

Alex prend son envol

AUJOURD'HUI EST UN JOUR SPÉCIAL POUR ALEX. APRÈS DE NOMBREUX EFFORTS, DÉFIS ET OBSTACLES, ELLE OBTIENT CET EMPLOI POUR LEQUEL ELLE A DÛ TRAVAILLER SI FORT.

FÉLICITATIONS ALEX!

APRÈS TOUT CE QUE J'AI VÉCU, JE N'AURAIS JAMAIS PENSÉ Y ARRIVER...

J'AVAIS SEULEMENT QUELQUES MOIS QUAND LA DPJ EST ARRIVÉE DANS MA VIE. MA MÈRE AVAIT BEAUCOUP DE PROBLÈMES.

À PARTIR DE 9 ANS, J'AI COMMENCÉ À VIVRE EN FAMILLE D'ACCUEIL...

... PLUSIEURS FAMILLES...

À L'ÉCOLE, ÇA N'ALLAIT PAS BIEN. ET MOI, JE N'ALLAIS PAS BIEN NON PLUS.

À 15 ANS, J'AI FAIT DES FUGUES PIS PLEIN D'AUTRES NIAISÉRIES.

JE ME SUIS RÉTROUVÉE EN CENTRE DE RÉADAPTATION JUSQU'À MÊS 18 ANS.

APRÈS LE CENTRE DE RÉADAPTATION, J'AI EU MON PREMIER APPART. J'ÉTAIS VRAIMENT CONTENTE D'ÊTRE ENFIN LIBRE, MAIS PAS MAL INQUIÈTE EN MÊME TEMPS.

J'AVAIS PAS UN SOUS...

... J'AVAIS HONTE...

... ET JE ME SENTAIS TELLEMENT SEULE.

AVIS D'EXPULSION

J'AI TOUT PERDU. J'ÉTAIS PERDUE.

J'ERRAIS À GAUCHE ET À DROITE. JE SURVIVAIS.

PUIS UN JOUR, J'AI RENCONTRÉ SAM. ELLE AVAIT VÉCU PAS MAL LES MÊMES CHOSSES QUE MOI. CETTE RENCONTRE A COMME CHANGÉ MA VIE.

LES RÉSEAUX DE SOUTIEN, ÇA TE DIT?

JE N'ÉTAIS PAS CONVAINCUE AU DÉPART. J'AI QUAND MÊME TENTÉ L'EXPÉRIENCE.

BONJOUR ALEX!

ET J'AI BIEN FAIT.

J'AVAIS PEUR. J'AVAIS PEUR DU CHANGEMENT, MAIS SURTOUT DE L'ÉCHEC.

JE SAVAIS AUSSI QUE J'AVAIS LA POSSIBILITÉ DE REPRENDRE LE CONTRÔLE DE MA VIE.

CE QUE J'AI RÉUSSI. UN JOUR À LA FOIS.

JE SUIS RETOURNÉE AUX ÉTUDES. J'AI TERMINÉ MON SECONDAIRE.

APRÈS, J'AI EU ENVIE D'Étudier DANS CE QUI M'AVAIT TOUJOURS PASSIONNÉ: L'ÉBÉNISTERIE

ET MAINTENANT J'Y TRAVAILLE.

PIS JE SUIS ASSEZ FIÈRE DE MOI.

PIS? TES PROJETS MAINTENANT?

DÉS PROJETS, ALEX EN A PLEIN LA TÊTE! ELLE SAIT MAINTENANT QU'ELLE EST CAPABLE DE RÉUSSIR, MÊME À TRAVAILLER, DES RESSOURCES, DE SE DONNER DU TEMPS ET DE CROIRE EN SOI. SI LE PASSAGE DU TEMPS N'A PAS EFFACÉ TOUTES SES CICATRICES, IL LUI A AU MOINS PERMIS DE CHANGER PETIT À PETIT.

Et toi, quand tu vis des moments plus difficiles:

- Qui de la famille peux-tu contacter?
- Quels sont tes amis qui peuvent te donner un coup de main?
- Y a-t-il des intervenants que tu connais qui pourraient t'aider?

En prévision des **fin de mois** qui ne sont pas toujours faciles, rappelle-toi qu'il y a toutes sortes de ressources pour te permettre d'**économiser quelques dollars**: les friperies, les banques alimentaires, les cuisines collectives (www.rccq.org), l'Armée du salut (armedusalut.ca/quebec), etc.

Savais-tu que tu peux téléphoner **gratuitement** au 211 pour connaître les ressources à proximité qui peuvent t'aider? Tu peux même consulter leur site web!



As-tu pensé que tu pouvais aussi parler à des intervenants en tout temps sur plusieurs lignes d'écoute téléphonique? En plus, c'est anonyme!

L'Association québécoise de prévention du suicide (**1-866-appelle**)
 Drogue: aide et référence (**1-800-265-2626**)
 Jeunesse, J'écoute (**1-800-668-6868**)
 Les Centres de crise du Québec (www.centredecrise.ca)



Illustration et graphisme
 Marie Lamonde-Simard
broussapon@hotmail.com

Comité de travail
 Geneviève Dufour, CIUSSS de la Capitale-Nationale
 Marie-Christine Fortin, UQTR
 Vanessa Fournier, CIUSSS de la Capitale-Nationale
 Rachel Lépine, Centre de recherche JEFAR
 Julie Marcotte, Laboratoire JETEPP et Centre de recherche JEFAR
 Marie-Claude Richard, Centre de recherche JEFAR
 Caroline Simard, Le Cercle - Lab vivant

Pour nous joindre
 Centre de recherche sur l'adaptation des jeunes et des familles à risque JEFAR
 418 656-2674
www.jefar.ulaval.ca
jefar@jefar.ulaval.ca

Production JEFAR © 2015
 ISBN 978-2-89497-114-7
 Dépôt légal 4e trimestre 2015

L'équipe de recherche JEFAR est subventionnée par le programme de soutien aux équipes de recherche du Fonds de recherche du Québec - Société et culture.