

**pair-  
aidance**  
sur le campus



**Association canadienne  
pour la santé mentale**  
*La santé mentale pour tous*

### Scénarios pour l'activité « Je n'ai jamais... »

Pour chaque scénario, discutez de ce qui pourrait aider dans la situation.

#### **Scénario no 1 :**

Vous avez beaucoup de choses sur les épaules avec l'école et votre vie personnelle, alors vous ne dormez pas beaucoup.

Vous manquez votre premier cours tous les matins cette semaine.

#### **Scénario no 2 :**

Vous pensez peut-être avoir un TDAH et vous avez essayé des pilules de caféine pour voir si elles vous aident à étudier.

#### **Scénario no 3 :**

Il vous arrive de vous sentir débordé·e et d'avoir envie d'abandonner l'école.