

2022/2023

Jugendinfo Guide



Jugendinfo.lu

THE NEW E-BOOK LIBRARY FOR LUXEMBOURGISH STUDENTS AND PUPILS

> 20.000 ebooks · Multilingual · Whenever / wherever · All mobile devices



FREE
—
More info & download:
ready.script.lu

Download the SORA App here

Available on the App Store
GET IT ON Google Play

Jugendinfo.lu, le site où tu trouves toutes les infos jeunesse en français, allemand et luxembourgeois en un clic à propos des sujets suivants:

page 4	 ÉDUCATION BILDUNG	 LOGEMENT WOHNEN	page 10
page 6	 EMPLOI ARBEIT	 SANTÉ GESUNDHEIT	page 12
page 8	 ENGAGEMENT	 VIE QUOTIDIENNE LEBEN A-Z	page 14

**Deng Meenung ass gefrot:
Wéi fënns du de Guide?**



**Gëff eis däi Feedback a gewann mat e bësse
Gléck eng Schatzsich mat denge Kolleegen!**



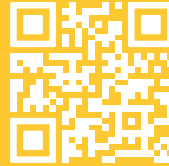
Impressum

Editeur
L'Agence Nationale pour l'Information des Jeunes (ANIJ), association sans but lucratif conventionné par le Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse.

Contact
ANIJ asbl
87, route de Thionville
L-2611 Luxembourg
T (+352) 26 29 3 200
E jugendinfo@anij.lu
www.jugendinfo.lu

Améliorer tes résultats scolaires

Malgré tes efforts, tu as eu une note insuffisante dans une épreuve ? Ne te laisse pas décourager, nous avons des astuces pour améliorer tes résultats scolaires.



La médiation scolaire

Le médiateur scolaire traite les réclamations qui concernent le maintien au lycée des élèves menacés par le décrochage scolaire, l'inclusion au sein de l'école des élèves à besoins spécifiques ainsi que l'intégration scolaire des enfants issus de l'immigration. Pour savoir ce que font les médiateurs exactement et comment, consulte notre série d'articles „3 Froen un...“



Les services de ton lycée te soutiennent

Si tu cherches un conseil pour ton parcours scolaire, un coup de pouce dans une matière précise ou quelqu'un avec qui partager tes soucis, divers services peuvent t'aider.



Examens : Comment réduire le stress ?

Tu redoutes déjà le prochain examen ? Nous avons quelques conseils pour t'aider à maîtriser ton stress.



EIS SCHOUL

EIS IDDIEN

Conférence Nationale
des Éléves du Luxembourg
ii CNEL

DENG
MEENUNG

EIS AUFGABEN

Du wëlls dech engagéieren? Informéier dech op www.cnel.lu

 MAISON DE
L'ORIENTATION
Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.



Op wéi eng Froe kriss
de bei eis eng Äntwert?



Wéi ee Lycée passt
am beschte bei mech?



Wat
maachen nom Lycée?



Beruffs- an
Ausbildungsméiglechkeeten



EMPLOI
ARBEIT

À vos CV !

Tu cherches un stage, un apprentissage, un job vacances ou un job étudiant ? Alors tu passeras forcément par la case rédaction de CV. C'est ta carte de visite.



Le stage volontaire comme première expérience professionnelle

Découvre le monde professionnel et acquiers de l'expérience en faisant un stage volontaire. Cela t'aidera à trouver ta voie et faire le bon choix d'études.



Une lettre de motivation convaincante

Tout ce que tu dois savoir pour écrire une bonne lettre de motivation. Un exercice pas toujours facile, puisqu'il faut un équilibre entre formalité et originalité.



Comment préparer ton entretien d'embauche ?

Tu as décroché un entretien, félicitations ! Maintenant, ton objectif est de persuader l'employeur que tu es la bonne personne pour ce poste.



Jugendinfo.lu



Découvre les **offres de jobs vacances, jobs étudiants et stages** sur le site jugendinfo.lu



Du sichts een Vakanzenjob?

Dann mell dech op JonkJob.lu un





ENGAGEMENT

Participer activement à la société

Déjà, en tant que jeune, tu as le droit de participer activement à la société. Alors, profite-en ! Ton engagement peut se faire à l'école ou pendant ton temps libre.



Le bénévolat : une expérience précieuse

C'est vrai qu'en tant que bénévole, tu n'es pas rémunéré-e pour ton travail. Mais tu reçois d'autres récompenses, telles que de l'expérience et de la reconnaissance.



Devenir volontaire au Luxembourg

Le Service volontaire national te fait vivre une expérience enrichissante et variée grâce à un engagement volontaire dans un projet d'utilité publique au Luxembourg.



3 Froen u move. - de Jugendgrupp vum Mouvement Écologique

An eiser Artikel-Serie "3 Froen un ..." loosse mir Experten oder Organisatiounen direkt zu Wuert kommen.



Ech engagéiere mech fir

... eng besser a gerecht Welt.
- Laly -

Maach och du mat a géff Deel vum

” [jugend
parlament.lu](http://jugend.parlament.lu) “



Agence du Bénévolat



Pourquoi devenir **bénévole** ?

- ✓ Aider les autres
- ✓ Agir pour une cause
- ✓ Aller à l'école de la vie
- ✓ Développer ses compétences
- ✓ Rencontrer de belles personnes...

Agence du Bénévolat
103, route d'Arlon L-8009 Strassen
Tél. : (00352) 26 12 10

Et toi ?

benevolat.lu



Le logement encadré

Les relations avec tes parents sont compliquées et tu as besoin d'un endroit où loger ? Avec le logement encadré, tu es hébergé-e et encadré-e par des professionnels socio-éducatifs.



Jugendwunnen

Tu recherches un endroit pour vivre de façon autonome ? Alors „Jugendwunnen“ peut être une option.



Meederchershaus : un refuge en cas de violences domestiques

Les adolescentes et jeunes femmes entre 12 et 19 ans y trouvent abri et soutien pour un maximum de 3 mois.



Hébergement d'urgence

Tu te retrouves dans une situation de crise et tu dois quitter ton domicile ? Il est important de savoir à qui t'adresser.



PEITRUSSHAUS



Tu as besoin d'aide ?
Nous sommes là pour toi !

Tu as entre 12 et 17 ans et tu traverses une situation de crise ?
Tu te sens mal dans ta peau, tu as des problèmes avec ta famille ou avec d'autres personnes ?
Tu cherches un endroit où tu peux parler avec quelqu'un, prendre du recul ou encore être hébergé(e) quelques jours ?

Tu as entre 18 et 21 ans et tu désires également bénéficier d'une aide et d'un soutien ponctuel ?

Tu peux nous joindre tous les jours 24h/24 via notre ligne d'assistance téléphonique gratuite.

24/7 GRATIS HOTLINE
+352 8002 6002

BEDEELEGUNG
FRÄIWËLLEGKEET
DISKRETIION
KRIS ALS CHANCE

PEITRUSSHAUS
43, BOULEVARD DE LA PÉTRUSSE
L-2320 LUXEMBOURG
T + 352 26 48 03 20
M + 352 621 742 063
H + 352 8002 6002
E peitrusshaus@s-j.lu



www.planning.lu

- Informations, conseils et écoute
- Protections menstruelles (serviettes, tampons, cups), préservatifs et gels lubrifiants, tests de grossesse
- Suivis gynécologiques et psycho-sociaux (jeune, adulte, couple)
- Assistance aux victimes de violences sexuelles
- Dépistages pour tout le monde
- Contraception et contraception d'urgence
- Interruption volontaire de grossesse (IVG)
- Conseils autour de la grossesse, désirée ou non
- Réponses aux questionnements en matière d'éducation sexuelle et affective : puberté, orientations, etc.



Bienvenue.s

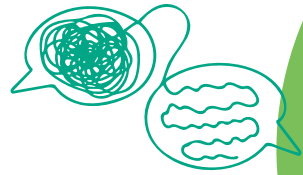
Nos services sont **gratuits et confidentiels**, sans aucune condition d'âge ni discrimination. Dans le respect et la bienveillance !



6, rue de la Fonderie
L-1531 Luxembourg
T (+352) 48 59 76
M info@planning.lu

2-4, rue Ernie Reitz
L-4151 Esch-sur-Alzette
T (+352) 54 51 51
M esch@planning.lu

18, avenue J.F.Kennedy
L-9053 Ettelbruck
T (+352) 81 87 87
M ettelbruck@planning.lu



Tu n'es pas seul-e !
Où trouver un soutien psychologique ?
Découvre les différents services qui
sont à ta disposition.



Non au mobbing !
Tout le monde peut devenir victime de mobbing. Apprends à reconnaître les signes et à agir !



Stop body shaming, start body positivity
Les stéréotypes de beauté sont présents partout, notamment sur les réseaux sociaux. Par conséquent, les cas de body shaming se multiplient. Mais ça veut dire quoi ? On te donne des exemples concrets.



Choisir ta contraception
La contraception est importante pour se protéger des maladies sexuellement transmissibles et pour éviter les grossesses non désirées.



MIR SINN DO



MIR SINN NO



MIR SINN PSCHT



CePAS

Centre psycho-social et d'accompagnement scolaires





Wëlls du méi iwwert deng Relatioun zu deenen anere gewuer ginn an dech selwer besser kenne léieren?

Dann ass de Grupp **Komm mol mat** dat Richtegt fir dech.

www.cepas.lu   [cepasluxembourg](https://www.instagram.com/cepasluxembourg)

Deng mental Gesondheet ass wichteg. Schwätz driwwer.

Wat si Warnzeechen, datt et engem net gutt geet? Wéini ass et eng Urgence? Wat soe Jonker, déi betraff sinn? Wéi eng Rechter hunn ech als Jugendlechen? Wee ka mir hëllef? **Kuck d'Videoen a géff méi gewuer iwwer Thema Mental Gesondheet. #mindmymind**



Podcasts op Lëtzebuergesch

Entdeck Podcasts made in Luxembourg - Fir datt s du den Iwwerbléck behäls, hu mir eng Lëscht fir dech zesummegeallt. Vill Spaass beim Lauschteren!



JUGENDINFO

DE PODCAST FIR JONKER ZU LËTZEBOURG



PODCAST IJWERT PSYCHESCH GESONDHEET A WJELBEFANNEN MAT TEMOIGNAGEN AN TIPS



Que faire pendant mon temps libre ?

Tu cherches des activités fun pour occuper ton temps libre ? Les possibilités sont nombreuses. Scanne le code QR et laisse-toi inspirer.

Wëi kanns du matmaachen?

Du hues en Thema am Kapp? Ee vun eisen Theme seet dir eppes? Du wëlls dech bedeelegen a matschwätzen? Da scann de QR Code fir beim Podcast als Guest matzemaachen oder fir en Thema virzeschloen.



Femme, homme ou autre ?

Transgenre, transidentité, femme trans, homme trans, transsexuel, intersexuel, non-binaire : ces termes, tu les as déjà entendus, mais tu ne sais pas exactement ce qu'ils veulent dire ? On peut t'aider à mieux comprendre.



Zero Waste : Vivre mieux sans déchets

Nous avons 10 conseils et astuces pour toi si tu veux commencer à produire moins de déchets.



Découvre des activités, événements et bien plus encore dans l'agenda sur **Jugendinfo.lu**



TU AS ENTRE 12 ET 30 ANS ?

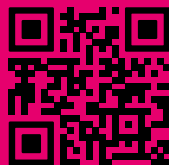
LA CARTE JEUNES EUROPÉENNE
EST FAITE POUR TOI !



1 **38** **MILLIERS**
carte pays de réductions

Offre Back to school

Ta Carte Jeunes à 10 € au lieu de 12 € avec le code « jugendinfo2022 » !



  #cartejeuneslu

Informations et commande sur www.cartejeunes.lu

Partir à l'étranger

Études
Volontariat
Travail
Stage



Découvre les missions de volontariat



Découvre les témoignages de jeunes volontaires

Tu ne sais pas par où commencer ?

Informations sur eurodesk.lu

eurodesk
Luxembourg

  @eurodesklu