



Soutenir la santé mentale du PSP

Rapport d'impact
annuel de l'ICRTSP

1^{er} avril 2021 - 28 février 2022



Message du Directeur général



Chers intervenants,

C'est avec plaisir que je vous présente le rapport d'impact annuel de l'ICRTSP pour la période 2021-2022. Nos activités se sont tenues durant une période sans précédent, alors que la pandémie a exacerbé les défis en santé

mentale auxquels sont confrontés les membres du personnel de la sécurité publique (PSP) partout au Canada.

Pendant que les membres du PSP continuaient d'exercer leurs fonctions habituelles, ils devaient aussi gérer les conditions extraordinaires engendrées par la pandémie de la COVID-19. Au cours de la dernière année, l'ICRTSP a collaboré avec le Comité directeur en sécurité publique, le consortium national des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) formé d'universitaires, de chercheurs et de cliniciens (Réseau de l'ARC.), ainsi que ses partenaires provinciaux et nationaux, afin de mobiliser la recherche et développer des outils pour aider les membres du PSP à gérer leur santé mentale et leur bien-être. Malgré les obstacles liés à la pandémie, les membres du PSP ont continué d'offrir le meilleur service possible aux Canadiens, et l'ICRTSP a entrepris de répondre rapidement à fournir des solutions aux enjeux continus et accrus en santé mentale auxquels le PSP était confronté. Je suis très fier de l'équipe de l'ICRTSP qui a persévéré durant la lutte contre la pandémie, et a su offrir de nombreux soutiens au PSP.

Au cours de l'année dernière, l'ICRTSP a donné aux dirigeants de tous les secteurs du PSP des occasions cruciales de déterminer les défis et les solutions possibles, d'interagir avec des équipes multidisciplinaires d'universitaires, chercheurs et cliniciens spécialistes et de trouver des solutions en soutien de la santé mentale du PSP à court, moyen et long terme. Nous sommes extrêmement reconnaissants envers nos partenaires, sans qui nous ne pourrions réaliser notre mission. Représentant collectivement les 355 000 membres et plus du PSP et leurs familles, les membres du Comité directeur en sécurité publique ont mis à profit leur expertise et leurs conseils collectifs afin de reconnaître les défis auxquels

font face les membres du PSP, leurs dirigeants et leurs familles, en définissant les lacunes à la recherche existante, et en contribuant à trouver des voies pour l'application et la mobilisation des connaissances. Notre Réseau d'universitaires, de chercheurs et de cliniciens – particulièrement le Comité consultatif (ARNAC) – a travaillé extrêmement fort pour effectuer de la recherche pertinente et travailler avec l'équipe à développer des connaissances et créer des outils pour le PSP. Nous avons développé de nombreux partenariats à l'échelle nationale et provinciale nous permettant de collaborer à plusieurs initiatives stratégiques en soutien de la santé mentale et du bien-être du PSP (et d'autres). Nous ne pourrions accomplir ce travail sans nos bailleurs de fonds et nos donateurs. Nous sommes éternellement reconnaissants du fait qu'ils ont reconnu les « problèmes épineux » qu'affronte le PSP du Canada, et ont offert de les soutenir.

L'année dernière nous a fait réaliser ce qui peut être accompli face à d'énormes obstacles lorsque des gens qui partagent les mêmes idées se réunissent et vise l'atteinte d'un objectif commun. Avec l'aide de nos intervenants, nos partenaires, et nos donateurs, nous avons pu persévérer et continuer le travail essentiel dans le but de soutenir la santé mentale et le bien-être du PSP.

Alors que nous nous préparons pour 2022-2023, j'ai hâte de m'impliquer avec les intervenants afin de planifier notre dernière année de financement et d'en solliciter le renouvellement. Nous continuerons l'excellent travail qui a été accompli vers l'atteinte des objectifs établis dans le cadre du Plan d'action national sur les Blessures de stress post-traumatique (BSPT)*. Le travail accompli à ce jour, ainsi que ces nouvelles initiatives constituent une fondation solide pour solliciter le renouvellement du financement le 1er avril 2023.

Nicholas (Nick) Jones, Ph. D.
Directeur général

* <https://www.securitepublique.gc.ca/cnt/rsrscs/pblctns/2019-ctn-pln-pts/index-fr.aspx>



Message du Directeur scientifique



Chers intervenants du PSP,

Je suis très fier de l'élan que l'ICRTSP prend sur plusieurs fronts. Plus précisément, et ce malgré les nombreux obstacles entraînés par la COVID-19, ensemble nous avons 1)

fait d'énormes progrès en fournissant des conseils sur de nombreux projets à l'échelle nationale, et nous avons créé du matériel pour aider à orienter la recherche, à développer des réseaux, et à établir des sous-comités pour soutenir la recherche sur le PSP; 2) commencé activement à élargir le Réseau de l'ARC afin de faciliter davantage de collaboration entre le PSP, les universitaires, les chercheurs et les cliniciens; 3) appuyé les efforts d'application des connaissances de douzaines de chercheurs travaillant sur plusieurs projets conçus afin de soutenir le bien-être du PSP.

Les membres du PSP semblent rapporter des symptômes conformes à des troubles de santé mentale et à des comportements suicidaires (c.-à-d., idées, plans, tentatives) à des taux beaucoup plus élevés qu'on attendrait dans la population générale. En raison de leur service dans nos communautés, le PSP rapporte aussi divers problèmes de santé physique importants. Les répercussions sur la santé du PSP affectent aussi leurs dirigeants, leurs agences, leurs familles, et leurs collectivités. Depuis mars 2020, une série de défis liés à la pandémie se sont ajoutés aux nombreux risques et facteurs de stress qu'éprouvent les membres du PSP, exacerbant les problèmes de santé déjà significatifs. Nous avons aussi entendu dire que la pression plus élevée sur les membres du PSP causée par la COVID-19 a limité leur capacité à participer à la recherche et à la formation, nécessitant le développement d'encore davantage de solutions innovatrices pour soutenir le PSP.

Nous sommes encouragés par les preuves grandissantes que les dirigeants du PSP utilisent efficacement tous les outils de l'ICRTSP comme le site Web, Santé mentale du PSP, ainsi que le guide d'évaluation des produits et des services de bien-être, et ce, dans le but de les aider à faire pression pour offrir davantage de soutiens en santé mentale fondés sur des données probantes. Les prochaines étapes importantes pour l'ICRTSP impliquent une plus grande coordination des efforts de recherche, permettant de minimiser le doublement inutile des efforts, et augmentant l'offre de réponses sérieuses aux questions du PSP. Les étapes à venir exigeront des investissements continus en recherche sur le PSP, en traitements et en formation fondés sur des données probantes, ainsi que des investissements en soutien à l'ICRTSP, visant à fournir des pistes pour la recherche, les traitements, la formation et l'application des connaissances.

De tels investissements soutiennent la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique du Canada, ses dirigeants, et ses familles.

R. Nicholas Carleton, Ph. D.
Directeur scientifique

Message de la Directrice du PSPNET



Chers membres de la collectivité du PSP,

REJOINDRE a été le premier mot thématique que le PSPNET a choisi pour orienter l'année 2021-22. Nous souhaitons REJOINDRE plus de membres du PSP

que l'année précédente, et nous voulions effectuer de la recherche qui nous permettrait de réaliser notre potentiel de soutien, en répondant aux besoins en santé mentale du PSP. En lisant le rapport ci-dessous, j'espère que vous réaliserez que nous avons fait de grands pas vers notre objectif. Je suis reconnaissante envers les membres du PSP qui nous ont tendu la main, les organisations avec lesquelles nous nous sommes associés, et les efforts énormes qu'on fait tous les membres de l'équipe du PSPNET au cours de l'année dernière. Le couronnement de l'année a sans doute été le fait d'élargir l'offre en Saskatchewan et au Québec vers le Nouveau-Brunswick, la Nouvelle-Écosse et l'Île-du-Prince-Édouard. Nous avons pu servir 260 membres du PSP, une hausse, comparativement à 150 membres l'année précédente. Nous avons surtout écouté la rétroaction du PSP concernant leurs besoins, et nous avons continué d'optimiser le service en développant de nouvelles ressources (p. ex., l'anxiété à propos de la santé, l'alcoolisme, la pleine conscience), en améliorant les plateformes, et en testant d'autres modèles d'offre (p. ex., Démarche autogérée sur le bien-être).

C'est un honneur pour nous de servir le PSP qui nous sert, et nous sommes rassurés sachant qu'après le traitement nos clients rapportent une amélioration importante de leur santé mentale. Quoique nous soyons fiers de nos progrès, nous avons encore beaucoup à faire. Le thème de l'année prochaine sera : GRANDIR. Nous espérons voir GRANDIR des racines profondes dans les provinces que nous desservons, et cultiver des pousses dans de nouvelles provinces. Nous visons aussi à faire GRANDIR notre savoir concernant les membres du PSP, afin de pouvoir continuer d'améliorer notre service et mieux répondre à leurs besoins. Sur ce, nous aimerions vraiment avoir de vos nouvelles et nous espérons que vous suivrez nos progrès et nous regarderez GRANDIR.

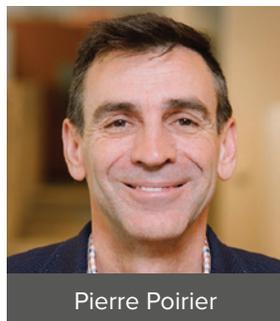
Merci de partager les informations à propos du PSPNET avec ceux qui en ont besoin, et de tendre la main afin d'explorer les moyens d'introduire le PSPNET dans d'autres provinces.

Heather Hadjistavropoulos, Ph. D.
*Fondatrice, Chercheuse principale,
Directrice du PSPNET*

Message des Coprésidents du Comité directeur en sécurité publique (CDSP)



Ken McMullen



Pierre Poirier

Chers membres de la Sécurité publique,

L'année qui vient de passer a été semée d'embûches au Canada. La pandémie de COVID-19 perdure et un conflit sociopolitique vient d'éclater. Or, le personnel de la sécurité publique (PSP) se retrouve au cœur de toutes ces préoccupations. Les Canadiens comptent sur le soutien du PSP en temps de crise. Le personnel de la sécurité publique doit faire face à des demandes incessantes qui menacent leur santé mentale. Ces deux dernières années, le personnel est rentré au travail chaque jour au risque de contracter la COVID; leurs journées de travail se sont allongées et leurs vacances ont été compromises. La fatigue et les troubles de santé mentale se sont prolongés au-delà de la première année et les demandes de soutien se sont multipliées. L'épuisement dû aux longues heures de travail imprévisibles vu la COVID-19, et l'incertitude au quotidien laissent des traces.

L'ICRTSP a travaillé étroitement avec le Comité directeur en sécurité publique (CDSP) pour soutenir le PSP en cette période difficile. Le CDSP nous a aidés à développer de nouveaux outils de gestion du stress quotidien, notamment un guide pour trouver du soutien auprès de cliniciens et un nouveau site Web sur la santé mentale. L'ICRTSP a aussi mis au

point un outil d'échange d'idées à l'intention des collègues aux prises avec des troubles de santé mentale, particulièrement indispensable au personnel de première ligne. L'ICRTSP a lancé cette année le prix Champions de la santé mentale qui récompense des membres du PSP de tous les secteurs d'activité partout au Canada. Ce prix distinctif reconnaît les enjeux de santé mentale auxquels font face plusieurs membres de la sécurité publique et rend compte de l'importance de briser la stigmatisation et de parler ouvertement de santé mentale au profit du bien-être du PSP.

Nous sommes fiers des progrès accomplis cette année et impatients de collaborer avec l'ICRTSP à l'élaboration de nouveaux projets qui appuieront le PSP.

Ken McMullen
Coprésident du CDSP

Pierre Poirier
Coprésident du CDSP

Table des matières

07	Objectif central de l'ICRTSP
08	Histoire de l'ICRTSP
09	Groupes consultatifs de l'ICRTSP
10	Points culminants pour l'ICRTSP
11	PSPNET
13	Expansion du PSPNET
14	Performance des plateformes numériques et du site Web
15	Portée et engagement
17	Membres fondateurs
18	Outils de l'ICRTSP
19	Mobilisation des connaissances
20	Application des connaissances
22	Formation de l'ICRTSP
23	Favoriser les contacts en recherche
24	Futures avancées

Notre objectif central

Notre vision

Diriger

Être chef de file mondial dans l'échange, l'application et la mobilisation de savoir fondé sur des données probantes pour le personnel de la sécurité publique.

Soutenir

Soutenir activement les membres actuels et anciens du personnel de la sécurité publique, leurs dirigeants, et leurs familles en minimisant les blessures de stress post-traumatique.

Améliorer

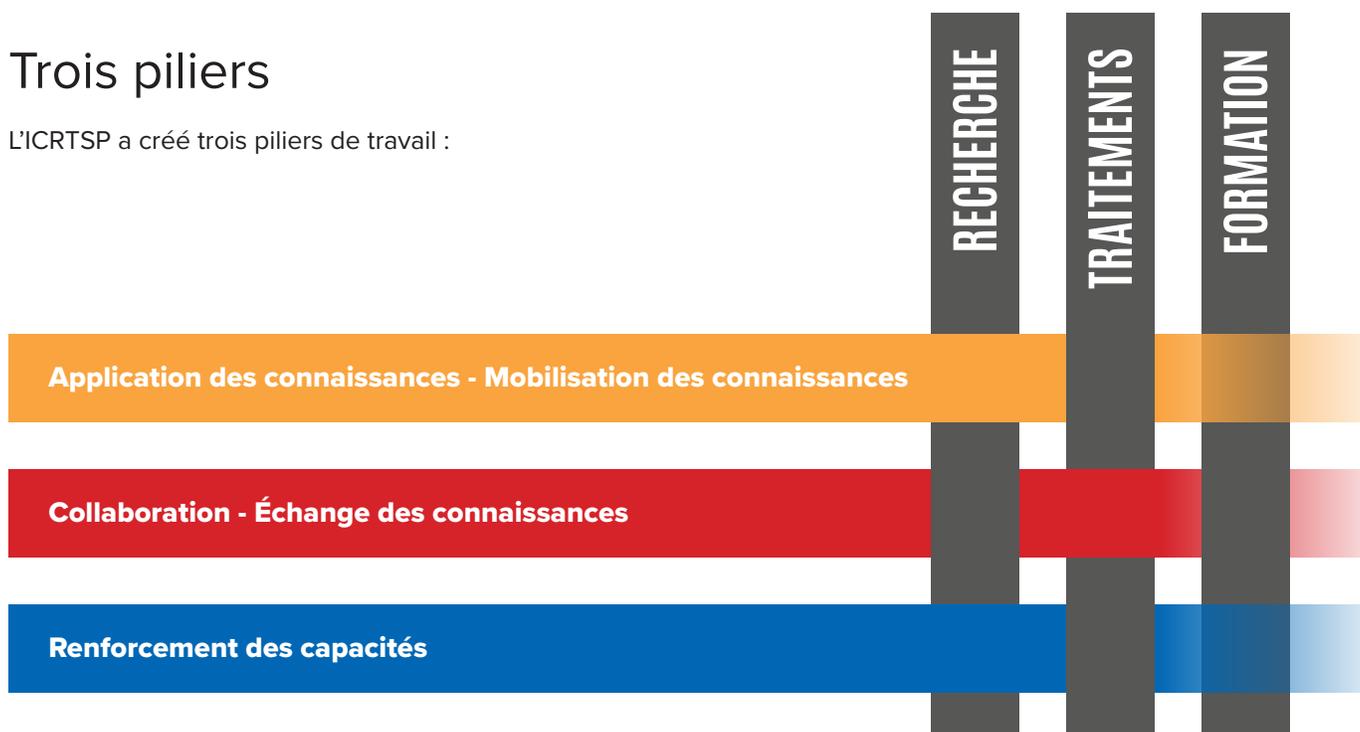
Améliorer et maintenir la santé mentale et le bien-être du personnel de la sécurité publique.

Notre mission

Soutenir la santé mentale et le bien-être des membres du personnel de la sécurité publique du Canada, leurs dirigeants, et leurs familles à l'aide de recherche, de traitements, de formation, et d'un centre virtuel d'échange des connaissances. La mission de l'ICRTSP est soutenue en collaboration avec les intervenants et les dirigeants du personnel de la sécurité publique, les cliniciens, les praticiens, les experts en la matière, et les chercheurs.

Trois piliers

L'ICRTSP a créé trois piliers de travail :



ICRTSP

Histoire

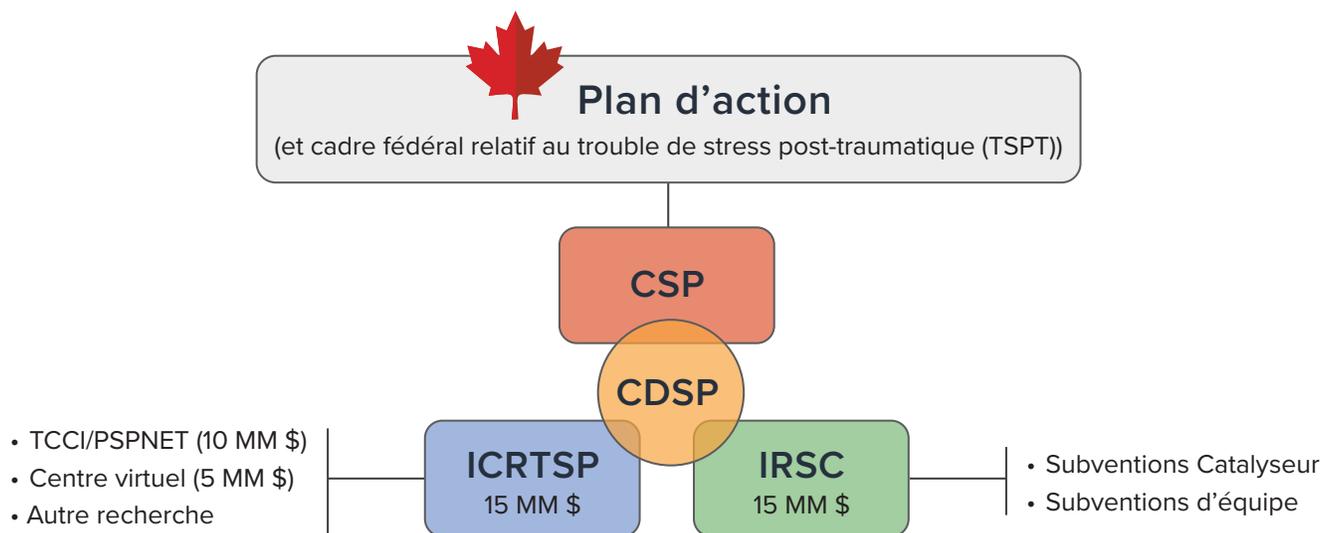
En 2017, les résultats d'une étude de grande envergure pancanadienne auprès du personnel de la sécurité publique (PSP) ont fourni de nouvelles informations indiquant que les défis de santé et de bien-être auxquels faisaient face les membres du PSP étaient beaucoup plus graves qu'on ne l'avait auparavant compris. D'énormes lacunes ont été identifiées concernant les connaissances et le soutien de la santé mentale du PSP (p. ex., le personnel des services frontaliers, le personnel correctionnel, les pompiers, le personnel opérationnel et des renseignements, les paramédics, les policiers, les communicateurs de la sécurité publique, le personnel de recherche et sauvetage). L'étude a démontré que les membres du PSP

dévoués à protéger et à aider les Canadiens, souvent en y laissant leur vie, souffraient trop souvent en silence à cause des barrières comme la stigmatisation, des besoins de traitement particuliers, des difficultés à accéder à des soins en santé mentale fondés sur des données probantes. Lorsque des universitaires, des chercheurs des cliniciens et des dirigeants de la sécurité publique se sont réunis afin de déterminer les priorités en santé mentale pour le PSP, une collaboration en est émergée.

En 2018, dans le cadre du Plan d'action national sur les Blessures de stress post-traumatique, le gouvernement du Canada annonçait le financement d'un consortium de recherche entre l'ICRTSP et les

Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), et du projet-pilote de la première plateforme offrant une thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI) adressée spécialement au PSP. L'ICRTSP continue de collaborer avec le PSP, les universitaires, les chercheurs et les cliniciens afin de développer des stratégies d'application et de mobilisations des connaissances dans le but de soutenir et de développer des outils, des traitements, des formations et des soins de qualité facilement accessibles à tous les membres du PSP. Au cours des cinq dernières années, des gains rapides ont été réalisés ce qui nous encourage à espérer des progrès semblables en soutien de la santé mentale du PSP pour les cinq années à venir.

Les BSPT parmi le personnel de la sécurité publique



ICRTSP

Groupes consultatifs



Comité directeur en sécurité publique (CDSP)

Les membres guident et conseillent en matière d'orientations stratégiques. Par le biais du leadership national de leurs organisations, les membres reflètent les intérêts et les préoccupations de la collectivité du personnel de la sécurité publique (PSP).

Réseau d'universitaires, de chercheurs, et de cliniciens (Réseau de l'ARC)

L'ICRTSP a créé un réseau interdisciplinaire composé de différents universitaires, chercheurs et cliniciens de partout au Canada (Réseau de l'ARC). Les membres incluent des chercheurs financés par les Instituts de recherche en santé du Canada ainsi que de nombreux dirigeants exceptionnels du PSP. Tous les membres soutiennent le développement et le maintien de services fondés sur des données probantes pour le PSP.

Comité consultatif du Réseau d'universitaires, de chercheurs et de cliniciens (ARCNAAC)

Démocratiquement élu, ce comité représente le Réseau de l'ARC. L'ARCNAAC facilite le développement durable du Réseau de l'ARC. En appuyant les objectifs de l'ICRTSP, l'ARCNAAC contribue à reconnaître, à guider, et à participer.

ICRTSP

Points culminants



Partenariats

L'ICRTSP est associé avec **62 organisations et universités** dans **12 secteurs de première ligne essentiels** afin de collaborer à la création d'outils, à l'offre de traitements et de formation, et à la recherche.



Mobilisation des connaissances

L'ICRTSP a créé **15 webinaires** qui ont été vus par au moins **3 128 membres du personnel de la sécurité publique** partout au Canada.



Engagement communautaire

L'ICRTSP a développé **9 réseaux**, grâce à la participation de **8 secteurs du PSP**, de 52 organisations, et de **446 personnes** activement engagées à conseiller l'ICRTSP.





Besoin

Les membres du personnel de la sécurité publique (PSP) travaillent fort tous les jours afin de protéger les Canadiens et s'assurer que les communautés soient sécuritaires, fortes et résilientes pour tous. Dans l'exercice de leurs fonctions, ils sont souvent exposés à des incidents potentiellement traumatisants. Chaque jour, le PSP pourrait devoir répondre à une violente fusillade, un accident mortel, une catastrophe naturelle, ou toute autre situation d'urgence. Avec le temps, ces situations pourraient avoir de lourdes répercussions sur leur santé mentale et physique, les laissant avec un traumatisme ainsi que d'autres blessures pas toujours visibles. Afin d'aider ceux qui nous aident, une équipe de chercheurs et de cliniciens de l'Université de Regina ont lancé un nouveau programme intitulé : Thérapie cognitive comportementale sur Internet pour le personnel de la sécurité publique (PSPNET). Le PSPNET a maintenant fourni ses services à plus de 560 membres du PSP en Saskatchewan, au Québec, au Nouveau-Brunswick, en Nouvelle-Écosse et à l'Île-du-Prince-Édouard.

Action

La thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI) implique l'utilisation de l'Internet afin d'offrir le même contenu que le traitement normalement couvert par une thérapie cognitive comportementale en personne, comme traitement pour la dépression, l'anxiété, ou les blessures de stress post-traumatique. Le matériel a été spécialement adapté pour le PSP. Le soutien hebdomadaire d'un thérapeute est aussi disponible pendant 8 à 16 semaines.

Ce qu'on fait :



Augmenter les soins offerts au PSP



Fournir une évaluation en ligne et une entrevue téléphonique



Offrir la TCCI adaptée au PSP



Offrir le soutien de thérapeute



Assigner des cliniciens spécialisés supervisés



Améliorer constamment le service par la recherche

Les problèmes qu'on traite :



Santé mentale

Anxiété
Dépression
Panique

TSPT
Anxiété sociale
Stress

Liens vers les programmes :

[Développement du bien-être du PSP](#)

[Gestion du Trouble de stress post-traumatique](#)

[Démarche autogérée pour le développement du bien-être](#)



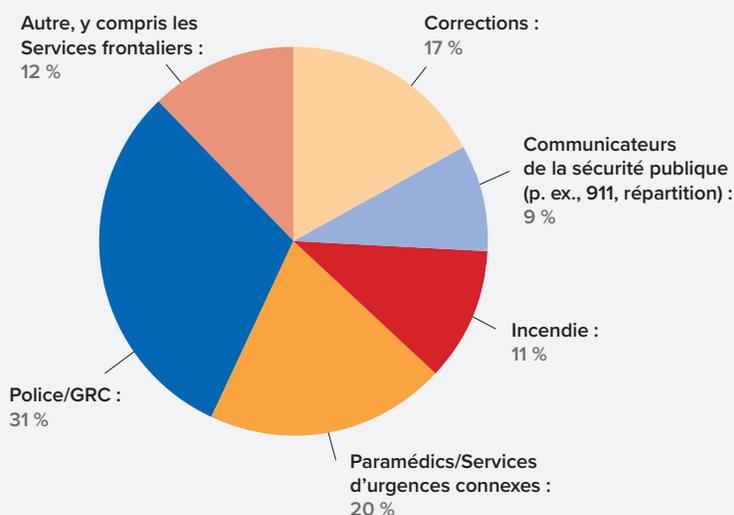


Impact

Le PSNET a maintenant fourni ses services à plus de 560 membres du PSP en Saskatchewan, au Québec, au Nouveau-Brunswick, en Nouvelle-Écosse et à l'Île-du-Prince-Édouard.

Secteur de service des participants

POURCENTAGE DU PSP PAR SECTEUR



PARTICIPANTS

61 % sont issus de communautés de moins de 90 000 résidents

53 % sont des femmes

94 % ont un emploi

16 % sont issus de minorités ethniques

Prétraitement, des scores cliniques élevés suggèrent les problèmes suivants :

63 % dépression | **55 %** anxiété | **43 %** traumatisme

67 % des participants présentent deux symptômes ou plus

Statistiques de portée

5 044 personnes ont assisté aux présentations du PSPNET dans diverses organisations du PSP

1 193 présentations, rencontres, et sondages auprès d'intervenants ont été effectués

567 organisations et agences ont incorporé le PSPNET à leurs pratiques en milieu de travail

738 organisations se sont associées au PSPNET

Résultats

98 % ont trouvé que le PSPNET en valait la peine

97 % le recommanderaient à un ami

97 % ont montré une amélioration notable de leurs scores prétraitement

91 % ont davantage confiance dans leur capacité de gérer leurs symptômes

89 % des clients ont complété 100 % du matériel des modules.

« J'ai bien apprécié pouvoir le faire au moment qui me convenait et chez moi. Ça aide d'avoir la possibilité de demander de l'aide, tout en restant dans sa zone de confort personnelle. »

– Participant au PSPNET



PSPNET Expansion

Besoin

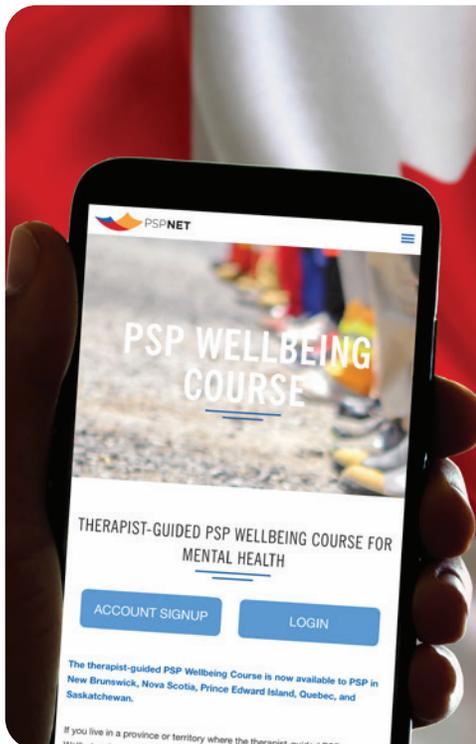
Le PSPNET a reconnu le besoin important d'offrir nos services partout au Canada et a demandé aux provinces de déclarer leur intérêt à collaborer, à élargir et à offrir les programmes du PSPNET. En discutant avec diverses provinces, 4 nouvelles ententes ont été conclues avec les gouvernements provinciaux, en plus d'un financement additionnel provenant de la Fondation Medavie pour la santé.

Action

Le 7 février 2022, le PSPNET s'est officiellement élargi en incluant la Nouvelle-Écosse, le Nouveau-Brunswick et l'Île-du-Prince-Édouard. Le service continuera son expansion jusqu'en décembre 2023, et au-delà, si tout va bien en attendant le renouvellement du financement. D'autres parties en Colombie-Britannique, en Alberta, en Ontario et à Terre-Neuve-et-Labrador, ont exprimé leur intérêt.

Impact

Depuis le lancement de l'expansion, le PSPNET reçoit un flot constant de demandes et d'inscriptions.



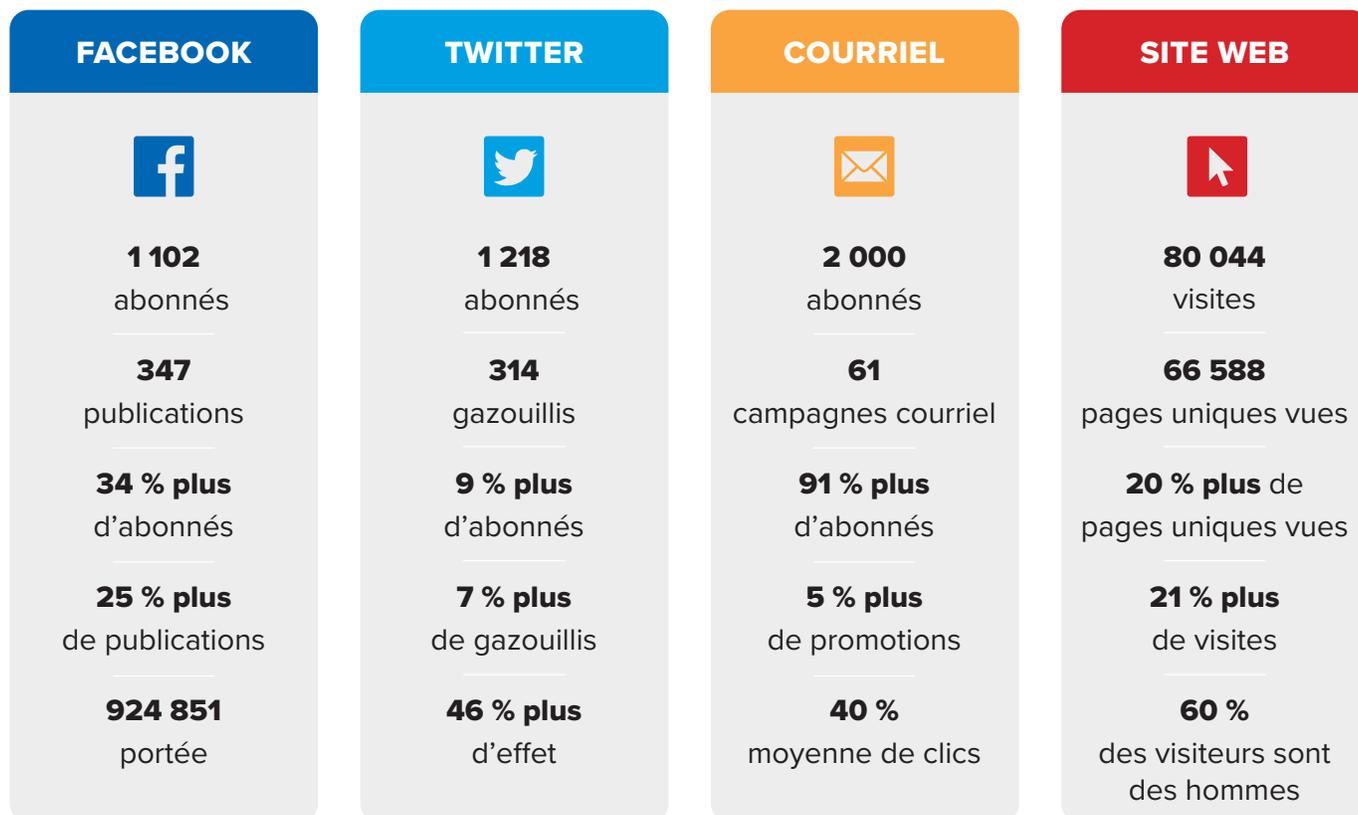
« Les policiers, les gardes-frontières et d'autres membres du personnel de la sécurité publique ont consacré leur vie à protéger les Canadiens; nous devons donc aussi les protéger. Après avoir fait une différence dans la vie de nombreuses personnes en Saskatchewan et au Québec, je suis très heureux que le PSPNET soit maintenant offert dans les provinces maritimes. Notre gouvernement est fier de soutenir cette initiative, et nous continuerons de trouver les moyens d'aider ceux qui prennent soin des Canadiens, à prendre soin d'eux-mêmes. »

– L'honorable Marco Mendicino, ministre de la Sécurité publique

« Comme organisme sans but lucratif partenaire visant à résoudre certains des problèmes les plus urgents en santé, la Fondation Medavie est engagée afin d'améliorer le bien-être des Canadiens. Un des principaux objectifs de la fondation est de financer des services et des soutiens fondés sur des données probantes pour les premiers répondants et leurs familles qui sont touchés par le Stress post-traumatique. C'est pourquoi nous sommes fiers de notre partenariat avec l'Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique afin de nous assurer que les premiers répondants aient accès aux soutiens et aux ressources en place pour prendre soin de leur santé mentale et de leur bien-être. »

– Bernard Lord, Chef de la direction, Medavie

Plateformes numériques et site Web Performance



Courriel

Besoin : Un sondage effectué à l'automne 2021 a indiqué que le courriel était la méthode préférée pour recevoir des informations sur les sujets et les événements concernant la santé mentale et le bien-être du PSP.

Action : Augmenter les messages courriel aux abonnés de l'ICRTSP à propos des outils, des traitements et de la recherche portant sur le PSP.

Impact :

- Le PSP consulte davantage les outils et la recherche, entraînant une plus grande portée.
- 91 % d'augmentation des abonnements courriel.

Portée et engagement

Champions de la santé mentale

Besoin

Baisse du niveau élevé de stigmatisation liée à la santé mentale parmi les membres du PSP, et signes que les membres utilisent le soutien des pairs pour leur santé mentale.

Action

Création du prix Champions de la santé mentale

Impact

- 216 nominations
- 20 premiers lauréats reconnus provenant de 10 provinces et 1 territoire, et de tous les secteurs du PSP
- Pages vues sur le site Web : 4 044
- Pages vues uniques : 3 680
- Twitter : 32 787 vues
- Facebook : 37 100 vues



« Le silence tue. Si je parle et raconte mon expérience, ça montre que c'est correct d'être ouvert. »

– Sharon Bak, Agente régionale en gestion des situations d'urgence, Services de gestion des urgences de l'Ontario

« Je me sens vraiment privilégiée d'être la personne que les gens appellent quand ils ont besoin de soutien. C'est un honneur de mériter leur confiance, et de les soutenir dans les moments difficiles. »

– Sergente Joy Prince, Coordonnatrice du Soutien par les pairs, Division F de la GRC

[Cliquez ici](#) pour connaître les lauréats 2021 du prix Champions de la santé mentale de l'ICRTSP.

Portée et engagement

Mois de sensibilisation au TSPT

Besoin

Sensibiliser au TSPT et réduire la stigmatisation démontrée par la recherche auprès du PSP.

Une vaste étude réalisée auprès de plus de 5 000 membres du PSP a examiné les symptômes liés à de nombreux troubles de santé mentale. Résultats de l'étude : plus de 23 % ont obtenu un résultat positif de TSPT. Ce pourcentage était plus élevé parmi la GRC (30 %), le personnel correctionnel (29,1 %), et les paramédics (24,5 %).

Action

La mise en œuvre du mois de sensibilisation au TSPT et la campagne #Portezlebleusarcelle. Comme slogan de cette campagne, nous avons choisi « Non à la stigmatisation, place à l'empathie ». Plusieurs activités ont été organisées durant le Mois de sensibilisation au TSPT, notamment deux webinaires, le lancement du guide, Six étapes à suivre pour trouver un clinicien, du site Web Santé mentale du PSP, ainsi qu'une campagne médiatique.

Impact

- Twitter : 57 424 vues
- Facebook : 18 830 vues



[Cliquez ici](#) pour consulter le site Web sur le TSPT.

ICRTSP

Membres fondateurs

Le 16 décembre 2021, les membres fondateurs ont été reconnus lors d'un événement présenté par l'ICRTSP. Il y a plusieurs années, de nombreux universitaires et dirigeants en sécurité publique ont commencé à discuter des moyens pour remédier aux nombreuses lacunes de soutien et de traitement en santé mentale qu'affrontent les premiers répondants. Ce groupe dévoué a identifié le besoin de créer une instance nationale consacrée à aider le PSP. Ils ont dû surmonter de nombreux obstacles et relever plusieurs défis, cependant, avec le temps et à l'aide de plaidoyer et d'éducation, le concept d'une instance nationale a attiré l'attention du gouvernement fédéral sur le fait que les membres du PSP et leurs familles bénéficieraient d'un meilleur soutien par une approche nationale ciblée. En 2018, le gouvernement fédéral annonçait un financement afin d'officialiser le centre virtuel de l'ICRTSP, et le consortium recevait le mandat de catalyser le développement et la dissémination de recherche centrée sur le soutien du PSP.

L'ICRTSP et ses activités connexes ont vite été reconnus à l'échelle nationale comme représentant une collectivité dévouée à trouver des solutions innovatrices, appliquées, et fondées sur des données probantes, pour améliorer la santé et le bien-être du PSP. Nous sommes reconnaissants envers les membres fondateurs pour leur dévouement, leur leadership, leur engagement, ainsi que pour les sacrifices qu'ils ont faits en créant un centre virtuel pour la communauté, visant à répondre aux besoins en santé mentale et en bien-être des membres du PSP.



[Cliquez ici](#) pour plus d'information sur les membres fondateurs de l'ICRTSP.

ICRTSP

Outils

Six étapes à suivre pour trouver un clinicien

Lancé en juin 2021

Les membres du PSP qui cherchent de l'aide pour un problème de santé mentale ne savent peut-être pas où commencer. Il existe plusieurs options pour trouver un professionnel de la santé mentale, chacune impliquant d'importantes considérations. Ce guide présente six étapes à suivre pour trouver un clinicien.

Besoin : Demande directe du CDSP pour le PSP.

Action : Guide six étapes à suivre pour trouver un clinicien

Impact :

- 1 049 pages vues sur le site
- 943 Pages vues uniques
- Twitter : 113 667 vues
- Facebook : 11 000 vues

[Cliquez ici](#) pour consulter le guide Six étapes à suivre pour trouver un clinicien.

Site Web bilingue sur la santé mentale

Lancé en juin 2021

Le site Web, Santé mentale du PSP, permet aux utilisateurs d'explorer les options de soutien en santé mentale selon plusieurs critères, dont le coût, la langue, le type de service, la confidentialité, et la localisation. La fonctionnalité de recherche flexible permet aux membres du PSP et à leurs familles d'accéder rapidement aux ressources appropriées.

Besoin : Les subventions Catalyseur des IRSC ont reconnu le besoin pour le PSP d'accéder facilement à des programmes de soutien en santé mentale.

Action : Développement d'un site Web bilingue cataloguant les soutiens en santé mentale offerts aux membres du personnel de la sécurité publique (PSP) et leurs familles au Canada, financé par les Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC).

Impact :

- 3 500 Pages vues sur le site Web
- 2 300 Pages vues uniques
- Twitter : 144 333 vues
- Facebook : 566 vues

[Cliquez ici](#) pour consulter le site Web, Santé mentale du PSP.

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

Lancé en décembre 2021

Plusieurs membres du PSP se sentent isolés lorsqu'ils font face à des difficultés en santé mentale et l'inquiétude concernant la stigmatisation peut les empêcher de demander de l'aide. Le soutien social joue un rôle important dans la protection des membres du PSP contre les répercussions néfastes du stress. Les co-équipiers sont souvent les premiers à remarquer les symptômes d'un mauvais état de santé mental chez les membres du PSP, et parce qu'ils partagent un même emploi, les membres du PSP peuvent être plus susceptibles de se confier à un pair.

Besoin : Demande directe des membres de première ligne du PSP participant au PSPNET.

Action : Développement du guide : Comment soutenir un collègue qui fait face à des problèmes de santé mentale.

Impact :

- 795 Pages vues sur le site Web
- 665 Pages vues uniques
- Twitter : 19 404 vues
- Facebook : 39 000 vues

[Cliquez ici](#) pour consulter le guide : Comment soutenir un collègue qui fait face à des problèmes de santé mentale.



Mobilisation des connaissances

Discussions ouvertes virtuelles / Webinaires

Besoin :

Les membres du PSP cherchent de l'information et du soutien afin de mieux comprendre leur santé mentale et leur bien-être.

Action :

L'ICRTSP accepte les demandes sur des sujets précis de la part L'ICRTSP accepte les demandes sur des sujets précis de la part du CDSP ainsi que les membres de première ligne du PSP, et organise les sujets des séances en fonction de la recherche et de l'actualité. L'ICRTSP s'est engagé à présenter mensuellement des webinaires et en 2021-2022 a présenté 15 événements virtuels.

Impact :

- 1 504 personnes ont participé à 15 webinaires en plus de 1 624 visionnements des séances enregistrées.
- une moyenne de 100 participants par séance, une hausse de 45 % comparativement à 2020-21.
- augmentation des visionnements des vidéos de 5 % par séance par rapport à 2020-21.
- 91 % des participants sondés ont mentionné avoir trouvé les séances utiles.

Vidéo abrégée des webinaires

Besoin :

Le CDSP a demandé à l'ICRTSP de produire une version abrégée des webinaires pour le personnel de première ligne du PSP.

Action :

La capsule vidéo sur la démarche accélérée Gestion du Trouble de stress post-traumatique a été lancée en mars 2022. De plus, trois autres vidéos abrégées de webinaires sont en production.

Impact :

L'impact sera mesuré au cours des 12 prochains mois.

[Cliquez ici](#) pour voir la première capsule vidéo :
Démarche accélérée Gestion du TSPT.

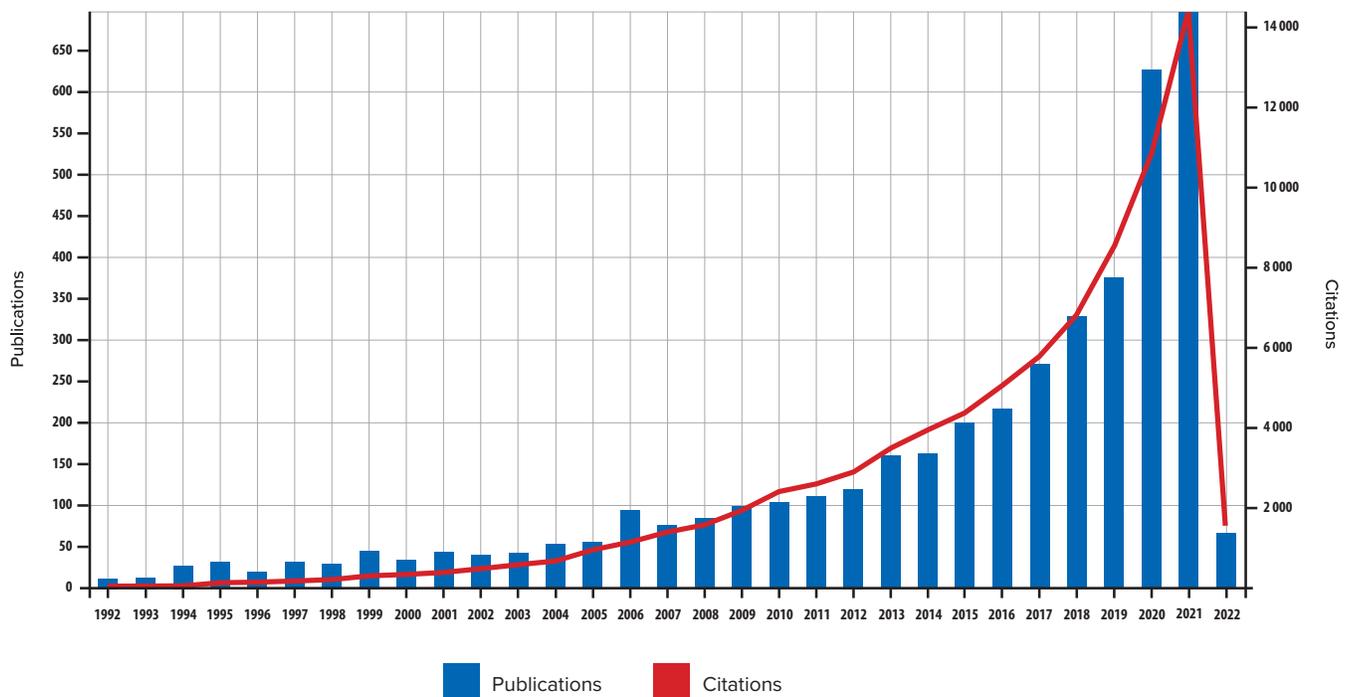
« Produire chaque mois une vidéo d'une heure ne répondait pas complètement aux besoins de tous les membres du PSP. Il fallait une version du webinaire qu'ils pouvaient voir ou écouter quand ils avaient le temps. Les nouvelles versions abrégées leur permettent de le faire, leur donnant l'accès facile à l'information, aux solutions, et aux outils offerts par des spécialistes en santé mentale. »

– Ken McMullen, Coprésident du CDSP

Application des connaissances

Depuis les débuts de l'ICRTSP, il y a eu une augmentation évidente de recherche portant sur la santé mentale du personnel de la sécurité publique, comme le démontre le tableau ci-dessous qui illustre la croissance de 141 % de recherche publiée entre 2017 et 2021.

Citations et publications dans le temps



Sommaires de recherche

Dans un sondage sur l'application des connaissances effectué à l'automne 2021, 54,6 % des répondants ont indiqué que les sommaires écrits étaient utiles pour partager les résultats de projets de recherche individuels.

24 sommaires de recherche ont été vus, 1 221 pages vues, et 1 049 pages uniques vues.

[Cliquez ici](#) pour consulter les sommaires de recherche de l'ICRTSP.

Présentations

Au cours des quatre dernières années, le PSPNET et l'ICRTSP ont tenu plus de 1 500 présentations à de potentiels participants, des intervenants, des chercheurs, des universitaires, des cliniciens, des partenaires, des membres de première ligne du PSP, et des dirigeants du PSP.

Application des connaissances

Sous la direction de Sécurité publique Canada, les IRSC et l'ICRTSP ont formé un consortium de recherche sur les BSPT parmi le PSP. Ce consortium profite du financement des IRSC, leur permettant d'effectuer d'importantes études sur plusieurs aspects de la santé mentale et du bien-être du PSP, y compris la formation et les traitements, alors que l'ICRTSP agit en appliquant et en mobilisant cette recherche auprès des membres du PSP, leurs dirigeants, et leurs familles.

Subventions d'équipe

Besoin :

Les membres du PSP, leurs dirigeants et leurs familles ont demandé qu'on en fasse davantage afin de soutenir la santé mentale et le bien-être du PSP.

Action :

En s'appuyant sur les demandes des organisations du PSP pour davantage de recherche sur la formation et les traitements, les Subventions d'équipe sur le bien-être mental du personnel de la sécurité publique (PSP) ont été conçues pour le long terme et ont soutenu les projets suivants :

- L'offre d'une thérapie cognitive comportementale sur Internet (TCCI) pour remédier aux problèmes chez les agents correctionnels et d'autres membres du personnel de la sécurité publique.
- L'apprentissage par modulation autonome (Autonomic Modulation Training) : une approche biologique en renforcement de la résilience et de l'état du bien-être chez les policiers exposés à des blessures de stress post-traumatique (BSPT).
- Renforcer la résilience à l'aide de l'application intégrée de connaissances : une série d'études de cas (programme trois piliers de résilience pour le personnel de la sécurité publique).
- Un programme de formation enrichi ciblant la prévention des blessures de stress post-traumatique chez le PSP.
- PSPHomeBase : Améliorer le bien-être mental des familles du personnel de la sécurité publique.
- L'essai clinique randomisé d'une nouvelle approche en formation cognitive pour le personnel de la sécurité publique souffrant de blessures de stress post-traumatique.
- Une étude longitudinale de la santé mentale et du bien-être des agents de Service Correctionnel Canada : l'influence graduelle du travail en pénitencier et des pénitenciers sur la santé et la personnalité du personnel correctionnel.
- Avant le stress opérationnel : évaluation d'une nouvelle intervention psychosociale pour le personnel de la sécurité publique.

Impact :

Les subventionnés d'équipe des IRSC ont soumis des sommaires mis à jour sur ces projets.

[Cliquez ici](#) pour plus d'information.

Davantage de demandes de la part des membres et des dirigeants du PSP ont mené au financement direct de deux centres spécialisés conçus pour effectuer de la recherche sur deux interventions importantes :

- Une approche tenant compte de la théorie et de la pratique des interventions en situation de crise pour le personnel de la sécurité publique du Canada – reconnaître les lacunes des connaissances pour façonner l'action.
- Soutien par les pairs « Sur Appel » : Centre de recherche et de coordination.



ICRTSP

Formation

Besoin

Le CDSP a reconnu le besoin de formation de qualité, accessible et pratique, fondée sur des données probantes pour aider la santé mentale, la sensibilisation à la santé mentale, et la résilience des membres du PSP, leurs dirigeants, leurs familles et leurs intervenants. Il faut trouver des solutions novatrices pour de la formation à long terme fondée sur des données probantes. Afin de répondre à ce besoin, l'ensemble du portefeuille de recherche de l'ICRTSP devrait être centré sur les dirigeants, les familles et les travailleurs de première ligne du PSP. Il devrait aborder les lacunes du système de soutien pour ceux qui prennent soin du PSP, ainsi que le changement culturel systémique par les organisations.

Action

En 2021, avec le soutien de Sécurité publique Canada, l'ICRTSP a commencé le travail de développement de ce portefeuille en embauchant un Gestionnaire de la formation et du développement afin de superviser le développement et l'offre de formation et de possibilités de perfectionnement professionnel. Un sous-comité en formation du CDSP a aussi été réinstauré. Différents appels d'énoncés de projet ont mené à la création d'un nombre de propositions pour appuyer le développement de ce portefeuille.

Un appel d'énoncés de projet sur le Trouble de stress post-traumatique (TSPT) et autres traumatismes parmi les personnes les plus touchées par la COVID-19 a été diffusé directement par l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC). L'Université de Regina (par le biais de l'ICRTSP) a développé et soumis une demande de financement pour le projet « **Programme de formation et de développement pour le personnel de la sécurité publique** », en octobre 2021.

L'ICRTSP continue de développer des partenariats au sein de son réseau pour faire avancer davantage le portefeuille de formation. Le développement continu de partenariats favorise le dialogue au sein des secteurs d'activités, des organisations, des chercheurs, et des partenaires du PSP afin de répondre au besoin en santé psychologique et en bien-être ainsi que leur impact sur les membres du PSP.

Impact

La capacité de consacrer les ressources au développement du portefeuille de formation a permis le développement stratégique continu et le soutien global de l'équipe de dirigeants et du personnel de l'ICRTSP.

Favoriser les contacts en recherche

Développement du Réseau de l'ARC

Besoin :

Un réseau de chercheurs permettrait d'éviter le dédoublement, d'accroître la productivité, et d'effectuer de la recherche collaborative.

Action :

L'ARNAC a élaboré le matériel et le processus pour l'expansion et vérifiera et approuvera les demandes. Des invitations à se joindre au Réseau de l'ARC ont été envoyées à 350 universitaires, chercheurs et cliniciens.

Impact :

Le nombre de nouveaux membres du Réseau de l'ARC sera suivi au cours des 12 prochains mois.

[Cliquez ici](#) pour en savoir davantage.

Formulaire de projet de recherche (FPR)

Besoin :

À la demande du CDSP, le formulaire de projet de recherche a été développé afin d'aider la direction du PSP à identifier, à suivre, et à comprendre le sujet des nombreuses études effectuées dans la collectivité du PSP. Le formulaire devrait aussi permettre de soutenir la collaboration entre chercheurs et intervenants du PSP, d'augmenter l'application des connaissances, de développer de nouveaux domaines de recherche, et de réduire le dédoublement inutile des efforts.

Action :

L'ARNAC a préparé le FPR, le processus, et vérifiera et approuvera toutes les demandes de projet. Le formulaire a été élaboré afin de faciliter les efforts de l'ICRTSP en application des connaissances en ce qui a trait au partage des informations concernant les études auprès du PSP, à travers les nombreux différents réseaux d'intervenants du PSP.

Impact :

Lancé récemment l'impact en sera mesuré au cours des 12 prochains mois.

[Cliquez ici](#) pour en savoir davantage.



Futures avancées

Recherche

Trousse d'application des connaissances pour étudiants

Le sous-comité responsable de la trousse d'application des connaissances pour étudiants (TE) s'engage à renforcer la capacité des étudiants qui effectuent de la recherche sur le PSP en les encourageant à concentrer leur recherche sur le PSP après leur diplôme, et faire croître la recherche portant sur le PSP. Les trousse d'application des connaissances fourniront les meilleures pratiques, des modèles de plans de TE, ainsi que des suggestions afin d'aider les étudiants à planifier leurs projets pour que les résultats puissent être partagés de manière efficace avec les membres du PSP, leurs dirigeants, et leurs familles. Le PE entre l'ICRSMV et l'ICRTSP pour le conseiller spécial permettra à l'ICRTSP à contribuer au renforcement de la capacité.

Glossaire des termes

La version 3 du glossaire est actuellement en développement, et on y ajoute un grand nombre de termes afin d'inclure d'autres types d'expériences traumatisantes qui se produisent chez les membres du PSP et les vétérans. Une édition spéciale du journal scientifique de l'ASPC sera consacrée à la version 3 du glossaire, ce qui apportera des mises à jour importantes et suscitera un plus grand intérêt. Le journal sera publié à l'automne 2022.

Traitements

Ateliers sur le sommeil

L'ICRTSP s'associera à un spécialiste du sommeil pour concevoir un cours sur le sommeil couvrant les meilleures pratiques pour bien dormir, ainsi que les moyens de gérer des maladies particulières comme l'insomnie et l'apnée du sommeil.

Engagement communautaire

Réunion virtuelle du Réseau de l'ARC

Pour développer davantage le réseau, une réunion annuelle virtuelle rassemblera les universitaires, les chercheurs, et les cliniciens afin de discuter de la recherche récente sur le PSP, identifier les lacunes en recherche, et développer des collaborations qui élargiront la portée de la recherche sur le PSP.

Réseau de champions de la santé mentale partout au Canada

L'ICRTSP développe un réseau de membres de première ligne du PSP afin de les informer des succès et des défis en santé mentale en milieu de travail. Le nouveau réseau partagera des idées et des informations afin d'aider l'ICRTSP à diffuser l'information portant sur la recherche, les outils, la formation et les traitements.

Mobilisation des connaissances

Discussions ouvertes virtuelles

L'ICRTSP continue de tenir régulièrement des discussions ouvertes virtuelles et des webinaires sur des sujets qui touchent le PSP.

En partenariat avec *Families Matter Research Group*

L'ICRTSP contribue à développer un réseau national de membres des familles du PSP, et aidera en créant et en diffusant des ressources pertinentes aux familles du PSP.

Formation

La proposition de l'ASPC a identifié des possibilités de bâtir sur le programme de formation existant de l'ICRTSP, offrant de nouvelles modalités et davantage de portée pour la formation existante, les essais pilotes, et l'expansion des toutes dernières formations pour le PSP. Ce projet crée un modèle communautaire qui fonctionne pour d'autres possibilités de formation et du soutien opérationnel continu.



Impliquez-vous davantage dans l'ICRTSP

[Cliquez ici](#) pour vous abonner et rester informé sur l'ICRTSP.

[Cliquez ici](#) pour vous abonner et rester informé sur le PSPNET.

Suivez-nous sur les réseaux sociaux

 Instagram: https://www.instagram.com/cipsrt_icrtsp/

 Twitter: https://twitter.com/CIPSRT_ICRTSP

 Facebook: <https://www.facebook.com/CIPSRT>

PSPNET Facebook Québec: <https://www.facebook.com/PSPNETpourPSP>

 LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/cipsrt-icrtsp>

Intervenants de l'ICRTSP

Comité directeur en sécurité publique

[Cliquez ici](#) pour les membres du CDSP

ARCNAAC

[Cliquez ici](#) pour les membres de l'ARCNAAC

Personnel de l'ICRTSP et du PSPNET

[Cliquez ici](#) pour les membres de l'équipe de l'ICRTSP