



Confused?
Homesick?



Performance
Anxiety?



Need
Someone
To Talk To?

Shepell.fgi Participants' Assistance Program

Participant Services is pleased to announce that effective May 1, 2007 a Participant Assistance Program is available to Banff Centre program participants. This program provides confidential counselling, health and life information services.

The Shepell.fgi Participants' Assistance Program is available 24 hours a day, seven days a week and is designed to help solve all kinds of problems and challenges in your life.

Here are just some of the services they can help with:

- Achieving Personal Well-being: (personal stress, depression)
- Understanding Nutrition
- Managing relationships & family

This service is available in English or French. When asked, please identify yourself as a Banff Centre program participant.

Connect to the people and resources that make a difference in your life:

For Service in English call: 1-800-387-4765 (toll free)

For Service in French call: 1-800-361-5676 (toll free)

For online counselling: www.shepellfgi.com/ecounselling

Online resources at: www.shepellfgi.com

The Shepell.fgi Assistance Program service is:

Voluntary - There is a Shepell.fgi professional there to help if you decide you want to use it.

Confidential - calls to Shepell.fgi go directly to a counsellor. No one will ever know you have used this service, unless you choose to tell someone. Face to face appointments are scheduled away from The Banff Centre, to protect your privacy, and information about individual cases is never given out.

At no cost to you - for each challenge you are faced with, a series of counselling sessions are available to assist you in working towards resolving the problem. If you require specialized treatment or long term care, you may be referred to an appropriate professional or agency in the community. Any fees for the longer term care are your responsibility. Check with your provincial and extended health care plans to see if these services are covered. Please do not hesitate to visit the Campus Community Services (CCS) office for assistance.

The introduction of Shepell.fgi Assistance Program reflects our commitment to the well being of program participants. We trust that it will serve you well and contribute to the success of your residency.

Questions and assistance can be obtained at the Campus Community Services office located in the lobby of Lloyd Hall or by calling 762-6269 during normal working hours.

Vous pouvez poser des questions et obtenir de l'aide au bureau Campus Community Services se trouvant dans le hall du pavillon Lloyd ou composer le 762-6269 pendant les heures ouvrables habituelles.

Shepell.fgi Programme d'aide aux participants

Le service Participant Services est heureux de vous annoncer qu'à compter du 1er mai 2007, les participants aux programmes du Banff Centre auront accès à un Programme d'aide aux participants. Grâce à ce programme, les participants pourront accéder à des services confidentiels de counseling et d'information en matière de santé et de vie personnelle.

Le Programme d'aide aux participants de Shepell.fgi est mis à la disposition des participants 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Il a pour but de vous aider à surmonter toutes sortes de difficultés et à relever les défis du quotidien.

Voici certains des services avec lesquels ce programme peut vous venir en aide :

- Réaliser votre mieux-être personnel (le stress personnel, la dépression)
- Comprendre la nutrition
- Gérer les relations interpersonnelles ou familiales

Ce service est accessible en français ou en anglais. Quand on vous demandera de vous identifier, veuillez mentionner que vous participez à un programme du Banff Centre.

Établissez un lien avec les personnes et les ressources qui feront une différence dans votre vie.

Pour le service en français, composez le 1 (800) 361-5676 (sans frais).

Pour le service en anglais, composez le 1 (800) 387-4765 (sans frais).

Pour le soutien en ligne, rendez-vous à www.shepellfgi.com/ecounselling.

Pour les ressources en ligne, rendez-vous à www.shepellfgi.com.

Caractéristiques du programme d'aide de Shepell.fgi

Volontaire - Un professionnel de Shepell.fgi est là pour vous aider si vous le désirez.

Confidentiel - Les appels faits à Shepell.fgi sont directement acheminés à un conseiller. Personne ne saura que vous avez recouru à ce service à moins que vous n'en parliez vous-même. Les rendez-vous en tête-à-tête ont lieu à l'extérieur du Banff Centre, ce qui contribue au respect de votre vie privée, et aucun renseignement personnel n'est communiqué à qui que ce soit.

Gratuit - Pour chaque défi que vous devez relever, vous pouvez obtenir une série de séances de counseling afin de vous aider à surmonter vos difficultés. Si un traitement plus spécialisé ou de longue durée s'avère nécessaire, on vous aidera à choisir le spécialiste ou le service communautaire étant le mieux en mesure de vous aider. Bien qu'il vous incombera d'assumer les frais de ces services supplémentaires, il se peut que certains de ces services soient couverts par le régime d'assurance-maladie de votre province ou votre régime de soins de santé prolongés. N'hésitez pas à communiquer avec le bureau de Campus Community Services (CCS) pour obtenir de l'aide.

Le Programme d'aide aux participants de Shepell.fgi a été mis en oeuvre parce que le bien-être des participants à nos programmes nous tient à coeur. Nous croyons que ce programme vous sera utile et qu'il vous aidera à réussir lorsque vous êtes parmi nous.

Shepell.fgi Assistance Program can help!



The Banff Centre
inspiring creativity



Shepell.fgi Participants' Assistance Program

Shepell.fgi Assistance is available 24 hours a day, seven days a week and is designed to help with all kinds of problems and challenges in your life.

This service is available in English or French.

When asked, please identify yourself as a Banff Centre program participant.

Connect to the people and resources that make a difference in your life:

- For Service in English call: 1-800-387-4765 (toll free)
- For Service in French call: 1-800-361-5676 (toll free)
- For online counselling: www.shepellfgi.com/ecounselling
- Online resources at: www.shepellfgi.com

Shepell.fgi Programme d'aide aux participants

Le Programme d'aide aux participants de Shepell.fgi est accessible 24 heures sur 24, sept jours sur sept. Il a pour but de vous aider à surmonter toutes sortes de difficultés et à relever les défis du quotidien.

Ce service est disponible en français ou en anglais.

Quand on vous demandera de vous identifier, veuillez mentionner que vous participez à un programme du Banff Centre.

Établissez un lien avec les personnes et les ressources qui feront une différence dans votre vie.

- Pour le service en français, composez le 1 (800) 361-5676 (sans frais).
- Pour le service en anglais, composez le 1 (800) 387-4765 (sans frais).
- Pour le soutien en ligne, rendez-vous à www.shepellfgi.com/ecounselling.
- Pour les ressources en ligne, rendez-vous à www.shepellfgi.com.

Other Services Available:

Available at the Banff Centre:

- Active Motion Physiotherapy 760-0259
- Banff Centre Massage Therapy ext. 6450 or 762-6450

Medical Clinics/ Doctors:

- Banff Mineral Springs Hospital 762-2222
- Alpine Medical clinic 762-3155
201A – 211 Bear Street Banff
- Bear Street Mall Medical offices 762-4846
3rd floor, #302 – 220 Bear Street
- Cascade Place Medical Offices 760-3360
3rd floor #300 Cascade Plaza

Banff Dentist

- Aurora & Associates 762-2625
210 Bear Street, Banff
- Dr. J. Bagley 762-3979
307 – 220 Bear Street Mall

Chiropractors

- Alpine Chiropractic Clinic 760-2823
3rd Floor 220 – Bear Street Mall
- Banff Chiropractic Centre 762-4104
2nd floor 111 Banff Ave

Questions and assistance can be obtained at the Campus Community Services office located in the lobby of Lloyd Hall or by calling 762-6269 during normal working hours.

**Emergency please call, switchboard "0"
or Safety and Security 7777**

**For a life threatening emergency call 911
Please feel free to visit the CCS office for
any assistance or call us at ext. 6269**



Other Confidential Services Available

Counselling / Support

- YWCA of Banff Violence Prevention Counsellor 760-3200
- Banff Mental Health 762-4451
- Canmore Mental Health 678-4696 (local call)
- AADAC (Addiction Counselling) 678-3133 (local call)

24 Hour Help

- Mental Health Crisis Line 1-877-303-2642 (toll free)
- Calgary Women's Emergency Shelter 1-403-232-8717
(long distance)

Information / Referral

- YWCA Community Resource Centre 760-3200
- Town of Banff Community Services 762-1251

Child / Family & Financial Help

- Alberta Human Resources & Employment 678-2363 (local call)
- Child & Family Services 609-6414 (local call)