

Psychoéducateur ou psychoéducatrice



Adaptation
psychosociale

Cette personne est là pour toi.

Le psychoéducateur ou la psychoéducatrice peut :

- Évaluer tes capacités d'adaptation;
- Te proposer des stratégies ou des solutions pour t'aider à t'adapter à ton environnement;
- T'accompagner pour changer certains comportements ou certaines habitudes de vie pour que tu te protèges, par exemple, face à la maladie, aux accidents ou au suicide.

Voici des exemples de situations dans lesquelles tu pourrais consulter le psychoéducateur ou la psychoéducatrice : gérer tes émotions ou ta colère, vivre un deuil, retrouver ta motivation scolaire, faire ton budget, sortir d'une situation de violence conjugale, etc.



Savais-tu que le psychoéducateur ou la psychoéducatrice peut t'offrir de l'aide pour diminuer ton anxiété quand les évaluations approchent?

→ Tu peux contacter un **psychoéducateur** ou une **psychoéducatrice** en écrivant à l'adresse suivante :

ou en te rendant directement à son local :

