

Feuille d'activité 3

1. Avant le cours d'aujourd'hui, dans quelle mesure aurais-tu été à l'aise d'exprimer ton inquiétude à une personne qui, à ton avis, vit des difficultés de santé mentale ?

- Très à l'aise
- Assez à l'aise
- Pas tellement à l'aise
- Pas du tout à l'aise

Explique :

2. Après le cours d'aujourd'hui, es-tu plus à l'aise d'entamer une conversation avec une personne qui, à ton avis, vit des difficultés de santé mentale ou plus confiant.e dans ta capacité à le faire ?

- Très à l'aise
- Assez à l'aise
- Pas tellement à l'aise
- Pas du tout à l'aise

Explique :

3. Peux-tu penser à une personne de ton entourage qui vit ou pourrait vivre des difficultés de santé mentale ?

- Oui
- Peut-être/je pense que oui
- Personne ne me vient à l'esprit en ce moment

4. Consulte les **Questions provenant de la communauté** sur le site Être là - Dis ce que tu vois. Quels sont les autres questions, commentaires ou inquiétudes que tu as sur le fait d'approcher une personne vivant des difficultés de santé mentale ?