

LESOMÉT

J A I M E R A I S
d i R E

Aux jeunes

q u e

C'est ok

de demander

de l'aide.

entendez

notre

GÉNÉRATION

ouger

Voir

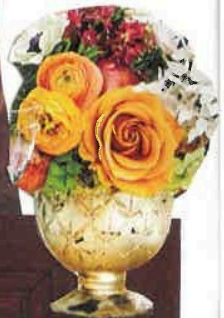
des

solutions



et s'amuser!

VERIFIÉ
SUR
EUX



ZINE COLLECTIF: LE SOMMET 2026

Le Sommet est un événement du Conseil jeunesse qui permet aux jeunes du Conseil scolaire francophone de discuter d'un enjeu de justice sociale en français.

Cette année, la thématique du Sommet (choisie par les jeunes) était la santé mentale. Lors de l'événement, les jeunes ont pu réfléchir à leur santé mentale et aux enjeux qu'ils vivent à tous les jours.

Qu'est ce que tu aimerais dire à tes pairs?
À ta famille? À ton école?
À ta communauté?

Issus des ces discussions est né ce zine collectif, qui rassemble ce que les jeunes ont à dire. On vous invite à y découvrir la perspective de la jeunesse franco-colombienne!


Pour en voir plus, n'hésitez pas à aller voir la vidéo de sensibilisation créée par les jeunes:



Le Sommet ne serait pas possible sans l'appui du Conseil scolaire francophone.

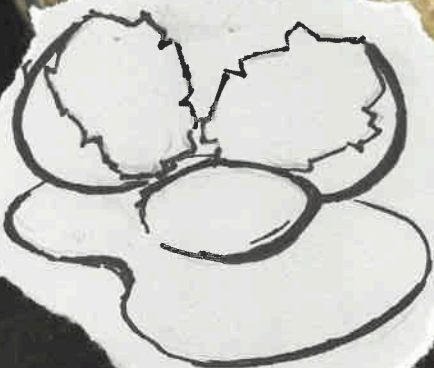
Le sport est
Plus que juste
Physique





PROTEGE
PLUS QUE

L'extérieur



TU Compte

Cache
Pas tes émotions!

WE FACE TODAY, FOR A BETTER TOMORROW.
BECAUSE TOGETHER, WE ARE THE CHANGE.
TOGETHER, WE CAN FACE ANYTHING.

CINQ

matr pour te
désirer.

- Beau/Belle
- Important/Importante
- Drôle
- Spécial/spéciale
- Résilient/Résiliente

Tes émotions sont
importantes, n'ai
pas peur de les
partager! ♥

Sois honnête avec
les autres mais...
SURTOUT avec toi même!

J'aimerais dire aux Enseignants que...

J'ai des
Sentiments
et une santé
MENTALE!



J'ai le droit de
demander des
Je peux Sourrire
même si na ne
Vais pas bien.

Que leur mots
peuvent nous
blaisser

On à une
vie en dehors
de l'école.

questions.

On à besoin
des pauses.

Les notes ne
me définie pas.

On est égale
Come élèves
et enseignants.

Je ressent
de l'anxiété
avec trop de
travaille

Ne changent
pas le

Mon téléphone
n'est pas ma
personnalité...

Tu me dévalorise
quand tu questionne
mon intelligence.

Gars et
Filles
Sont égales.

LA NOTE

DE VOUS

VOUSIN ?

NA RIEN À

VOIR AVEC

TON CHEMIN

A C E U X

Q U I



Ê

V

e



Crois en
toi! 😊



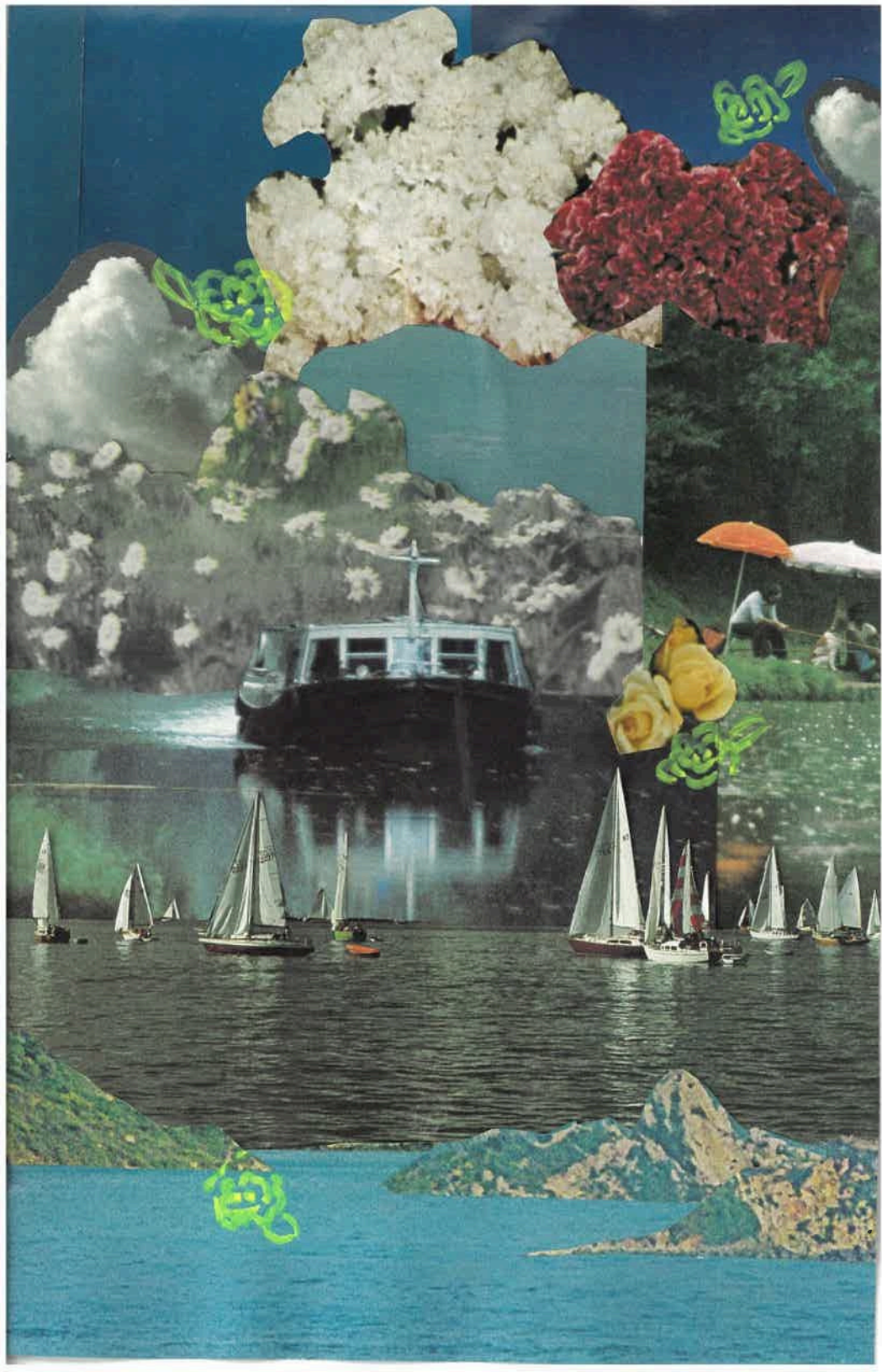
L'actualité

X
AVENIR
LE LIVRE?

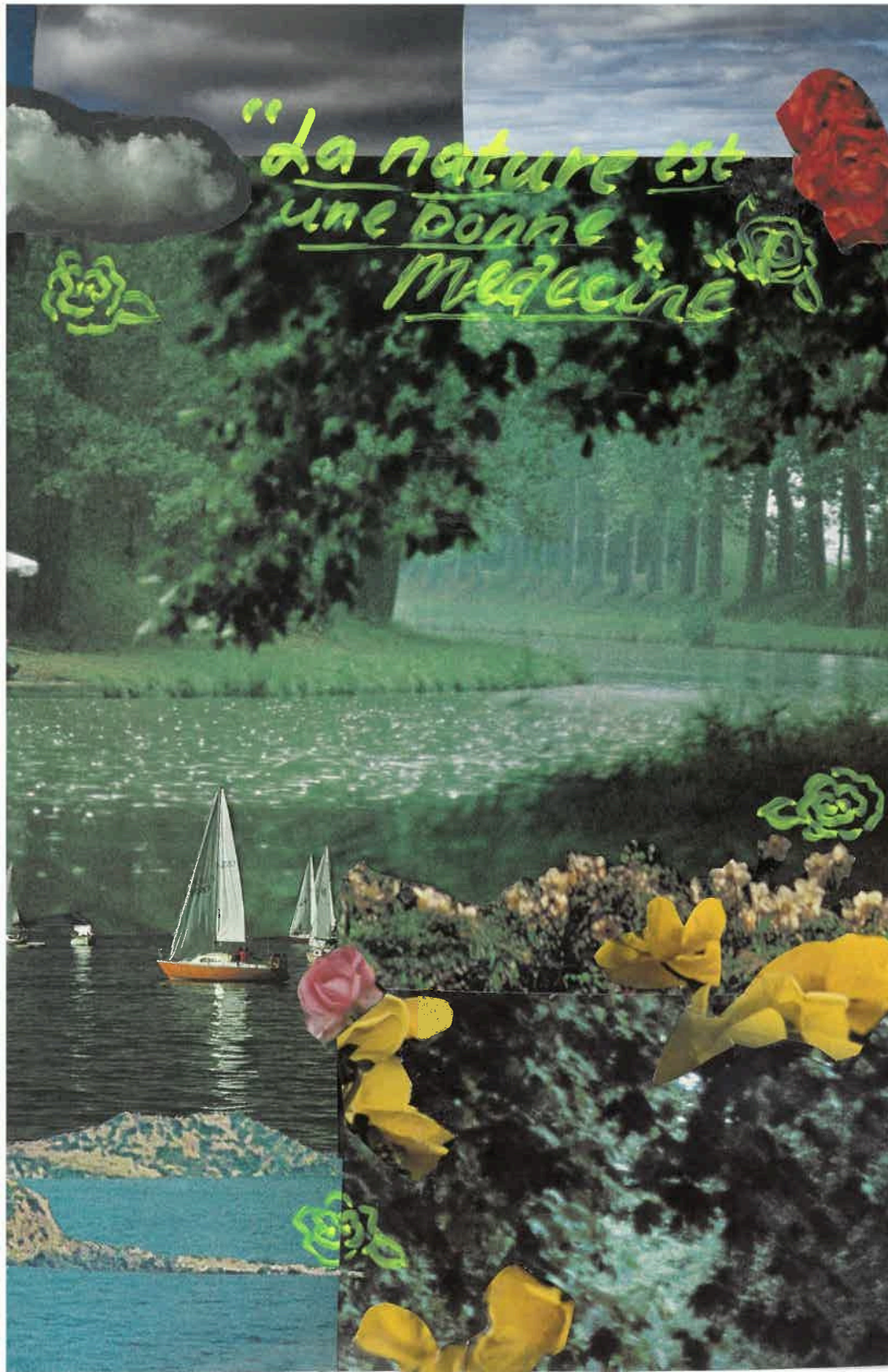
Santé!
Mentale!

BONDIGEMENT!

VILLES



"La nature est
une bonne
Medecine"



LA

Santé



Mentale n'est

PAS TABOO



PRÉJUGÉS

Inquiétude

Réaction



J'aimerais dit aux
adultes

" que la... santé

Mental

ment pas une étiquette "

Mon sourire ne définit pas
mes problèmes.

Les filles ne sont
pas les seules
à avoir
des émotions...



"Pour Sentir bien j'ai besoin
des pauses toute seul"



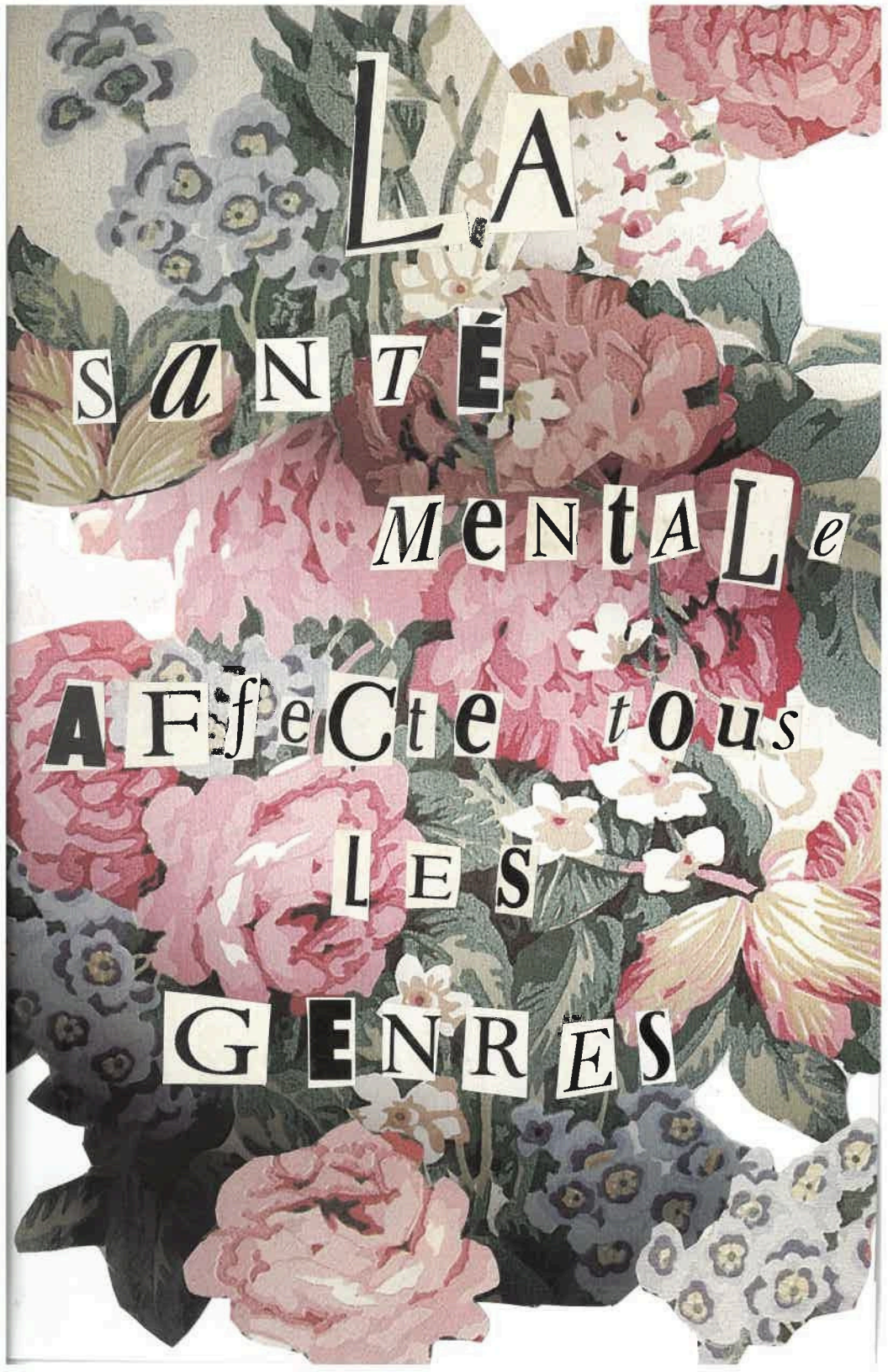
S A N T É

m E N T

T

à L E

Canada



LA

SANTÉ

MENTALE

AFFECTE tous

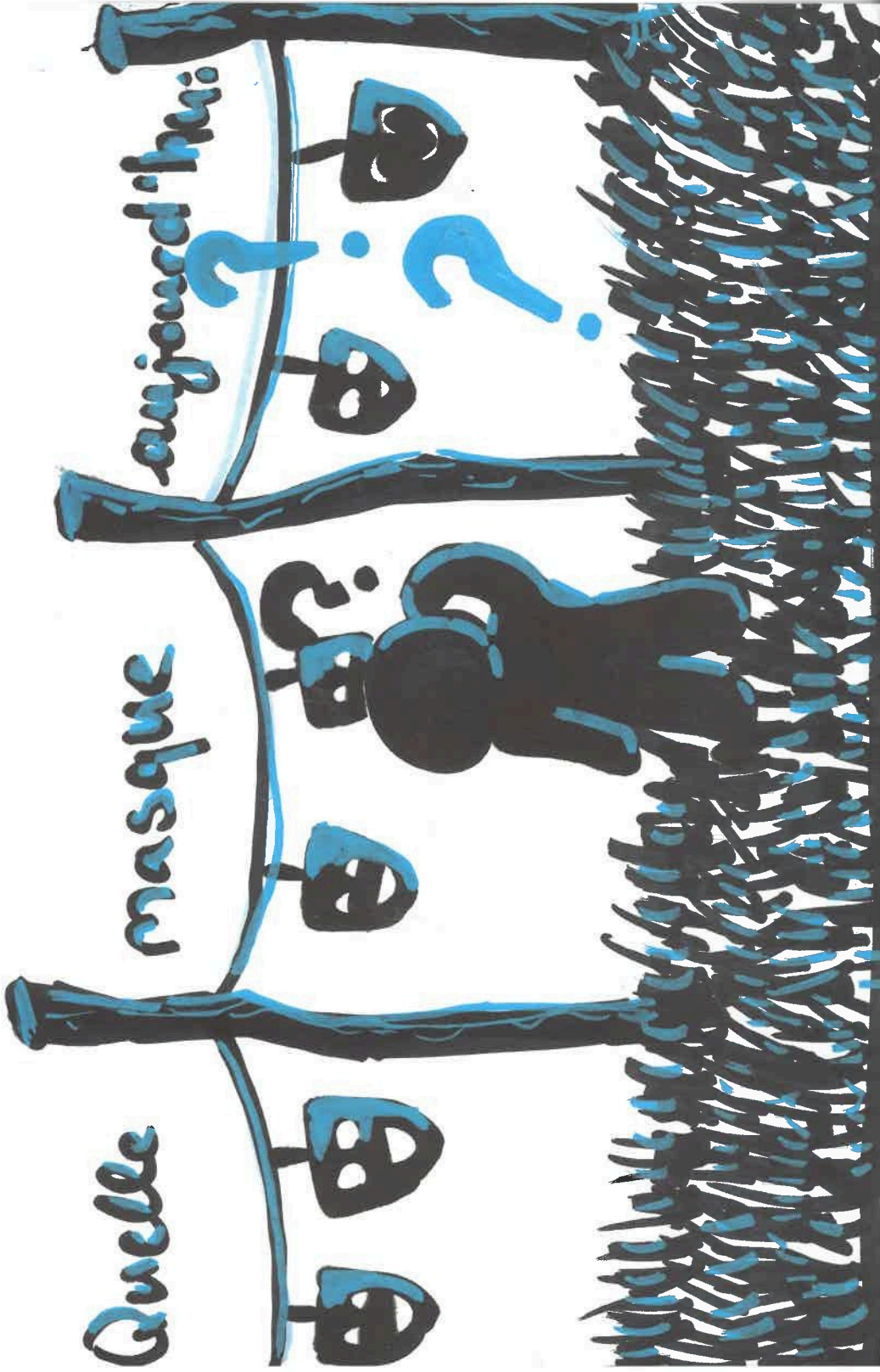
LES

GENRES

Quelle

masque

aujourd'hui



stop

fighting.

stop

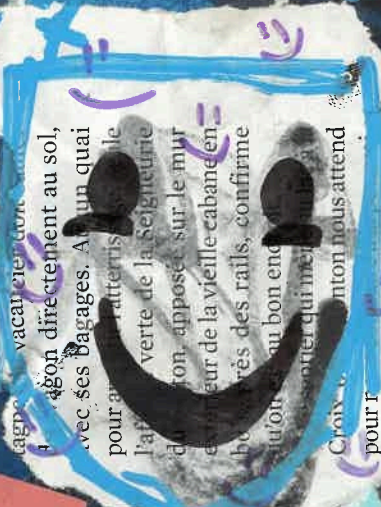
Life

stop caring.

What if you never

LIVING

DREAM



and sharp
no gain

accidents and illnesses are
medi-

health,

est foulé par les visiteurs
ndari-

failure, c
rvone is

ou heading out to
you'll cross paths

HE

HELP

disease,

Call...

help



PARLONS DE LA Santé Mentale

Tes
insécurités
Ne te
définis
pas

Les médias sociaux
Sont JAMAIS la
réalité! ♡




LES Médias sociaux
Affecte la santé
mentale.

Si vous avez des problèmes de
Santé mentale, utilisez les
ressources sur l'internet ou parlez
à un adulte! ♡

tous le monde
à un
santé mental





LES FLEURS NE
peuvent

PAS POUSSER TOUTS
seuls

YOLO

A

M O

i

LES PERSONNES AUTOUR

DE TOI

Comprend

tu
n'est pas
seul

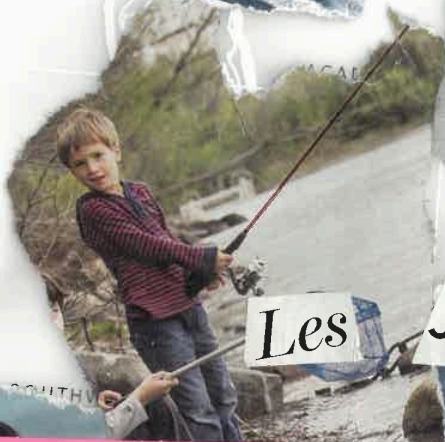


NOUS

AVANCERONS

PLUS

ENSEMBLE



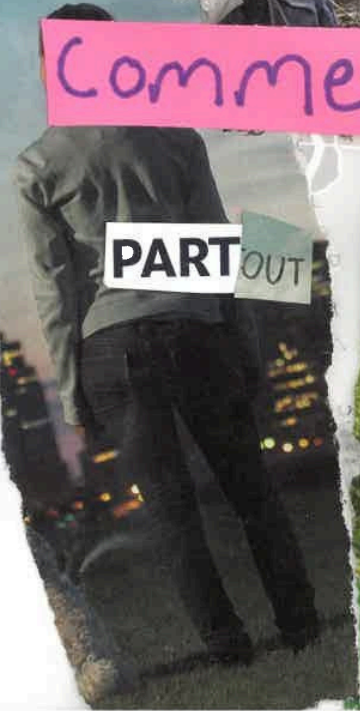
Les

JEUNES

Comme

vous

Sont



PART OUT

