



Jeunesse, J'écoute éveille l'espoir dont les jeunes ont besoin pour s'épanouir dans leur vie

« Merci de faire ce que vous faites. J'ai senti que je pouvais continuer à avancer après m'être réveillé·e dans ce qui ressemblait à un désespoir total. Vous avez fait une différence dans une période sombre. »

— personne ayant contacté JJE

Depuis janvier 2020, JJE a soutenu des personnes partout au Canada plus de 22 millions de fois. Leurs principales préoccupations sont l'anxiété, le stress, les relations, la dépression, le suicide et l'isolement. Découvrez plus de données sur la santé mentale des jeunes sur JeunesseJecoute.ca/Donnees.

Chante. Crie. Pleure. Chuchote... Les jeunes peuvent vraiment s'épanouir lorsqu'ils-elles sont capables d'exprimer ce qu'ils-elles ressentent, de la manière qui leur convient le mieux. Et peu importe où vit un jeune, ou ce qu'il-elle vit, il-elle mérite un soutien qui reconnaît ses besoins uniques en matière de santé mentale, sans jugement.

Les jeunes peuvent donner à leurs émotions un endroit où aller grâce à Jeunesse, J'écoute (JJE), le seul service de santé mentale en ligne gratuit, multilingue, confidentiel au Canada, qui est toujours ouvert, offrant ainsi aux jeunes d'un océan à l'autre du soutien et un espace pour Libérer leurs émotions.

Quels sont les services offerts par JJE?



Soutien par texto avec des répondant-e-s aux crises bénévole formé-e-s



Service d'intervention par téléphone et le **Clavardage en direct** avec des intervenant-e-s professionnel-le-s



Vidéos, articles, outils et jeux sur la santé mentale et un chatbot sur le site Web pour les enfants, les adolescents et les adultes



L'Espace de création de la Communauté Libère tes émotions permettant aux jeunes d'explorer et de partager des contenus créatifs



Ressources Autour de Moi, un répertoire de services de soutien



La Communauté Jeunesse de Jeunesse, J'écoute, un forum de soutien avec des histoires vécues

Quels sont les programmes proposés par JJE?

- **Surmonter propulsé par Jeunesse, J'écoute** pour les jeunes Africain-e-s, Caribéen-ne-s et Noir-e-s
- **Intervenant·e dans la classe** pour les élèves de la 4^e à la 12^e année
- **Soutien aux jeunes des Premières Nations, Inuit et Métis**, incluant Des jours meilleurs: un programme de bien-être Autochtone propulsé par la Sun Life
- **Allo J'écoute** pour les étudiant-e-s de niveau postsecondaire en Ontario et en Nouvelle-Écosse



Merci de soutenir la santé mentale des jeunes!

JJE compte sur la **générosité des donateur·trice·s**, des éducateur·trice·s, des bénévoles, des partenaires, des gouvernements et plus encore pour alimenter ses programmes et services.

Où puis-je en apprendre davantage sur JJE?

Les personnes partout au Canada peuvent communiquer les unes avec les autres, accéder à un soutien bien-être, joindre le mouvement pour la santé mentale de JJE, et bien plus encore sur JeunesseJecoute.ca/LibereTesEmotions.