



## L'association SPARADRAP propose 3 guides illustrés pour aider les adolescents :

Ils sont disponibles en version papier ou au format numérique.



### Et toi, comment tu vas ?

Ce guide aborde les problèmes auxquels sont confrontés les adolescents de 13 à 17 ans, les encourage à parler de ce qui les préoccupe et les informe sur les ressources à leur disposition.

- > [Commander ou télécharger le guide](#)
- > [Voir la page web pour les jeunes](#)



### J'ai trop mal à la tête !

Un guide, à la fois support d'information et d'éducation thérapeutique, pour aider les adolescents souffrant de migraine ou de céphalées de tension à acquérir les compétences pour gérer au mieux leurs maux de tête.

- > [Commander ou télécharger le guide](#)



### La première consultation gynécologique

Ce guide répond concrètement aux interrogations et aux inquiétudes des jeunes filles sur le déroulement de cette consultation. Il favorise le dialogue et l'instauration d'une relation de confiance avec les professionnels.

- > [Commander ou télécharger le guide](#)
- > [Voir la page web pour les jeunes](#)

Contact presse : Malka Jakubowicz – 01 43 48 76 48 – [communication@sparadrap.org](mailto:communication@sparadrap.org)  
Association SPARADRAP - 48, rue de la Plaine 75020 Paris  
[www.sparadrap.org](http://www.sparadrap.org) - [page Facebook](#)

Pour ne plus recevoir nos courriels [cliquez ici](#)