

## ***New Guide makes finding mental health help easier for Public Safety Personnel***

A new guide developed by the Canadian Institute for Public Safety Research & Treatment (CIPSRT) aims to make seeking mental health help easier for Public Safety Personnel (PSP). Public Safety Personnel, which includes border service agents, corrections officers, communications workers (911), firefighters, paramedics, and police, are exposed to more trauma than the average citizen. The guide "Six Steps to Finding a Clinician," was specifically designed to help PSP seek mental health treatment and is now available on the CIPSRT website.

Federal public safety leadership recognized that their members needed a tool to help PSP to overcome the common barriers to seeking mental health support and tasked CIPSRT with developing The Guide. The Guide, designed by a committee of mental health clinicians, takes PSP through 6 basic steps:



# SIX Steps to Finding a Clinician

A guide for Public Safety Personnel  
seeking Mental Health Treatment

1



Know your coverage

2



Know the professionals

3



Know the lingo

4



Know your treatment options

5



Choosing a mental health professional

6



Get ready for your first appointment

"The tool is designed to be very straightforward and easy to use. We hope the tool will help PSP navigate the process of finding a clinician from start to finish," said Nick Carleton, the Scientific Director at CIPSRT.

Designing The Guide with feedback from people with lived experience — helped to ensure that The Guide was easy to use and interactive, so that PSP can quickly work through the steps.

[Click here for: 6 Steps to Finding a Clinician Guide](#)

---

## Nouveau guide visant à faciliter la recherche d'aide en santé mentale pour le personnel de la sécurité publique

L'Institut canadien de recherche et de traitement en sécurité publique (ICRTSP) a préparé un nouveau guide qui permet de faciliter la recherche d'aide en santé mentale pour le personnel de la sécurité publique (PSP). Les membres du personnel de la sécurité publique, notamment les agents des services frontaliers, les agents correctionnels, les agents aux communications d'urgence (911), les pompiers, les paramédics, et les policiers, sont exposés à un plus grand nombre de traumatismes que le citoyen ordinaire. Le guide, « Six étapes à suivre pour trouver un clinicien », a été spécialement conçu afin d'aider le PSP qui cherche un traitement en santé mentale, et il est maintenant accessible sur le site Web de l'ICRTSP.

La direction de Sécurité publique Canada a reconnu que les membres du PSP avaient besoin d'un outil pour les aider à surmonter les différents obstacles qui les

empêchent d'obtenir du soutien en santé mentale, et a confié la création du guide à l'ICRTSP. Conçu par un comité de cliniciens en santé mentale, le guide oriente les membres du PSP à travers 6 étapes simples :



## Six étapes à suivre pour trouver un clinicien



Connaître votre couverture d'assurance

Guide pour le personnel de la sécurité publique  
qui cherche un traitement en santé mentale



Connaître les professionnels



Connaître le langage



Connaître les options de traitement



Choisir un professionnel de santé mentale



Se préparer pour le premier rendez-vous

« Le guide est conçu pour être très simple et facile à utiliser. Nous espérons que cet outil aidera le PSP à naviguer à travers le processus de recherche de cliniciens, du début à la fin » ajoute Nick Carleton, Directeur scientifique de l'ICRTSP.

En créant le guide à partir de rétroaction de gens qui ont vécu l'expérience, nous avons pu nous assurer que le guide était convivial et interactif, et permettre aux membres du PSP de suivre rapidement les étapes.

[Cliquez-ici: Le guide, Six étapes à suivre pour trouver un clinicien](#)



*Copyright © 2021 CIPSRT-ICRTSP, All rights reserved.*

You are receiving this email because you opted in via our website.

**Our mailing address is:**

CIPSRT-ICRTSP  
3737 Wascana Parkway  
University of Regina  
Regina, Sk s4s 0a2  
Canada

[Add us to your address book](#)

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

