

Health Promotion

Upcoming Workshops 2022-2023

STRENGTHENING THE *ENERGISER LES* **FORCES**

SEPTEMBER 2022

Respect in the CAF (JR NCM)	20 Sept
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	22 Sept
Injury Reduction Strategies	28 Sept
Respect in the CAF (JR NCM)	29 Sept
Butt Out! Every Friday	0900-0930

OCTOBER 2022

Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	6 Oct
Mental Fitness and Suicide Awareness	11 Oct
Respect in the CAF (JR NCM)	13 Oct
Inter-Comm	19 Oct
Top Fuel for Top Performance	25,26 Oct
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	27 Oct
Butt Out! Every Friday	0900-0930

NOVEMBER 2022

Respect in the CAF (JR NCM)	3 Nov
Managing Angry Moments	7,9,10 Nov
Alcohol, Other Drugs, Gambling and Gaming Awareness	15,16 Nov
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	22 Nov
Unit Addiction Rep Training	23 Nov
Respect in the CAF (JR NCM)	24 Nov
Stress Take Charge	29 Nov
Butt Out! Every Friday	0900-0930

DECEMBER 2022

Respect in the CAF (JR NCM)	1 Dec
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	8 Dec
Respect in the CAF (JR NCM)	15 Dec
Butt Out! Every Friday	0900-0930

JANUARY 2023

Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	5 Jan
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	12 Jan
Mission Nutrition	17 Jan
Respect in the CAF (JR NCM)	19 Jan
Butt Out! Every Friday	0900-0930

FEBRUARY 2023

Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	7 Feb
Respect in the CAF (JR NCM)	9 Feb
Managing Angry Moments	14,16,21 Feb
Respect in the CAF (JR NCM)	23 Feb
Butt Out! Every Friday	0900-0930

MARCH 2023

Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	2 Mar
Respect in the CAF (JR NCM)	16 Mar
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	23 Mar
Top Fuel for Top Performance	29,30 Mar
Butt Out! Every Friday	0900-0930

APRIL 2023

Respect in the CAF (JR NCM)	6 Apr
Injury Reduction Strategies	11 Apr
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	13 Apr
Respect in the CAF (JR NCM)	20 Apr
Alcohol, Other Drugs, Gambling and Gaming Awareness	26,27 Apr
Butt Out! Every Friday	0900-0930

MAY 2023

Mental Fitness and Suicide Awareness	2 May
Stress Take Charge	4 May
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	11 May
Respect in the CAF (JR NCM)	18 May
Respect in the CAF (SNR NCM/Officer)	25 May
Butt Out! Every Friday	0900-0930



To register, email: healthpromotiongagetown@forces.gc.ca

Promotion de la santé

Ateliers à venir 2022-2023

STRENGTHENING THE ÉNERGISER LES **FORCES**

SEPTEMBRE 2022

Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	20 sept
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	22 sept
Stratégies de réduction des blessures	28 sept
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	29 sept
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

OCTOBRE 2022

Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	6 oct
Force mentale et sensibilisation au suicide	11 oct
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	13 oct
Inter Comm	19 oct
Bouffe-Santé Rendement Assuré	25,26 oct
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	27 oct
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

NOVEMBRE 2022

Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	3 nov
Gérer les moments de colère	7,9,10 nov
Programme de sensibilisation aux problèmes liés à l'alcool, aux autres drogues et au jeu excessif	15,16 nov
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	22 nov
Formation des représentants en toxicomanie de l'unité	23 nov
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	24 nov
Le stress: ça se combat!	29 nov
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

DECEMBRE 2022

Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	1 dec
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	8 dec
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	15 dec
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

JANVIER 2023

Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	5 jan
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	12 jan
Atelier mission nutrition	17 jan
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	19 jan
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

FEVRIER 2023

Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	7 feb
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	9 feb
Gérer les moments de colère	14,16,21 feb
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	23 feb
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

MARS 2023

Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	2 mars
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	16 mars
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	23 mars
Bouffe-Santé Rendement Assuré	29,30 mars
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

AVRIL 2023

Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	6 avril
Stratégies de réduction de blessures	11 avril
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	13 avril
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	20 avril
Programme de sensibilisation aux problèmes liés à l'alcool, aux autres drogues et au jeu excessif	26,27 avril
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30

MAI 2023

Force mentale et sensibilisation au suicide	2 mai
Le stress: ça se combat!	4 mai
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	11 mai
Respect dans les FAC (Militaires de rang subalternes)	18 mai
Respect dans les FAC (Sous-officiers supérieurs/officiers)	25 mai
Écrasez-la! - tous les vendredis	09h00 à 09h30



A division of CF Morale & Welfare Services
Une division des Services de bien-être et moral des FC

Pour vous inscrire, envoyez un courriel à healthpromotiongagetown@forces.gc.ca