



Mental Health Resources / Ressources en santé mentale

EAP • 24/7 • 365 • CONFIDENTIEL/CONFIDENTIAL • 1-800-268-7708

Le travail d'agent correctionnel est difficile et affecte la santé mentale de plusieurs d'entre nous. Nous travaillons dans des conditions de travail uniques et parfois stressantes, voir traumatisantes. Si vous ou l'un de vos collègues souffre de problèmes psychologiques, nous vous encourageons fortement à aller chercher de l'aide. Vous trouverez ci-bas une liste non exhaustive de sites web, de références, d'applications et autres ressources en santé mentale. En cas de problème ou si vous avez des questions sur le sujet, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de ces ressources et à prendre soin de vous avant de prendre soin des autres. Vous êtes la personne la plus importante pour prendre soin de vous-même.

The work of a correctional officer is difficult and affects the mental health of many of us. We work in unique and sometimes stressful, even traumatic working conditions.

If you or one of your colleagues suffers from psychological issues, we strongly recommend that you seek help. Here is a non-exhaustive list of websites, references, applications, and other mental health resources. If you have any problems, concerns, or questions on the subject, don't hesitate to use these resources and take care of yourself before taking care of others. You are the most important person to take care of yourself.

Canadian Institute for Public Safety Research and Treatment

(EN) <https://www.cipsrt-icrtsp.ca/>

Institut Canadien de recherche et de traitement en sécurité publique

(FR) <https://www.cipsrt-icrtsp.ca/fr>

PSP Mental Health Support Services

(EN) <https://www.pspmentalhealth.ca/filter/filter.php>

Soutien en santé mentale pour le PSP

(FR) <https://www.pspmentalhealth.ca/fr/filter/filter.php>

La Maison la Vigile (QC)

<https://lavigile.qc.ca>

Wounded Warriors

(FR) <https://woundedwarriors.ca/fr/>

(EN) <https://woundedwarriors.ca/>

<https://www.pspnet.ca>

PSPNET (now accepting PSP residing in NNB, NS, PEI, Quebec, and Saskatchewan who are interested in therapist-guided ICBT.

<https://www.pspnet.ca/fr/home/>

Le PSPNET accepte maintenant des clients venant du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse, de l'Île-du-Prince-Édouard, du Québec et de la Saskatchewan

CAPS Canadian Association for Suicide Prevention

(EN) <https://suicideprevention.ca/need-help/>

ACPS Association Canadienne pour la prévention du suicide

(FR) <https://fr.suicideprevention.ca>

The Newly Institute

(EN) <https://www.thenewly.ca>

(FR) <https://fr.thenewly.ca>

Commission de la santé mentale du Canada

(FR) <https://commissionsantementale.ca/>

Mental Health Commission of Canada

(EN) <https://mentalhealthcommission.ca>

Together all

(EN) <https://togetherall.com/en-ca/>

(FR) <https://togetherall.com/fr-ca/>

Talk Suicide Canada

(ENG) <https://talksuicide.ca/>

(FR) <https://parlonssuicide.ca>

Boots on the Ground

www.bootsontheground.ca

1-833-677-2668