

INFOLETTRE : SANTÉ GLOBALE

Mois de Mars-Avril 2025



FONDATION
JEUNES
EN TÊTE

VISITE JEUNES EN TÊTE EN SECONDAIRE 4

Lors de cette rencontre avec l'équipe d'animation, les jeunes seront informés quant à la réalité de la dépression à l'adolescence et à l'importance de prendre soin de leur santé mentale en amont de la problématique de la dépression. Ils seront plus outillés à faire la différence entre la déprime et la dépression et à chercher de l'aide pour eux ou un ami et ils apprendront donc à connaître les ressources disponibles dans leur milieu.

PROGRAMME HORS-PISTE EN SECONDAIRE 1 ET 2

Secondaire 1:

Atelier: J'apprends à apprivoiser mes émotions et à demander de l'aide.

Secondaire 2:

Atelier 1: Je préviens et je résous mes conflits en communiquant clairement.

Atelier 2: J'utilise les médias sociaux de manière optimale grâce à mon esprit critique.



PROGRAMME DÉVELOP'ACTION: "INSPIRER PLUTÔT QU'INHALER" SECONDAIRE 3

Programme de prévention des dépendances développé par Toxic-action offert à travers tous les établissements scolaires du Québec. Il propose des activités visant à accroître les connaissances sur les effets physiologiques et psychologiques de la consommation de cannabis, ainsi que sur les risques associés à son usage, notamment durant la période de l'adolescence.

L'atelier vise également le développement de compétences de manière à ce que les élèves élaborent leurs opinions et expriment leurs choix en matière de consommation. Atelier offert en collaboration avec l'organisme La trajectoire parents-jeunes.



18 MARS: VACCINATION SECONDAIRE 3

Le mardi 18 mars se tiendra la clinique de vaccination en milieu scolaire, destinée aux élèves de 3e secondaire. Celle-ci aura lieu à la bibliothèque et se déroulera tout au long de la journée.



2 AVRIL: À BAS LES TROUBLES ALIMENTAIRES



*Le mercredi 2 avril, durant l'heure du dîner des deux cycles, participe à une activité créative en lien avec la campagne **À bas les troubles alimentaires**. Rejoins-nous dans ta salle de cycle pour exprimer ta créativité en personnalisant une paire de bas à ton image. Chaque participant recevra un bas blanc et pourra le décorer librement à l'aide de feutres et d'autres accessoires textiles, avant de repartir avec sa création. Ce moment ludique sera aussi l'occasion d'échanger sur une problématique importante : les troubles alimentaires à l'adolescence.*

PIÈCE DE THÉÂTRE IMPACT SECONDAIRE 5



Le jeudi 3 avril 2025, les élèves de secondaire 5 seront invités à une pièce de théâtre organisée par le service de police de Saguenay au Théâtre du Palais municipal à La Baie. Une pièce touchante et réaliste visant à sensibiliser les jeunes aux dangers de la conduite avec les capacités affaiblies par l'alcool ou la drogue, en illustrant concrètement toutes les conséquences qui en découlent. Sur scène, policiers, pompiers, ambulanciers, médecins, infirmières et un procureur de la Couronne jouent leur propre rôle aux côtés des étudiants en Arts et Métiers de la Scène afin de passer un message clair contre l'alcool et la drogue au volant. Veuillez noter que le soir même une représentation est offerte pour le grand public.

15 AVRIL: CAFÉ-RENCONTRE

Café-rencontre pour les parents le mardi 15 avril 18h30 au Lézarts.

Sujet: Préparation à la période estivale.

