

PSP HEALTH PROMOTION COURSE REGISTRATION

Winter 2026



PARTICIPANT INFORMATION (Complete All Fields)

Name:

SN/PRI/NPF #: Rank:

Email: Phone #: Unit:

Element: ☐ Navy ☐ Army ☐ Air Force Select: ☐ Reg ☐ Res ☐ Retired Mil ☐ Civ ☐ Spouse

UNIT TRAINING COORDINATOR INFORMATION (Required)

Name: Phone #: Email:

IMMEDIATE SUPERVISOR INFORMATION

Name: Phone #: Email:

HEALTH PROMOTION COURSE SCHEDULE

HP COURSE	TIMES	SESSION DATES
STRESS: TAKE CHARGE!	4 Session Series* 4 x 08:30 – 12:00	☐ February 5, 12, 19 & 26
MANAGING ANGRY MOMENTS	4 Session Series* 4 x 08:30 – 12:00	☐ March 5, 12, 19 & 26
ESSENTIAL NUTRITION	4 Session Series* 4 x 08:30 – 12:00	☐ 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	☐ 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	☐ March 3 & 4
MENTAL FITNESS & SUICIDE AWARENESS (MITE 119531)	1 Full Day 08:30 – 16:00	☐ February 18 ☐ April 16
RESPECT IN THE CAF (MITE 303129)	1 Full Day 08:30 – 16:00	☐ 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
- ✓ 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: Code d'identification de l'unité:
 SN/PRI/NPF #: Rang:
 Courriel: Numéro de téléphone:
 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: Numéro de téléphone: Courriel:

INFORMATION SUR LE SUPÉRIEUR IMMÉDIAT

Nom: Numéro de téléphone: Courriel:

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	☐ 5, 12, 19 & 26 février
GÉRER LES MOMENTS DE COLÈRE	4 Sessions* 08:30 - 12:00 4 x Demi-journées	☐ 5, 12, 19 & 26 mars
ESSENTIELE DE NUTRITION	4 Sessions* 08:30 - 12:00 4 x Demi-journées	☐ 3, 10, 17, & 24 février
BOUFFE-SANTE ET NUTRITION SPORTIVE	2 Sessions* 08:30 -16:00 journée complète 08:30 - 12:00 demi-journée	☐ 14 &15 avril
SENSIBILISATION AUX DEPENDANCES (MITE 117733)	2 Sessions* 8:30 - 16:00 journée complète 08:30 - 12:00 demi-journées	☐ 3 & 4 mars
FORCE MENTALE ET SENSIBILISATION FACE AU SUICIDE (MITE 119531)	1 journée complète 08:30 - 16:00	☐ 18 février ☐ 16 avril
RESPECT DANS LES FORCES ARMÉES CANADIENNES (MITE 303129)	1 journée complète 08:30 - 16:00	☐ 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.
- ✓ 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.