

PROGRAMME NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE

2015-2025

DES RÉALISATIONS DE LA SANTÉ PUBLIQUE POUR PROMOUVOIR LA SANTÉ MENTALE ET PRÉVENIR LE SUICIDE

Élaboré à partir du [Regard sur les réalisations du Programme national de santé publique 2015-2025](#), ce document illustre la portée et la diversité de l'action de santé publique en matière de **promotion de la santé mentale et de prévention du suicide**. Il ne couvre pas l'ensemble des actions déployées de 2015 à 2025 sur ces sujets, mais en propose un aperçu.

PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE

L'action de santé publique intervient largement en santé mentale, en soutenant des initiatives qui agissent en amont de plusieurs problématiques de santé évitables. Ces initiatives visent notamment à promouvoir la santé mentale et à renforcer la capacité des individus à améliorer ou à maintenir leur bien-être.



Santé mentale positive des élèves

En milieu scolaire, le projet [Épanouir](#) illustre concrètement cet appui à la promotion de la santé mentale. Déployé depuis 2020 dans les établissements primaires, secondaires, de formation professionnelle et générale des adultes, il vise la promotion de la santé mentale positive des élèves. Le projet [Épanouir](#) soutient notamment l'embauche de ressources professionnelles pour accompagner et conseiller les milieux scolaires en vue du déploiement d'actions favorisant leur bien-être. Entre 2020 et 2025, près de 225 professionnels ont ainsi été embauchés par les directions de santé publique partout dans la province.

99 %

des centres de services scolaires et des commissions scolaires ont collaboré avec un établissement de santé et de services sociaux en 2023-2024 pour promouvoir la santé mentale positive des élèves.

En 2023-2024 également, plus de la moitié des établissements scolaires visés ont collaboré avec l'établissement de santé et de services sociaux de leur région dans le cadre du projet [Épanouir](#). Par ailleurs, afin de favoriser une vision commune de la santé mentale positive et d'outiller tous les acteurs concernés à mettre en place des actions concertées, la formation **Santé mentale positive : agir concrètement pour le bien-être des élèves** a été rendue disponible en mars 2025.



Les acteurs de santé publique accompagnent les milieux scolaires, notamment en soutenant le partage de connaissances et la diffusion d'outils pertinents.

Santé mentale des travailleurs

Les milieux de travail ont aussi bénéficié d'actions de promotion de la santé mentale et de prévention des risques psychosociaux.

Des initiatives de type **entreprise en santé** ont été mises en œuvre afin d'agir sur les pratiques de gestion, la conciliation travail et vie personnelle, l'environnement de travail et les saines habitudes de vie en milieu de travail pour favoriser le mieux-être des travailleurs.



Les acteurs de santé publique collaborent avec l'organisme Coesion en soutenant les milieux de travail pour favoriser la santé et le mieux-être des travailleurs et prévenir les risques psychosociaux.

850

organisations ont été sensibilisées à la santé mentale et au bien-être au travail entre 2018 et 2020.

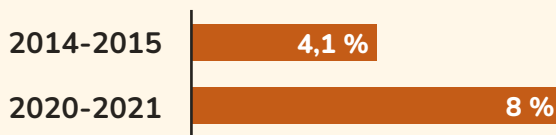
PRÉVENTION DU SUICIDE

Bien que les actions de promotion de la santé mentale puissent contribuer à prévenir le suicide, il importe de mettre en place des actions directes, ciblées et efficaces pour prévenir le suicide.

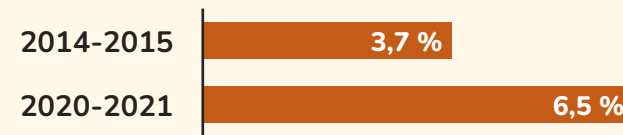


Des données ont d'ailleurs révélé une hausse sans précédent, entre 2014-2015 et 2020-2021, de la proportion de jeunes femmes de 15 à 24 ans ayant eu des idées suicidaires sérieuses au cours des 12 derniers mois, sans avoir tenté de s'enlever la vie. Un constat similaire est à souligner chez les personnes âgées de 15 à 29 ans.

Proportion de jeunes femmes âgées de 15 à 24 ans ayant eu des idées suicidaires sérieuses dans les 12 derniers mois, sans avoir tenté de s'enlever la vie



Proportion de personnes âgées de 15 à 29 ans ayant eu des idées suicidaires sérieuses dans les 12 derniers mois, sans avoir tenté de s'enlever la vie



Entre 2015 et 2025, plusieurs initiatives concrètes de prévention du suicide, tant individuelles que populationnelles, ont été déployées et soutenues par les acteurs de santé publique.

Soutien dans la communauté

Depuis plusieurs années, des réseaux de sentinelles en prévention du suicide sont implantés au Québec.

Les sentinelles, âgées de 18 ans et plus, sont des personnes susceptibles d'être en contact avec des personnes en détresse et sont formées pour établir un lien avec les ressources d'aide.

Une étude de l'Institut national de santé publique du Québec a montré que la majorité des sentinelles a eu l'occasion de repérer une personne en détresse et de prendre contact avec elle et que la formation a renforcé leur sentiment de compétence.

Différentes déclinaisons de la formation existent (ex. : milieu agricole), dont une offerte depuis 2021 et adaptée aux personnes âgées. En 2023-2024, c'est un total de 4 147 personnes qui ont été formées aux différentes déclinaisons de la formation.

Près de
35 000

personnes jouaient le rôle de sentinelles dans tout le Québec en date du 31 mars 2025.



Les acteurs de santé publique collaborent avec les établissements du réseau de la santé et de services sociaux et les organismes communautaires pour déployer les réseaux de sentinelles en prévention du suicide à travers la province.

Utilisation des technologies numériques

Les technologies numériques ont été mises à profit pour offrir un accès plus rapide et simple à du soutien professionnel en prévention du suicide.

Depuis 2020, [Suicide.ca](https://suicide.ca) est disponible gratuitement, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, pour répondre aux demandes d'intervention par clavardage et texto. *Suicide.ca* informe et soutient les personnes ayant des pensées ou des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche et qui sont endeuillées par suicide, ainsi que les intervenants. Cette initiative découle d'un partenariat avec l'Association québécoise de prévention du suicide.

Une évaluation a révélé un taux de satisfaction supérieur à 90 % chez les utilisateurs. Une majorité d'entre eux a affirmé se sentir mieux, plus en contrôle de leurs pensées suicidaires, outillée et capable de surmonter leurs difficultés après l'utilisation de *Suicide.ca*.

19 428

interventions ont été réalisées par l'entremise de *Suicide.ca* en 2023-2024. Ceci représente une hausse de 24 % par rapport à 2022-2023.

Soutien aux professionnels de la santé et des services sociaux

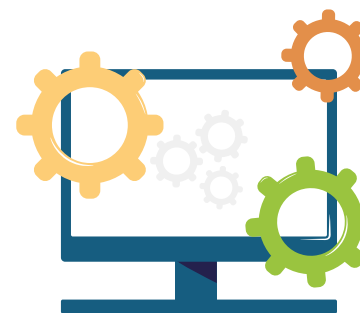
Plusieurs initiatives ont été mises en œuvre pour optimiser les services en prévention du suicide.

La *Stratégie nationale de prévention du suicide 2022-2026 – Rallumer l'espoir* et la *Politique gouvernementale de prévention en santé* ont fortement contribué à bonifier les modalités de soutien disponibles pour les professionnels de la santé et des services sociaux agissant en matière de prévention du suicide.

En 2024, des [guides de bonnes pratiques en prévention du suicide](#) ont été mis à jour et trois **formations en ligne** ont été déployées.

16 305 professionnels (ex. : intervenants, infirmières, préposés aux bénéficiaires) ont suivi une de ces formations en date du 31 mars 2024.

Une formation destinée aux médecins a également été lancée en janvier 2025.



L'élaboration de modalités de soutien aux pratiques professionnelles résulte de collaborations entre les établissements de santé et de services sociaux, dont les acteurs de santé publique et les directions cliniques, les associations en prévention du suicide, les fédérations professionnelles ainsi que diverses expertises cliniques, expérientielles et scientifiques.

Pour en savoir plus

Pour plus de détails et pour avoir accès aux références, consulter le [Regard sur les réalisations du Programme national de santé publique 2015-2025](#).

Ce document a été élaboré conjointement par l'Équipe des projets nationaux en transfert des connaissances de l'Institut universitaire de première ligne en santé et services sociaux du CIUSSS de l'Estrie – CHUS et la Direction de la planification, du développement et des mandats transversaux en santé publique du ministère de la Santé et des Services sociaux.