



**CIPSRT**  
Canadian Institute for Public Safety  
Research and Treatment



**ICRTSP**  
Institut canadien de recherche et  
de traitement en sécurité publique

---

# Rapport d'impact

*1<sup>er</sup> avril 2023  
au 31 mars 2024*



**L'union** fait la force



Ce rapport est dédié au Chef Ken McMullen, membre fondateur de l’CIRTSP, et coprésident de longue date du Comité directeur en sécurité publique (CDSP), qui a récemment terminé son dernier mandat à titre de coprésident.

Nous sommes heureux de pouvoir toujours profiter de la contribution du chef McMullen alors qu’il demeure membre du CDSP, et nous tenons à le remercier de ses conseils judicieux et de ses efforts inlassables afin d’améliorer la santé mentale et le bien-être de tous les membres du personnel de la sécurité publique au Canada.

**Merci Ken!**



# Table des matières

i	Message de la Directrice générale
ii	Message du Directeur scientifique
iii	Message de la Directrice du PSPNET
iv	Message du Comité directeur en sécurité publique
1	À propos
2	Centre d'échange des connaissances
8	PSPNET
12	Projets financés par l'ASPC
16	Groupes consultatifs



## Message de la Directrice générale

D<sup>re</sup> Leslie Anne Keown (LA)

J'ai peine à croire que je suis directrice générale de l'ICRTSP depuis déjà un an. Le temps passe vite quand on vit les expériences que j'ai eu le privilège de vivre, en si peu de temps. Je suis arrivée à l'ICRTSP ayant poursuivi une carrière enrichissante au Service correctionnel Canada. J'ai aussi siégé comme membre du Réseau d'universitaires, de chercheurs et de cliniciens. Je connaissais l'ICRTSP, mais je n'avais pas réalisé l'ampleur de ce que l'ICRTSP offre au personnel de la sécurité publique (PSP). Après avoir mis un pied dans les deux camps, je pense être la mieux placée pour rédiger ce message.

J'espère que Sir Robert Peel me pardonnera si je me permets d'utiliser un de ses principes, en disant : nous sommes tous la sécurité publique, et la sécurité publique, c'est nous tous. Les membres du PSP nous servent quand nous sommes dans le besoin ; à notre tour, nous tentons d'être là pour eux et de faire notre possible pour les aider à répondre à leurs différents besoins et faire face à des enjeux complexes.

Il est impératif, maintenant plus que jamais, de comprendre combien l'union fait la force. Nous n'ignorons pas les enjeux qui touchent le secteur de la sécurité publique. Avant la pandémie mondiale, les problèmes de recrutement et de rétention étaient en hausse. Le climat, la drogue, et les crises de santé mentale ne font qu'alourdir un travail déjà difficile. Il est essentiel que le secteur de la sécurité publique reconnaisse que, malgré la diversité de ses membres et de leurs problèmes, vous partagez beaucoup plus de points en commun que de différences.

L'ICRTSP lui-même est un organisme qui englobe le PSPNET, le Centre d'échange des connaissances, et les nombreux projets que nous entreprenons en même temps. Sans la collaboration entre le gouvernement et les dirigeants de la sécurité publique, l'ICRTSP n'existerait pas. Tant que nous poursuivons nos efforts afin de bien comprendre les meilleurs moyens pour l'ICRTSP de servir le PSP, peu importe le secteur, nous continuerons de compter sur la collaboration avec d'autres. Je soutiendrais le point de vue qu'en tant qu'une de plusieurs entités sous l'égide de la sécurité publique, on peut travailler ensemble vers une série d'objectifs communs.

L'union fait la force, n'est pas un slogan ni une platitude laxiste. C'est une attitude réelle, qui reflète l'objectif du travail accompli, ici à l'ICRTSP. Dans le même ordre d'idées, lorsque les policiers et policières, les pompiers et pompières, les paramédics et d'autres professionnels de la sécurité publique s'unissent, ils créent une alliance redoutable, dévouée à assurer la sécurité et à protéger le bien-être de la communauté. Tout comme toutes les pièces d'un casse-tête sont nécessaires pour avoir le portrait complet, une équipe solide de la sécurité publique s'attend à ce que chaque membre y apporte ses compétences et son expertise. J'espère que l'ICRTSP continuera de contribuer véritablement à ce portrait.

Je me suis jointe à l'ICRTSP dans une période palpitante. Une partie de mon mandat consistait à faire évoluer un organisme en période de croissance rapide, en organisme centré sur sa viabilité future. Le PSP, ainsi que les gestionnaires et les dirigeants de la sécurité publique, ne méritent rien de moins que ce qu'on a de mieux, et j'en fais ma mission de leur offrir. L'année 2023 est passée comme un éclair, et 2024 s'annonce déjà comme étant une année record. Nous avons les yeux fermement tournés vers des réussites, des occasions de partenariats, et de nouvelles façons de mieux diffuser nos efforts au public. J'ai hâte de passer l'année qui vient avec vous, et je suis impatiente de vous faire découvrir ce que l'ICRTSP vous réserve.



## Message du Directeur scientifique

D<sup>r</sup> R. Nicholas Carleton



Lors d'une récente conversation, on a mentionné l'émission *Mythbusters*, sur le canal Discovery. Je n'avais jamais regardé un épisode en entier, mais j'avais vu des extraits et j'aime le principe de l'émission. Depuis, je me suis rendu compte que l'ICRTSP tente aussi de déboulonner les mythes.

À la fin de la Première Guerre mondiale, l'impact sur les militaires de ce qu'on connaît maintenant sous le nom de trouble de stress post-traumatique (TSPT) était évident. Les gens qui vivaient ce genre de problèmes n'avaient pas le soutien nécessaire pour leur santé mentale. Le consensus qui prévalait voulait que les soldats qui souffraient de problèmes de santé mentale soient faibles et en mauvaise santé. De « vrais hommes », résilients et avec une volonté de fer, n'auraient jamais ces problèmes! À la fin de la Deuxième Guerre mondiale, les chercheurs et défenseurs ont amorcé ce qui s'avérerait un important changement de paradigme. Les chercheurs ont mis en évidence la résilience de ceux et celles qui servent, et ont fait ressortir les problèmes de santé mentale liés au service.

L'ICRTSP suit maintenant le chemin taillé par les militaires, il y a près de 100 ans. Les secteurs de la sécurité publique rapportent des enjeux importants en recrutement et en rétention. Les appels retentissent pour des recrues beaucoup plus résilientes. Mais comme c'était le cas en 1914, le problème n'est pas la résilience. On demande à des gens extraordinaires de répondre à des demandes extraordinaires, et ils méritent un niveau de soins extraordinaire. La première étape pour résoudre un problème est de reconnaître que le problème existe. J'ai eu la chance de travailler avec plusieurs universitaires, chercheurs, cliniciens, membres du PSP, dirigeants du PSP, familles du PSP, politiciens, et groupes de défense, tous engagés à améliorer les soutiens fondés sur des données probantes pour le PSP, leurs dirigeants, et leurs familles — et par extension, nous tous. Au cours de la dernière décennie, nous avons fait des progrès énormes, mais nous avons fait face à de nombreux problèmes sans précédent, et avons identifié plusieurs occasions de faire encore mieux.

Je suis honoré de travailler aux côtés d'autant de gens partout au Canada et au-delà, alors qu'on bâtit ensemble une solide base de données probantes en soutien au PSP. L'équipe de l'ICRTSP est restée dévouée, et est de plus en plus centrée à mettre en valeur les initiatives à l'échelle nationale et internationale qu'accomplissent énormément de professionnels dévoués. J'ai eu le privilège de mener, de codiriger, ou de participer à de nombreux projets de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC), dont plusieurs sont terminés, et ont aidé le PSP et d'autres personnes qui font face à un risque élevé de dommages psychologiques dans l'exercice de leurs fonctions au service d'autrui durant la pandémie. Les mêmes projets ont permis de fournir des informations importantes qui peuvent soutenir les avancements en cours vers des pratiques fondées sur des données probantes pour tout le monde. Les projets longitudinaux des subventions d'équipe du consortium initial des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) commencent à porter fruit — le temps et les efforts investis rapportent dans toutes les directions.

Parlant de porter fruit; en 2023, j'ai réalisé que je pensais à un adage populaire qui parle de planter des arbres sous l'ombre desquels nous ne nous assoirons jamais. En 2018, l'ICRTSP était la graine d'arbre. C'est seulement grâce aux investissements et à la vision des dirigeants du gouvernement, des universitaires, des chercheurs, et des cliniciens partout au Canada, et au PSP, leurs dirigeants et leurs familles que notre arbre a réussi à bien pousser. Je resterai toujours reconnaissant pour leur vision, leur courage et leur dévouement. J'espère que ce rapport vous donnera des raisons d'être fiers du progrès accompli à ce jour, et enthousiastes devant le potentiel continu permettant d'améliorer la santé mentale et le bien-être de tout le PSP — et peut-être trouverais-je le temps de regarder un épisode complet de *Mythbusters* en préparation de nos prochaines rencontres. Merci à vous tous et toutes, sincères salutations, et prenez soin de vous!





## Message de la Directrice du PSPNET

D<sup>re</sup> Heather Hadjistavropoulos

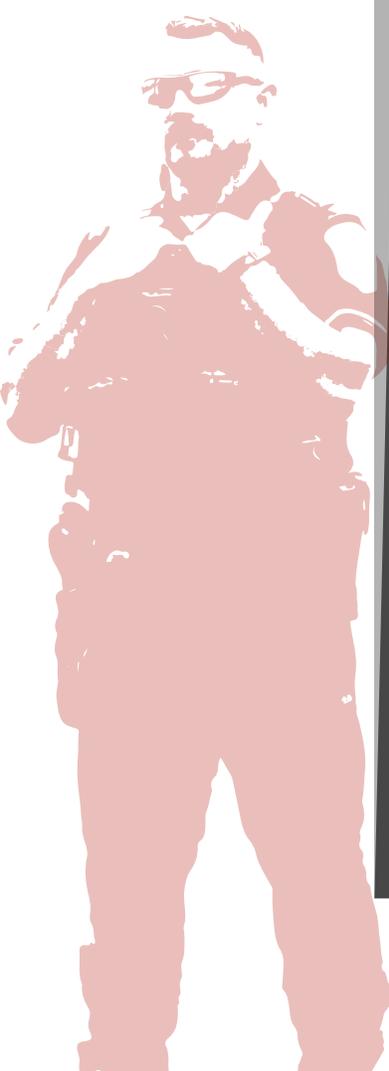
En rédigeant ce message et en réfléchissant sur la quatrième année du PSPNET à soutenir la santé mentale et le bien-être du PSP du Canada, elle a été absolument incroyable. Il n'existe aucune autre clinique comme le PSPNET dans le monde, visant à offrir une thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI) adaptée aux besoins des membres du PSP, tout en poursuivant la recherche qui permet d'améliorer le service pour le PSP.

À titre de directrice du PSPNET, et avec l'équipe du PSPNET, nous savons que « l'union fait la force ». En effet, nous savons que pour que le PSPNET réussisse, nous devons tous travailler ensemble afin de nous assurer que les membres du PSP des différents secteurs connaissent le PSPNET, et nous intégrons la rétroaction du PSP de tous les secteurs à notre matériel. Nous avons travaillé à faire connaître le PSPNET et les processus afin de continuellement améliorer les services, ce qui a permis au PSPNET d'accomplir sa mission d'offrir au PSP des soins de santé mentale exceptionnels, sur Internet.

Dès la première année, l'équipe du PSPNET s'est spécialisée dans l'offre de la TCCI gratuite fondée sur des données probantes, un traitement de soins de santé mentale très efficace, adaptée aux besoins du PSP du Canada. L'histoire du PSPNET a débuté par l'offre d'une démarche accompagnée du soutien de thérapeutes, Développement du bien-être du PSP, qui aborde une vaste gamme de problèmes de santé mentale. L'offre d'une TCCI spécialement centrée sur la gestion des symptômes de TSPT a suivi peu après. Nous avons continué de développer nos démarches en offrant des démarches autonomes, au PSP et à leurs conjoints. Grâce à la rétroaction du PSP, nous avons élaboré plusieurs ressources complémentaires que le PSP peut consulter en tout temps durant nos programmes, comme du matériel portant sur la blessure morale, sur la façon de soutenir un collègue, ou de gérer les problèmes liés à l'alcool. Les services sont tous offerts en anglais et en français.

Au cours des quatre années dernières, le PSPNET s'est élargi afin d'offrir la TCCI accompagnée du soutien de thérapeutes dans six provinces canadiennes (SK, QC, NB, NS, PEI, ON), et la TCCI autonome à l'échelle nationale. En tant qu'équipe du PSPNET, nous restons engagés à élargir l'accès à la TCCI comme une autre porte d'accès à des soins de santé mentale qui aborde les obstacles aux soins comme la stigmatisation, les contraintes de temps, la distance d'accès aux services, ou les préoccupations concernant la confidentialité. Nous visons à rendre la TCCI accessible à tous ceux et celles qui cherchent de l'aide pour leur santé mentale ou qui souhaitent s'instruire sur les problèmes de santé mentale et sur la prévention.

Pour l'année 2024 et au-delà, le mandat du PSPNET restera toujours d'offrir un traitement gratuit, confidentiel, fondé sur des données probantes, adapté aux besoins du PSP au Canada.



## Message du Comité directeur en sécurité publique (CDSP)

Sgt Casey Ward O. O. M.  
Chef Pierre Poirier



L'année dernière s'est déroulée sur le thème de la croissance et de l'évolution, en ce qui concerne le travail accompli avec l'ICRTSP et ses autres partenaires universitaires et financiers. Le Comité directeur en sécurité publique (CDSP) aimerait surtout remercier le membre fondateur et co-président de longue date, Chef Ken McMullen, pour tout ce qu'il a accompli à la co-présidence du comité, et pour avoir choisi de continuer à siéger comme membre du CDSP. Nous tenons également à souhaiter la bienvenue à Casey Ward, alors qu'il assume le rôle de coprésident!

Le changement est inévitable, et le CDSP ne fait pas exception. Nous aimerions aussi prendre le temps de reconnaître tous les membres qui se sont retirés et ne représenteront plus leurs organisations. Nous avons hâte de travailler avec de nouveaux visages, notamment ceux de la Fédération de la police nationale, la plus récente organisation à se joindre au CDSP. Bienvenue à tous!

Nous avons aussi eu l'occasion d'accueillir le nouveau ministre fédéral de la Sécurité publique, des Institutions démocratiques, et des Affaires intergouvernementales, l'Honorable Dominic LeBlanc. Le ministre LeBlanc a constamment appuyé le travail que font l'ICRTSP et le CDSP. Merci, Monsieur le Ministre, de votre soutien, votre dévouement, et votre enthousiasme sincère envers le travail que nous avons accompli, et le travail à venir.

La collaboration a toujours été (et continue d'être) essentielle au soutien du travail que nous avons tous entrepris; c'est pourquoi l'union fait la force. La capacité de parler d'une seule voix, unie, représentant tous les secteurs de la sécurité publique, a accentué l'urgence avec laquelle le gouvernement agit en réponse à notre besoin constant de soutien.

Le symposium, Ensemble nous sommes plus forts, tenu à Ottawa, s'est avéré une des plus grandes réalisations de l'ICRTSP cette année (sur laquelle vous en apprendrez davantage dans le présent rapport). Le CDSP a joué un rôle essentiel à la conception, la direction et la réalisation du symposium. Nous sommes vraiment fiers de cet accomplissement monumental, grâce à tous ceux et celles à l'ICRTSP qui ont organisé un événement de mobilisation des connaissances si bien réussi. Nous avons hâte de poursuivre ce travail, tout en attendant avec impatience la conférence de 2025 qui aura lieu à Regina, en Saskatchewan!

Alors que l'ICRTSP a grandi et évolué, sa voix s'est aussi fait entendre de plus en plus fort. En réfléchissant sur une année laborieuse, et en constatant en détail les réalisations de l'organisation dans le présent rapport a été une étape passionnante, offrant un meilleur aperçu de la recherche effectuée ainsi que des outils et des ressources qui en ont découlé.

Nous avons hâte de continuer notre collaboration, afin de donner aux chercheurs une idée de nos plus grands besoins, ainsi que des importants outils et actions qui en résulteront sûrement.



# À propos

## de l'ICRTSP

En 2018, dans le cadre du Plan d'action national sur les Blessures de stress post-traumatique, le gouvernement du Canada a annoncé le financement d'un consortium de recherche entre l'ICRTSP et les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), et le premier Plan d'action sur les BSPT chez le personnel de la sécurité publique, projet pilote de la première plateforme de (TCCI) adaptée pour le PSP.

L'ICRTSP s'est engagé à la mobilisation efficace de recherche, de traitement, et de formation, fondés sur des données probantes, qui appuient sa mission globale d'aider les membres actuels et anciens du personnel de la sécurité publique, leurs dirigeants et leurs familles à améliorer et à maintenir l'ensemble de leur santé et leur bien-être.

Alors que l'ICRTSP a grandi, l'organisation a élargi l'ampleur de ses partenariats de recherche au-delà de ses engagements envers les IRSC. Certains de ces projets de recherche, comme les projets de l'Agence de la santé publique du Canada, seront détaillés plus loin; d'autres, comme l'Étude longitudinale de la GRC ([rcmpstudy.ca](http://rcmpstudy.ca)), sont en cours, et nous avons hâte d'en partager les résultats au fur et à mesure où ils seront disponibles.

En 2023-24, l'ICRTSP a commencé à chercher sérieusement des partenariats de recherche et des occasions de soutenir des projets de recherche, partout au pays. On encourage tous les chercheurs qui souhaitent éventuellement collaborer avec l'ICRTSP à nous joindre par [courriel](#).

# Centre d'échange des connaissances de l'ICRTSP

## Points saillants



**+ de 3 000** copies de matériel imprimé distribuées



**3 397** copies de matériel imprimé distribuées



**5 067 millions** d'impressions sur toutes les plateformes des réseaux sociaux.

Le Centre d'échange des connaissances de l'ICRTSP mobilise la recherche en appliquant, en synthétisant et en diffusant les connaissances fondées sur des données probantes, les rendant accessibles et réalisables pour les membres du PSP, leurs dirigeants, leurs familles, ainsi que les décideurs et d'autres groupes intéressés et touchés. La Stratégie d'application des connaissances 2022-2027 guide notre travail, en se basant sur quatre grands domaines clés :

- Sensibiliser;
- Améliorer le partage des connaissances en recherche;
- Établir des réseaux;
- Soutenir la santé mentale et le bien-être du PSP.

En 2023-2024, le centre a mobilisé les connaissances de recherche de différentes façons créatives, nous permettant de s'impliquer dans les projets des récipiendaires des subventions des IRSC dans le cadre du Consortium national de recherche ICRTSP/IRSC sur les blessures de stress post-traumatique (BSPT) chez le PSP, ainsi que d'autre recherche émergente portant sur la santé mentale et le bien-être du PSP.

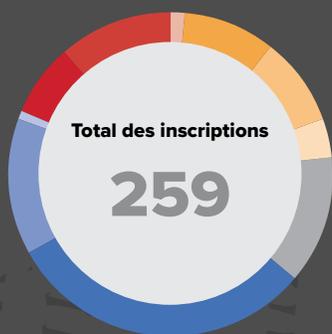


## Symposium 2024, « Ensemble, nous sommes plus forts », à Ottawa

### Le plus grand événement de mobilisation de recherche en présentiel de l'ICRTSP à ce jour!

Le Symposium Ensemble, nous sommes plus forts, tenu à Ottawa en mars 2024 était une initiative recommandée et copilotée par le CDSP de l'ICRTSP, depuis l'automne 2023. Conjointement avec le CDSP et Sécurité publique Canada (SPC), l'ICRTSP a choisi d'organiser une présentation publique qui rassemblerait les membres de première ligne du PSP, leurs dirigeants, les membres de leurs familles, ainsi que les fonctionnaires, les décideurs, et les agents de changement, et d'autres intervenants, aux côtés d'universitaires, de chercheurs et de cliniciens.

Le symposium était une première pour l'ICRTSP, sa plus grande activité de mobilisation des connaissances en présentiel à ce jour. Agissant comme précurseur d'une conférence complète à Regina en mai 2025, le symposium a ouvert la voie vers de nouveaux sommets en mobilisation des connaissances dans le but de soutenir la santé mentale et le bien-être du PSP. L'événement a été dynamique, stimulant, et rempli d'informations qui ont suscité des discussions importantes, qui nous espérons, auront des conséquences significatives, partout au Canada.



### Y ont participé :

Services frontaliers	4
Corrections	24
Service d'incendie (professionnel et volontaire)	23
Gouvernement/Ville	10
Soins de santé	33
Police/GRC	80
Paramédics	35
Recherche et sauvetage	2
Université	19
Autres	29

### Ce que les participants avaient à dire :

«Un événement tellement informatif! C'était incroyable d'avoir la chance d'y participer et d'être témoin, à l'échelle nationale, de ce que des centaines de personnes, de chercheurs et de médecins font pour comprendre les enjeux auxquels les membres du PSP font face, concernant notre propre santé mentale et notre bien-être.»

«Les enjeux actuels que je percevais ont été abordés par les conférenciers et m'ont fait sentir moins seul, étant donné que tous les membres du PSP vivent ce que je vis.»

«J'ai été complètement renversée par les connaissances partagées et les éléments à retenir étaient incroyables. J'ai une nouvelle vision complètement différente à la fois de l'ICRTSP et du PSP, et les ressources offertes à mes pairs seront utilisées immédiatement.»

«J'ai été honoré de siéger parmi un si grand groupe de personnes qui travaillent et consacrent toutes leurs carrières à améliorer ma vie et ma santé, ainsi que celles de mes pairs et collègues premiers intervenants.»



# GLOSSAIRE DES TERMES

## VERSION 3,0

### Glossaire des termes 3,0

Le Centre a lancé une version interactive en ligne du Glossaire des termes version 3,0, publiée dans une édition spéciale de la revue de l'Agence de la santé publique du Canada, Promotion de la santé et prévention des maladies chroniques au Canada (PSPMC). Le lancement simultané sur les réseaux de nos partenaires a été coordonné par l'ICRTSP, et notre version interactive a été partagée avec nos partenaires afin d'être offerte sur leurs sites Web.

#### Extrait du préambule du glossaire :

*Les auteurs et contributeurs principaux ont rédigé la version 3,0 pour promouvoir une compréhension commune des termes courants utilisés afin de décrire les problèmes de santé mentale dans le contexte d'une exposition à des événements et des facteurs de stress potentiellement traumatiques sur le plan psychologique. Nous espérons que cela permettra de franchir une étape vers la réduction de la stigmatisation, vers l'amélioration de l'accès aux soins fondés sur des données probantes ainsi que vers l'amélioration des outils, de la formation et des traitements destinés à profiter à tous les Canadiens.*

**Glossaires des termes 3,0 (lancé en janvier 2024)**  
**17 439 visites sur le site Web, 5 740 pages vues**



Impressions 301 53  
Engagements 7 802



Impressions 1 046  
Engagements 40



Impressions 124 386  
Engagements 674

# Champions

Of mental health | de la santé mentale

## Prix Champions de la santé mentale

Le programme du Centre des connaissances, le prix Champions de la santé mentale, reconnaît les membres du personnel de la sécurité publique qui défendent la santé mentale et le bien-être au sein de leurs organisations. En attirant l'attention sur leurs contributions, nous espérons réduire la stigmatisation et inspirer d'autres à devenir champions de la santé mentale, et à consulter les ressources fondées sur des données probantes de l'ICRTSP.

Cette année, nous avons décerné le prix Champions de la santé mentale à 20 champions qui le méritaient pleinement.

### L'impact dans les mots d'un champion :

*«Dire que c'est extrêmement flatteur d'être proposé comme candidat pour un prix si spécial est une récompense en soi... Être choisi... à travers tout le Canada, et reconnu comme champion de la santé mentale au Canada, est un immense honneur... Je ne pourrais penser à une récompense plus gratifiante que d'être reconnu par ses pairs et que la reconnaissance soit à l'échelle nationale.»*

– Craig, Pompier, Champion de la santé mentale 2023

Page d'accueil des Champions de la santé mentale (lancée en juin 2023)  
6 260 visites sur le site Web, 2 199 pages vues



Impressions 272 389  
Engagements 5,796



Impressions 505 558  
Engagements 2,307



Impressions 29 925  
Engagements 170





## Communauté de pratique de première ligne

Le Centre des connaissances a exploité la première année complète du PSP Connect (PSP en lien), une communauté de pratique pour les membres de première ligne du PSP organisant des réunions semestrielles qui agissent comme forum de collaboration et d'information pour discuter de sujets de santé mentale et de bien-être, et de soutiens fondés sur des données probantes. Par le biais du PSP en lien, nous travaillons à fournir une communauté de soutien qui encourage le dialogue, partage les connaissances, et réduit la stigmatisation.

Maintenant dans sa deuxième année d'activités, le réseau met en contact 64 membres représentant 8 secteurs du PSP, dans 5 provinces. Cette année, le PSP en lien a tenu 4 séances semestrielles.

Les sujets discutés comprennent :

- Le PSPNET;
- Le 9-8-8 pour la santé mentale et la prévention du suicide;
- Le programme Trois piliers de résilience;
- Conclusion de l'exercice financier et réflexion sur ce que signifie être membre du PSP.





## Sensibilisation

Nous avons organisé deux campagnes chacune d'une durée d'un mois, afin de sensibiliser et réduire la stigmatisation par le biais de mobilisation des connaissances. Chaque campagne comportait une page dédiée sur notre site Web présentant une collection soigneusement classée de contenu pertinent en soutien au PSP.

### Mois de sensibilisation au TSPT (lancée en juin 2023)

6 260 visites sur le site Web, 2 199 pages vues



Impressions 353 670  
Engagements 23 104



Impressions 6 971  
Engagements 607



Impressions 714  
Engagements 22

### Mois de sensibilisation et de prévention du suicide (lancée en septembre 2023)

4 116 visites sur le site Web, 2 261 pages vues



Impressions 150 225  
Engagements 2 191



Impressions 757  
Engagements 28



Impressions 632  
Engagements 11



Démarche de thérapie sur Internet, gratuite, fondée sur des données probantes, conçue par de premiers intervenants, pour les premiers intervenants.

## Points saillants



**425** événements de sensibilisation et d'engagement



**580** clients du PSPNET inscrits aux thérapies, accompagnée de soutien de thérapeutes et autonome



**98 %** de taux moyen de satisfaction des utilisateurs

### **Le PSPNET a été conçu spécialement pour répondre aux besoins et aux expériences uniques des membres du PSP.**

La thérapie sur Internet du PSPNET a eu un impact continu sur la santé mentale de nos clients étant donné que c'est un thème récurrent dans leur rétroaction.

*«Je ne suis plus aussi stressé au travail quand mon gestionnaire me demande de lui parler seul. Je peux me calmer et utiliser la restructuration cognitive pour rester posé.»*

*«C'est tellement important dans mon travail d'être conscient de l'importance de la santé mentale et du bien-être et de prendre le temps de faire attention à ma santé mentale, et la démarche contenait plusieurs bons rappels pour moi.»*

*«La démarche m'a appris beaucoup sur moi-même. Je comprends mieux comment les pensées déclenchent des réactions physiques. La démarche m'a expliqué comment surmonter les sensations et les réactions liées à mes pensées. Je sens que, après plus de 29 ans comme pompier, j'étais moins résiliente aux événements traumatisants et stressants. Les connaissances et les compétences acquises dans cette démarche m'aideront à me rétablir, et à développer ou à regagner ma résilience.»*

*«La restructuration cognitive a été très utile pour arrêter le cycle des symptômes. Lorsque mon niveau d'anxiété commencera à monter, je contrôlerai ma respiration pour faire une pause et remettre en question mes pensées.»*

*«J'utilise la restructuration cognitive chaque jour et le matériel de cette démarche s'applique vraiment à la vie quotidienne et s'utilise dans de nombreuses situations. J'en suis très reconnaissante.»*

# Résultats de l'offre des services

Les métriques ci-dessous donnent un bref portrait de l'utilisation des services du PSPNET, entre les clients qui ont suivi la thérapie accompagnée de soutien de thérapeute et la thérapie autonome, au cours de l'exercice financier 2023-24.

## Données démographiques des clients inscrits à la démarche avec soutien de thérapeute

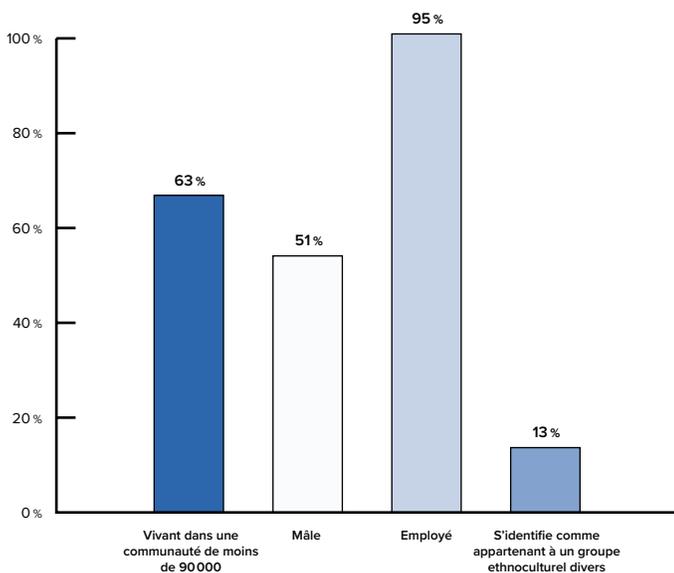


### Secteur du PSP

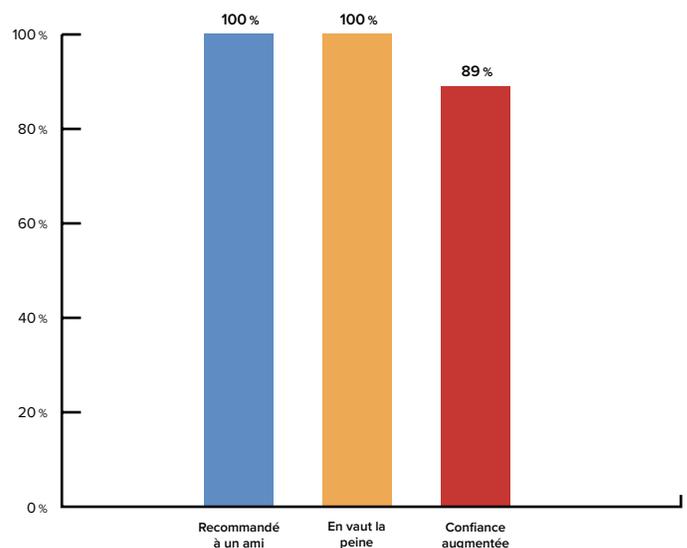
- Police/GRC (31 %)
- Paramédics/Services d'urgence connexes (19 %)
- Corrections (16 %)
- Incendie (11 %)
- Communicateurs (5 %)
- Autres, y compris les services frontaliers (16 %)

## Satisfaction

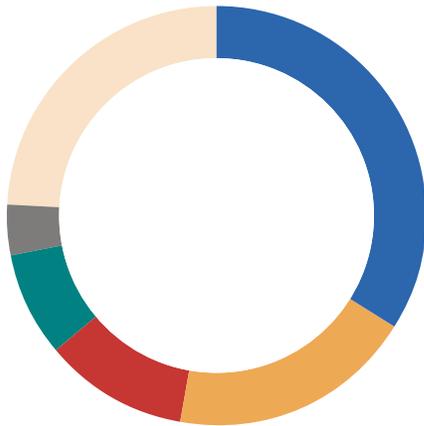
Basé sur 92 % des clients qui ont répondu aux sondages de satisfaction, après 8 semaines de traitement.



### Pourcentage satisfait

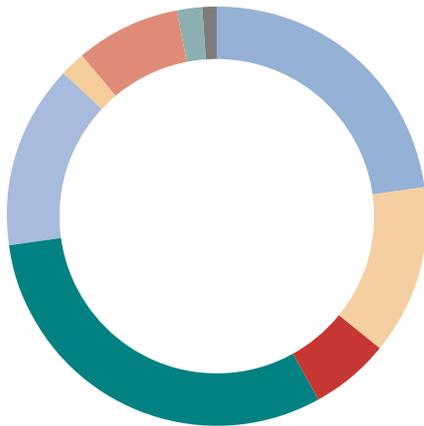


## Données démographiques des clients inscrits à la démarche autonome



### Secteur du PSP

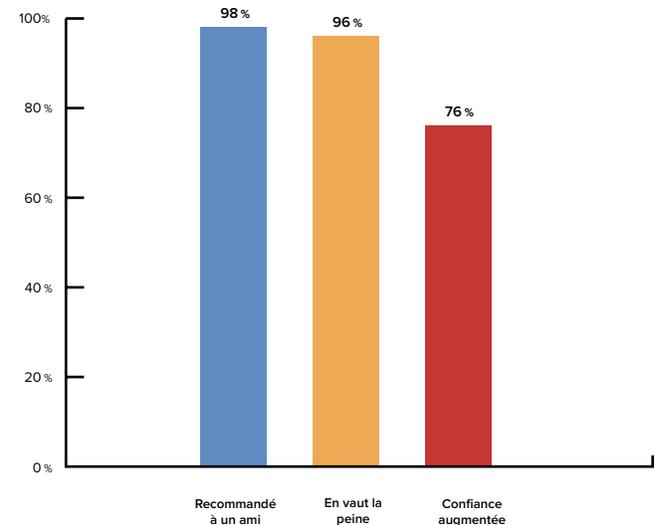
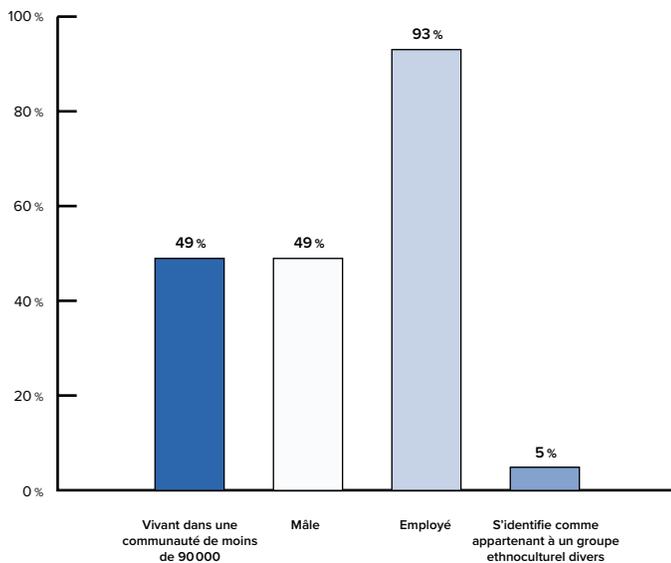
- Police/GRC (34 %)
- Paramédics/Services d'urgence connexes (19%)
- Corrections (11 %)
- Incendie (8 %)
- Communicateurs (4 %)
- Autres, y compris les services frontaliers (24 %)



- Ontario (31 %)
- Saskatchewan (23 %)
- Maritimes (N.-B., N.-É., Î.-P.-É.) (14 %)
- Québec (13 %)
- Colombie-Britannique (8 %)
- Alberta (6 %)
- Manitoba (2 %)
- Terre-Neuve-et-Labrador (2 %)
- Territoires du Nord-Ouest (1 %)

## Satisfaction

Basé sur 87 % des clients qui ont répondu aux sondages de satisfaction, après 8 semaines de traitement.



## Portée du PSPNET

L'équipe du PSPNET poursuit ses efforts de sensibilisation à la recherche partout au pays. L'année 2023-24 a été une année record pour les apparitions en présentiel et les occasions pour le PSPNET d'être en vedette sur les médias. L'équipe du PSPNET a tenu plus de 400 événements de sensibilisation et d'engagement (à la fois en présentiel et en virtuel), servant le PSP d'un océan à l'autre.

## Engagement du PSPNET

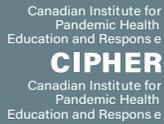
L'équipe du PSPNET cherche des façons d'améliorer continuellement le matériel et les choix de traitement, en impliquant le PSP en cours de route. Cette année, l'équipe du PSPNET a travaillé avec un groupe de travail du PSP et un groupe consultatif du PSPNET afin de réviser le contenu actuel et de façonner le matériel, les services, la sensibilisation ainsi que les activités de recherche.

### Groupe de travail du PSP :

Pour assurer que nous créons tous deux du contenu pertinent et utile pour nos clients, tout en nous assurant d'écouter les gens qui servent, le PSPNET a rencontré un groupe de membres du PSP dévoués par le biais du groupe de travail du PSPNET, à quatre reprises au cours de l'année 2023-24. Lors de ces rencontres, le but était que les membres du PSP revoient le matériel des démarches, les témoignages et les exemples du PSP, le matériel de sensibilisation, le site Web et les réseaux sociaux, et donnent leur rétroaction. Le groupe de travail a été déterminant en fournissant des commentaires immédiats, que nous avons intégrés et mis en œuvre dans tous les domaines de développement, et il demeurera un groupe consultatif et participatif essentiel pour la suite des choses.

### Groupe consultatif du PSPNET

Le groupe consultatif du PSPNET a été conçu dans le but d'offrir un espace éthique afin de revoir la recherche, les services, et la sensibilisation actuels et informer les futurs pour les Autochtones (Premières Nations, Inuit, et Métis) en Saskatchewan. Plus précisément, les objectifs du groupe comportent des discussions ouvertes portant sur a) la viabilité des services du PSPNET offerts aux membres autochtones du PSP en Saskatchewan, b) l'orientation future des services et de la recherche du PSPNET, et c) des conseils sur les efforts de sensibilisation. Les membres incluent une aînée, six Autochtones membres du PSP, cinq membres du personnel du PSPNET, deux chercheurs sur le PSP, une représentante de la communauté, et une étudiante. D<sup>re</sup> Jill Price en est la présidente, et co-animatrice aux côtés de la gestionnaire de l'engagement en recherche, Jenna Ives. À ce jour, le groupe consultatif du PSPNET a tenu une cérémonie du calumet et trois réunions. La cérémonie du calumet a été proposée et menée par l'Aînée Betty McKenna à l'Université des Premières Nations du Canada, afin de signifier le début de ce travail et indiquer notre relation avec différentes nations. Lors des réunions, les membres examinent les choix de traitement du PSPNET et donnent des conseils et des commentaires précieux. Les membres ont également recommandé l'analyse et la présentation de nos données actuelles avec des clients autochtones lors de la Turtle Island Indigenous Science Conference, à l'Université de Regina. Les réunions subséquentes continueront à chercher des moyens de soutenir davantage la santé mentale des membres autochtones du PSP, en Saskatchewan.



L'exercice financier de 2023-24 a aussi vu l'aboutissement de plusieurs projets de l'Agence de la santé publique du Canada. L'ICRTSP a obtenu du financement pour :

- l'expansion et l'évaluation du programme Avant le stress opérationnel (AVO);
- le PSPNET Familles;
- Avancer les programmes de soutien par les pairs pour remédier au TSPT et aux traumatismes parmi le personnel de la sécurité publique et les vétérans ; et
- Formation et perfectionnement pour le personnel de la sécurité publique

l'ICÉISP a joué le rôle de centre des connaissances pour le reste des projets.

L'ICÉISP : Le budget fédéral de 2021 s'est engagé à investir jusqu'à 50 millions de dollars sur deux ans pour soutenir des projets qui examinent les impacts du TSPT et d'autres états liés aux traumatismes chez le personnel de première ligne et les travailleurs essentiels, y compris les fournisseurs de soins de santé, le personnel de la sécurité publique, les militaires, les vétérans, leurs familles, ainsi que les prestataires de service qui les soignent, étant donné que ce sont les personnes les plus touchées par la pandémie. L'Institut canadien d'éducation et d'intervention en santé en cas de pandémie a été financé par cet engagement. L'ICÉISP agit comme centre qui soutient les projets examinant l'impact du TSPT et d'autres états liés aux traumatismes chez le personnel de première ligne et les travailleurs essentiels — des projets que l'ICÉISP appuie ont été financés de façon similaire grâce à l'engagement budgétaire de 2021.

## Objectifs de l'ICÉISP ;



Fournir du soutien et de l'expertise pour nos projets financés dans le domaine de l'application et de la mobilisation des connaissances.



Organiser et partager les ressources et les lignes directrices en santé mentale fondées sur des données probantes pour les collectivités de première ligne les plus touchées par la pandémie de la COVID-19.



Encourager une bonne communication et collaboration entre les projets financés, afin de promouvoir le partage des connaissances et développer des ressources novatrices.



Assurer l'évaluation continue des impacts afin de maximiser les bienfaits.



## Nous aimerions profiter de l'occasion pour remercier les principaux chercheurs, les requérants, les équipes de recherche, ainsi que le personnel qui ont rendu possibles les projets ci-dessous :



Favoriser les programmes de soutien par les pairs pour lutter contre le TSPT et les traumatismes chez le personnel de la sécurité publique et les anciens combattants canadiens, Volet 1 : Réseau national de la communauté de soutien par les pairs qui a rassemblé des intervenants des communautés des vétérans, du PSP, du soutien par les pairs, de la recherche, et des prestataires de service, de partout au Canada. Ensemble, en utilisant le savoir collectif du réseau, les lignes directrices de pratiques exemplaires existantes, et la recherche émergente, ce groupe a produit l'ébauche des lignes directrices des pratiques exemplaires en soutien par les pairs parmi le PSP et les vétérans. Le groupe se réunira afin de réviser le premier jet des lignes directrices et tenir compte de la rétroaction, afin de diffuser la version finale des pratiques exemplaires, plus tard en 2024.

Principal requérant désigné : R. N. Carleton

Corequérants : J. Price, F. Hosseiny, S. Tracey, L. Lamrock, K. Bradley, G. Dupuis, M. Notarianni



Favoriser les programmes de soutien par les pairs pour lutter contre le TSPT et les traumatismes chez le personnel de la sécurité publique et les anciens combattants canadiens, Volet 2 : Applications mobiles OnCall pour le soutien par les pairs qui a examiné la possibilité de fournir une approche nationale coordonnée au soutien par les pairs offert au personnel de la sécurité publique. Ceci voulait permettre des améliorations et la normalisation fondées sur des données probantes, et devait mener à des accréditations indépendantes, reconnues à l'échelle nationale. Le projet a aussi développé et déployé PeerOnCall et PeerOnCallSupport, une plateforme de santé mobile qui a offert du soutien par les pairs, confidentiel et sécurisé. Les applis ont été déployées à de nombreuses organisations au sein de quatre secteurs de la sécurité publique : les agents correctionnels, les paramédics, les pompiers, et les communicateurs de la sécurité publique.

Principale requérante désignée : S. Moll

Corequérants : S. Czarnuch, R. MacPhee, R. Ricciardelli, J. MacDermid, D. King, R. N. Carleton

PSP MENTAL HEALTH

Favoriser les programmes de soutien par les pairs pour lutter contre le TSPT et les traumatismes chez le personnel de la sécurité publique et les anciens combattants canadiens, Volet 3 : Répertoire en ligne des services de santé mentale pour le PSP et les anciens combattants, un référentiel en ligne de ressources en santé mentale conçu pour les membres du PSP et les anciens combattants. Le financement obtenu de l'ASPC a permis de développer et de déployer un outil interactif, et a rendu possible une révision complète des programmes et des ressources inscrites sur le site.

Principal requérant désigné : R. N. Carleton

Corequérants : J. Price, F. Hosseiny

Collaborateurs : J. Mercier, G. Dupuis, M. Benlamri, D. King, M. Notarianni





Avant le stress opérationnel : le projet d'expansion et d'évaluation du programme Avant le stress opérationnel (ASO) a offert une formation fondée sur des données probantes pour les membres du personnel de la sécurité publique et du personnel de santé de première ligne partout au Canada, qui sont régulièrement exposés à des événements potentiellement traumatiques sur le plan psychologique.

Requérants principaux désignés : R. N. Carleton, K. Q. Maguire  
Corequérante : G. Ioachim



Beyond Silence (Au-delà du silence) : a fait progresser et a testé une application novatrice en santé mentale pour le personnel de la santé, conçue pour réduire les obstacles à l'accès aux informations et au soutien en santé mentale, et a donné accès en temps réel à du soutien par les pairs, confidentiel et de qualité.

Principale requérante désignée : S. Moll



Hommage aux professionnels de la santé : le projet a été conçu pour répondre aux besoins en santé mentale et en bien-être des travailleurs et travailleuses des soins de santé du Canada qui ont servis durant la pandémie de la COVID-19. La recherche portant sur la santé mentale et les expériences des prestataires des soins de la santé qui ont servi durant la pandémie est intégrée à des ressources fondées sur des données probantes et du contenu d'apprentissage, conçus spécialement pour cette population.

Principale requérante : M. McKinnon



PSPNET Familles : les familles du PSP sont aussi touchées par les risques professionnels liés au travail en sécurité publique. Le PSPNET Familles est un réseau de bien-être sur Internet conçu pour soutenir les familles des membres du personnel de la sécurité publique et gérer les enjeux de santé mentale particuliers, quoique diversifiés, auxquels elles font face. Le PSPNET Familles est un complément au PSPNET dans l'offre de TCCI aux membres du PSP. Le PSPNET Familles offre une vaste gamme d'information, de ressources et de stratégies informées et vérifiées par les familles du PSP. Sur ce réseau, les familles du PSP trouveront des occasions d'apprendre, d'essayer, et d'être. On y retrouve 3 parties reliées : pages d'information, pages de stratégies et d'exercices de développement des compétences, ainsi qu'une démarche autonome de TCCI pour les conjoints du PSP. Vous pouvez consulter ces ressources au [www.pspnetfamilies.ca](http://www.pspnetfamilies.ca).

Coprincipales requérantes : H. Cramm, H. Hadjistavropoulos, N. Reid  
Corequérants : S. Sekhar, J. D. Beahm, L. Delaney, H. C. McCall



Objectif résilience<sup>MC</sup> : est un programme de formation pair à pair qui tient compte des traumatismes, conçu pour renforcer la résilience personnelle du personnel des services d'incendie. L'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) a adapté, traduit, piloté, évalué et mis en œuvre, Objectif résilience MC, pour les pompiers et pompières francophones et autochtones qui ont été touchés, ou qui faisaient face à un risque élevé de répercussions liées aux traumatismes psychologiques, à cause de leur milieu de travail et de la pandémie de la COVID-19.

Principale requérante : L. MacLeod





Revel : Revel a élaboré un cadre complet, un guide pour les organisations de soins de santé : Comment soutenir une main-d'œuvre florissante dans le secteur des soins de santé, qui sert de pierre angulaire de notre travail. Sur cette base, Revel a créé la méthode «Revel» — une approche d'implémentation novatrice qui aborde le bien-être en milieu de travail, l'épuisement professionnel, et la démoralisation grâce à des stratégies engageantes et responsabilisantes. Pour soutenir cette méthode, Revel a élaboré la boîte à outils «Revel», un ensemble complet de ressources pour tous les niveaux d'une organisation de soins de santé, comprenant des outils organisationnels, de leadership, d'équipe et individuels.

Coprincipaux requérants : D. Richardson, A. Nazarov



**CIPSRT | ICRTSP**  
**Training and Development**

Formation et perfectionnement : le programme de formation et perfectionnement pour le personnel de la sécurité publique a amélioré l'accès à de la formation pertinente et urgente pour les membres du PSP ainsi que les personnes avec qui ils travaillent, ou qui le soutiennent. Il a élargi la mobilisation des connaissances déjà existante à l'ICRTSP en offrant des démarches comme Traitement 101. Le projet a également permis d'augmenter la portée de la formation existante, comme RVPMI, et testé de nouvelles possibilités comme Sommeil 101.

Principal requérant désigné : R. N. Carleton

Corequérants : M. McCarron, D. Silvey, R. Werrett



## Groupes consultatifs

Ces informations servent de guide éclair pour les groupes et les comités qui informent le travail accompli ici à l'ICRTSP.

### RÉSEAU DE L'ARC

Le réseau de l'ARC est composé d'universitaires, de chercheurs et de cliniciens qui possèdent une expérience auprès du personnel de la sécurité publique (PSP), et en blessures de stress post-traumatique (BSPT). Les membres du Réseau de l'ARC agiront en leur nom afin de soutenir activement la vision, la mission, les valeurs et les objectifs de l'ICRTSP, dans le but d'améliorer la santé mentale du PSP.

### COMITÉ DIRECTEUR EN SÉCURITÉ PUBLIQUE

Le Comité directeur en sécurité publique (CDSP) est un comité permanent composé de membres des organisations de la sécurité publique, fédérales, provinciales, territoriales et municipales. Le CDSP collabore avec l'ICRTSP, Sécurité publique Canada (SPC), ainsi que les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) sur des sujets liés à la santé mentale et au bien-être des membres, actuels et anciens du PSP, leurs dirigeants, et leurs familles.