Ressources pour adolescents (atelier 12)

1. **Tel-jeunes** 1-800-263-2266

<http://teljeunes.com/accueil>

Le site traite de différents sujets qui concernent les adolescents (ex : le corps, les émotions) et aussi des problèmes de santé mentale (dépression, anxiété, troubles alimentaires), l’automutilation, le stress, l’insomnie et autres.

1. **La santé mentale et l’école secondaire**

<http://www.cmha.ca/ecolesecondaire/>

Site web avec une section dédiée aux étudiants. Ce site offre des informations pour aider les adolescents qui présentent des symptômes et problèmes de santé mentale, avec des conseils pour mieux fonctionner à l’école et une liste de ressources.

1. **JeunesseJecoute.ca** 1-800-668-6868

<http://jeunessejecoute.ca>

Site web avec différents sujets dont comment gérer le stress par rapport aux examens, avec un jeu questionnaire et des trucs.