

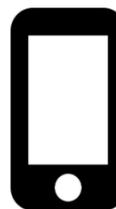
# CARREFOUR POUR LES JEUNES DE ROCKLAND

## SOUTIEN POUR LES JEUNES DE 12-25 ANS

1517, RUE LAURIER, ROCKLAND



<https://youthubs.ca/site/rockland-pr-youth-wellness-hub>



ENVOYEZ UN TEXTE OU APPELEZ 613-577-7219 POUR:

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



@ROCKLANDYOUTHUB

HEURS	
LUNDI	13H-19H
MARDI	10H-16H
MERCREDI	SITE D'OUTREACH 9H-15H
JEUDI	11H-19H
VENREDI	SITE D'OUTREACH 9H-16H

AVRIL 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
	1 10H16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 10H-16H: INFIRMIÈRE PRATICIENNE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT"	2 <u>SITE D'OUTREACH</u> HAKESBURY: 580 AVENUE SPENCE 9H-15H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 9H-12H: INFIRMIÈRE EN SANTÉ PUBLIQUE	3 11H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 11H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT" 16H-17H30: SOIRÉE DE DESSIN	4 <b>FERMÉ</b>
7 13H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 13H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE	8 10H16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 13H-16H: INFIRMIÈRE PRATICIENNE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT"	9 <u>SITE D'OUTREACH</u> HAKESBURY: 580 AVENUE SPENCE 9H-15H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE	10 11H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 11H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT" 16H-17H30: SOIRÉE DE PEINTURE	11 <u>SITE D'OUTREACH</u> EMBRUN: 649 NOTRE-DAME 9H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 9H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS
14 13H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 13H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE	15 10H16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 10H-16H: INFIRMIÈRE PRATICIENNE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT"	16 <u>SITE D'OUTREACH</u> HAKESBURY: 580 AVENUE SPENCE 9H-15H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 9H-12H: INFIRMIÈRE EN SANTÉ PUBLIQUE	17 11H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 11H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT" 16H-17H30: SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ/ NINTENDO SWITCH	18 <b>FERMÉ</b>
21 <b>FERMÉ</b>	22 10H16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 13H-16H: INFIRMIÈRE PRATICIENNE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT"	23 <u>SITE D'OUTREACH</u> HAKESBURY: 580 AVENUE SPENCE 9H-15H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE	24 11H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 11H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT" 16H-18H: SOIRÉE CINÉMA (ANGLAIS)	25 <u>SITE D'OUTREACH</u> EMBRUN: 649 NOTRE-DAME 9H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 9H-16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS
28 13H-19H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 13H-19H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 15H-16H: AIDE À L'EMPLOI 16H-17H: YOGA	29 10H16H: SOUTIEN PAR LES PAIRS 10H-16H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE 10H-16H: INFIRMIÈRE PRATICIENNE 11H30-13H: DÎNER "HANGOUT"	23 <u>SITE D'OUTREACH</u> HAKESBURY: 580 AVENUE SPENCE 9H-15H: SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE		

Révisé 26 mars 2025

## 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!

## 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 D'AIDE FINANCIÈRE

Avoir de l'aide avec vos difficultés financières. Service sur appel 613-577-7219.

## 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 ACTIVITÉS:

### DÎNER <HANGOUT>

**\*Les inscriptions ne sont pas nécessaires, vous pouvez seulement vous présenter!** Apporte ta boîte à lunch et vient t'amuser au Hub pendant ton heure du dîner!

## SITE D'OUTREACH: EMBRUN ET HAWKESBURY

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

## 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/>

**youth  
wellness  
hubs**  
ONTARIO

Rockland  
& PR

**carrefours  
bien-être  
pour les jeunes**  
DE L'ONTARIO

Rockland  
& PR