



VIVRE TES PASSIONS, C'EST INTENSE

25^e SEMAINE DE PRÉVENTION
DE LA TOXICOMANIE

Québec 

METS TES TALENTS ARTISTIQUES À L'ŒUVRE !

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.

MARQUE DES POINTS DANS TA VIE !

En équipe ou individuellement, exercer 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 !

AIDER, UNE PASSION QUI RAPPORTE !

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 !

EXPLOITE LE POUVOIR DE TA MATIÈRE GRISE !

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 !



ENGAGE-TOI !

L'ENGAGEMENT, C'EST :

avoir au moins une activité planifiée que tu exerces régulièrement en famille, avec tes amis ou individuellement, que ce soit en milieu scolaire ou, encore, avec les organisations parascolaires ou communautaires.

AVOIR UNE OU PLUSIEURS PASSIONS, C'EST INTENSE ET CELA TE PERMET DE :

- découvrir tes talents et de mieux te connaître
- ressentir de la fierté
- créer 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...

Encerle 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

ARTISTIQUE

Photo
Écriture
Danse
Chant
Musique
Dessin
Improvisation

INTELLECTUEL

Génies en herbe
Journalisme
Astronomie
Échecs
Lecture
Scrabble
Activité scientifique

SOCIAL

Bénévolat
Recyclage
Plein air
Écologie
Protection des animaux
Gardiennage
Aide aux aînés

PROFILS

Le ou les groupes dans lesquels tu as encerclé le plus d'activités correspondent à ce qui te ressemble le plus. Peu importe ton profil, exercer tes activités favorites, c'est intense !

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 !

ARTISTIQUE

Tu es quelqu'un de créatif ! Tu aimes tout ce qui touche aux arts, à l'expression, au 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 la façon dont 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 !

SOCIAL

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 AIMERAIAS 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 dans ta situation :

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

Les photographies contenues dans cette publication ne servent qu'à illustrer les différents sujets abordés. Les personnes y apparaissant sont des figurants.

12-001-13FA © Gouvernement du Québec, 2012