

Rapport d'impact

25 26



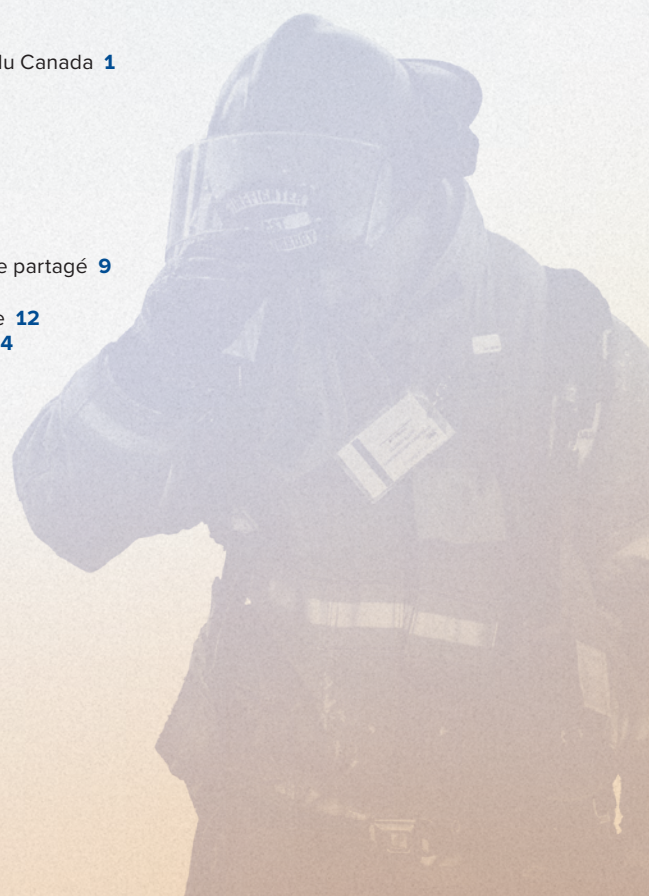
En 2018, le gouvernement du Canada a annoncé des investissements visant à traiter les blessures de stress post-traumatique chez le personnel de la sécurité publique. Ces investissements comprenaient des recherches financées par les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), la mobilisation des connaissances par l'Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique (ICRTSP), ainsi que le développement d'un projet pilote de thérapie cognitive comportementale offert sur Internet, qui est devenu le PSPNET.

Le gouvernement fédéral a accordé à l'Université de Regina, par le biais d'un accord de contribution avec l'ICRTSP, du financement pour la création du Centre d'échange de connaissances de l'ICRTSP et du PSPNET. Ces investissements ont ensuite soutenu le Plan d'action national sur les blessures liées au stress post-traumatique à l'intention du personnel de la sécurité publique, que le gouvernement du Canada a publié en 2019.

L'ICRTSP s'est engagé à favoriser l'échange efficace de connaissances grâce à la recherche, au traitement et à la formation fondés sur des données probantes, qui soutient une mission globale visant à aider les premiers intervenants actuels et anciens ainsi que d'autres membres du personnel de la sécurité publique, leurs dirigeants et leurs familles à améliorer et à préserver leur santé et leur bien-être global.

TABLE DES MATIÈRES

Le besoin croissant de soutien en santé mentale pour le personnel de la sécurité publique du Canada	1
Un message de la directrice générale	2
Un message des coprésidents du Comité directeur en sécurité publique (CDSP)	3
Élargir notre portée, accroître notre impact	4
Comprendre comment les gens trouvent du soutien	5
De la recherche à l'impact concret	6
Des contacts grâce aux médias sociaux	8
PSP Connect : créer des liens grâce à une expérience commune	9
Communauté de pratique ARCNET : faire progresser la collaboration grâce à l'apprentissage partagé	9
Améliorer l'accès grâce au Centre de ressources en ligne de l'ICRTSP	10
Le rayonnement : tisser des liens dans l'ensemble de la communauté de la sécurité publique	12
Comité directeur en sécurité publique : renforcer la collaboration et le leadership national	14
Jeter les bases pour la Conférence de l'ICRTSP 2026	15
Regard vers l'avenir : bâtir un avenir plus fort ensemble	16
Remerciements	17
Références	17
Message de la PSPNET Direction	18
Aperçu	19
Faits Saillants	20
Traitement	22
Démarches Accompagnées du Soutien d'un Thérapeute	22
Démarches Autonomes du PSP	23
Démarches Amélioration du Sommeil pour le PSP	24
Démarche Pour Les Conjointes et Conjoints	25
Rayonnement	26
Recherche	27
Remerciements du PSPNET	28



Le besoin croissant de soutien en santé mentale pour le personnel de la sécurité publique du Canada

Les membres du personnel de la sécurité publique du Canada (PSP) continuent de faire face à des exigences extraordinaires pour assurer la protection de leurs communautés. Qu'il s'agisse d'intervenir en cas de feux de forêt, d'inondations et d'autres catastrophes climatiques de plus en plus graves, de soutenir les communautés lors d'urgences de santé publique, de réagir à des enjeux sociaux complexes ou de gérer les réalités quotidiennes des interventions aux urgences, le PSP est régulièrement exposé à des événements potentiellement traumatisants sur le plan psychologique.

Par conséquent, il est essentiel d'offrir en temps utile du soutien en santé mentale, fondé sur des données probantes, accessible, efficace et adapté aux expériences uniques de chaque profession en sécurité publique.

Les recherches continuent de démontrer que les problèmes de santé mentale sont beaucoup plus fréquents chez le PSP du Canada qu'au sein de la population générale. Des problèmes tels que le trouble de stress post-traumatique (TSPT), la dépression, l'anxiété, le trouble panique, les préoccupations liées à la consommation de substances, l'épuisement professionnel et les idées suicidaires touchent le personnel de tous les secteurs de la sécurité publique, bien que la nature et la prévalence de ces difficultés varient selon les professions (Rivest et al., 2025).

Les récentes données probantes mettent en lumière ces différences :

- Les travailleurs des services correctionnels affichent certains des taux les plus élevés de TSPT, de dépression et d'anxiété parmi le PSP du Canada (Rivest et al., 2025).
- Les répartiteurs aux communications d'urgence ont des taux de dépression parmi les plus élevés et souffrent de trouble de stress post-traumatique, d'anxiété, de trouble panique et d'anxiété sociale dans les mêmes proportions que de nombreux intervenants de première ligne, malgré leur travail souvent en coulisses (Rivest et al., 2025).

- Les ambulanciers paramédicaux enregistrent fréquemment des niveaux élevés de stress professionnel, d'épuisement, de fatigue de compassion et de stress traumatique secondaire découlant d'une exposition répétée à des urgences médicales et à des incidents critiques (Rivest et al., 2025).
- Les policiers, y compris des services municipaux et de la Gendarmerie royale du Canada (GRC), continuent de déclarer des taux élevés de TSPT, de dépression, d'anxiété, de trouble panique ainsi que de pensées et de comportements suicidaires (Rivest et al., 2025).
- Les pompiers présentent généralement des taux plus faibles de certains problèmes de santé mentale comparativement au PSP d'autres secteurs, mais les taux de dépression, d'anxiété et de TSPT demeurent préoccupants et méritent une attention continue (Rivest et al., 2025).
- Les agents de la Garde côtière, de la conservation et de la protection ont des taux comparativement plus faibles de TSPT, mais présentent des taux notables de dépression, d'anxiété et d'anxiété sociale, ce qui est un reflet des exigences psychologiques distinctes associées à leurs rôles (Rivest et al., 2025).

Les expériences relatives à la santé mentale varient également selon l'étape de la carrière. Le personnel plus âgé de la sécurité publique a plus tendance à signaler des symptômes de TSPT et des idées suicidaires, ce qui reflète potentiellement une exposition cumulative à des événements traumatisants sur le plan psychologique. La stigmatisation dans le passé concernant les demandes d'aide ainsi que les anciennes restrictions dans l'accès aux soins en santé mentale pourraient également des facteurs (Rivest et al., 2025). Le personnel plus jeune, pour sa part, présente des taux plus élevés de consommation dangereuse d'alcool, ce qui met en lumière l'importance d'intervenir rapidement et d'adopter des stratégies de prévention (Rivest et al., 2025).

Comme les exigences opérationnelles continuent d'évoluer, les mesures de soutien en santé mentale offertes aux personnes travaillant au service de leur communauté doivent emboîter le pas. Les approches traditionnelles, y compris la thérapie cognitive comportementale (TCC) et les traitements pharmacologiques, demeurent des composantes importantes des soins.

Leur efficacité a été démontrée par de solides données probantes (Forsyth et al., 2025). Ces interventions ne sont toutefois pas efficaces pour tout le monde; environ 40 à 50 % des personnes répondent partiellement au traitement ou sont aux prises avec des symptômes persistants (Forsyth et al., 2025). Il faut donc continuer à explorer des approches complémentaires et innovantes pour les soins.

Les interventions numériques en santé mentale, y compris la thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI), les applications mobiles et d'autres services virtuels, prennent de plus en plus d'importance, puisqu'elles améliorent l'accessibilité pour le personnel travaillant à des horaires irréguliers, vivant dans des communautés rurales et isolées ou confronté à des obstacles à la prise en charge en personne (Moll et al., 2025). Ces approches offrent des occasions prometteuses d'élargir l'accès à un soutien qui tient compte des données probantes, tout en réduisant certains des obstacles associés à la prestation traditionnelle des services.

Puisque le contexte de la sécurité publique au Canada est en constante évolution, il est essentiel de continuer à investir dans la recherche. Les nouveaux défis, notamment les catastrophes climatiques de plus en plus fréquentes, l'évolution des exigences opérationnelles, la pénurie de main-d'œuvre et le stress professionnel cumulatif, font ressortir l'importance de développer, d'évaluer et de mobiliser des interventions en santé mentale fondées sur des données probantes qui répondent aux divers besoins des membres du personnel de la sécurité publique tout au long de leur carrière.

Soutenir la santé mentale du personnel de la sécurité publique au Canada n'est pas seulement un investissement dans le bien-être individuel; il s'agit d'un volet essentiel pour assurer une main-d'œuvre en santé et capable de protéger les communautés.

Un message de la directrice générale



Donna King
Directrice générale intérimaire

Sur le plan du soutien à la santé mentale et au bien-être des personnes au service des communautés, l'ICRTSP s'est engagé à fonder son travail sur les meilleurs travaux de recherche disponibles. Tout au long de l'année 2025-2026, nous avons travaillé en ce sens, en trouvant de nouvelles façons de faciliter l'accès aux données probantes, la compréhension de ces dernières et leur application dans la pratique courante.

Le lancement du Centre de ressources en ligne de l'ICRTSP fut l'un des moments forts de l'année. Les membres du personnel de la sécurité publique, leurs familles et leurs organisations peuvent désormais parcourir en ligne plus de 30 ressources imprimées, fondées sur des données probantes, et les recevoir gratuitement. En éliminant les obstacles à l'accès, nous avons facilité pour les gens la recherche d'informations fiables au moment et à l'endroit où ils en ont le plus besoin.

Les réactions ont été encourageantes. Depuis son lancement à l'automne 2025 jusqu'à la fin de l'exercice financier, plus de 20 000 ressources individuelles ont été distribuées à travers le Canada. Chaque ressource est une occasion de rejoindre une personne en lui offrant des renseignements et du soutien.

Pendant que nous poursuivons la réalisation de notre mandat national, notre capacité à tisser des liens entre les gens d'un bout à l'autre du pays s'accroît. La première conférence de l'ICRTSP à Regina, suivie d'une conférence exceptionnelle en 2026 à Calgary, ainsi qu'une participation accrue à des conférences et à des initiatives collaboratives ont créé de précieuses possibilités pour renforcer les relations et favoriser de nou-

veaux partenariats. Ces liens sont essentiels pour que les travaux de recherche parviennent aux personnes et aux organisations capables de les mettre en pratique.

En réfléchissant à l'année qui vient de s'écouler, on se rend à l'évidence que c'est d'abord et avant tout l'effort collectif qui a rendu ces progrès possibles. Les chercheurs, les cliniciens, les dirigeants des secteurs de la sécurité publique, les familles, les organisations partenaires, le Comité directeur en sécurité publique (CDSP) et l'équipe dévouée de l'ICRTSP ont tous joué un rôle important dans l'avancement de ce travail. Ensemble, nous construisons des liens plus forts entre la recherche et la pratique, dans le but commun d'améliorer la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique.

Bien que le travail ne soit pas terminé, nous sommes reconnaissants pour les progrès réalisés et la portée croissante des ressources fondées sur des données probantes de l'ICRTSP. Un plus grand nombre de membres du personnel de la sécurité publique, de familles, de dirigeants et d'organisations entrent en contact avec notre travail et obtiennent des renseignements, du soutien et des ressources fiables pour renforcer la santé mentale et le bien-être. C'est un privilège de contribuer à cette mission importante, et nous demeurons engagés à miser sur cet élan collectivement et à poursuivre les efforts dans les années à venir.

« Ensemble, nous construisons des liens plus forts entre la recherche et la pratique, dans le but commun d'améliorer la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique. »

Un message des coprésidents du Comité directeur en sécurité publique (CDSP)



Sergent-chef Casey Ward O. O. M.
Chef Pierre Poirier



Des progrès importants ont été réalisés au cours de la dernière année. Partout au Canada, l'ICRTSP a continué de renforcer les liens entre la recherche, la pratique et les personnes qui consacrent leur vie à la protection de nos communautés.

Que ce soit au moyen des conférences nationales organisées par l'ICRTSP chaque année, du nouveau centre de ressources en ligne ou des traitements et recherches dirigés par l'entremise du PSPNET, les ressources et services en santé mentale fondés sur des données probantes sont de plus en plus accessibles au personnel de la sécurité publique et aux personnes qui les soutiennent.

En 2025-2026, l'ICRTSP a élargi l'accès aux données probantes, renforcé les liens et les partenariats, et soutenu davantage les personnes chargées d'assurer la sécurité de la population canadienne. En tant que membres du Comité directeur en sécurité publique, nous avons l'honneur et le privilège d'orienter le futur impact de cet organisme à but non lucratif. Nous représentons des organisations fédérales de sécurité publique partout au Canada.

Pour bon nombre de personnes, la dernière année a été marquée par la croissance et le changement.

En examinant les campagnes dans les médias sociaux, les supports pour l'échange des connaissances et l'impact de la conférence, nous remarquons que l'organisme réduit progressivement le fossé entre les données probantes et les personnes qui en ont besoin. C'est fascinant. Le présent rapport d'impact ne se résume pas aux réalisations de l'ICRTSP cette année, il met aussi en valeur et renforce la raison d'être de cette organisation.

Aujourd'hui, un plus grand nombre de membres du personnel de la sécurité publique, de familles et d'organisations reconnaissent le bon travail de l'ICRTSP et l'utilité des ressources fondées sur des données probantes. Voilà le fruit des efforts d'employés dévoués qui travaillent en équipe et qui combinent mission et innovation grâce à des centaines de décisions réfléchies, de conversations, de campagnes, d'entretiens et de partenariats.

Nous sommes fiers de contribuer aux conseils stratégiques et aux perspectives du secteur de la sécurité publique qui aident à orienter ce travail.

Nous remercions l'honorable Gary Anandasangaree, ministre fédéral de la Sécurité publique, ainsi que les fonctionnaires qui le soutiennent, d'avoir reconnu l'important travail de l'ICRTSP.

Nous entrevoyons un avenir où les demandes de soutien seront accueillies avec compréhension plutôt que de faire l'objet d'une stigmatisation, où aucun agent de la sécurité publique ne se sentira obligé de souffrir en silence, et où demander de l'aide sera perçu comme un signe de force. Nous voulons que chaque personne qui consacre sa vie à assurer la sécurité de la population canadienne sache qu'elle aussi mérite d'être soutenue, comprise et prise en charge.

Nous remercions tout le personnel de la sécurité publique pour son service. Nous remercions également les employés de l'ICRTSP et du PSPNET et les encourageons à continuer leur bon travail.

« Le présent rapport d'impact ne se résume pas aux réalisations de l'ICRTSP cette année, il met aussi en valeur et renforce la raison d'être de cette organisation. Nous entrevoyons un avenir où les demandes de soutien seront accueillies avec compréhension plutôt que de faire l'objet d'une stigmatisation, où aucun agent de la sécurité publique ne se sentira obligé de souffrir en silence, et où demander de l'aide sera perçu comme un signe de force. »

Élargir notre portée, accroître notre impact

Alors que le besoin de ressources en santé mentale fondées sur des données probantes continue de croître, l'ICRTSP demeure engagé à offrir aux membres du personnel de sécurité publique, à leurs familles, aux dirigeants, aux cliniciens et aux organisations des renseignements fiables au moment et à l'endroit où ils en ont besoin. Tout au long de l'année 2025-2026, nous avons continué à élargir notre portée, à renforcer notre engagement et à créer de nouvelles possibilités pour relier la recherche à la pratique.

Le lancement du Centre de ressources en ligne de l'ICRTSP, en septembre 2025, a été l'un des jalons les plus importants de l'année. Grâce à la nouvelle plateforme, la consultation et les commandes gratuites de ressources imprimées fondées sur des données probantes n'ont jamais été aussi faciles pour les particuliers et les organisations à travers le Canada. Depuis le lancement en septembre 2025 jusqu'à la fin de l'exercice financier, plus de 20 000 ressources individuelles ont été distribuées par l'entremise du Centre de ressources en ligne. En tenant compte des demandes directes reçues plus tôt dans l'année, l'ICRTSP a expédié plus de 32 000 ressources imprimées sur la santé mentale à des foyers, des lieux de travail et des organisations d'un bout à l'autre du pays.

Reconnaissant que l'engagement significatif se fait à la fois en ligne et en personne, l'équipe chargée du rayonnement a représenté l'ICRTSP dans le cadre de 218 initiatives avec des intervenants au Canada, y compris des conférences, des événements communautaires et des séances de formation. Ces occasions ont permis à l'ICRTSP de nouer des liens avec des organisations de la sécurité publique, de partager des ressources fondées sur des données probantes et de mieux comprendre les besoins en évolution des personnes qui travaillent aux premières lignes.

La première conférence de l'ICRTSP, tout comme le rayonnement continu, les webinaires et l'engagement numérique, a créé de nouvelles occasions de rassembler chercheurs, cliniciens, dirigeants et personnel de la sécurité publique afin d'échanger des connaissances, de renforcer les partenariats et de faire progresser la pratique fondée sur des données probantes.

Sur nos réseaux sociaux, l'ICRTSP a généré près de 1,6 million d'impressions au cours de l'exercice financier, offrant ainsi à un plus grand nombre de Canadiens des renseignements crédibles sur la santé mentale, des résultats d'études et des ressources pratiques.

Bien que ces données soient encourageantes, elles représentent beaucoup plus que la simple croissance organisationnelle. Chaque ressource distribuée, chaque participation à un webinaire, chaque conversation lors d'une conférence et chaque interaction en ligne est une nouvelle occasion de soutenir la santé mentale et le bien-être de la communauté de la sécurité publique au Canada. Plus l'ICRTSP se fait connaître, plus nous sommes en mesure de veiller à ce que les données probantes bénéficient aux personnes qui en ont le plus besoin.

1 215

inscriptions aux webinaires



11 708

documents imprimés
distribués d'avril à août 2025



218

engagements pour
le rayonnement :

Réunions : 95

Présentations : 78

Conférences (kiosque seulement) : 24

Conférences (allocution seulement) : 12

Conférences (allocution et kiosque) : 7

Événements médiatiques : 2



685

participants aux webinaires en direct

1 199

visionnements de la vidéo
après le webinaire

Comprendre comment les gens trouvent du soutien

De plus en plus, la recherche d'informations sur la santé mentale commence en ligne, rendant la découvrabilité essentielle pour mettre le personnel de la sécurité publique, les dirigeants, les cliniciens et les familles en contact avec des mesures de soutien fiables.

En 2025-2026, les Canadiens ont découvert l'ICRTSP en recherchant directement des renseignements sur l'organisation et notre conférence annuelle et en tentant d'obtenir des informations sur des sujets tels que les blessures morales et les traumatismes. Ces tendances reflètent le fait que l'ICRTSP est de plus en plus reconnu comme une source nationale fiable pour les ressources en santé mentale fondées sur des données probantes. L'ICRTSP continue d'améliorer la visibilité et l'accessibilité de ses ressources numériques grâce à l'optimisation des moteurs de recherche, à la conception Web accessible et à des contenus répondant aux questions posées. Comme l'IA générative devient une option de plus en plus courante pour accéder à l'information en santé, ces efforts contribuent à garantir que des ressources crédibles et fondées sur la recherche restent faciles à trouver à des moments importants dans la recherche d'aide.

Des visiteurs de toutes les régions du Canada ont consulté le site Web de l'ICRTSP. Un engagement particulièrement important a été observé en Saskatchewan, en Nouvelle-Écosse, à l'Île-du-Prince-Édouard, en Alberta et en Colombie-Britannique. La page « Nous joindre » et le contenu en français ont été consultés fréquemment; cette tendance témoigne d'une demande pour des contacts directs et des ressources bilingues. Ensemble, ces renseignements orientent la manière dont l'ICRTSP fournit des données probantes aux personnes qui en ont le plus besoin, renforçant l'accès à des informations fiables sur la santé mentale au sein de la communauté de la sécurité publique au Canada.

43 242

utilisateurs du site Web, par lieu :

- Ontario : 17 780
- Alberta : 6 031
- Québec : 5 906
- Colombie-Britannique : 4 748
- Saskatchewan : 4 285
- Manitoba : 1 492
- Nouvelle-Écosse : 1 242
- Nouveau-Brunswick : 766
- Terre-Neuve-et-Labrador : 537
- Île-du-Prince-Édouard : 208
- Territoires du Nord-Ouest : 144
- Yukon : 61
- (Non suivis/incognito) : 36
- Nunavut : 6

LES 10 PAGES LES PLUS CONSULTÉES DE L'ICRTSP

Page d'accueil de l'ICRTSP 25 249	Nous joindre 10 267
Possibilités de formation (FR) 8 130	Utilisateurs incognito 6 709
Conférence de l'ICRTSP 2025 2 628	Conférence de l'ICRTSP 2026 2 604
Glossaire des termes/vérification du bien-être 2 008	Événements/webinaires 1 883
Lauréats et lauréates du prix Champions de la santé mentale de 2024 1 487	Matériel imprimé 1 256

De la recherche à l'impact concret

La recherche est plus percutante lorsqu'elle est reliée aux gens. Tout au long de l'année 2025-2026, l'ICRTSP a continué d'accroître sa diffusion des travaux de recherche en associant les données probantes des études aux histoires des gens, des organisations et des communautés œuvrant à améliorer la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique au Canada.

LinkedIn, où nous sommes de plus en plus présents, est devenue une plateforme importante pour présenter des membres du personnel, des expériences concrètes et des exemples qui démontrent comment la recherche oriente la pratique, façonne le leadership et influence les politiques dans l'ensemble du pays.

Au cours de la dernière année, nous avons publié des articles sur des sujets allant du soutien offert aux recrues de la GRC tout au long de leur carrière à la reconnaissance du leadership des femmes siégeant au Comité directeur en sécurité publique (CDSP) dans une série d'un mois célébrant la Journée internationale des femmes. Ces reportages mettaient en lumière la diversité des expériences, de l'expertise et de l'engagement des personnes œuvrant pour renforcer la sécurité publique et la santé mentale au Canada.

LES 5 ARTICLES LES PLUS POPULAIRES PUBLIÉS SUR LINKEDIN ENTRE LE 1^{ER} AVRIL 2025 ET LE 31 MARS 2026



Kim Armstrong dirige avec cœur et conviction

Kim Armstrong a grandi dans un foyer où on encourageait les débats sains, et où tous pouvaient s'exprimer à la table au souper.

Aujourd'hui, la Cheffe de police des Services de police de Calgary est responsable de la formation, du recrutement et du bien-être de plus de 2 500 agents au sein du troisième plus important service de police municipal au Canada.

Elle attribue son succès à ses parents et ses

17 2 commentaires

[Kim Armstrong dirige avec cœur et conviction](#)

Point de vue de Tania Battisti : enrayer la stigmatisation et changer des vies



Enfant introspectif, Tania Battisti a grandi à Ottawa dans une grande famille typique, d'origine italienne.

Son talent particulier pour observer les autres et comprendre leurs motivations lui a permis de cultiver une future carrière dans le domaine de la santé mentale. Elle a atteint son objectif d'entrer à l'école normale, mais

13

[Point de vue de Tania Battisti : enrayer la stigmatisation et changer des vies](#)

Lever un verre à la défense de la santé mentale



Inspecteur de police Casey Ward du Service de police de la ville de Regina a fait face à certaines des forces du mal les plus obscures de la ville.

Au cours de son impressionnante carrière en maintien de l'ordre, il a fait partie de l'Escouade de la moralité et de l'Équipe d'intervention. Il a également reçu l'Ordre du mérite des forces policières et a été Président de l'Ordre des policiers de la Saskatchewan.

4

[Lever un verre à la santé à la défense de la santé mentale](#)



Un journaliste d'enquête en matière de santé partage son point de vue sur les carrières du PSP

L'une des voix les plus importantes en santé publique, André Picard, journaliste chevronné du Globe and Mail, a couvert tous les sujets, de la crise du SIDA au scandale du sang contaminé.

Pourtant, c'est la couverture du génocide au Rwanda, il y a plus de 30 ans, qui l'a le plus marqué. Cela a contribué à façonner sa

22

[Un journaliste d'enquête en matière de santé partage son point de vue sur les carrières du PSP](#)



Janelle Coultres — Toute une vie de service volontaire

Lorsque Janelle Coultres était jeune, elle se souvient clairement d'avoir aidé ses grands-parents à servir des repas aux aînés et aux personnes confinées, offerts par la popote roulante.

L'esprit de bénévolat et de communauté font partie de son ADN.

« J'ai toujours été impliquée dans la communauté. Ça fait partie de qui je suis, » ajoute-t-elle fièrement.

5

[Janelle Coultres — Toute une vie de service volontaire](#)

Avant la Conférence de l'ICRTSP 2026, nous avons également présenté plusieurs conférenciers principaux, dont Colleen Carney, chercheuse spécialiste du sommeil reconnue à l'échelle internationale, Pierre Poirier, chef du Service paramédic d'Ottawa et coprésident du CDSP, ainsi qu'André Picard, journaliste national primé et spécialisé dans les questions de santé.

En présentant leur travail avant la conférence, nous avons contribué à mieux faire connaître les nouvelles études, à favoriser des conversations constructives et à encourager l'adoption de pratiques fondées sur des données probantes.

Tout au long de l'année, l'ICRTSP a également souligné d'importantes initiatives de sensibilisation telles que le Mois de la sensibilisation au TSPT en juin, la Journée mondiale de la prévention du suicide le 10 septembre 2025, le Mois de la prévention du suicide en septembre au Canada, ainsi que d'autres célébrations nationales reconnues en santé mentale. Ces occasions nous ont permis de faire part d'études menées à l'heure actuelle, de réduire la stigmatisation et de promouvoir les conversations concernant la santé psychologique au sein de la communauté de la sécurité publique.

Notre impact a largement dépassé les campagnes de sensibilisation. Nous avons documenté les activités de rayonnement d'un océan à l'autre, présenté des partenariats axés sur la collaboration, célébré des jalons et mis en lumière le travail dévoué des chercheurs, des cliniciens, des dirigeants et du personnel de la sécurité publique qui font progresser la santé mentale d'un bout à l'autre du Canada.

LES 5 PLUS IMPORTANTES PUBLICATIONS DANS LES MÉDIAS SOCIAUX DIFFUSÉES ENTRE LE 1^{ER} AVRIL 2025 ET LE 31 MARS 2026



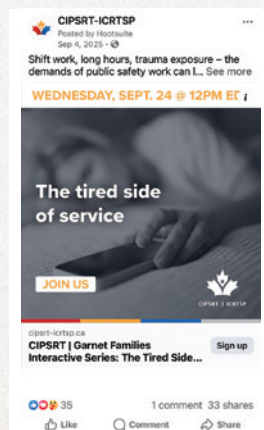
L'impact des proches aidants DISCUSSION EN LIGNE



Comment soutenir quelqu'un à la suite d'une tentative de suicide



Participez à nos discussions sur l'impact de la lutte contre les incendies de forêt sur la santé mentale



Le côté un peu fatigué de servir



Thérapie assistée par l'animal



Des contacts grâce aux médias sociaux

Les médias sociaux restent un moyen clé pour donner au personnel de la sécurité publique, aux dirigeants, aux cliniciens, aux familles et aux partenaires des renseignements fiables et fondés sur des données probantes en santé mentale.

Au cours de l'année 2025-2026, l'ICRTSP a publié plus de 1 000 articles présentant des travaux de recherche, des ressources pratiques, des webinaires, des conférences, des campagnes de sensibilisation et des journées nationales de reconnaissance, faisant ainsi en sorte que des connaissances accessibles et offertes en temps utile rejoignent les publics déjà en ligne.

La communauté de l'ICRTSP compte désormais 5 380 abonnés sur Facebook, Instagram, X, LinkedIn et YouTube, tandis que le contenu YouTube a généré plus de 8 000 vues et environ 530 heures de visionnement. Ensemble, ces indicateurs démontrent un engagement croissant avec du contenu fondé sur des données probantes et font ressortir l'importance de proposer des renseignements dans divers formats accessibles.

Sur toutes les plateformes, l'ICRTSP a généré près de 1,4 million d'impressions, élargissant considérablement la portée de la recherche, des ressources éducatives, des événements et des partenariats. Comme composante centrale de la stratégie relative à l'échange de connaissances de l'ICRTSP, les médias sociaux contribuent à combler le fossé entre la recherche et la pratique en rendant l'information crédible plus visible, accessible et exploitable pour la communauté de la sécurité publique au Canada.

1,4M

impressions dans toutes les plateformes de médias sociaux



1 117

publications dans toutes les plateformes de médias sociaux



39 202

interactions générées par les publications sur les plateformes de médias sociaux



1 244

partages ou republications de notre contenu



5 380

abonnés dans toutes les plateformes de médias sociaux



PSP Connect : créer des liens grâce à une expérience commune

PSP CONNECT | EN LIEN

Des liens sociaux forts sont primordiaux pour protéger la santé mentale, en particulier pour le personnel de la sécurité publique, qui est régulièrement confronté à des situations très stressantes et potentiellement traumatisantes.

Grâce à *PSP Connect*, l'ICRTSP continue de favoriser la création d'une communauté nationale au sein de laquelle les membres peuvent bâtir des relations significatives, échanger des connaissances et façonner des programmes qui tiennent compte des besoins changeants de la communauté de la sécurité publique.

Une session vedette sur le soutien par les pairs, animée par Jill Price, Ph. D., a permis aux participants de se pencher sur les façons dont le soutien par les pairs fondé sur des données probantes peut être efficacement mis en œuvre dans les organisations de la sécurité publique. Les discussions ont mis l'accent sur l'importance de la confiance, de la sécurité psychologique, du soutien des

dirigeants et des approches axées sur les relations, tout en soulignant la nécessité d'offrir rapidement du soutien par les pairs dans la carrière d'un professionnel de la sécurité publique, en dehors des structures organisationnelles formelles.

Les conversations ont confirmé que des liens remplis de sens développent la résilience, réduisent l'isolement et encouragent les gens à demander de l'aide. Les perspectives des participants, qui sont tout aussi importantes, continuent d'orienter le travail de l'ICRTSP. *PSP Connect* évolue ainsi à la lumière des expériences vécues de la communauté de la sécurité publique au Canada et soutient des milieux de travail plus forts et plus sains à l'échelle nationale.

Communauté de pratique **ARCNET** : faire progresser la collaboration grâce à l'apprentissage partagé

S'attaquer aux besoins complexes en santé mentale du personnel de la sécurité publique du Canada repose sur la collaboration entre les chercheurs, les cliniciens, les organisations de la sécurité publique, les décideurs et les personnes ayant une expérience vécue.

La communauté de pratique ARCNET offre une tribune pour mettre en commun ces perspectives, échanger des connaissances, renforcer les relations et faire progresser des mesures qui tiennent compte des données probantes.

Tout au long de l'année 2025-2026, les membres d'ARCNET ont participé à des occasions d'apprentissage et d'échange de connaissances axées sur le renforcement de la collaboration et l'application des données probantes dans le secteur de la sécurité publique. Parmi les moments forts, mentionnons un atelier de narration sur l'échange de connaissances animé par Renira Narrandes, qui a exploré des approches pour transformer les résultats de la recherche en messages accessibles et utiles, tout en maintenant l'intégrité scientifique, ainsi qu'une présentation de James Conklin, Ph. D., sur les communautés de pratique comme moteurs de l'apprentissage collaboratif et du changement systémique. Ensemble, ces séances ont soutenu l'évolution continue

d'ARCNET vers un modèle de l'apprentissage partagé et de la mobilisation qui est plus axé sur les membres.

L'élan s'est poursuivi lors du Forum sur les enjeux professionnels de la Conférence de l'ICRTSP 2026, où le personnel de la sécurité publique, les chercheurs, les cliniciens, les dirigeants des organisations et les partenaires du système ont exploré les nouveaux défis et nouvelles possibilités en matière de santé mentale pour le personnel de la sécurité publique. L'intérêt croissant pour ARCNET témoigne du fait que le secteur reconnaît l'importance de privilégier des solutions collectives pour gérer ces défis complexes. En misant sur un dialogue continu, un apprentissage réciproque et la collaboration, ARCNET continue de renforcer un réseau national voué à l'avancement des pratiques fondées sur des données probantes et à l'amélioration des résultats pour le personnel de la sécurité publique à travers le Canada.

Améliorer l'accès grâce au Centre de ressources en ligne de l'ICRTSP

L'une des réalisations les plus importantes de l'ICRTSP en 2025-2026 est le lancement du Centre de ressources en ligne en septembre 2025.

Conçue en tenant compte de l'accessibilité let de la convivialité, la nouvelle plateforme a transformé la manière dont les membres du personnel de la sécurité publique, leurs familles, les dirigeants, les cliniciens et les organisations obtiennent des ressources en santé mentale fondées sur des données probantes.

Pour la première fois, les visiteurs pouvaient parcourir en ligne le catalogue complet des ressources imprimées de l'ICRTSP, sélectionner les documents répondant le mieux à leurs besoins et les faire livrer partout au Canada gratuitement.

La réaction au Centre de ressources en ligne a été immédiate, ce qui témoigne de la demande croissante pour des ressources accessibles et fondées sur des données

probantes offertes aux membres du personnel de la sécurité publique et aux personnes qui les soutiennent. En facilitant l'accès à des ressources fiables, l'ICRTSP a élargi la portée des outils pratiques conçus pour aider les personnes à reconnaître les problèmes de santé mentale, réduire la stigmatisation, accroître la résilience et aiguiller vers des mesures de soutien appropriées. Fondées sur les meilleures données probantes disponibles, l'expertise clinique et les expériences vécues du personnel de la sécurité publique, ces ressources permettent aux personnes, aux dirigeants, aux organisations et aux familles de prendre des mesures éclairées pour soutenir la santé mentale et le bien-être.

TOTAL DES COMMANDES PASSÉES PAR L'ENTREMISE DU CENTRE DE RESSOURCES EN LIGNE



■ Nouvelles commandes 86 % ■ Commandes récurrentes 14 %

LES 5 DOCUMENTS COMMANDÉS LE PLUS SOUVENT PAR L'ENTREMISE DU CENTRE DE RESSOURCES EN LIGNE



Cartes de ressources pour le sommeil



Fiches d'information sur la santé mentale



Comment soutenir un collègue qui fait face à des problèmes de santé mentale



Dépliant en trois parties – Soutenir la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique



PSPNET FAMILLES Pourquoi la famille compte

Données concernant la distribution des ressources

Au cours de l'exercice 2025-2026 :

- 20 359 ressources imprimées ont été distribuées par l'entremise du Centre de ressources en ligne
- 155 commandes ont été expédiées dans des communautés d'un bout à l'autre du Canada.
- 25 % des commandes provenaient de professionnels de la santé et de la santé mentale.
- 13 % des commandes provenaient des services médicaux d'urgence et des organisations d'ambulanciers paramédicaux.

Rejoindre les communautés partout au Canada

Bien que des commandes aient été reçues de toutes les régions du pays, les demandes provenaient principalement de l'Ontario, puis de l'Alberta, de la Colombie-Britannique

et de la Saskatchewan (voir les graphiques ci-dessous).

La surveillance des tendances géographiques offre de précieux renseignements sur les régions où les ressources de l'ICRTSP ont la plus grande portée. Elle permet également de cerner des possibilités pour accroître les efforts de sensibilisation, renforcer les partenariats et garantir la disponibilité des ressources pour les communautés de la sécurité publique dans l'ensemble du pays.

Comprendre ce dont les gens ont besoin

Les ressources les plus fréquemment demandées au cours de l'exercice 2025-2026 étaient nos cartes de ressources de la trousse d'outils pour le sommeil, suivies des cartes de ressources « Soutenir la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique ». Ensuite, le document le plus populaire était « Comment soutenir un coéquipier qui fait face à des problèmes de santé mentale », suivi de notre dépliant en trois parties intitulé « Soutenir la santé

mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique ». Le cinquième document le plus populaire était notre dépliant PSPNET Familles (en bas, p. 10).

Le lancement du Centre de ressources en ligne représente bien plus qu'une nouvelle fonctionnalité du site Web. Il s'agit d'une étape importante pour rendre le soutien en santé mentale fondé sur des données probantes plus accessible, plus réactif et plus centré sur les personnes. À mesure que la demande continue de croître, l'ICRTSP utilisera les données statistiques pour orienter l'élaboration future des ressources afin que nos outils continuent de répondre aux besoins changeants des membres du personnel de la sécurité publique, de leurs familles et des organisations qui les soutiennent.

La demande continue pour les ressources de l'ICRTSP fait ressortir l'importance de fournir des conseils pratiques et fondés sur des données probantes, qui portent à la fois sur la prévention et le rétablissement.

DISTRIBUTION DES RESSOURCES, PAR SECTEUR



DISTRIBUTION DES RESSOURCES, PAR PROVINCE



Le rayonnement : tisser des liens dans l'ensemble de la communauté de la sécurité publique

Tout au long de l'année, l'ICRTSP a participé à 218 activités de rayonnement au Canada, dont des conférences, des présentations, des réunions et des événements médiatiques.

Ces engagements représentaient de précieuses occasions de partager des ressources fondées sur des données probantes, de mettre en lumière les nouvelles études, de renforcer les partenariats et de mieux comprendre les besoins changeants en santé mentale des membres du personnel de la sécurité publique et des personnes qui les soutiennent.

Ces efforts visaient principalement à retenir l'attention des membres du personnel de la sécurité publique au début de leur carrière, notamment en assurant une présence trimestrielle au réfectoire de la Division

Dépôt de la Gendarmerie royale du Canada (GRC). De plus, nous avons soutenu plusieurs événements du Service correctionnel Canada (SCC), y compris des cérémonies de remise des diplômes et des salons de ressources sur le bien-être. En créant des possibilités d'interagir avec des gens au début de leur parcours professionnel, l'ICRTSP présente très tôt des concepts de santé psychologique et de bien-être, favorisant la création d'une culture de soutien et renforçant le fait que la recherche d'aide est importante pour la poursuite d'une carrière saine et durable en sécurité publique.



« Votre organisation soutient les personnes que j'aime. Je ferai donc toujours ce que je peux pour recommander l'ICRTSP/PSPNET comme ressource. »

L'ICRTSP a également continué à soutenir et à mettre en valeur les initiatives des anciens champions de la santé mentale, reconnaissant l'importance de renforcer les réseaux et de mettre en lumière les contributions continues de ces personnes qui font mieux connaître les enjeux relatifs à la santé mentale et offrent du soutien à cet égard au sein de la communauté de la sécurité publique.

La collaboration demeure un élément clé des efforts de rayonnement de l'ICRTSP. Nous avons notamment collaboré avec l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille et des

partenaires au sein des communautés de vétérans, de militaires, du personnel de la sécurité publique, de chercheurs et de fournisseurs de services aux fins de la publication des Lignes directrices en matière de soutien par les pairs pour les vétérans, les militaires, le personnel de la sécurité publique et leur famille (Atlas, 2025) en 2025. Les lignes directrices fondées sur des données probantes fournissent une orientation pratique pour les organisations désirant développer, mettre en œuvre ou améliorer des programmes officiels de soutien par les pairs en milieu professionnel et communautaire.

Ensemble, ces activités de rayonnement reflètent l'engagement de l'ICRTSP à aller à la rencontre du personnel de la sécurité publique là où il se trouve — que ce soit dans des environnements de formation, des lieux de travail, des réseaux professionnels ou des milieux communautaires.

En bâtissant des relations, en partageant des ressources et en soutenant des initiatives qui tiennent compte des données probantes, l'ICRTSP continue de renforcer les liens entre la recherche, la pratique et les expériences vécues des personnes qui sont au service de leur communauté.



« Notre groupe a vraiment aimé la présentation et nous avons hâte de découvrir toutes les ressources incroyables que l'ICRTSP met à la disposition du PSP! »

Comité directeur en sécurité publique : renforcer la collaboration et le leadership national

L'ICRTSP remercie chaleureusement le Comité directeur en sécurité publique (CDSP) pour son expertise et son leadership continus.

Créé en 2017, le Comité réunit des représentants d'organisations nationales de la sécurité publique afin d'accroître la collaboration et de favoriser la santé mentale et le bien-être du personnel actuel et ancien de la sécurité publique, des dirigeants et des familles.

Tout au long de l'année, le CDSP a continué à fournir des conseils stratégiques, à favoriser l'échange de connaissances et à renforcer les liens entre l'ICRTSP et la communauté plus

vaste de la sécurité publique. Par ses conseils, il vise à s'assurer que les priorités de l'ICRTSP, les activités relatives à l'échange de connaissances comme la conférence annuelle ainsi que les ressources demeurent adaptées aux besoins changeants du secteur. Il soutient en outre une plus grande collaboration et l'adoption de mesures fondées sur des données probantes dans l'ensemble du Canada.



L'Association des agents des communications en sécurité publique du Canada



Association canadienne des chefs de police



Association canadienne des chefs de pompiers



Association canadienne de gouvernance de police



Agence des services frontaliers du Canada



Garde côtière canadienne



Association canadienne des policiers



Service correctionnel du Canada



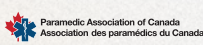
Service canadien du renseignement de sécurité



Association internationale des pompiers



Fédération de la police nationale



Association des paramédics du Canada



Chefs paramédics du Canada



Gendarmerie royale du Canada



Association canadienne des volontaires en recherche et sauvetage



Syndicat des agents correctionnels du Canada (UCCO-SACC-CSN)



Syndicat des employé-e-s de la sécurité et de la justice (SESJ)

Jeter les bases pour la Conférence de l'ICRTSP 2026

S'appuyant sur le succès de la toute première conférence de l'ICRTSP qui s'est tenue en 2025, *Prospérer en sécurité publique : la recherche vers l'action*, l'organisation a continué de renforcer son rôle en tant que chef de file national pour relier la recherche, la pratique et l'expérience vécue et faire progresser la santé mentale et le bien-être du PSP. La forte participation et les commentaires positifs des délégués ont confirmé l'importance de créer des espaces collaboratifs qui font le pont entre la recherche et les applications concrètes.

Bien que la Conférence de l'ICRTSP 2026 ait eu lieu après la fin de l'exercice financier 2025-2026 et ne soit donc pas reflétée dans les indicateurs de rendement de cette année, la planification et la préparation de l'événement ont représenté l'une des initiatives organisationnelles les plus importantes de l'ICRTSP tout au long de l'année.

La planification de la conférence était un effort à l'échelle de l'ICRTSP afin de créer un événement national axé sur l'amélioration de la santé mentale dans le secteur de la sécurité publique par la recherche, la collaboration et l'échange de connaissances. Des mois de préparation ont été consacrés à l'élaboration du programme scientifique, à la coordination des conférenciers et des commanditaires, au soutien logistique, à la promotion de l'événement et à la création d'occasions d'engagement constructif entre chercheurs, cliniciens, dirigeants, décideurs politiques et personnel de la sécurité publique de partout au Canada.

Comme mentionné précédemment, ce travail n'aurait pas été possible sans le soutien extraordinaire du Comité directeur en sécurité publique (CDSP). Tout au long du processus de planification, les membres du CDSP ont généreusement offert leur temps et leur expertise et mis à contribution leurs

réseaux afin de s'assurer que la conférence tienne compte des priorités et des réalités de la communauté de la sécurité publique au Canada.

Les membres du comité ont agi à titre d'ambassadeurs de la conférence dans le cadre d'entrevues avec les médias, de présentations publiques et d'activités de rayonnement dans leurs secteurs respectifs, aidant à accroître la sensibilisation et à encourager la participation dans l'ensemble du pays. Bon nombre d'entre eux ont aussi offert un soutien logistique inestimable en coulisses, qu'il s'agisse de faciliter la coordination à l'échelle locale, d'entreposer en toute sécurité le matériel de la conférence, de fournir des conseils pratiques ou de partager leur expertise, au besoin. Leur volonté de contribuer, que ce soit de manière très visible ou dans les coulisses, témoigne de l'esprit de collaboration qui continue de renforcer le travail de l'ICRTSP.

La planification réussie entreprise au cours de l'exercice l'année 2025-2026 a jeté de solides bases pour ce qui allait devenir une autre occasion importante de rassembler des voix diverses, de favoriser la collaboration et d'accélérer la transformation de la recherche en applications pratiques.



« Chaque élément montrait clairement que nous, en tant que premiers intervenants, membres de la famille, chercheurs et autres participants, comptons vraiment. C'est une expérience qui nous a donné l'impression d'être vus, valorisés et respectés. Merci d'avoir créé ce genre d'espace. »

Regard vers l'avenir : bâtir un avenir plus fort ensemble

Les progrès présentés dans ce rapport ne se résument pas à des chiffres — ils reflètent un mouvement croissant visant à donner aux membres du personnel de la sécurité publique, à leurs familles, aux dirigeants et aux organisations un accès au soutien fondé sur des données probantes dont ils ont besoin.

En élargissant l'accès aux ressources, en renforçant les liens à l'échelle nationale et en diffusant les résultats d'études de manière utile et accessible, l'ICRTSP continue de combler le fossé entre la recherche et la mise en œuvre.

Ce travail est possible grâce à l'engagement collectif des chercheurs, des cliniciens, du personnel de la sécurité publique, des familles, des organisations partenaires et de notre équipe dévouée. Ensemble, nous créons des voies plus solides pour soutenir la santé mentale, réduire les obstacles aux soins et favoriser une culture au sein de laquelle la demande d'aide est reconnue comme un signe de force.

Bien que le besoin demeure important et qu'il reste encore beaucoup de travail à faire, l'impact de ces efforts est clair : de plus en plus de personnes trouvent des informations fiables, un plus grand nombre d'organisations adoptent des approches fondées sur des données probantes et un plus grand nombre de discussions portent sur la santé mentale des personnes qui sont au service de nos

communautés. Nous restons déterminés à faire progresser ce travail important et à bâtir un avenir où chaque professionnel de la sécurité publique dispose des connaissances, des ressources et du soutien nécessaires pour s'épanouir tout au long de sa carrière et par la suite.

En conclusion, nous tenons à remercier chaque membre du personnel de la sécurité publique qui travaille au service de nos communautés et qui fait preuve de courage, de compassion et de dévouement. Vos expériences, vos perspectives et votre engagement continuent de façonner notre travail et de nous rappeler pourquoi il est important de faire progresser le soutien en santé mentale fondé sur des données probantes. C'est un honneur d'être à vos côtés, et nous continuerons de mettre à votre disposition, et à la disposition des personnes qui vous soutiennent, les connaissances, les ressources et les soins nécessaires à votre épanouissement.



Remerciements

Améliorer la santé mentale des premiers intervenants et des autres membres du personnel de la sécurité publique est une question nationale de sécurité publique.



Public Safety
Canada

Sécurité publique
Canada

Funded by the
Government
of Canada

Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

Notre partenariat avec Sécurité publique Canada a permis d'avancer. Depuis la création de l'ICRTSP en 2018, nous disposons d'outils et de moyens pour donner aux communautés de la sécurité publique dans l'ensemble du pays un accès à la recherche et aux connaissances.

Nous reconnaissons que ce partenariat a permis de concrétiser ce travail important, d'échanger des connaissances et de rendre le savoir largement accessible et facilement compréhensible.

Sur son site Web, Sécurité publique Canada qualifie l'ICRTSP de « catalyseur clé » pour transposer les résultats de la recherche et les offrir aux personnes qui assurent la protection de nos communautés. Nous sommes très fiers de cet impact à l'échelle nationale.

Grâce à notre partenaire fédéral, nous avons pu contribuer à renforcer les capacités et à les transformer en actions mesurables et constructives. Nous remercions Sécurité publique Canada d'avoir reconnu l'importance d'une approche nationale fondée sur des données probantes en matière de santé mentale pour le personnel de la sécurité publique. Aider les personnes qui aident les autres est à la fois un honneur et un privilège, et nous sommes reconnaissants d'avoir la possibilité d'améliorer les choses.

Références

1. Institut Atlas pour les vétérans et leur famille et Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique. *Lignes directrices en matière de soutien par les pairs pour les vétérans, les militaires, le personnel de la sécurité publique et leur famille*. Ottawa (Ontario), 2025. Accessible : atlasveterans.ca/fr/centre-de-connaissances/soutien-par-les-pairs/lignes-directrices-en-matiere-de-soutien-par-les-pairs-pour-les-veterans-les-militaires-le-personnel-de-la-securite-publique-et-leur-famille
2. Forsyth, A., Bahji, A., Stewart, J. G., Simpson, M. et D. Groll. (2025). « Beyond first-line approaches: A scoping review of emerging operational stress interventions for military and public safety personnel », *Journal of Military, Veteran and Family Health*, 11(3). <https://doi.org/10.3138/jmvfh-2024-0066>
3. Moll, S. E., Ricciardelli, R., Carleton, R. N., MacDermid, J. C., Czarnuch, S., et R. S. MacPhee. (2025). « PeerOnCall: Evaluating Implementation of App-Based Peer Support in Canadian Public Safety Organizations », *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(8), 1269. <https://doi.org/10.3390/ijerph22081269>
4. Rivest, M.-C., Balooch, L., Geikie, T., Bradley, C., Keown, L. A., et R. N. Carleton. (2025). « Understanding the landscape: A scoping review on the prevalence of mental health challenges among public safety personnel in Canada ». *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*. <https://doi.org/10.1037/cap0000412>
5. Seuren, L. M., Birze, A., Dobson, K. G., Mustard, C., et W.P. Wodchis. (2026). « Qualitative evaluation of a pilot mental health program for public safety personnel with post-traumatic stress disorder ». *PLOS Mental Health*, 3(1), e0000536. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000536>



MESSAGE DE LA PSPNET DIRECTION

Nous sommes fiers d'annoncer que PSPNET a servi, au cours de l'exercice 2025-2026, un nombre sans précédent de clients. Nous avons également élargi notre offre de services grâce au lancement de la **démarche « Amélioration du sommeil » du PSPNET** en français et en anglais. Cette option fondée sur des données probantes s'attaque à l'un des problèmes les plus fréquemment déclarés par le personnel de la sécurité publique (PSP) du Canada.

Notre engagement envers la recherche et l'amélioration continue demeure au cœur de la mission du PSPNET. En 2025-2026, nous avons publié **deux documents** examinant les résultats de la thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI) au sein du PSP autochtone et des dirigeants dans le domaine de la sécurité publique. Les constats issus de ce travail ont déjà permis d'améliorer les documents de nos démarches afin que nos services continuent d'évoluer en fonction des nouvelles données probantes et des besoins des communautés que nous desservons.

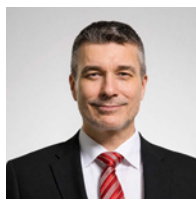
Pour ce qui est de l'exercice 2026-2027, nous souhaitons accroître l'accès aux services du PSPNET dans d'autres provinces et territoires. Nous préparons également le lancement d'une nouvelle **démarche « La consommation d'alcool : un nouveau départ »** pour traiter la consommation problématique d'alcool au sein du PSP.

Par ailleurs, nous mettons actuellement au point l'initiative des **ambassadeurs du PSPNET**, qui établira des partenariats mutuellement bénéfiques avec le PSP partout au Canada. Grâce à cette initiative, le PSPNET offrira un soutien continu, des renseignements et des ressources aux organisations, tandis que les ambassadeurs aideront à faire connaître les services du PSPNET et veilleront à ce qu'ils soient accessibles aux membres du PSP qu'ils desservent.

Nous sommes reconnaissants d'avoir l'occasion de travailler aux côtés de nos nombreux partenaires en vue d'améliorer l'accès aux services de santé mentale pour les membres du PSP du Canada et leurs familles. Nous avons hâte de poursuivre ce travail important dans les années à venir.



Dre Heather Hadjistavropoulos
Chercheuse principale



Dr R. Nicholas Carleton
Cochercheur



Brian Schafer
Directeur des opérations



Dre Jill Price
Directrice de la recherche,
du développement, et des
communications



Dre Amélié Fournier
Cheffe nationale du
déploiement francophone

APERÇU

Le PSPNET est un traitement spécialisé en santé mentale qui est gratuit, confidentiel, fondé sur des données probantes et offert en ligne aux membres du PSP du Canada ainsi qu'à leurs conjointes et conjoints.

FORMATS

Démarches accompagnées du soutien d'un thérapeute :

Des thérapeutes qualifiés spécialement formés pour offrir de la thérapie en ligne au PSP fournissent du soutien personnalisé par messagerie sécurisée ou téléphone, offrant des encouragements, des conseils personnalisés et de l'aide pratique pour appliquer les compétences au quotidien.

Développez des compétences grâce à des modules fondés sur des données probantes en recevant le soutien d'un thérapeute qualifié.

Ces démarches sont actuellement offertes au PSP du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse, de l'Ontario, de l'Île-du-Prince-Édouard, du Québec et de la Saskatchewan.

Démarches autonomes :

Grâce à nos démarches autonomes, vous pourrez apprendre à votre propre rythme. Que vous ayez des préoccupations de santé mentale ou que vous désiriez simplement accroître votre résilience, ces démarches vous permettront de développer des compétences pratiques qui sont faciles à comprendre et à appliquer. De plus, vous recevrez chaque semaine des courriels contenant des conseils utiles et des encouragements.

Développez vos compétences à votre propre rythme. Les membres du PSP de toutes les régions du pays ainsi que leurs conjointes et conjoints ont accès aux démarches autonomes.

DÉMARCHES

Bien-être

Démarche conçue pour améliorer la santé mentale et le bien-être dans leur ensemble

Trouble de stress post-traumatique

Démarche spécialisée pour gérer les symptômes de stress post-traumatique

Sommeil

Démarche spécialisée pour gérer les problèmes de sommeil et les préoccupations qui s'y rattachent

FAITS SAILLANTS

Toutes les démarches

892

clients ayant fait l'objet d'une évaluation d'admissibilité

832

clients inscrits

Démarches accompagnées du soutien d'un thérapeute

299

clients ayant fait l'objet d'une évaluation d'admissibilité

265

clients inscrits

Démarches autonomes

449

clients ayant fait l'objet d'une évaluation d'admissibilité

426

clients inscrits

Démarche « Amélioration du sommeil »

75

clients ayant fait l'objet d'une évaluation d'admissibilité

72

clients inscrits

Démarche pour les conjointes et conjoints

69

clients ayant fait l'objet d'une évaluation d'admissibilité

69

clients inscrits

RÉTROACTION DE LA CLIENTÈLE

RÉALISTE

« J'ai adoré les témoignages. Je me suis reconnu souvent dedans de par ma profession ou bien de par ce que les gens vivaient tout comme moi. Que **je n'étais pas le seul et pas si différent d'eux**. Que d'autres gens ont des problèmes tout comme moi, que tous ne marchent pas dans le parfait bonheur et facilité. »

– Client des services correctionnels

ÉCLAIRANT

« Les témoignages m'ont aidé à voir que je ne suis pas seule là dedans et **qu'il est possible de sortir**. »

Cliente des services policiers

D'UN GRAND SOUTIEN

« J'ai appris des trucs utiles que j'ai mis en pratique. **Ce sont des outils importants** qui m'ont aussi servi pour aider des amis. **Nous devrions tous avoir cette formation** même lorsque nous ne sommes pas affecté mentalement. »

– Cliente des services policiers

EFFICACE

« J'ai aimé le principe des modules. Ça m'a permis de mieux gérer. Je ne devenais pas anxieux à l'idée de tout ce qu'il y avait à faire. C'était une étape à la fois. Le fait que **la thérapie soit gratuite** a été l'une des raisons de vouloir m'inscrire. Je ne m'attendais pas à grand chose, mais **j'ai été impressionné par la qualité et la quantité de contenu**. »

– Client des communications

TRAITEMENT

L'équipe clinique a continué de fournir du soutien aux membres du PSP du Canada et à leurs conjointes et conjoints en offrant des versions française et anglaise des démarches sur le bien-être et le trouble de stress post-traumatique. L'élaboration et le déploiement de la démarche portant sur le sommeil du PSP représentent une initiative de taille.

DÉMARCHES ACCOMPAGNÉES DU SOUTIEN D'UN THÉRAPEUTE

PARTICIPATION

299
clients ayant fait l'objet d'une
évaluation d'admissibilité

265
clients inscrits

RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES

88% En emploi



62% Communautés < 100 000 personnes



48% Femmes



11% PSP racisé



SECTEURS

Services policiers	35%
Ambulanciers paramédicaux	24%
Services correctionnels	19%
Lutte contre les incendies	14%
Communications	5%
Autres	3%

LIEUX

Québec	48.3%
Ontario	18.9%
Saskatchewan	15.1%
Nouvelle-Écosse	11.3%
Nouveau-Brunswick	5.7%
Île-du-Prince-Édouard	0.4%
Alberta	0.4%

SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT

97%



estiment que le
programme était utile

97%



recommanderaient le
programme

80%



plus confiants pour gérer
leurs propres symptômes

DÉMARCHES AUTONOMES

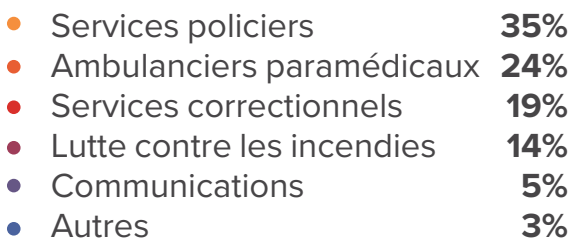
PARTICIPATION



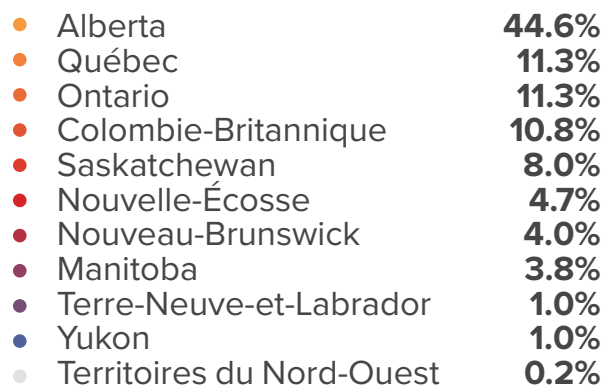
RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES



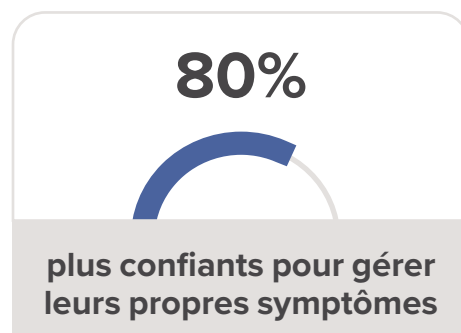
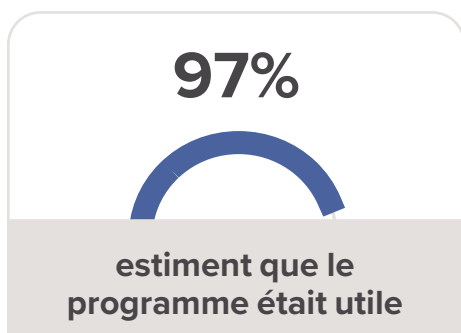
SECTEURS



LIEUX



SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT



DÉMARCHE « AMÉLIORATION DU SOMMEIL »

PARTICIPATION

75
clients ayant fait l'objet d'une
évaluation d'admissibilité

72
clients inscrits

RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES

94% En emploi



39% Communautés < 100 000 personnes



63% Femmes



1% PSP racisé



SECTORS

Services policiers	33%
Ambulanciers paramédicaux	31%
Services correctionnels	13%
Lutte contre les incendies	13%
Communications	3%
Autres	8%

LOCATIONS

Ontario	34.5%
Saskatchewan	26.4%
Québec	18.1%
Nouvelle-Écosse	15.3%
Île-du-Prince-Édouard	2.8%
Colombie-Britannique	1.4%
Nouveau-Brunswick	1.4%

SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT

85%



estiment que le
programme était utile

88%



recommanderaient le
programme

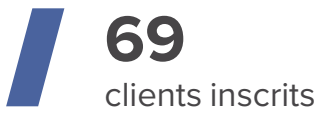
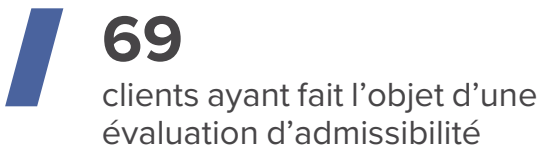
73%



plus confiants pour gérer
leurs propres symptômes

DÉMARCHE POUR LES CONJOINTES ET CONJOINTS

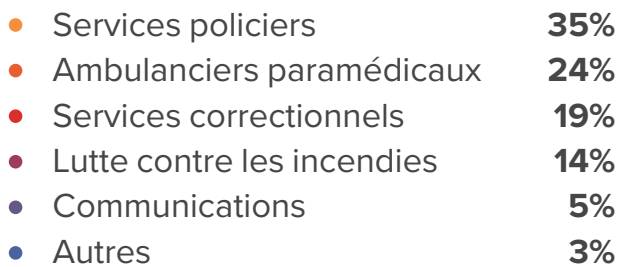
PARTICIPATION



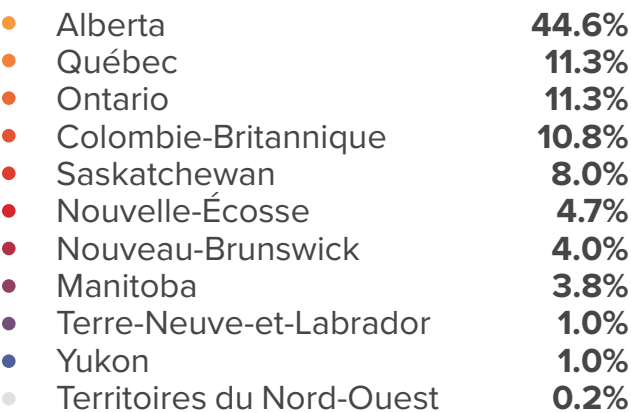
RENSEIGNEMENTS DÉMOGRAPHIQUES



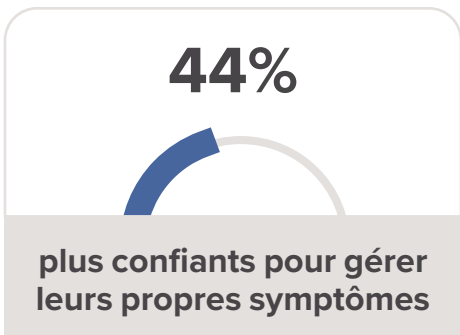
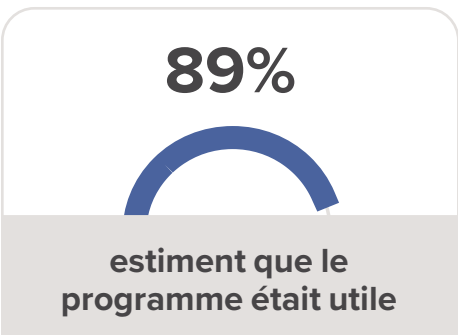
SECTEURS



LIEUX



SATISFACTION À L'ÉGARD DU TRAITEMENT



RAYONNEMENT

L'équipe du PSPNET continue de déployer des efforts de rayonnement dans l'ensemble du pays, au service des membres du PSP ainsi que de leurs conjointes et conjoints d'un océan à l'autre.

63,567

Total des visites du site Web

42,119

Visiteurs uniques du site Web

96,714

Visites des médias sociaux

471,929

Affichages sur les médias sociaux

210

Activités auxquelles le PSP a pris part

8,830

Personnes ayant assisté aux présentations



Nous avons poursuivi nos initiatives de collaboration avec le **Groupe de travail sur la mobilisation** et le **Groupe consultatif du PSPNET**. Le Groupe de travail sur la mobilisation est formé de membres du PSP du Canada œuvrant dans divers secteurs et lieux au Canada, alors que le Groupe consultatif comprend des Aînés des Premières Nations ou des Métis, du la Saskatchewan. Ces groupes ont pour but de fournir un espace éthique pour examiner et orienter les travaux de recherche, les services et les efforts de rayonnement actuels et futurs du PSPNET à l'intention du PSP du Canada.



RECHERCHE

L'équipe de recherche a fait progresser plusieurs projets de recherche novateurs afin d'améliorer la TCCI pour le PSP du Canada. Ces efforts se sont concrétisés par la parution de deux articles dans des publications à comité de lecture afin d'optimiser encore davantage la TCCI pour le PSP autochtone et les dirigeants dans le domaine de la sécurité publique.



McCall, H. C., Price, J. A. B., Ives, J., McGinnis, A., McKenna, B., & Hadjistavropoulos, H. D. (2025). **Outcomes of internet-delivered cognitive behavioural therapy tailored for Canadian public safety personnel among Indigenous and White clients.** *International Journal of Indigenous Health*, 21(1). <https://doi.org/10.32799/ijih.v21i1.45461>



Price, J. A. B., McCall, H. C., Demyen, S. A., Katz, B., Clairmont, A. P., & Hadjistavropoulos, H. D. (2025). **Optimization of internet-delivered cognitive behavioral therapy for Canadian leaders within public safety: Qualitative study.** *Journal of Medical Research*, 27, 1-12. <https://doi.org/10.2196/72321>

De plus, l'équipe a soumis des documents sur les façons dont le PSPNET soutient la clientèle présentant des symptômes subsyndromiques et les personnes aux prises avec des problèmes de sommeil. Les résultats devraient être diffusés au cours de l'année à venir.

REMERCIEMENTS DU PSPNET

Le PSPNET est sincèrement reconnaissant du soutien financier qui lui a permis d'offrir ses services, de les évaluer et de les améliorer continuellement. Sécurité publique Canada accorde du financement à l'Université de Régina par l'entremise de l'entente de contribution de l'Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique (ICRTSP) afin d'appuyer le PSPNET. Ce dernier a également reçu des fonds spécifiques grâce à des accords conclus avec le ministère de la Justice de la Nouvelle-Écosse, le gouvernement de l'Île-du-Prince-Édouard, le ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick, le ministère de la Sécurité intérieure du Québec et la Fondation Medavie. Ces accords ont soutenu la prestation et l'expansion des services du PSPNET dans les provinces et régions participantes.

Nous désirons de plus remercier les nombreux organismes et partenaires à travers le Canada qui ont appuyé la mise en œuvre, la recherche, et l'expansion du PSPNET. Enfin, nous remercions aussi le Comité directeur en sécurité publique, les membres du personnel de la sécurité publique et leur famille, les conseillers, les cliniciens les chercheurs et les autres individus ayant mis à contribution leur temps, leurs expériences, leur expertise et leurs commentaires. L'apport de toutes ces personnes a été essentiel au développement, à l'évaluation et à l'amélioration des services du PSPNET.

PSPNET



PSPNET

Université de Regina
Département de psychologie
3737 Wascana Parkway
Regina, SK Canada S4S 0A2

pspnet@uregina.ca
www.pspnet.ca/fr



CIPSRT | ICRTSP

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

Université de Regina
3737 Wascana Parkway
Regina, SK Canada S4S 0A2

Communications.CIPSRT@uregina.ca
www.cipsrt-icrtsp.ca/fr/home

