

# CARREFOUR POUR LES JEUNES DE CORNWALL

## SOUTIEN POUR LES JEUNES DE 12-25 ANS

212, RUE PITT CORNWALL, ON



<https://youthhubs.ca/site/cornwall-sdg-youth-wellness-hub>



ENVOYEZ UN TEXTE OU APPELEZ 613-577-7216 POUR:

- PARLER À UNE PAIRE-AIDANTE
- PRENDRE UN RENDEZ-VOUS
- AVOIR DES INFORMATIONS SUR LE CARREFOUR
- S'INSCRIRE À DES ACTIVITÉS



@CORNWALLYOUTHUB

| HEURS EN PERSONNE/EN VIRTUEL |                        |
|------------------------------|------------------------|
| LUNDI                        | FERMÉ                  |
| MARDI                        | 13H-20H                |
| MERCREDIT                    | 13H-20H                |
| JEUDI                        | 10H-16H                |
| UN VENDREDI SUR DEUX         | SITE D'OUTREACH 9H-16H |

MARS 2025

| LUNDI       | MARDI                                                                                                                                    | MERCREDI                                                                                                                                                                                                       | JEUDI                                                                                                                                                             | VENDREDI                                                                                                                 |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>FERMÉ  | 4<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE                                                              | 5<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>16H-20H: INTERVENANT DE SOUTIEN AUPRÈS DES JEUNES<br>17H30-19H30: SOIRÉE CHILL / SOIRÉE PEINTURE                                | 6<br>10H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>10H-12H: GROUPE POUR JEUNES PARENTS<br>16H30-18H30: GROUPE 2ELGBTQ+: JEUX DE VIDÉO | 7<br>SITE D'OUTREACH<br>5, RUE MAIN, ALEXANDRIA<br>9H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>9H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE  |
| 10<br>FERMÉ | 11<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE                                                             | 12<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>14H30-18H: AIDE À L'EMPLOI<br>16H-20H: INTERVENANT DE SOUTIEN AUPRÈS DES JEUNES<br>17H30-19H30: SOIRÉE CHILL / JEUX DE SOCIÉTÉ | 13<br>10H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>13H-15H30: INFIRMIÈRE PRATICIENNE                                                 | 14<br>FERMÉ                                                                                                              |
| 17<br>FERMÉ | 18<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>16H-18H: OUTILS POUR S'ÉPANOUIR : CRÉATIVITÉ ET ÉMOTIONS | 19<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>16H-20H: INTERVENANT DE SOUTIEN AUPRÈS DES JEUNES<br>17H30-19H30: SOIRÉE CHILL / ALL INTENTIONS MATTER: TIE-DYE                | 20<br>10H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>10H-12H: GROUPE POUR JEUNES PARENTS                                               | 21<br>SITE D'OUTREACH<br>5, RUE MAIN, ALEXANDRIA<br>9H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>9H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE |
| 24<br>FERMÉ | 25<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE                                                             | 26<br>13H-20H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>13H-20H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE<br>16H-20H: INTERVENANT DE SOUTIEN AUPRÈS DES JEUNES<br>17H30-19H30: SOIRÉE CHILL / BINGO AVEC DES PRIX                           | 27<br>10H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS<br>10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE                                                                                      | 28<br>FERMÉ                                                                                                              |
| 31<br>FERMÉ |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |

## SOUTIEN PAR LES PAIRS

Pour parler à quelqu'un qui a du vécu.

## SANTÉ MENTALE

Pour parler de stress, anxiété, dépression, identité sexuelle, troubles alimentaires, sentiment d'être jugé ou intimidé, etc. Tu peux parler de tout!

## INTERVENANT DE SOUTIEN AUPRÈS DES JEUNES

L'intervenant de la SAE aide avec l'intervention en cas de crise, le soutien des jeunes qui ont besoin d'être orientés vers la SAE. De plus, il supporte des jeunes qui veulent parler de problèmes de sécurité, de problèmes familiaux en plus de les aider à trouver d'autres soutiens communautaires.

## DÉPENDANCE

De l'aide pour tous les problèmes associés à l'usage de substances, dépendance et le jeu (gambling).

## INFIRMIER/ÈRE PRATICIEN/NE

Ordonnances, santé sexuelle et tout ce qui est médical.

## SERVICES SOCIAUX & SERVICES DE LOGEMENT

Appelez le 613-933-6282: Informations sur la façon de demander l'aide sociale et les options de logement dans la région.

## AIDE À L'EMPLOI

De l'aide pour trouver un emploi grâce au counseling en matière d'emploi et de carrière et à des ressources informatives, des possibilités d'emploi et l'accès aux services communautaires et d'approche.

## SOUTIEN SANS RENDEZ-VOUS POUR PARENTS/ GARDIENS

Rencontrez un intervenant ou une paire-aidante de PLEO pour obtenir du soutien et des outils pour améliorer votre relation avec votre enfant.

## GROUPES ET ACTIVITIÉS:

### GRUPE 2ELGBTQ+

**\*613-577-7216 pour t'inscrire**

Séance d'accueil de jeunes de 12-25 ans engagés sur le même parcours que toi! Si tu t'identifies comme étant asexuel, bisexuel, gai, de genre fluide, intersexué, lesbienne, allosexuel, pansexuel, en questionnement, transgenre or bi-spirituel, viens trouver ta place!

### SOIRÉE CHILL

**\*Les inscriptions ne sont pas nécessaires**

Venez passer du temps avec nous au Carrefour et détendez-vous avec un film, des jeux de société, de l'artisanat ou même une conversation agréable! **L'activité est animée par l'intervenante de soutien auprès des jeunes des SAE.**

### GRUPE POUR LES JEUNES PARENTS

**\*\*Les inscriptions ne sont pas nécessaires**

Groupe de soutien semi-structuré pour les jeunes parents, notre nouveau groupe se concentre sur la création d'un environnement positif et sûr permettant aux jeunes parents de rencontrer d'autres jeunes parents. Ce groupe est rendu possible grâce à un partenariat avec Early On, qui propose aux familles des activités et des ressources adaptées à leur âge.

### OUTILS POUR S'ÉPANOUIR : CRÉATIVITÉ ET ÉMOTIONS

**\*\*Les inscriptions ne sont pas nécessaires**

Dans cette activité, nous allons combiner l'art et la musique pour exprimer nos émotions en créant une playlist collective de chansons qui résonnent en nous et en utilisant la peinture au doigt pour créer des œuvres personnelles qui reflètent nos sentiments. Rejoignez-nous pour un après-midi de créativité et de connexion !

## NOUVEAU SITE D'OUTREACH: ALEXANDRIA

Notre équipe de offre un service de session unique de counseling pour vous aider avec un problème ponctuel et travailler en collaboration avec vous sur les pistes de solutions.

## POUR LES JEUNES AUTOCHTONES



Axé sur la culture et la communauté, **Wabano** organise bon nombre d'événements virtuels ainsi qu'en personne pour les jeunes autochtones. Jetez un coup d'œil à son site Web et à son calendrier pour savoir comment vous joindre et être au courant des nouveautés :

<https://wabano.com/calendar/>