

Ressources à partager avec...



Répertoire d'activités rapides et autoguidées portant sur :

- la conscience de soi et le sentiment d'identité personnelle;
- la gestion du stress et l'adaptation;
- la motivation positive et la persévérance;
- la pensée critique et créative;
- la reconnaissance et la gestion des émotions;
- les relations saines.

(Santé mentale en milieu scolaire Ontario)



Mini-guide *La pleine conscience à l'école*

(Fondation Jeunes en tête)



Fascicule d'activités pédagogiques sur la santé mentale des jeunes Adap-T

(Association canadienne pour la santé mentale)



Un regard sur les interventions en santé mentale en milieu scolaire

(Centre d'excellence en santé mentale - CS Lester B. Pearson)

Infographie sur l'atelier *Cultiver son bien-être*

(Hors-Piste - Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale)

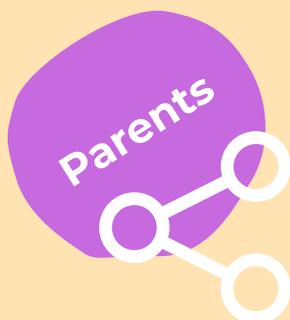


Infographie sur l'atelier *L'anxiété chez nos élèves: que puis-faire faire en tant que membre de l'équipe-école?*

(Hors-Piste - Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale)

Pour mieux comprendre la santé mentale des ados

(#EnModeAdo - Direction santé publique Montréal)



Survol des besoins développementaux (physiques, intellectuels, émotifs, sociaux etc.) durant l'adolescence pour favoriser la santé mentale des jeunes

(Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale)

Offre de service d'ateliers Edu.Pop, gratuits pour les parents des écoles du CSSDM

(Centre de ressources éducatives et pédagogiques)

