

Consultation Nationale

Exprimer. Écouter. Agir.

unicef 

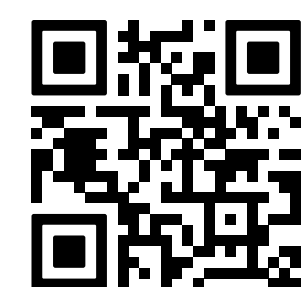
pour chaque enfant

Cultivons la santé mentale
des enfants et des adolescents



PARTICIPE À LA
CONSULTATION NATIONALE

du 06 octobre 2025 au 09 mars 2026
sur consultationnationale.unicef.fr



Pour en savoir
plus, flashe
ci-dessus

QUAND TU TE SENS TRISTE OU INQUIET, QUAND ÇA NE VA PAS, PARLES-EN !

Tu peux te confier à des adultes que tu connais, avec qui tu te sens à l'aise et en qui tu as confiance.

Il est aussi possible de parler à quelqu'un qui ne fait pas partie de ton entourage et dont le métier est d'écouter les enfants et les adolescents.

Pour cela, tu peux contacter les numéros ou te rendre dans les endroits suivants :



Pour parler de tous les sujets qui te préoccupent :

- > Les Maisons des Adolescents (MDA)*
- > Les Points Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ)*
- > Les Espaces Santé Jeunes*

Pour être écouté et aidé au sujet de consommations et pratiques pouvant être risquées :

- > Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)*



Pour parler de tous les sujets qui te préoccupent :

- > Le numéro vert **Fil santé jeunes**
0800 235 236* (7j/7, de 9h à 23h)

Si tu es en danger ou que tu connais un enfant qui est en danger (maltraitements, violences, ...) :

- > Le **numéro et le tchat 119**
(7j/7, 24h/24, adapté en langue des signes)

Si tu es harcelé ou que tu connais un enfant ou adolescent qui est harcelé :

- > Le **numéro 3018** (7j/7, de 9h à 23h)
(pour plus d'informations sur le harcèlement : e-enfance.org)

En cas de pensées suicidaires ou pour aider une personne qui en a :

- > Le **numéro 3114** (7j/7, 24h/24)

Si tu vois qu'un enfant ou adolescent de ton entourage ne va pas bien, n'hésite pas à en parler à un adulte que tu connais ou à appeler un des numéros ci-dessus.



Pour en savoir plus sur la santé mentale : consultationnationale.unicef.fr