

Pleins feux sur les services de la base : Service de promotion de la santé des PSP Halifax



Quelles sont les responsabilités de l'équipe du Service de promotion de la santé des PSP?

L'équipe de la promotion de la santé est au service de la communauté des FAC et du MDN depuis plus de 22 ans. Elle est déterminée à favoriser une communauté des FAC plus saine et plus résiliente. Les objectifs sont toujours les mêmes :

- **Élaborer et offrir des programmes de promotion de la santé fondés sur des données probantes** en proposant une vaste gamme de cours et d'ateliers sur des sujets, comme la gestion du stress, les aptitudes en communication, la prévention des blessures, la nutrition, la santé mentale et le respect dans les FAC. Ces programmes sont conçus pour donner aux personnes et aux unités les connaissances et les outils nécessaires pour faire des choix positifs en matière de santé et de bien-être.
- **Collaborer avec les intervenants concernés** : Travailler en étroite collaboration avec la communauté des FAC, les professionnels de la santé et d'autres organismes pour cerner et éliminer les obstacles à la santé et au bien-être. Cette approche collaborative permet de s'assurer que leurs programmes et services sont pertinents et efficaces.
- **Préconiser des changements stratégiques et environnementaux** : Promouvoir activement une culture saine au sein des FAC en préconisant des changements

stratégiques et en appuyant des initiatives qui créent un environnement positif et favorable pour tous les membres.

De quelle façon l'équipe du Service de promotion de la santé des PSP apporte-t-elle son soutien aux membres ou aux opérations des FAC?

Leur équipe soutient les membres et les opérations des FAC de plusieurs façons :

- **En améliorant le bien-être individuel :** *Leurs programmes permettent aux membres d'acquérir les compétences et les connaissances nécessaires pour gérer le stress, renforcer la résilience, améliorer la communication et faire des choix éclairés au sujet de leur santé. Ainsi, le moral, la productivité et le bien-être général s'en trouvent directement améliorés.*
- **En renforçant la cohésion de l'unité :** *En proposant des ateliers sur des sujets, comme la résolution des conflits et le respect dans les FAC, ils contribuent à favoriser une culture d'unité positive et coopérative, ce qui peut contribuer à améliorer le travail d'équipe, la productivité et le bien-être général.*
- **En réduisant les risques pour la santé :** *Les programmes de sensibilisation aux dépendances, de prévention des blessures et de santé mentale visent à accroître la sensibilisation aux risques possibles et à fournir des stratégies de prévention. Ils peuvent aider à réduire l'incidence des problèmes de santé au sein des FAC.*

Combien de personnes travaillent au sein de l'équipe du Service de promotion de la santé des PSP?

Le Service de promotion de la santé s'appuie sur la collaboration d'une équipe centrale peu nombreuse mais dévouée, composée de six personnes qui sont soutenues par un réseau de 60 représentants de la promotion de la santé de l'unité. Ces représentants, qui assument ce rôle comme une tâche secondaire, sont essentiels au succès de l'équipe. Ils servent de passerelles entre leur équipe et les unités individuelles, ce qui favorise un engagement accru dans les programmes de promotion de la santé et, en fin de compte, une amélioration de la santé et de la disponibilité opérationnelle dans l'ensemble de l'organisation.

Où se trouve l'équipe du Service de promotion de la santé des PSP et comment puis-je communiquer avec elle?

L'équipe du Service de promotion de la santé d'Halifax est située à Windsor Park, dans le bâtiment WP-106, au Centre communautaire militaire Piers (6393 Home fire Crescent). Vous pouvez également la joindre par téléphone au 902-722-4956 ou par courriel à hfxhealthpromotion@forces.gc.ca.

Rendez-vous sur les comptes [Facebook](#) et [Instagram](#) du Service de promotion de la santé des PSP pour y trouvez du contenu intéressant, des ressources utiles et une communauté dynamique vouée à la promotion d'un mode de vie sain.

Y a-t-il des réalisations dignes de mention ou des faits intéressants que vous voudriez nous communiquer au sujet de l'équipe du Service de promotion de la santé des PSP?

À l'automne 2023, l'équipe a été ravie de constater une participation record à ses programmes de promotion de la santé! Il a été inspirant de voir les membres des FAC de tous les grades suivre les cours et les ateliers, en participant à des conversations qui favorisent une force plus saine et plus résiliente.

Le Service de promotion de la santé offre un nouveau cours! Consommez-vous suffisamment de protéines? Qu'en est-il des fibres? Consommez-vous trop de sel? Vous n'êtes pas certain? Alors, le cours sur la nutrition essentielle s'adresse à vous! Ce nouveau cours en cinq (5) modules du Service de promotion de la santé des FAC, proposé par le programme Énergiser les Forces, vise à vous aider à comprendre l'incidence de la nutrition sur votre santé et votre rendement. Il répond aux questions susmentionnées et à bien d'autres encore, de façon interactive et pratique. On vous proposera des stratégies et donnera des conseils pour intégrer la science de la nutrition dans vos habitudes quotidiennes afin d'améliorer votre santé, votre niveau d'énergie et votre rendement. Inscrivez-vous dès aujourd'hui en communiquant avec l'équipe du Service de promotion de la santé.

Programmes :

Pour obtenir une liste des programmes du Service de promotion de la santé des PSP dans la région d'Halifax, consultez le site Web suivant : <https://cfmws.ca/halifax/core-programs-online-registration>