

À qui parler?



La vie est tantôt super gaie, tantôt super triste. Parfois c'est le fou-rire, parfois les pleurs. Il y a des choses que tu aimerais dire, mais tu n'oses pas. On t'embête dans la rue. Tu trouves qu'on ne t'écoute pas. Tu voudrais avoir de meilleurs résultats à l'école, mais tu n'y arrives pas. Alors, à qui en parler?

**Parler,
c'est très important ;
par exemple quand...**

- Je me suis disputée avec ma meilleure amie
- J'ai un secret que je ne peux dire à personne
- On se moque de moi
- Je voudrais passer plus de temps avec mes parents
- J'ai de mauvais résultats à l'école
- J'en ai marre qu'on me crie dessus
- Je m'ennuie tout le temps
- Je suis découragé
- J'ai peur
- ...
- ...

Quand on parle, c'est déjà plus facile, on est moins seul et en plus, ça peut parfois donner des idées, des pistes de solution ou juste un coup de pouce.

La famille

Dans ta famille, il y a tes parents, mais aussi tes grands-parents, peut-être des frères et sœurs, des oncles, cousins, etc... Ça fait pas mal de monde... à qui on peut parler de tout et de rien, de ses rêves, ses envies, ses déceptions, ses tracas. Parfois tes parents sont les mieux placés, parfois pas et ils comprennent que tu t'adresses à quelqu'un d'autre. Une famille ça sert aussi à donner de l'air à chacun.



.....
.....
.....
.....

À l'école

À l'école, il y a ton ou tes professeurs. Ils ne sont pas là seulement pour te faire étudier du français et des calculs. Ils peuvent t'aider. Et il y a aussi plein d'autres gens à qui parler dans l'école: le directeur ou la directrice, le médecin scolaire, l'infirmière, les surveillant(e)s... Il y a aussi des services comme les centres PMS et PSE.



Les centres PMS et PSE, c'est quoi ?

Les centres Psycho-Médico Sociaux ou de Promotion de la Santé à l'École rassemblent des personnes qui sont là pour aider les enfants, les écouter, les informer et leur donner des conseils. Tu te poses des questions sur ton corps ou ta santé? Mauvais résultats à l'école? Des problèmes dans la vie? Tu peux leur parler de tout, ils t'écouteront et feront de leur mieux pour t'aider.

Les amis

Les amis ou les amies, c'est super important. On peut leur dire beaucoup de choses, ils peuvent te donner des conseils, bref t'aider. Parfois ils sont les mieux placés, parfois pas... à toi de voir.

.....
.....
.....
.....



Le docteur de la famille, la maison médicale

Le docteur est là pour soigner les maladies et les blessures. Mais il peut aussi t'expliquer comment ça marche le corps, ... écouter tes tracas ou tes problèmes si tu en as. D'ailleurs, c'est souvent lié, la manière dont on se sent dans son corps et dans son cœur.

Mon docteur:

Ailleurs

Tu as d'autres activités? Tu participes à un mouvement de jeunesse? Tu fais du sport dans un club? Du dessin, de la musique, de la danse après l'école ou le week-end? Dans ton quartier, il y a peut-être aussi une école des devoirs, une Maison des jeunes, une Aide en Milieu Ouvert, un Centre de planning familial, un Service de santé mentale... Certainement que, là aussi, il y a plein de gens qui peuvent, si tu le souhaites, être à l'écoute de tes joies et de tes peines.

.....

Écoute Enfants : 103

Ce numéro gratuit est destiné spécialement aux enfants et accessible à n'importe quelle heure.

Délégué général aux Droits de l'Enfant

(Rue de Birmingham, 66 – 3e étage –1080 Bruxelles). Il est chargé de faire connaître les droits des enfants, de vérifier la bonne application des lois qui les protègent, d'en proposer de nouvelles.

Il peut arriver que ça n'aille pas. Tu n'es pas bien. Tu voudrais bien rencontrer d'autres gens, différents, dont c'est le travail d'aider les enfants. Une série de services spécialisés ont été créés pour cela.



Services d'Aide à la Jeunesse (S.A.J.)

Le Service d'Aide à la Jeunesse peut intervenir à la demande d'un jeune ou d'un parent. Il écoute, oriente et soutient les familles dans leurs démarches pour mieux vivre ensemble. Il y a un Service d'Aide à la Jeunesse dans chaque arrondissement:

.....
.....

Équipes S.O.S. Enfants

Elles apportent une aide à des enfants en danger ou victimes de maltraitance et assurent un soutien à leurs familles. Il y a au moins une équipe S.O.S. Enfants près de chez toi:

.....