



connectquest.ca/fr

Annonces



Exemples d'annonces du matin, des diapositives ou des infolettres

- **Bienvenue à Mission connexion !** Essayez des activités amusantes qui vous aident à vous connecter à vous-même, à vos amis, à votre école, à votre communauté — et même à la nature. Participez à une quête cette semaine !
- **Mythe ou réalité du jour :** « La plupart des élèves ne se sentent pas connectés à l'école. »
Réalité : Beaucoup le sont — et vous pouvez créer encore plus de liens en rejoignant un club, en disant bonjour ou en relevant un défi Mission.
- **La connexion, c'est un superpouvoir !** Elle vous aide à vous sentir prêt(e) à faire des choix sains concernant l'utilisation de substances et le temps d'écran. Choisissez une activité Mission connexion et voyez comment de petits gestes font une grande différence.
- **Choisissez votre propre aventure :** explorez la santé liée à l'utilisation de substances et l'utilisation équilibrée des appareils grâce à des activités rapides et créatives. Cherchez l'affiche Mission connexion et commencez dès aujourd'hui.
- **Équilibrez votre temps d'écran !** Demandez-vous : pourquoi est-ce que j'utilise cet appareil en ce moment ? Faites une courte pause, puis reconnectez-vous avec un ami, un jeu ou allez à l'extérieur. Consultez Mission connexion pour des conseils.
- **Les Jeunes leaders lancent une Mission connexion d'une semaine** avec des défis quotidiens — participez, recevez des mentions spéciales et aidez notre école à diffuser des messages positifs de connexion.
- **Le saviez-vous ?** Des liens solides avec vos camarades de classe et des adultes de confiance vous aident à vous sentir en confiance et à faire des choix plus sains. Essayez une nouvelle façon de vous connecter aujourd'hui — puis partagez-la !
- **Vous n'avez pas besoin d'être en ligne pour rester connecté(e).** Trouvez un équilibre en prenant du temps pour vos amis, votre famille, vos activités et les espaces autour de vous. Consultez Mission connexion pour des idées à essayer dès maintenant.
- **Défi rapide :** souriez ou dites bonjour à trois personnes aujourd'hui, puis choisissez une activité Mission connexion pour continuer à créer des liens. Petits gestes, grand impact !
- **Prêt(e) à commencer votre quête ?** Visitez le site Mission connexion (demandez le lien à votre enseignant(e)), surveillez les affiches et participez au prochain défi. Construisons une école plus gentille et plus connectée !



School
Mental Health
Ontario

Santé mentale
en milieu scolaire
Ontario

Ce but de « Mission connexion » est de créer des liens solides avec toi-même, les autres et le monde autour de toi. Quand tu te sens connecté, c'est plus facile de faire des choix réfléchis sur l'usage de substances et ton utilisation des appareils.