



SPORT-INFORMED MENTAL HEALTH CARE: THE COACH JOURNEY

What to expect when you reach out for mental health support

1 TAKE THE FIRST STEP

Reach out to the bilingual Mental Health Coordinator:
mentalhealth@mygameplan.ca



This inbox is monitored by a third party organization. Game Plan does not receive your personal health information, or know your identity.

2 YOU'VE GOT OPTIONS!

You can choose from two pathways to sport-informed mental health care:

Game Plan Mental Health Network (MHN)

A pan-Canadian network of vetted mental health professionals working in sport

[Learn more](#)

OR

Canadian Centre for Mental Health and Sport (CCMHS)

A collaborative sport-focused mental health care team

[Learn more](#)

3 COMPLETE INTAKE

A conversation with the Mental Health Coordinator and a screening questionnaire help match you with a practitioner or team who can meet your needs. Who you work with is up to you!

This is a confidential process. Your personal health information is stored securely and is not shared with Game Plan, your NSO, the COC, CPC or COPSIN.

4 RECEIVE CONFIDENTIAL SUBSIDIZED CARE

Breathe a little easier, you're in good hands. Game Plan will cover \$2500 of the cost of care each year for national team coaches

The screening questionnaire helps to determine areas of support you might need, tracks athlete mental health trends, and supports mental health funding proposals.



Remember! The process is designed to ensure quality of care. Timelines will depend on aligning schedules between the practitioner and the coach. Finding that the practitioner isn't the right fit? No worries, you can request a different practitioner from the Mental Health Coordinator.



GAME PLAN
PLAN DE MATCH



SOINS DE SANTÉ MENTALE AXÉS SUR LE SPORT : LE PARCOURS DE L'ENTRAÎNEUR

À quoi s'attendre lorsque vous demandez un soutien en matière de santé mentale ?

1 FAITES LE PREMIER PAS

Contactez la coordinatrice bilingue de la santé mentale :
mentalhealth@mygameplan.ca



Cette boîte de réception est contrôlée par une organisation tierce. Plan de match ne reçoit pas vos informations de santé personnelles et ne connaît pas votre identité.

2 DES CHOIX S'OFFRENT À VOUS!

Vous pouvez choisir entre deux voies d'accès aux soins de santé mentale axés sur le sport :

Le réseau en santé mentale Plan de match (RSM)

Un réseau pancanadien de professionnels de la santé mentale approuvés qui travaillent dans le domaine du sport

[En savoir plus](#)

OU

Le Centre canadien de la santé mentale et du sport (CCSMS)

Une équipe de professionnels en soins de santé mentale axés sur le sport

[En savoir plus](#)

3 INSCRIPTION COMPLÈTE

Une conversation avec la coordonnatrice de la santé mentale et un questionnaire d'entrée permettent de vous jumeler avec un praticien ou une équipe qui peut répondre à vos besoins. C'est vous qui décidez avec qui vous souhaitez travailler !

Il s'agit d'un processus confidentiel. Vos informations médicales personnelles sont stockées en toute sécurité et ne sont pas communiquées à Plan de match, à votre INS, au COC, au CPC ou au RISOP

4 RECEVOIR DES SOINS CONFIDENTIELS SUBVENTIONNÉS

Vous êtes entre de bonnes mains. Plan de match couvrira les soins jusqu'à concurrence de 2500 \$ chaque année pour les entraîneurs des équipes nationales.

Le questionnaire de dépistage aide à déterminer les types de soutien dont vous pourriez avoir besoin, de suivre les tendances en matière de santé mentale des athlètes et de soutenir des projets de financement en matière de santé mentale.



N'oubliez pas ! Le processus est conçu pour assurer la qualité des soins. Les délais dépendront de l'alignement des horaires entre le praticien et l'entraîneur. Vous trouvez que le praticien ne vous convient pas ? Pas de problème, vous pouvez demander un autre praticien au coordonnateur de la santé mentale.



GAME PLAN
PLAN DE MATCH