



L'INFO CLIP!

Par l'équipe du Centre de prévention du suicide de Charlevoix

Prendre le temps

Voilà l'automne bien installé, novembre à nos portes. Une période propice à l'introspection, à la réflexion. Prendre le temps de regarder la vie, sa vie. S'accorder un moment pour soigner les maux, petits ou grands, du corps et de l'esprit. Se réserver du temps pour prendre soin de soi : petit geste essentiel, mais si souvent et facilement oublié... Investir moins d'argent, mais plus de temps, voici un beau défi à se donner.

**Clip la vie !
nouvelle version.**

- Plus facile à consulter, diffusé en ligne au :

cps-charlevoix.com

Et sur :



- 3 bulletins par an et un magazine complet en février !

“Ne coupe pas les ficelles quand tu pourrais défaire les nœuds.”

Proverbe indien

Une activité pour les endeuillés par suicide

Le **18 novembre prochain**, nous soulignerons la **Journée internationale des endeuillés par suicide** de manière bien spéciale. Une envolée de lanternes célestes sera organisée en mémoire de nos proches décédés par suicide et en soutien aux personnes endeuillées. Prendre le temps de faire une pause pour reconnaître sa souffrance, c'est aussi prendre soin de soi pour mieux poursuivre la route.

Tous les Charlevoisiens qui ont dû traverser ce passage difficile sont invités à prendre part à cet événement afin de se recueillir, seul ou accompagné de leurs proches.

Date et heure : Le **18 novembre à 18 h 30** (en cas de mauvais temps, remis au lendemain)
Pour surveiller l'information relative au changement de date, suivez notre **page Facebook**

Lieu : **Quai de St-Irénée, route 362**

Coût : Les lanternes seront fournies **gratuitement** par le **CPS de Charlevoix**. Cependant, une boîte pour les **dons volontaires** sera disponible sur place.

Inscription : **418-665-0096**, sur aide@cps-charlevoix.com ou <https://www.facebook.com/events/858193667628262/>

Isabelle prendra simplement votre nom et le nombre de personnes qui vous accompagneront. Mais nous accepterons les présences supplémentaires le soir même.

Retour sur les activités de septembre



Les organisatrices du Rallye de St-Hilarion: Kathleen Dufour, Marie-Eve et Stéphanie Chouinard

Il existe une alternative au suicide, VOUS!

Centre de prévention du suicide de Charlevoix

La Malbaie 418 665-0096
Baie-St-Paul 418 435-2212

Lundi au vendredi
8 h 30 à midi et 13 h à 16 h 30

[cps-charlevoix.com](https://www.facebook.com/cps-charlevoix)
aide@cps-charlevoix.com

Soir et fin de semaine 1-866-APPELLE/1-866-277-3553

Le 5 septembre dernier, la municipalité de St-Hilarion s'est animée pour son rallye annuel. Les profits de cette journée ont été remis au Centre de prévention du suicide de Charlevoix. L'engagement des participants et le travail des collaborateurs à cette journée ont permis de récolter plus de 2 600\$!

La journée en vidéo ici : <http://www.lecharlevoisien.com/actualites/societe/258522/rallye-a-pied-un-pas-de-plus-pour-la-prevention-du-suicide>

Grâce à l'engagement constant des groupes Promutuel assurances et de Aubé, Ancil Pichette et associés, la quinzième édition du tournoi de golf pour la prévention du suicide à été encore une fois un succès. L'événement a permis de récolter la somme de 6 500\$. Merci à tous les participants et organisateurs. Tous les détails ici :

<http://cihofm.com/nouvelles/6500-pour-la-prevention-du-suicide-2015-09-21-11-47>



Dans l'ordre : Patrice Tremblay, Gabrielle Tremblay, Patrice Desgagnés, Caroline Simard, députée provinciale de Charlevoix-Côte-de-Beaupré, Renée-Claude Laroche, Josée Morin et Jean-François Dufour.

J'agis pour une société sans suicide!

J'agis pour la vie et je deviens membre du Centre de prévention du suicide de Charlevoix.

Je désire devenir membre de l'organisme au coût de 5\$ pour une cotisation annuelle (1er avril au 31 mars de l'année suivante).

Nom complet: _____ Organisme (s'il y a lieu) : _____

Courriel : _____ Téléphone : _____

Adresse : _____ Ville : _____ Code postal : _____

J'agis pour la vie et je fais un don au Centre de prévention du suicide de Charlevoix.

Je désire faire un don au montant de : _____ \$

Montant total (membre et don) : _____ \$

Un reçu pour fins d'impôts est remis pour les dons de plus de 10\$ excluant la cotisation annuelle.

Mode de paiement : argent chèque¹

¹Libeller le chèque au nom du **Centre de prévention du suicide de Charlevoix**.