

PROMOTION DE LA SANTÉ

PSP GAGETOWN

Ateliers à venir 2025-2026



SEPTEMBRE 2025

Le cours essential de nutrition
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Écrasez-la! - tous les vendredis

24 sept

25 sept

0900-0930

OCTOBRE 2025

Force mentale et sensibilisation au suicide
Programme de sensibilisation aux problèmes liés à l'alcool, aux autres drogues et au jeu excessif
Respect dans les FAC (MR sub)
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Formation des représentants des unités en matière de toxicomanie
Inter-Comm
Respect dans les FAC (MR sub)
Écrasez-la! - tous les vendredis

2 oct

8&9 oct

14 oct

21 oct

24 oct

28 oct

30 oct

0900-0930

NOVEMBRE 2025

Le stress: ça se combat!
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Stratégies de réduction de blessures
Gérer les moments de colère
Respect dans les FAC (MR sub)
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Écrasez-la! - tous les vendredis

6 nov

13 nov

14 nov

18,19&20 nov

25 nov

27 nov

0900-0930

DECEMBRE 2025

Respect dans les FAC (MR sub)
Écrasez-la! - tous les vendredis

3 déc

0900-0930

JANVIER 2026

Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Respect dans les FAC (MR sub)
Bouffe-santé rendement assuré
Écrasez-la! - tous les vendredis

14 jan

20 jan

22 jan

0900-0930

FEVRIER 2026

Cours de cuisine
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Respect dans les FAC (MR sub)
Le stress: ça se combat!
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Force mentale et sensibilisation au suicide
Écrasez-la! - tous les vendredis

TBD

5 fév

10 fév

12 fév

18 fév

25 fév

0900-0930

MARS 2026

Respect dans les FAC (MR sub)
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Le cours essential de nutrition
Respect dans les FAC (MR sub)
Écrasez-la! - tous les vendredis

17 mars

19 mars

25 mars

31 mars

0900-0930

AVRIL 2026

Stratégies de réduction de blessures
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Respect dans les FAC (MR sub)
Programme de sensibilisation aux problèmes liés à l'alcool, aux autres drogues et au jeu excessif
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Formation des représentants des unités en matière de toxicomanie
Écrasez-la! - tous les vendredis

2 avr

7 avr

9 avr

15&16 avr

22 avr

29 avr

0900-0930

MAI 2026

Force mentale et sensibilisation au suicide
Respect dans les FAC (MR sub)
Respect dans les FAC (MR sup/officiers)
Gérer les moments de colère
Respect dans les FAC (MR sub)
Écrasez-la! - tous les vendredis

7 mai

12 mai

14 mai

19,20&21 mai

27 mai

0900-0930

**STRENGTHENING THE
ENERGISE LES *FORCES***



sbmfc.ca/gagetown/workshop-descriptions-and-registration



healthpromotiongagetown@forces.gc.ca