



PSPNET
FAMILIES

Online wellbeing hub to support public safety personnel families



www.pspnetfamilies.ca

1 833 317-7233 (SAFE)
pspnetfamilies@uregina.ca

This research is approved by the University of Regina Ethics Board & Queen's University Ethics Board

Why families matter

The families of first responders and other public safety personnel (PSP) experience unique lifestyle demands that challenge them everyday. Families serve alongside those who ensure the safety and security of our communities.

How we support families

We provide information, resources, and skill-building strategies to help you navigate your unique life circumstances.

Spouses or significant others may also access a free, self-guided ICBT (internet-delivered cognitive behavioural therapy) course anytime that will help them understand and manage their mental health.

Who are PSP?

A broad term that encompasses personnel who ensure the safety and security of Canadians. It includes, but is not limited to, border services officers, correctional workers, firefighters (career and volunteer), Indigenous emergency managers, operational intelligence personnel, paramedics, police (municipal, provincial, and federal), public safety communicators, and search and rescue personnel.



With financial contributions from



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada





PSPNET
FAMILLES

Centre de bien-être en ligne pour soutenir les familles du personnel de la sécurité publique



www.pspnetfamilies.ca

1 833 317-7233

pspnetfamilies@uregina.ca

Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de l'Université de Regina et le comité d'éthique de l'Université Queens

Pourquoi les familles sont importantes

Les familles des premiers répondants et du personnel de la sécurité publique (PSP) sont confrontées à des exigences de vie uniques qui les mettent à l'épreuve chaque jour. Elles accompagnent ceux qui assurent la sécurité de nos communautés.

Comment nous soutenons les familles du psp

Nous fournissons des informations, des ressources et des stratégies de renforcement des compétences pour vous aider à faire face aux circonstances particulières de votre vie.

Les conjoints ou les personnes chères peuvent également accéder à tout moment à une démarche gratuite et autoguidée de TCCI (thérapie cognitivo-comportementale délivrée par internet) qui les aidera à comprendre et à gérer leur santé mentale.

Qui est le psp?

Terme général qui englobe le personnel chargé d'assurer la sécurité des canadiens. Il inclut, sans s'y limiter, les agents des services frontaliers, les travailleurs des services correctionnels, les pompiers (professionnels et volontaires), les gestionnaires autochtones des situations d'urgence, le personnel du renseignement opérationnel, les paramédics, la police (municipale, provinciale, fédérale), les communicateurs de la sécurité publique et le personnel de recherche et de sauvetage.



Avec la contribution financière de



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

