



IMPROVING THE WELLBEING OF FIRST RESPONDERS & OTHER PUBLIC SAFETY PERSONNEL THROUGH ACCESSIBLE ONLINE CONFIDENTIAL EVIDENCE-BASED TREATMENT

Canadian Institute of Public Safety Research and Treatment (CIPSRT) is excited to announce the development of the Public Safety Personnel Internet-delivered Cognitive Behaviour Therapy (PSPNET) team

What is PSPNET ?

PSPNET is a team of clinicians and researchers based at the University of Regina who are developing, delivering, and evaluating Internet-delivered cognitive behaviour therapy (ICBT) for Public Safety Personnel (PSP). The team is tailoring an ICBT program initially developed in Australia and then researched by Dr. Heather Hadjistavropoulos, Executive Director of the Online Therapy Unit at the University of Regina. Research will be conducted to evaluate the effectiveness of ICBT for PSP.

Who We Serve

FIRST RESPONDERS and PSP who ensure the safety and security of Canadians such as tri-services (police – including the Royal Canadian Mounted Police, career and volunteer firefighters and paramedics), correctional employees, border services personnel, operational and intelligence personnel, search and rescue personnel, Indigenous emergency managers, and public-safety communications officials.

How to Access PSPNET

PSPNET will start accepting clients in Saskatchewan in late 2019. The next phase of the program will offer services in Quebec in 2020.

How We Help

- **ONLINE MODULES SUPPLEMENTED AS NEEDED WITH THERAPIST SUPPORT** through a combination of secure e-mails or phone calls
- Addresses anxiety, depression, and post-traumatic stress
- Assists clients with **UNDERSTANDING AND COPING** with patterns of **THOUGHTS, BEHAVIOURS,** and **FEELINGS** that cause distress or lead to difficulties in everyday functioning
- PSPNET is **EASILY ACCESSIBLE** for clients who report barriers to care (i.e., geographic, logistical, limited resources, stigma barriers)
- PSPNET team follows strict ethical and legal guidelines to protect client **CONFIDENTIALITY**

Eligibility for First Responders and PSP

- Are 18 years of age or older
- Have access to a computer with internet
- Are experiencing symptoms of anxiety, depression, or post-traumatic stress injuries
- Are not seeking emergency services
- Are willing to periodically answer questionnaires to evaluate the effectiveness of the PSP Wellbeing Course

ACCESSIBLE ONLINE TREATMENT

This study has been approved by the University of Regina Research Ethics Board.

www.pspnet.ca

Funding provided by Public Safety Canada



Contact the PSPNET team at: pspnet@uregina.ca Tel: (306) 337-SAFE (7233)



AMÉLIORER LE BIEN-ÊTRE DES PREMIERS RÉPONDANTS ET DES AUTRES MEMBRES DU PERSONNEL DE LA SÉCURITÉ PUBLIQUE À L'AIDE DE TRAITEMENTS CONFIDENTIELS FONDÉS SUR DES DONNÉES PROBANTES ACCESSIBLES SUR INTERNET

L'Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique (ICRTSP) est fier d'annoncer l'équipe formée pour le développement de la Thérapie cognitive et comportementale sur Internet pour le personnel de la sécurité publique (PSPNET).

Qu'est-ce que le PSPNET?

L'équipe du PSPNET est composée de cliniciens et de chercheurs basés à l'Université de Regina qui développent, livrent et évaluent la Thérapie cognitive et comportementale sur Internet (TCCI) pour le personnel de la sécurité publique (PSP). L'équipe adapte un programme de TCCI initialement développé en Australie, et ensuite étudié par Dre Heather Hadjistavropoulos directrice exécutive de Online Therapy Unit à l'Université de Regina. On effectuera de la recherche afin d'évaluer l'efficacité de la TCCI pour le PSP.

Qui servons-nous

LES PREMIERS RÉPONDANTS et les membres du PSP qui assurent la sécurité et la protection des Canadiens, comme les trois services d'urgence (la police y compris la Gendarmerie royale du Canada, les pompiers et les pompiers volontaires, les paramédics), les employés des services correctionnels, le personnel des services frontaliers, le personnel des opérations et des renseignements, le personnel de recherche et sauvetage, les gestionnaires d'urgence des collectivités autochtones, et les préposés aux appels d'urgence en sécurité publique.

Comment accéder au PSPNET

PSPNET commencera à accepter des clients en Saskatchewan vers la fin de 2019. La prochaine étape du programme offrira des services au Québec en 2020.

Comment aidons-nous

- À L'AIDE DE MODULES SUR INTERNET COMPLÉTÉS AU BESOIN AVEC LE SOUTIEN DE THÉRAPEUTES par le biais d'une combinaison de messages courriel ou d'appels téléphoniques sécurisés
- Aborde l'anxiété, la dépression, et le stress post-traumatique
- Aide les clients à **COMPRENDRE ET GÉRER** les types de **PENSÉES**, de **COMPORTEMENTS**, et de **SENTIMENTS** qui causent de la détresse ou qui entraînent des difficultés à fonctionner au quotidien
- Le PSPNET est **FACILEMENT ACCESSIBLE** pour les clients qui rapportent faire face à des barrières en soins (c. à-d., la géographie, la logistique, le manque de ressources ou la stigmatisation)
- Afin de protéger **LA VIE PRIVÉE** du client, l'équipe PSPNET respecte une ligne directrice éthique et légale stricte

Critères d'admissibilité pour les premiers répondants et les autres membres du PSP

- Avoir au moins 18 ans
- Avoir accès à un ordinateur avec accès à Internet
- Avoir éprouvé des symptômes d'anxiété, de dépression, ou de blessure de stress post-traumatique
- Ne pas rechercher des services d'urgence
- Être prêts à répondre périodiquement à des questionnaires évaluant l'efficacité du cours sur le bien-être du PSP

TRAITEMENT ACCESSIBLE SUR INTERNET

Cette étude a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université de Regina.

www.pspnet.ca

Financement alloué par Sécurité publique Canada



Contactez l'équipe du PSPNET au : pspnet@uregina.ca Tél. : (306) 337-SAFE (7233)

Dans le texte, le genre masculin est utilisé au sens neutre et désigne les femmes autant que les hommes.