

# Plan pour un autre genre de retour à l'école

Stratégies pour prendre soin de ton corps, de ton esprit... et des autres



## ★ RESSOURCES NATIONALES

Association canadienne pour la santé mentale  
<https://cmha.ca/fr>

Commission de la santé mentale du Canada  
<https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais/ce-que-nous-faisons/enfants-et-jeunes>

Jeunesse, J'écoute  
<https://jeunessejecoute.ca/>

Soins de nos enfants  
[https://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/mental\\_health](https://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/mental_health)

Services de crises du Canada  
<https://www.crisisservicescanada.ca/fr/>

Guide pratique gratuit de premiers secours psychologiques de la Croix-Rouge canadienne  
[https://www.redcross.ca/crc/documentsfr/What-We-Do/First-Aid-and-CPR/PFA-Mini-Guide\\_FR\\_digital\\_.pdf](https://www.redcross.ca/crc/documentsfr/What-We-Do/First-Aid-and-CPR/PFA-Mini-Guide_FR_digital_.pdf)

Gouvernement des Territoires du Nord-Ouest  
<https://www.ece.gov.nt.ca/fr/services/mise-jour-sur-la-covid-19/ressources-pour-parents-et-eleves-sante-mentale-et-bien-etre>

## ★ RESSOURCES LOCALES

À remplir

Nous sommes là, tous et toutes ensemble, avec toi! Ça va bien aller!

