



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. »

— jeune personne ayant contacté JJE

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 et confidentiel au Canada, disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Nous sommes toujours ouverts, et nous offrons aux jeunes de partout au Canada du soutien et un espace pour **libérer leurs émotions** ↗ en anglais et en français.

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



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 6e à la 12e année
- **Soutien aux jeunes des Premières Nations, Inuit et Métis** ↗
- **Allo J'écoute** ↗ pour les étudiant·e·s de niveau postsecondaire en Ontario et en Nouvelle-Écosse
- **Espace Mieux-Être Canada** ↗ pour les personnes de tous âges

En moyenne, JJE soutient les jeunes plus de 10 000 fois par jour. Leurs principales préoccupations sont l'anxiété et le stress, les relations, la dépression, le suicide et l'isolement. Découvrez plus de **données** ↗ sur la santé mentale des jeunes.

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? Pour découvrir l'impact de JJE en action, accéder à un soutien en matière de bien-être, rejoindre notre mouvement pour la santé mentale et plus encore, vous pouvez visiter JeunesseJecoute.ca ↗