

Et si t'en parlais ?



Activité clé en main

Durée approximative: 1 heure

Description:

À l'aide des questions suggérées, animer une discussion de groupe sur le thème
Et si t'en parlais ?

Pour clore la discussion, proposez l'activité créative décrite à l'option A.
Si vous le souhaitez, poursuivez ensuite avec les options B et C.

Questions suggérées:

- À qui pourrais-tu parler de ce qui ne va pas ?
- À qui devrais-tu aller parler ?
- De quoi aurais-tu envie de parler ?
- Quels sujets de discussion te font du bien ?
- Qui te fait du bien présentement ?
- Qui t'aide présentement ?

Option A : Pinces à linge

Écrire quelques mots inspirés du thème de la discussion sur des pinces à linge en bois.

Matériel nécessaire :

- Pinces à linge ;
- Crayons permanents ou feutres ;
- Fil ou banderole pour accrocher les pinces.

Option B : Exposition

Utiliser les cartes postales téléchargeables et imprimables disponibles au www.cps-lanaudiere.org/evenements/SPS pour écrire des messages inspirants, puis accrocher ces cartes bien en vue dans notre organisation, à l'aide des pinces à linge de l'option A.

Matériel nécessaire :

- Matériel de l'option A ;
- Cartes postales.

Option C : Publications

Avant d'afficher votre carte, prendre le verso, sur lequel vous avez inscrit un message inspirant, en photo et envoyer la photo à l'adresse celeste.d@cps-lanaudiere.org pour la faire publier sur la page Facebook du CPSL.

Matériel nécessaire :

- Matériel de l'option B ;
- Téléphone intelligent ou appareil photo et ordinateur branché à l'Internet.



Centre de prévention
du suicide de Lanaudière

1 866 APPELLE • 1 866 277-3553 • 450 759-6116