

TU NE SAIS PAS...
 À QUI PARLER ?
 À QUI POSER TES QUESTIONS ?
 À QUI DEMANDER CONSEIL ?

SEMAINE DE PRÉVENTION DE LA **TOXICOMANIE**
 DU 19 AU 25 NOVEMBRE 2006

5^e et 6^e
 années



**CE N'EST PAS LE CHOIX QUI MANQUE !
 TU TROUVERAS DE L'AIDE**

- auprès d'un prof ou d'un intervenant de l'école
- auprès d'un adulte de ta famille ou de ton entourage en qui tu as confiance
- auprès de ces deux services téléphoniques gratuits et confidentiels (24 heures par jour, 7 jours par semaine)

Tel-jeunes : 1 800 263-2266 ou, dans la région de Montréal, 514 288-2266

Drogue : aide et référence : 1 800 265-2626 ou, dans la région de Montréal, 514 527-2626

Visite www.parlonsdrogue.com et www.dependances.gouv.qc.ca pour apprendre tout plein de trucs qui t'aideront à faire les bons choix.

**PARLONS-EN
 OUVERTEMENT**

Santé
 et Services sociaux

Québec

Avec la participation de :
 • ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport

DECIDER
 REFLECHIR
 DISCUTER
 PARLER
 EGOUTER

MA VIE
 MES CHOIX
 MES GOUTS
 MES DECISIONS

DANS LA VIE, TU DOIS FAIRE DE BONS CHOIX

Qu'il s'agisse de l'alcool, des drogues, ou de toute autre chose, fais les bons choix... pour toi!

TU ES CAPABLE DE FAIRE DE BONS CHOIX QUAND...

... avant de décider, tu t'informes

- à l'école
- auprès de tes parents
- sur www.parlonsdrogue.com
- sur www.dependances.gouv.qc.ca
- en appelant Tel-jeunes
- autre : _____
- autre : _____

... tu parles à quelqu'un lorsque tu doutes

Discuter avec une personne en qui tu as confiance te permet d'avoir un autre point de vue qui peut t'aider à prendre de bonnes décisions.

... tu décides pour toi et non pour faire plaisir aux autres

Tu dois être à l'aise avec tes décisions. Tu dois choisir pour toi, pas pour faire plaisir à un ami ou à une amie. N'oublie pas que c'est toi qui auras à assumer les conséquences, bonnes ou mauvaises.

... tu t'accordes le droit de changer d'idée

Sur le coup tu dis « oui », mais en y repensant bien, tu le regrettes. Tout le monde a le droit de changer d'idée, personne ne peut t'en empêcher.

LA PAROLE EST À TOI!

Mathieu dit à tout le monde qu'il a hâte d'être ado pour prendre de l'alcool. Que réponds-tu à Mathieu?

Lydia s'est fait rejeter par sa gang parce qu'elle n'était pas d'accord avec ses amis. Que dis-tu à Lydia?

Félix se pose plein de questions sur l'alcool et les drogues, mais ne sait pas à qui en parler. Que proposes-tu à Félix?

