



PLAN DE SÉCURITÉ

Notre plan pour la sécurité, la stabilité et le bien-être



Nom : _____ Date : _____

DÉCLENCHEURS

Voici les situations ou les expériences qui me bouleversent, me stressent ou créent un sentiment d'insécurité :

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

SIGNES D'ALERTE

Ce sont des signes (tels que des pensées, des sentiments, des comportements ou des choses se produisant autour de moi) indiquant que la situation commence à devenir dangereuse ou pourrait dégénérer en crise :

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

STRATÉGIES DE GESTION DU STRESS

Ce sont des choses que je peux faire pour me calmer, atténuer le stress que je ressens, me changer les idées et me sentir mieux (par exemple, dessiner, appliquer des techniques de respiration, écouter de la musique, etc.) :

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

LIEUX SÛRS

Si je ne me sens pas en sécurité là où je suis, je peux me rendre dans l'un de ces lieux sûrs :

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

ADULTES DE CONFIANCE

Ce sont des adultes de confiance que je peux appeler si j'ai besoin d'aide. Ils peuvent m'aider à assurer ma sécurité.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PLAN DE SÉCURITÉ

Notre plan pour la sécurité, la stabilité et le bien-être



NUMÉROS IMPORTANTS



Je peux appeler l'un de ces numéros pour demander de l'aide si je ne me sens pas en sécurité ou si je suis victime d'abus, de négligence ou de maltraitance. Si je suis en danger immédiat, je dois appeler le 911.

- ☐ **911 (en cas d'urgence)**
- ☐ Ligne de secours pour les situations de suicide ou de crise : 988
- ☐ Ligne d'assistance téléphonique pour les enfants victimes d'abus : 1-800-422-4453
- ☐ Ligne d'assistance téléphonique pour les victimes de violence domestique : 1-800-799-7233
- ☐ Ligne nationale d'assistance téléphonique contre la traite d'êtres humains : 1-888-373-7888
- ☐ Hôpital le plus proche _____
- ☐ Avocat : _____
- ☐ Assistant social : _____
- ☐ _____
- ☐ _____

ENGAGEMENT DU JEUNE

- ☐ Je sais que je peux faire confiance à mon jugement. Si une situation ou une personne me met mal à l'aise, je vais m'en éloigner et en parler à un adulte en qui j'ai confiance.
- ☐ Il est important de ne pas divulguer mes informations personnelles telles que mon adresse, mon numéro de téléphone et l'endroit où je me trouve.
- ☐ Je ferai attention à ce que je publie sur les réseaux sociaux, y compris WhatsApp, Facebook, Instagram, TikTok et Snapchat. Je suis conscient que toute publication sur mon téléphone portable et mes réseaux sociaux, y compris les photos, peuvent révéler ma position.
- ☐ Je connais mes droits en tant qu'enfant ou jeune aux États-Unis. Ils comprennent les droits suivants :
 - **Vivre dans un environnement sûr.**
 - **Compter sur des parents ou des personnes qui s'occupent de moi.**
 - **Recevoir des repas trois fois par jour, porter des vêtements propres et avoir un toit au-dessus de ma tête.**
 - **Pouvoir préserver ma vie privée lorsque j'en ai besoin.**
 - **Aller à l'école dans un environnement sûr où je suis traité sur un pied d'égalité avec mes camarades.**
 - **Recevoir des sanctions disciplinaires qui n'aient pas recours à l'intimidation ou à la violence.**
 - **Être inclus indépendamment de ma race, de ma religion ou de mes capacités mentales ou physiques.**
 - **Vivre à l'abri des violences physiques, verbales ou émotionnelles.**
 - **Vivre à l'abri des violences sexuelles, du harcèlement ou de l'exploitation sous quelque forme que ce soit.**
- ☐ _____
- ☐ _____



PLAN DE SÉCURITÉ

Notre plan pour la sécurité, la stabilité et le bien-être

ENGAGEMENT DE L'ADULTE RESPONSABLE

En tant qu'adulte responsable du jeune, j'appliquerai les mesures suivantes pour assurer sa sécurité :

- ☐ Satisfaire ses besoins fondamentaux et promouvoir des habitudes saines : nourriture, vêtements, école, soins médicaux, etc.
- ☐ Assurer une supervision adéquate en fonction de son âge et de ses besoins individuels. Notre plan d'encadrement se présente comme suit : _____

- ☐ Établir des règles et des attentes cohérentes pour le jeune dans la maison. Chez nous, les règles sont les suivantes : _____

- ☐ Aider le jeune à acquérir les comportements adaptés à son âge sans recourir à l'intimidation ni à la violence. Notre plan comportemental consistera à : _____

- ☐ Soutenir la participation du jeune à des activités positives, telles que : _____

- ☐ C'est le code secret de notre famille si le jeune a besoin de m'avertir d'une situation dangereuse ou d'une inquiétude concernant sa sécurité : _____
- ☐ Si je me sens dépassé ou frustré, je prendrai les mesures suivantes pour me calmer avant de réagir : _____

- ☐ _____
- ☐ _____

J'ai participé à l'élaboration du plan de sécurité ci-dessus :



Nom du jeune

Signature du jeune

Date

Nom de l'adulte responsable

Signature de l'adulte responsable

Date

Nom de l'assistant social

Signature de l'assistant social

Date



Conservez soigneusement ce plan.



[refugees.org](https://www.refugees.org)

The production of this material was supported by Grant #90RB0054 from the Administration for Children and Families (ACF). Its contents are solely the responsibility of the U.S. Committee for Refugees and Immigrants (USCRI) and do not necessarily represent the official views of ACF.

U.S. COMMITTEE
FOR REFUGEES AND IMMIGRANTS