
- L'analyse des possibilités de partenariats universitaires et de stages pour les étudiants.



* Lien vers contenu en anglais seulement.

4. Services de soutien spécialisés

Recenser les lacunes qui subsistent dans le but d'améliorer davantage les services de soutien actuels.

L'analyse contextuelle visera à mieux déterminer les lacunes dans les services de prévention du suicide disponibles à Windsor-Essex. Cela dit, nous voyons d'un bon œil le nombre de services de soutien spécialisés en matière de prévention du suicide, d'intervention et de postvention récemment mis en œuvre par les organisations membres de la CPSCWE. Parmi ceux-ci, citons les suivants :

- Centre pour le bien-être des jeunes de Windsor-Essex
- Équipe d'intervention en santé mentale et dépendances
- Équipe mobile d'intervention et de soutien
- Équipes de santé mentale et de police (équipe mobile d'intervention rapide en cas de crise de Windsor; équipes d'intervention communautaires à Windsor, Amherstburg et LaSalle; unité d'intervention en santé mentale du comté d'Essex; et équipe mobile d'intervention rapide en cas de crise d'Essex et équipe d'intervention pour les jeunes)
- Centre de crise et de bien-être mental
- Centre de soins d'urgence pour la santé mentale et les dépendances
- Partenariats pour la transition entre les systèmes hospitaliers et les agences communautaires de santé mentale
- Soutien aux personnes endeuillées (p. ex. webinaires, groupes)
- Soutien en milieu de travail (p. ex. formations spécialisées, webinaires)
- Éducation visant à renforcer la santé mentale et la résilience des premiers intervenants
- Soutien aux étudiants de niveau postsecondaire (campagne *It Matters That You're Here* de l'Université de Windsor)

5. Formations et réseaux Établir des relations et les renforcer afin d'accroître les capacités.

La participation à Enraciner l'espoir a insufflé un nouvel élan à la CPSCWE. Le contrecoup énorme de la pandémie a limité la poursuite des travaux de la Coalition au cours de la période 2020-2022. Nous avons maintenant formulé et approuvé un nouveau mandat, qui soutiendra la création d'un comité directeur et de trois groupes de travail pour faciliter l'action collaborative autour d'initiatives conçues localement. À mesure que nous progressons, nous cherchons aussi à rétablir les relations avec les organismes partenaires, à tendre la main à de nouveaux partenaires et à tisser des liens avec des organisations communautaires qui reflètent la diversité de notre communauté, une diversité qui doit faire partie de notre planification et de nos discussions.

La formation des contrôleurs de l'accès du réseau est depuis longtemps une priorité pour notre communauté, et elle se poursuivra au fur et à mesure que nous déployons notre projet Enraciner l'espoir. À ce jour, plus de 1 600 membres de la communauté de Windsor-Essex ont suivi la formation ASIST (48 % travaillent dans le secteur des soins de santé, 15 % comme premiers intervenants). Des centaines d'autres membres de la communauté ont suivi les formations safeTALK ou Suicide to Hope. Ces ressources continueront à se multiplier grâce au formateur local SafeTALK, qui est capable d'assurer la formation d'autres formateurs.



RÉPERCUSSIONS SUR LA COMMUNAUTÉ

L'initiative Enraciner l'espoir du comté de Windsor-Essex n'aurait pas pu arriver à un meilleur moment. Le programme a donné lieu à des conversations enrichissantes et opportunes entre les partenaires de la CPSCWE. Comme la plupart des communautés, nous constatons une augmentation sans précédent des visites aux urgences et des hospitalisations liées aux idées suicidaires et à l'automutilation. Pour faire face à ce problème, les organisations membres auront besoin de meilleures stratégies de communication et de collaboration en vue de

coordonner leurs ressources et de réduire le nombre de personnes qui en viennent à envisager le suicide et à adopter des comportements suicidaires. Alors que notre communauté et nos organisations cherchent à se relever de la pandémie, le fait de rapprocher nos activités des piliers d'Enraciner l'espoir s'avère un moyen concret et accessible de concevoir de nouvelles activités et de réitérer nos réussites passées.

TÉMOIGNAGES DE LA COMMUNAUTÉ

Depuis 2015-2016, lorsque notre communauté se réunissait pour la première fois pour marquer la Semaine de sensibilisation au suicide et le Mois de la sensibilisation au suicide et pour constituer la CPSCWE, le slogan de la campagne locale de sensibilisation du public est #YouAreNotAlone. Nous poursuivons l'objectif que personne ne se sente isolé lorsqu'il fait face à un problème de santé mentale ou à une maladie mentale ou lorsqu'il est confronté à des pensées ou des comportements suicidaires et des deuils par suicide. Bien que cette démarche soit toujours en évolution et imparfaite, elle a eu un retentissement sur la vie de nombreux membres de la communauté ayant un savoir expérientiel passé et présent.

Au fil des ans, lors d'événements communautaires, nous avons sollicité les commentaires des participants sous diverses formes. Les déclarations suivantes, recueillies à partir de questionnaires remplis lors des marches du Mois de la sensibilisation au suicide, donnent une idée de ce qui peut se passer lorsque l'isolement d'une personne prend fin.

« Je suis une personne qui a fait une tentative de suicide – j'ai appris qu'il est possible que quelqu'un soit réellement touché par le fait que j'ai survécu. J'ai eu le sentiment d'être accompagnée pendant l'événement et que ma vie avait une valeur. »

« Cela m'a aidé à revoir à la baisse la stigmatisation que j'ai ressentie de la part de tout le monde au cours de ma vie parce que des inconnus étaient là pour me soutenir, pour s'entraider et pour appuyer tous ceux touchés par le suicide. Cela m'a guéri. »

Nous poursuivons notre travail de lutte contre la stigmatisation liée aux problèmes de santé mentale et au suicide, dans l'espoir que tous les membres de la communauté puissent un jour en parler ouvertement et se soutenir mutuellement face à ces épreuves. Nous continuerons aussi à collaborer avec les partenaires communautaires pour mettre en place les ressources, les services et le soutien nécessaires pour promouvoir et protéger le bien-être de tous.



RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES

Mots-clics sur les médias sociaux (2022) :

- #YouAreNotAlone
- #SuicideAwareness2022

Organisations principales :

Association canadienne pour la santé mentale –
division de Windsor-comté d’Essex

- Site Web : <https://windsoriessex.cmha.ca/fr/>*
- Twitter : [@CMHAWECB](https://twitter.com/CMHAWECB)*
- Page Facebook : <https://www.facebook.com/CMHAWECB/>*

Bureau de santé de Windsor-comté d’Essex

- <https://www.wechu.org/>*
- Twitter : [@TheWECHU](https://twitter.com/TheWECHU)*
- Page Facebook : <https://www.facebook.com/TheWECHU/>*

Site Web de la Coalition de prévention du suicide
du comté de Windsor-Essex (prévu pour 2023)

Voici quelques exemples de reportages sur les activités des membres de la CPSCWE :

- PHOTOS : [Marche communautaire annuelle pour le mois de sensibilisation au suicide*](#) (2022)
- Nouvelle de CBC News : [East Windsor hill officially named 'Hope Hill' with council approval*](#)
- Nouvelle de CBC News : [Sign of help on Windsor's Riverfront hopes to steer people away from crisis*](#)
- Nouvelle de CBC News : [UWindsor tells students 'it matters that you're here' with new year-round suicide prevention program*](#)
- PHOTOS : [Marche de sensibilisation à la prévention du suicide au Collège St. Clair*](#) (2019)



* Lien vers contenu en anglais seulement.



Commission de
la santé mentale
du Canada

Mental Health
Commission
of Canada

Avec le financement de



Santé
Canada

Health
Canada

Commission de la santé mentale du Canada

350, rue Albert, bureau 1210
Ottawa, ON K1R 1A4

Tél. : 613 683-3755
Télééc. : 613 798-2989

[@CSMC_MHCC](#) [/theMHCC](#)

[/1MHCC](#) [@theMHCC](#) [@theMHCC](#)

[/Commission de la santé mentale du Canada](#)

infocsmc@commissionsantementale.ca
www.commissionsantementale.ca

© 2023 Commission de la santé mentale du Canada



Enraciner l'espoir

Un projet communautaire
de prévention du suicide