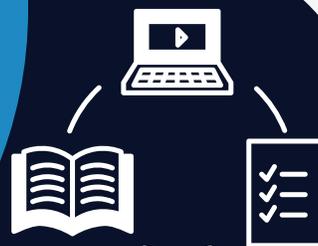


Formation en résilience

PROGRAMME AVANT LE STRESS OPÉRATIONNEL

Vous ou vos collègues
ressentez-vous les effets
de la COVID-19 ou du
stress opérationnel?



ASO fournit **un soutien immédiat** par le biais d'un programme de formation basé sur la résilience qui permet aux premiers répondants et autre personnel de la sécurité publique (PSP), aux travailleurs de première ligne et aux travailleurs de la santé de prendre soin de leur santé mentale.



Pour tous les premiers intervenants canadiens et autre PSP, les travailleurs de première ligne et les travailleurs de la santé. Disponible en **français** et en **anglais**.

180

organisations canadiennes de PSP sont engagées avec **ASO**.

Les participants peuvent suivre le programme BOS de trois manières:

ASO en ligne



- ✓ Autonome
- ✓ En ligne
- ✓ Éducation psychologique

ASO intensif



- ✓ Groupe en personne
- ✓ Sessions hebdomadaires de 2 heures
- ✓ Animées par un clinicien
- ✓ Disponible à distance

ASO pair



- ✓ Groupe en ligne
- ✓ Séances hebdomadaires d'une heure
- ✓ Animé par un clinicien

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT