

Back-to-school previously signaled a time of renewal and change, exciting most students and families as they prepared for the new school year. In 2020, that excitement has been coupled with anxiety and in some instances fear for parents, kids, teachers and others who work in and around schools.

Although physical distancing and wearing face masks may be more common practices for kids outside of schools, there are notable differences and procedures in school policies from province to province and across different regions and municipalities. In some instances, different boards have adopted varying policies with respect to attendance and in-person schooling including, full-time in-person attendance, fully remote or online classes, and a blended approach combining multiple adaptations of both in-person and remote or online learning.

These options may be more easily understood by parents and teachers, but may be confusing to young people who are hoping that returning to school signals a return to normal. They may be apprehensive, anxious or even fearful of returning to an environment of uncertainty and evolving changes. These feelings can be amplified for younger students or with pre-existing medical or mental health concerns. Students may be highly sensitive to additional policies or procedures if anyone in their life has been directly or indirectly impacted by COVID-19.

Homewood Health, in collaboration with our good friends at Kids Help Phone, is pleased to offer additional support to students who may be experiencing fear, anxiety, or difficulty related to the start of the new school year and the complexities raised by COVID-19. Support through Kids Help Phone is available 24/7/365 via text, telephone and live chat. Attached you will find some really useful information to share with the young people in your life who may be experiencing stress, anxiety or trepidation about their return to school.

As always, help and resources are available to you by contacting Homewood Health at [Homeweb.ca](http://Homeweb.ca) or at 1-800-663-1142, 24 hours a day.

### **About Kids Help Phone**

Kids Help Phone is Canada's only 24/7, national support service that offers professional counselling, information and referrals and volunteer-led, text-based support to young people in both English and French.



# COVID-19: Back to school support for kids

## Kids Help Phone and Homewood Health

Young people and the adults who support them may experience a range of reactions to going back to school and/or work during the COVID-19 pandemic. Kids Help Phone is there to support the young people in your life with back to school this year, whatever that may look like for them.

Some people get a little weirded out when they hear the word “counselling.” That’s OK. Basically, counselling is talking to someone who knows a lot about many different issues that young people face. We think of counselling as a conversation with someone you can trust, who won’t judge you, and who wants to help.

If you think the adults at home could also use some support, remind them that they also have access to help, 24/7/365 by calling Homewood Health at 1-800-663-1142 or by accessing [www.homeweb.ca](http://www.homeweb.ca).

**Kids Help Phone is always here for you. No matter what you want to talk about, we’re here to listen. No judgment, totally private, and available 24 hours a day, 7 days a week.**



### Text

Get support right now through our texting service

**Text CONNECT to 686868**



### Phone

Call us for support through our phone service

**Call 1-800-668-6868**

Kids Help Phone is a confidential platform where you can speak with a non-judgmental, impartial person. At Kids Help Phone, we want to help and we’re here to listen.



La rentrée scolaire marque habituellement une période de renouveau exaltant pour la plupart des élèves et leurs parents, heureux de se préparer à une nouvelle année scolaire. En 2020, cet enthousiasme s'accompagne de nervosité, et dans certains cas de peur, pour les parents et les enfants ainsi que pour les enseignants et les autres personnes qui travaillent dans les écoles.

Bien que la distanciation physique et le port du masque soient devenus des pratiques courantes chez les enfants, les politiques et procédures scolaires en la matière varient de façon notable selon la province, la région et la municipalité. Par exemple, les centres de services scolaires ont adopté leurs propres politiques en ce qui concerne la fréquentation scolaire, y compris l'apprentissage en classe ou à distance à temps plein ou encore une approche mixte combinant diverses possibilités.

Ces politiques et procédures peuvent être faciles à comprendre par les parents et les enseignants, mais risquent de désorienter les jeunes qui espéraient voir dans la rentrée le signal d'un retour à la normale. Ils peuvent être inquiets, craintifs, voire même anxieux de se retrouver dans un milieu incertain et en changement constant. Ces sentiments peuvent être encore plus intenses chez les très jeunes élèves ou chez ceux qui souffrent de problèmes de santé physique ou mentale. Les jeunes peuvent être très sensibles à ces nouvelles politiques ou procédures si un de leurs proches a été directement ou indirectement touché par la COVID-19.

Homewood Santé, en collaboration avec ses camarades de Jeunesse, J'écoute, est heureuse d'offrir un soutien supplémentaire aux élèves et étudiants qui sont aux prises avec des craintes, de l'anxiété ou d'autres difficultés liées à la rentrée et aux complexités soulevées par la COVID-19. Le soutien fourni par Jeunesse, J'écoute est accessible en tout temps par message texte, téléphone ou clavardage en direct. Vous trouverez ci-joint une information indispensable à partager avec vos enfants et vos adolescents afin de les aider à surmonter l'appréhension, le stress ou l'anxiété que leur cause peut-être la rentrée.

Comme toujours, vous pouvez communiquer avec Homewood Santé sur le site [Monhomeweb.ca](http://Monhomeweb.ca) ou au numéro 1 866 398-9505 à toute heure du jour ou de la nuit pour obtenir de l'aide et des ressources.

### **À propos de Jeunesse, J'écoute**

Jeunesse, J'écoute est le seul service de soutien à l'échelle du pays qui est accessible 24/7. Il offre aux jeunes un service d'intervention professionnelle, d'information et de ressources ainsi qu'un service de soutien bénévole par texto, en français et en anglais.



# Une aide offerte aux jeunes pour la rentrée scolaire en période de pandémie.

## Jeunesse, J'écoute et Homewood Santé

Les jeunes, leurs parents et le personnel scolaire risquent d'éprouver diverses réactions à la rentrée scolaire pendant la pandémie de COVID-19. Jeunesse, J'écoute est là pour aider vos jeunes à faire une bonne rentrée scolaire cette année, quels que soient les bouleversements que celle-ci leur réserve.

Certaines personnes sont un peu mal à l'aise lorsqu'on mentionne le mot « counseling ». C'est compréhensible. Mais fondamentalement, le counseling consiste à parler à quelqu'un qui connaît bien la grande diversité de problèmes auxquels les jeunes font face. Le counseling, c'est une conversation avec quelqu'un en qui tu peux avoir confiance, qui ne te juge pas et qui veut t'aider.

Si selon toi les adultes de ta maisonnée auraient eux aussi besoin d'un certain soutien, rappelle-leur qu'ils peuvent obtenir de l'aide à toute heure du jour ou de la nuit en appelant Homewood Santé au 1 866 398-9505 ou en consultant son site Web à [www.monhomeweb.ca](http://www.monhomeweb.ca).

**Jeunesse, J'écoute est toujours là pour toi. Peu importe le sujet que tu souhaites aborder, on est là pour t'écouter. Sans jugement, en toute intimité, 24/7.**



### Texto

Obtiens du soutien  
immédiatement par texto

**Texte PARLER au 686868**



### Téléphone

Appelle-nous pour obtenir de  
l'aide par le biais de notre service  
téléphonique

**Compose le 1 800 668-6868**

Jeunesse, J'écoute est une plateforme confidentielle où tu peux parler avec une personne impartiale qui ne te juge pas. À Jeunesse, J'écoute, nous voulons t'aider et nous sommes là pour t'écouter.