



*** Section en français est sur la deuxième page ****

SAFETY and Safe space during the course

- 1) **FOR EMERGENCIES - CALL 9-1-1 or go to nearest emergency service**
- 2) Please identify/request your internal resources on Mental Health if you have access through your organization:
 - Human Resources: Codes, Policies, Benefit Plan
 - Employee Assistance Programs
 - Peer Support
 - Occupational Health and Safety Representatives; Mental Health First Aiders; Union Stewards
 - Occupational Health and Safety
 - ASIST (www.livingworks.net)
- 3) Sensitive topics are discussed and featured (i.e. videos) during training. In the event you are triggered and/or require immediate attention during the session:
 - Advise the Producer or Facilitator
 - Via chat or by using the “Thumbs Down”
 - See below National Crisis Hotline information
 - Locate trusted colleague, family member or friend
- 4) **Learner / Trainer Expectations:** Throughout the week, thank you for practicing **Empathy, Active listening** and **Respect**. The personal information shared during this training is to remain confidential. The course platform is a safe space for learning and sharing; we ask for your support in fostering this environment.
- 5) **National Crisis Hotlines**
 - Kids Help Phone: 1-800-668-6868 or text 686868
 - Crisis Services Canada: 1-833-456-4566 or text 45645
 - First Nations and Inuit Hope for Wellness Help Line: 1-855-242-3310
 - Canada Drug Rehab Addiction Services Directory: 1-877-746-1963
 - National Eating Disorder Information Centre: 1-866-633-4220



Favoriser la création d'espace sûrs pendant la formation

1. **POUR TOUTES URGENCES : APPELEZ LE 9-1-1 IMMEDIATEMENT ou adressez-vous au service d'urgence le plus proche.**
2. Participants et formateurs : Veuillez identifier les ressources internes suivantes :
 - Les ressources humaines : Codes, politiques, régime d'avantages sociaux (Home Wood)
 - Programmes d'aide aux employés
 - Soutien des pairs
 - Représentants de la santé et de la sécurité au travail ; secouristes en santé mentale ; délégués syndicaux
 - ASIST
3. Des sujets sensibles sont discutés et présentés (exemple : par vidéo) pendant la formation. Au cas où le contenu vous met mal à l'aise/you perturbe et/ou vous auriez besoin d'une attention immédiate :
 - Informer immédiatement le formateur ou producteur via le chat ou en utilisant l'icône du pouce vers le bas.
 - Reférez-vous aux lignes d'écoute nationales ci-dessous
 - Appeler un collègue, un membre de la famille ou un ami en qui vous avez confiance.
4. Attentes des participants/formateurs : Tout au long de la formation, merci de pratiquer **l'empathie**, **l'écoute active** et le **respect**. Les histoires et l'information personnels partagés doivent demeurer **confidentiels**. Ceci est un espace sûr pour l'apprentissage et le partage ; nous vous demandons de nous aider à favoriser cet environnement.
5. **Lignes d'écoute nationales**
 - Jeunesse j'écoute: 1-800-668-6868 ou texto à 686868
 - Services de crise Canada: 1-833-456-4566 ou texto à 45645
 - Ligne d'écoute Hope for Wellness pour les Premières Nations et les Inuits: 1-855-242-3310
 - Répertoire canadien des services de traitement des toxicomanies du Canada:1-877-746-1963
 - Centre national de renseignements sur les troubles alimentaires: 1-866-633-4220