

# Intimidation à l'école Parles-en!

## L'intimidation ne fait pas toujours de bruit.

La violence peut être verbale ou écrite, physique ou psychologique, en personne ou en ligne.

## Tu es victime ou témoin d'intimidation?

Va voir le **plan de lutte contre la violence et l'intimidation** de ton école.

Le plan t'indique :

- comment dénoncer les cas d'intimidation,
- comment ton école s'assure que les plaintes sont confidentielles,
- les conséquences possibles pour l'intimidatrice ou l'intimidateur,
- les services disponibles pour soutenir les victimes et les témoins,
- et plus!

Par où commencer pour demander de l'aide?

Parle à un(e) adulte de confiance à ton école ou à la maison.

Tu peux aussi contacter Jeunesse, J'écoute :

Téléphone : 1-800-668-6868

Texte : 686868

Pour en apprendre plus sur tes droits et ce que ton école peut faire pour t'aider :





# Besoin d'aide?

## Tu n'es pas seul(e).

**Tu as de la difficulté à l'école, à te concentrer, à gérer tes émotions ou ton stress?**

Ton école pourrait t'offrir des services pour t'aider à rester en santé, à mieux réussir et à prendre soin de toi.

Par exemple :

- des rencontres avec des psychologues ou des conseillères et conseillers en orientation scolaire ou professionnelle,
- des services d'orthophonie,
- des services de santé et des services sociaux (comme des soins infirmiers ou des services d'une travailleuse ou d'un travailleur social).

**Ton bien-être est important!**

Demande à ton école quels services sont disponibles.

**Par où commencer pour demander de l'aide?**

**Parle à un(e) adulte de confiance à ton école ou à la maison.**

**Tu peux aussi contacter Jeunesse, J'écoute :**

Téléphone : 1-800-668-6868

Texte : 686868

**Pour en apprendre plus sur tes droits et ce que ton école peut faire pour t'aider :**





# TDAH, anxiété, dépression? Demande de l'aide!

**C'est plus difficile pour toi  
de réussir à l'école?**

Ton école pourrait t'aider.

Ensemble, ton école et toi pouvez créer un plan pour  
te donner les mêmes chances de réussir que les autres.

Par exemple, tu pourrais avoir :

- Plus de temps pour faire un examen,
- des outils d'apprentissage adaptés à tes besoins.

Par où  
commencer  
pour demander  
de l'aide?

Parle à un(e) adulte de  
confiance à ton école  
ou à la maison.

Tu peux aussi contacter  
Jeunesse, J'écoute :

Téléphone : 1-800-668-6868

Texte : 686868

Pour en apprendre plus sur tes  
droits et ce que ton école peut  
faire pour t'aider :

