

Annexe 4



Si tu te sens en situation de mal-être (triste, angoissé...) ou si tu es inquiet pour un camarade ou un autre élève :

- Tu peux en parler à :
 - un **adulte de confiance** dans ton entourage
 - **aux relais santé mentale** de ton établissement
- Tu peux aussi en parler à un personnel ressource de ton établissement :
L'**infirmier**, le **psychologue**, l'**assistant de service social** ou le **médecin**.



En cas d'urgence, de risque de suicide, alerte au plus vite
Oralement un **adulte de confiance** ou appelle le **3114**
(numéro national de prévention du suicide)

Les personnels relais sont :

Mme Ducret

Mme Pellet

Mme Montagnon