



# have **THAT** talk

## temps D'EN parler

### 2020 Workshops: Promoting Positive Mental Health

To support you in promoting positive mental health, Ottawa Public Health will be offering workshops for all staff, students and volunteers who work with community residents. *The workshops will be held at 100 Constellation Drive between 9 a.m. and noon (registration will begin at 8:30 a.m.).*

#### Thursday, April 2<sup>nd</sup>: Infant and Early Childhood Mental Health (IECMH) – Jaguar Room

Infants and young children have mental health. It is also important to recognize that brain development begins in pregnancy. This workshop will provide support and information to professionals to support the conversation about IECMH and its interrelated components.

To register, please visit:

<https://www.eventbrite.ca/e/infant-and-early-childhood-mental-health-iecmh-tickets-90636256483?aff=affiliate1>

#### Monday, June 1<sup>st</sup>: Taking Action – Promoting Positive Mental Health Across the Lifespan – Jaguar Room

Let's *have that talk* about what actions you can take to support positive mental health. Come share and learn about evidence-based strategies to foster positive mental health across the lifespan in our communities.

### Ateliers 2020 : Promotion de la santé mentale positive

Pour vous aider à promouvoir une santé mentale positive, Santé publique Ottawa offrira des ateliers à tous les employés, étudiants et bénévoles qui travaillent avec les résidents de la communauté. *Les ateliers auront lieu au 100 de la promenade Constellation entre 9 h et midi (l'inscription débutera à 8 h 30).*

#### Mardi, le 25 février : Passons à l'action - Promouvoir une santé mentale positive tout au long de la vie – salle Mustang

Prenons le temps de parler des mesures que vous pouvez prendre pour favoriser une santé mentale positive. Venez partager et vous renseigner sur les stratégies fondées sur des données probantes pour favoriser une santé mentale positive tout au long de la vie dans nos collectivités.

Pour vous inscrire, consultez :

<https://www.eventbrite.ca/e/billets-passons-a-laction-promouvoir-une-sante-mentale-positive-tout-au-long-de-90629403987?aff=affiliate2>

#### Jeudi 18 juin : safeTALK – salle Jaguar

L'atelier prépare les participants à reconnaître les personnes qui ont des pensées suicidaires, à les inciter à en parler, puis à les mettre en contact avec des ressources en mesure de les aider davantage. Cette formation encourage la vigilance de tous à l'égard du suicide.

To register, please visit:

<https://www.eventbrite.ca/e/taking-action-promoting-positive-mental-health-across-the-lifespan-tickets-90640234381?aff=affiliate1>

Please stay tuned for more information on what will be offered this fall.

We appreciate you sharing this invitation with your networks, partners and co-workers. If you would like to be added to our distribution list and receive updated information, please let us know via [mentalhealthteam@ottawa.ca](mailto:mentalhealthteam@ottawa.ca).

Pour vous inscrire, consultez :

<https://www.eventbrite.ca/e/billets-safetalk-90637756971?aff=affiliate1>

Veillez rester à l'écoute pour plus d'informations sur ce qui sera offert cet automne.

Nous vous remercions de partager cette invitation avec vos réseaux, vos partenaires et vos collègues. Si vous souhaitez être ajouté à notre liste de distribution et recevoir des informations actualisées, veuillez-nous le faire savoir via [santementale@ottawa.ca](mailto:santementale@ottawa.ca).