

#COMPASSIONCONNECTS

“Mental health is just so important in this workforce because we are not seeing normal things. We are working in a high trauma-risk environment, and people are suffering – **we cannot avoid incidents.** So, we need to prepare for them to happen and for the ability to cope with them.”

– **MARSHA**, Correctional Service Canada (ON)
CIPSRT Champion of Mental Health, 2023

It can be difficult to reach out when we, or our coworkers, are struggling.
Support is available.



ONLINE MENTAL HEALTH RESOURCES
FOR PUBLIC SAFETY PERSONNEL

CIPSRT-ICRTSP.CA



FREE, EVIDENCE-BASED ONLINE THERAPY
DESIGNED FOR PUBLIC SAFETY PERSONNEL &
THEIR FAMILIES

PSPNET.CA

« La santé mentale est simplement trop importante pour ce personnel, parce que nous sommes témoins de choses anormales. Nous travaillons dans un milieu à risque élevé de traumatismes, et les gens souffrent — **nous ne pouvons pas éviter les incidents.** Alors, nous devons les préparer à ces situations et leur donner la capacité d’y faire face. »

— **MARSHA**, Service correctionnel Canada (ON)
Lauréate du Prix Champions de la santé mentale de l’ICRTSP, en 2023

Ce n’est pas toujours facile pour nous ou nos collègues de tendre la main lorsqu’on a des difficultés.

Le soutien est disponible.



RESSOURCES SUR LA SANTÉ MENTALE
EN LIGNE POUR LE PERSONNEL DE LA
SÉCURITÉ PUBLIQUE

CIPSRT-ICRTSP.CA



THÉRAPIE SUR INTERNET POUR LE PERSONNEL
DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE ET LEUR FAMILLE,
GRATUITE, CONFIDENTIELLE

PSPNET.CA