

# PSP HEALTH PROMOTION COURSE REGISTRATION

## Winter 2026



### PARTICIPANT INFORMATION (Complete All Fields)

Name: [REDACTED]

SN/PRI/NPF #: [REDACTED] Rank: [REDACTED]

Email: [REDACTED] Phone #: [REDACTED] Unit: [REDACTED]

Element:  Navy  Army  Air Force

Select:  Reg  Res  Retired Mil  Civ  Spouse

### UNIT TRAINING COORDINATOR INFORMATION (Required)

Name: [REDACTED] Phone #: [REDACTED] Email: [REDACTED]

### IMMEDIATE SUPERVISOR INFORMATION

Name: [REDACTED] Phone #: [REDACTED] Email: [REDACTED]

### HEALTH PROMOTION COURSE SCHEDULE

HP COURSE	TIMES	SESSION DATES
STRESS: TAKE CHARGE!	4 Session Series* 4 x 08:30 – 12:00	<input type="checkbox"/> February 5, 12, 19 & 26
MANAGING ANGRY MOMENTS	4 Session Series* 4 x 08:30 – 12:00	<input type="checkbox"/> March 5, 12, 19 & 26
ESSENTIAL NUTRITION	4 Session Series* 4 x 08:30 – 12:00	<input type="checkbox"/> February 3, 10, 17 & 24
TOP FUEL FOR TOP PERFORMANCE	2 Sessions* Day I 08:30 – 16:00 Full Day Day II 08:30 – 12:00 Half Day	<input type="checkbox"/> April 14 & 15
ADDICTIONS AWARENESS (MITE 117733)	2 Sessions* Day I 08:30 – 16:00 Full Day Day II 08:30 – 12:00 Half Day	<input type="checkbox"/> March 3 & 4
MENTAL FITNESS & SUICIDE AWARENESS (MITE 119531)	1 Full Day 08:30 – 16:00	<input type="checkbox"/> February 18 <input type="checkbox"/> April 8
RESPECT IN THE CAF (MITE 303129)	1 Full Day 08:30 – 16:00	<input type="checkbox"/> April 22

**\*Please ensure your availability to attend the entire series- partial attendance does not qualify course credit.**

- ✓ Send your fully completed Registration Forms to [Lisa.Jeffery@forces.gc.ca](mailto:Lisa.Jeffery@forces.gc.ca)
- ✓ Pre-registration through UTCs, as well as appropriate authorization of attendance, is mandatory.
- ✓ All classes held upstairs in the classroom in the Naden Athletic Centre – CFB Esquimalt. Our classroom is NOT easily accessible for those with mobility challenges.
- ✓ All classes are civilian dress.

**All Health Promotion courses, including Respect in the CAF, are voluntary and education workshops and are not occupational training or to be used as remedial measures.**

# INSCRIPTION AU COURS DE PROMOTION DE LA SANTÉ PSP

## HIVER 2026



### INFORMATIONS SUR LES PARTICIPANTS (compléter tous les champs)

Nom: [REDACTED] Code d'identification de l'unité: [REDACTED]  
SN/PRI/NPF #: [REDACTED] Rang: [REDACTED]  
Courriel: [REDACTED] Numéro de téléphone: [REDACTED]

Élément:  Marine  Armée de terre  Armée de l'air Sélectionnez:  Reg  Res  Retraité Mil  Civ  Conjoint

### INFORMATIONS SUR LE COORDINATEUR DE LA FORMATION DE L'UNITÉ (Ce Champ Est Obligatoire)

Nom: [REDACTED] Numéro de téléphone: [REDACTED] Courriel: [REDACTED]

### INFORMATION SUR LE SUPÉRIEUR IMMÉDIAT

Nom: [REDACTED] Numéro de téléphone: [REDACTED] Courriel: [REDACTED]

### SUR LE COURS DE PROMOTION DE LA SANTÉ

COURS HP	HEURES	DATES DES SESSIONS
LE STRESS : ÇA SE COMBAT!	4 Sessions* 08:30 - 12:00 4 x Demi-journées	<input type="checkbox"/> 5, 12, 19 & 26 février
GÉRER LES MOMENTS DE COLÈRE	4 Sessions* 08:30 - 12:00 4 x Demi-journées	<input type="checkbox"/> 5, 12, 19 & 26 mars
ESSENTIELLE DE NUTRITION	4 Sessions* 08:30 - 12:00 4 x Demi-journées	<input type="checkbox"/> 3, 10, 17, & 24 février
BOUFFE-SANTE ET NUTRITION SPORTIVE	2 Sessions* 08:30 - 16:00 journée complète 08:30 - 12:00 demi-journée	<input type="checkbox"/> 14 & 15 avril
SENSIBILISATION AUX DEPENDANCES (MITE 117733)	2 Sessions* 8:30 - 16:00 journée complète 08:30 - 12:00 demi-journées	<input type="checkbox"/> 3 & 4 mars
FORCE MENTALE ET SENSIBILISATION FACE AU SUICIDE (MITE 119531)	1 journée complète 08:30 - 16:00	<input type="checkbox"/> 18 février <input type="checkbox"/> 8 avril
RESPECT DANS LES FORCES ARMÉES CANADIENNES (MITE 303129)	1 journée complète 08:30 - 16:00	<input type="checkbox"/> 22 avril

\* Indique un cours à plusieurs sessions. Veuillez-vous assurer de votre disponibilité pour assister à l'ensemble de la série, car une participation partielle ne donne pas droit à un crédit de cours.

- ✓ Envoyez vos formulaires d'inscription dûment remplis à [Lisa.Jeffery@forces.gc.ca](mailto:Lisa.Jeffery@forces.gc.ca).
- ✓ La pré-inscription auprès des CFS, ainsi que l'autorisation de présence appropriée, sont obligatoires.
- ✓ Tous les cours ont lieu à l'étage, dans la salle de classe du Naden Athlétique Centre, BFC Esquimalt. Notre salle de classe n'est PAS facilement accessible aux personnes à mobilité réduite. Tous les cours se déroulent en tenue civil
- ✓ Tous les cours sont en tenue civile.

**Tous les cours de promotion de la santé, y compris Respect in the CAF, sont des ateliers volontaires et éducatifs et ne constituent pas une formation professionnelle ou des mesures correctives.**