



« Je suis extrêmement reconnaissant·e d'avoir demandé de l'aide. On m'a énormément aidé·e et on m'a indiqué un endroit où je pouvais obtenir plus de soutien et mieux comprendre pourquoi je me sens comme ça »

— un·e jeune ayant texté à JJE en 2025

En 2025, JJE a interagi avec plus de 3,7 millions de jeunes au Canada. Les principaux sujets abordés étaient l'anxiété et le stress, les relations, la dépression, le suicide et l'isolement. Pour en savoir plus, consultez JeunesseJecoute.ca/Donnees.

Jeunesse, J'écoute donne aux jeunes l'espoir dont il·elle·s ont besoin pour s'épanouir dans leur vie.

Chanter. Crier. Pleurer. Chuchoter. Les jeunes s'épanouissent vraiment lorsqu'il·elle·s peuvent exprimer ce qu'il·elle·s ressentent de la façon qui leur convient le mieux. Peu importe où vit un·e jeune ou ce qu'il·elle traverse, il·elle mérite une aide qui reconnaît ses besoins uniques en matière de santé mentale, sans jugement.

Les jeunes peuvent trouver un espace pour leurs émotions auprès de Jeunesse, J'écoute (JJE), le seul organisme au pays à offrir aux jeunes des services numériques nationaux en santé mentale gratuits, multilingues et confidentiels, accessibles en tout temps, et à leur offrir, d'un océan à l'autre, du soutien et un espace pour libérer leurs émotions.

Que propose JJE?

Du soutien par **texto** avec des répondant·e·s aux crises bénévoles formé·e·s

Des **services d'intervention par téléphone** (y compris des services d'interprétation en plusieurs langues pour les jeunes **nouvel·le·s arrivant·e·s** et les jeunes de partout au Canada) et de **clavardage en direct** avec des intervenant·e·s professionnel·le·s

JeunesseJecoute.ca, un site Web qui offre de l'information, des vidéos, des outils, des jeux, etc., en matière de santé mentale

L'Espace de création de la Communauté Libère tes émotions où les jeunes peuvent explorer et partager du contenu créatif

Ressources Autour de Moi, un répertoire de programmes, de services, d'outils et d'applications de soutien

La Communauté Jeunesse de Jeunesse, J'écoute, un forum de soutien où les jeunes partagent leur vécu

Surmonter, propulsé par Jeunesse, J'écoute pour les jeunes Africain·e·s, Caribéen·ne·s et Noir·e·s

Des programmes de sensibilisation en milieu scolaire, comme **Intervenant·e dans la classe**

Du soutien pour les jeunes des Premières Nations, Inuit et Métis, notamment l'application Autochtone de JJE, qui propose un coffret de bien-être ainsi que d'autres fonctionnalités en ligne et hors ligne

Allo J'écoute pour les étudiant·e·s postsecondaires de l'Ontario et de la Nouvelle-Écosse

accélérateur qui fait progresser le soutien numérique en santé mentale grâce à la technologie, aux données, à l'innovation, à la recherche et aux partenariats



Comment faire un don?

Les personnes qui souhaitent apporter leur soutien peuvent agir dès maintenant au FondationJJE.ca.



Comment obtenir du soutien?

Les jeunes peuvent obtenir de l'aide pour toutes leurs émotions sur JeunesseJecoute.ca.