



avoir au moins une activité qui est planifiée et que tu pratiques régulièrement en famille, avec tes amis ou de façon individuelle, que ce soit à l'école ou, encore, avec les organisations jeunesse scolaires, parascolaires ou communautaires.



PROTECTION ARTISTICUS

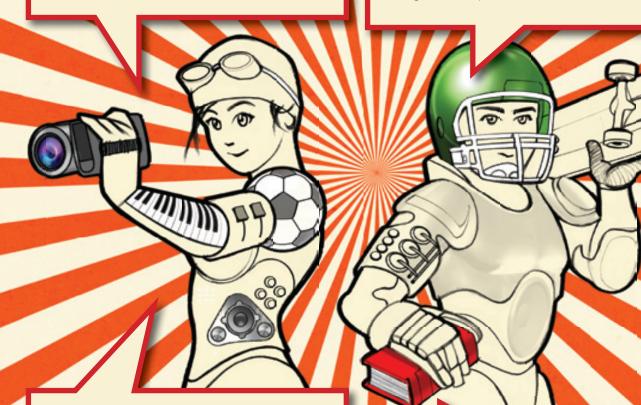
Les arts t'aident à être toi-même!

- La musique, la danse, le dessin ou l'improvisation te permettent de t'exprimer!
- Tu peux montrer au monde entier qui tu es, exposer tes œuvres, tenir un rôle dans une pièce ou participer à un spectacle, mais tu peux aussi pratiquer ta passion pour toi-même et attendre le bon moment pour dévoiler ton talent.

CASOUE SPORTEX

Le sport : un gros plus dans ta vie!

- En équipe ou individuellement, pratiquer ton sport favori te donne des ailes!
- Le sport te permet d'être en forme, alerte et en santé. Que ton équipe gagne ou qu'elle perde, que tu aies eu une bonne performance ou non, le sport te montre que, dans la vie, il y a des hauts et des bas, mais que le plaisir de bouger est toujours au rendez-vous!



CŒUR À TOUTE ÉPREUVE

Le monde a besoin de toi!

- Le recyclage, le bénévolat, le jardinage, ce sont là quelques-unes des façons de faire attention aux autres qui ont, en même temps, un effet positif sur toi-même.
- En aidant tes grands-parents, tes parents, les gens dans le besoin; en améliorant la vie dans ton quartier; en prenant soin des animaux et des plantes, c'est aussi toi que tu aides!

MÉCANISME INTELLECTUM

Découvre les rouages de la vie...

- La lecture, les jeux, l'écriture ou les sciences, c'est un univers plus grand que nature qui t'attend!
- Individuellement ou en groupe, participe à des activités qui te permettent d'explorer ton potentiel scientifique et intellectuel. Relever des défis, c'est toujours excitant!

AVOIR UNE OU PLUSIEURS PASSIONS, CELA TE PERMET DE:

- découvrir tes talents et de mieux te connaître
- ressentir de la fierté
- développer un réseau d'amis qui partagent ta ou tes passions
- passer du temps à faire ce que tu aimes le plus
- croire en ton avenir et te fixer des buts

DIS-MOI CE QUE TU AIMES, **JE TE DIRAI QUI TU ES...**

Encercle les activités qui te ressemblent le plus et dans lesquelles tu aurais envie de t'engager :



SPORTIF

Soccer

Basket-ball

Hockey

Ski

Planche à neige

Patinage artistique

Natation



Échecs

Jeux vidéo

Lecture

Scrabble

Activité scientifique



ARTISTIQUE

Photo

Écriture

Danse

Chant

Musique

Dessin

Improvisation



SOCIAL

Bénévolat

Recyclage

Plein air

Écologie

Protection des animaux

Gardiennage









PROFILS

Le ou les groupes dans lesquels tu as encerclé le plus d'activités correspondent à ce qui te ressemble le plus.

SPORTIF: Tu es énergique! Tu aimes bouger, faire du sport (en équipe ou individuellement), relever des défis et aller au bout de toi-même. Bravo! Tu débordes d'énergie et tu te sens certainement bien dans ta peau!

ARTISTIQUE: Tu es quelqu'un de créatif! Tu aimes tout ce qui touche les arts, l'expression, le théâtre; tu aimes créer. Quand tu danses, écris, dessines, chantes ou répètes un rôle, tu ne vois pas le temps passer!

INTELLECTUEL: Tu montres de la curiosité! Tu aimes découvrir comment les choses fonctionnent et connaître la raison d'être de chacune. Tu aimes aussi les calculs, les images et jouer avec les mots. T'exprimer par les chiffres, les lettres ou les pixels, c'est tout toi!

50CIAL: Tu t'engages! Tu aimes aider les autres, t'occuper des plus jeunes que toi, t'assurer que notre environnement est propre et vert; bref, les humains et la planète te tiennent à cœur!

Et devine quoi? Tu pourrais aussi bien être une personne artistico-sportive, intello-artistique, socialo-sportive, intello-artistico-sociale, socialo-sportivo-artistique...

Les possibilités sont infinies, mais toi, tu es unique!



TU AIMERAIS PARLER À QUELQU'UN ?

As-tu pensé à parler à une personne de confiance dans ton entourage, comme ton père, ta mère, un ami, un professeur, un travailleur social ou l'infirmière de ton école?

Tu as des questions que tu n'oses pas poser à quelqu'un que tu connais et tu ne veux pas parler à n'importe qui... Tu veux peut-être demander conseil?

Tu peux aussi appeler un service téléphonique d'aide spécialement créé pour aider les gens qui sont dans ta situation :

Tel-jeunes I 800 263-2266 | teljeunes.com

(dans la région de Montréal : 514 288-2266)

