



La santé mentale, peu importe l'âge, c'est important et il faut qu'on en parle!

Vivre des enjeux de santé mentale, ça peut te pousser à t'isoler. De rester dans ton coin peut créer des sentiments négatifs et même de la détresse psychologique et affecter ta santé mentale et ton bien-être.

La Fondation les petits trésors a créé le coin-coin d'inclusion pour t'aider à communiquer avec tes camarades et t'assurer que personne ne reste dans son coin. Ce coin-coin est un outil facile et accessible qui va te permettre de briser la glace avec un nouvel ami ou apprendre à mieux le connaître tout en t'amusant!

Si tu crois qu'un ami ou un autre élève ne va pas super bien, n'hésite pas à aller le voir ou à en parler à un adulte.

**Ta santé mentale, faut qu'on en parle.
Reste pas dans ton coin!**

restepasdanstoncoin.ca

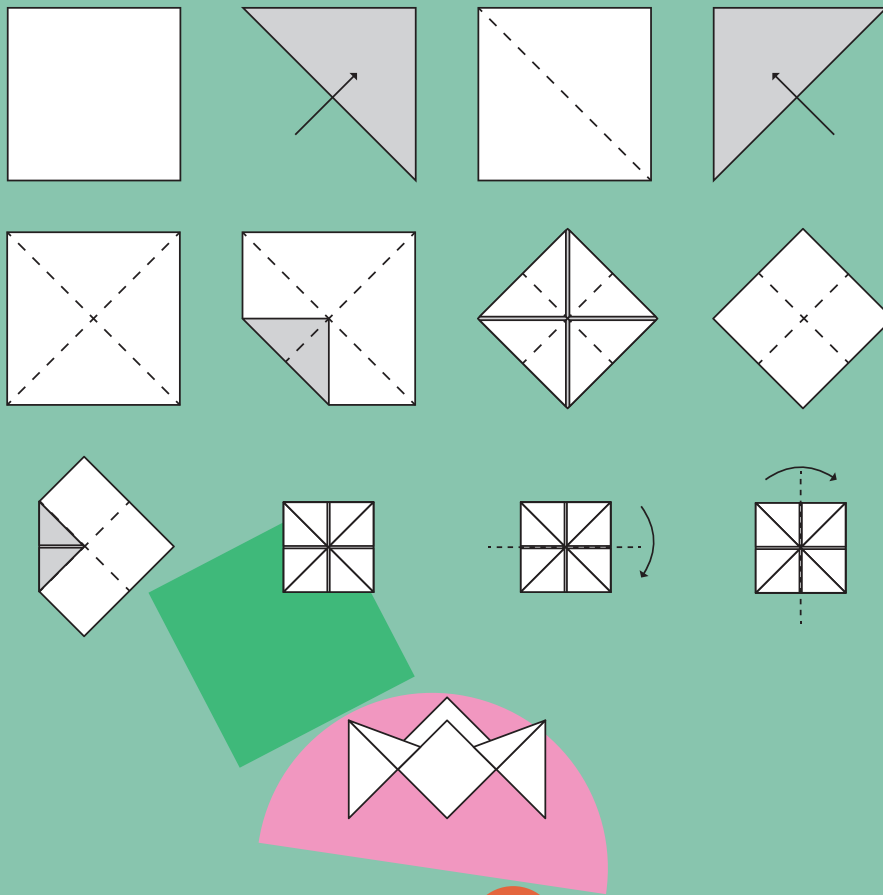
Instructions de pliage

Le coin-coin a été conçu pour jouer à 2 avec un camarade, un parent ou un proche. Tu peux discuter et poser des questions à un parent pour pousser la discussion plus loin ou tout simplement y réfléchir pendant et après le jeu.

À tour de rôle, les participants manipulent le coin-coin. La personne qui tient le coin-coin doit faire choisir l'un des 4 volets du départ : écouter, parler, découvrir et inclure. Une fois le volet choisi, la personne qui manipule le coin-coin devra

épeler le mot en alternant les faces intérieures entre chaque lettre pour dévoiler un second choix qui, une fois le mot épilé, dévoilera une question ou une action à réaliser.

Les questions écrites en noir doivent être posées à voix haute à l'autre personne et les actions ou questions en blanc doivent être lues en silence et sont des actions que le participant doit accomplir ou auxquelles il doit répondre par lui-même.



restepasdanstoncoin.ca

FONDATION
petits trésors *
santé mentale • autisme

Grand partenaire
QUÉBECOR

Merci à nos partenaires

rouge —
marketing

VOLVO
VOLVO CARS MONT-ROYAL