



Scannez les codes QR ci-dessous pour accéder aux ressources liées au soutien des élèves qui font la transition vers l'école secondaire.

### Comment utiliser un code QR :

1. Ouvrez l'appareil photo de votre téléphone.
2. Focalisez l'appareil photo sur le code QR en tapant doucement sur l'écran.
3. Suivez les instructions à l'écran pour accéder à la ressource.



UN APPEL

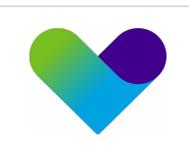
### UN APPEL Guide de référence

Le processus [UN APPEL](#) fournit au personnel scolaire des étapes à suivre pour appuyer les élèves lorsqu'ils manifestent des signes d'un problème émotionnel ou comportemental.



### Les 6Rs de la création de liens

[Les 6R de la création de liens](#) – une ressource à l'intention du personnel enseignant en orientation décrit une approche relationnelle qui permet de réagir aux émotions, aux problèmes et aux préoccupations des élèves liés à la santé mentale.



### À vos côtés

[Ressources destinées aux parents/aidants naturels](#) pour favoriser l'apprentissage de la santé mentale et le bien-être de chaque famille



### Fiche-conseils sur la célébration et la transition (7e et 8e année)

La [fiche-conseils sur la célébration et la transition](#) fournit au personnel scolaire diverses idées sur la manière dont il peut aider les élèves à célébrer la transition, à anticiper le changement et à se préparer aux vacances d'été. Cette fiche comprend également des informations sur le soutien qu'il convient d'apporter aux élèves au cours de l'année où ils obtiennent leur diplôme.



### Plan personnel de gestion du stress

La fiche [Plan personnel de gestion du stress](#) est un outil destiné à aider les élèves à élaborer un plan personnalisé pour gérer le stress lié à une transition. Il les guide en les aidant à anticiper les situations de stress et à s'y préparer, à gérer le stress dès qu'il se manifeste et à rechercher du soutien en cas de besoin.



### Excursions virtuelles pour la gestion du stress et l'adaptation

La ressource [Excursions virtuelles sur la gestion du stress et l'adaptation](#) contient une série de leçons destinées au personnel enseignant visant à soutenir l'acquisition de compétences en matière de gestion du stress et d'adaptation. De plus, les activités proposées dans ces leçons permettent aux élèves et au personnel de développer leurs compétences et de les modéliser.



### Article de blogue : Dix conseils pour réussir ta rentrée scolaire

[Dix conseils pour réussir ta rentrée scolaire](#) est un article de blog écrit par Varisha Shakeel, membre de [Pros'pairs SMS](#). Elle y partage quelques un de ses conseils les plus utiles pour réussir facilement la rentrée scolaire.





**Ressources pour les élèves nouveaux arrivants, par les élèves nouveaux arrivants**  
Les ressources incluent des messages vidéos, des cartes de bienvenue ainsi qu'une série de graphiques conçue pour aider les élèves nouveaux arrivants à s'intégrer dans leur communauté scolaire.



### Outils à emporter

Le coffret « [Outils à emporter](#) » est une série d'outils permettant de faire le point auprès des élèves dans le cadre d'une pratique quotidienne en santé mentale. Il est important, lorsque l'on parle des émotions avec les élèves, de tenir compte des contextes culturels individuels, familiaux et communautaires.



### Graphiques pour les médias sociaux

Avec l'aide d'élèves des écoles secondaire de l'Ontario, nous avons colligé des [graphiques adaptés aux jeunes](#) qui peuvent être utilisés de différentes manières (p. ex., via les médias sociaux, affichés et liés à des codes QR, sauvegardés sur des photos dans le téléphone).



### Pratiques d'autobiveillance pour les jeunes Noirs

La fiche [Pratiques d'autobiveillance pour les jeunes Noirs: Graphiques pour les médias sociaux](#) est une série de graphiques axés sur les stratégies d'autobiveillance destinées aux jeunes Noirs qui ont été élaborés sur la base des réflexions et des idées formulées par les participants lors de la Consultation sur la santé mentale des élèves Noirs.



### Mon cercle de soutien livre de poche

[Mon cercle de soutien livre de poche](#) permet aux élèves de créer leur propre ressource personnelle qui identifie les personnes vers lesquelles ils peuvent se tourner pour obtenir du soutien, et nomme les activités auxquelles ils peuvent accéder pour soutenir leur propre santé mentale.



### Aucun problème n'est trop grand ou trop petit

[Aucun problème n'est trop grand ou trop petit](#) est une ressource destinée à la recherche d'aide. Le but de cette ressource est de promouvoir la recherche d'aide chez les jeunes et de leur fournir des idées et des stratégies concernant les auto-soins. La ressource a été conçue en collaboration avec les élèves ontariens du secondaire.



### La recherche d'aide

La [recherche d'aide](#) est une fiche-conseil visant à soutenir la recherche d'aide des élèves en présentant différentes façons d'entamer la conversation avec une personne de confiance, décrivant aussi ce à quoi l'on doit s'attendre après avoir tendu la main.



### Autosoins 101

La fiche-conseils [Autosoins 101](#) met l'accent sur la nécessité de prendre soin de soi. Dans cette fiche, les élèves sont encouragés à prendre soin d'eux-mêmes afin d'avoir de l'énergie, des ressources et des stratégies nécessaires pour surmonter les situations difficiles.



**Voulez-vous proposer aux élèves des ressources créées par d'autres élèves?**  
Consultez [@ThriveSMH](#) sur Instagram pour avoir accès à d'autres ressources.

