

# Webinaire sur la cybersanté mentale et les partenariats autochtones dans la prévention du suicide



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

Kids Help Phone  
Jeunesse, J'écoute



# Présentateurs



**Modératrice:**  
Nitika Rewari

Gestionnaire, Programmes  
de prévention et de  
promotion  
*Commission de la santé  
mentale du Canada*



**Présentatrice:**  
Alisa Simon

Vice-présidente principale,  
Innovation et Chef,  
Jeunesse  
*Jeunesse, J'écoute*



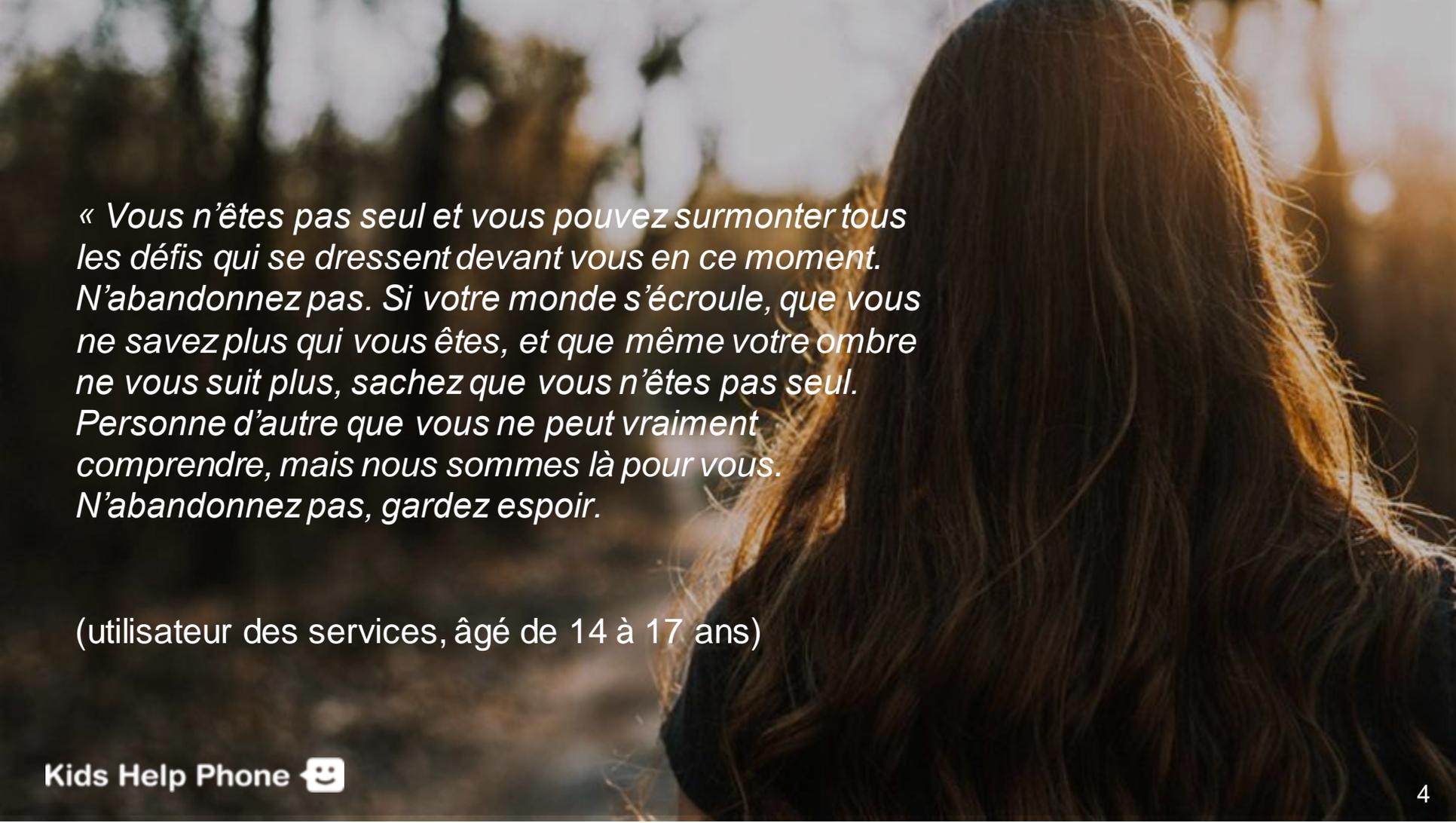
**Présentatrice :**  
Deanna Dunham

Directrice, Initiatives  
autochtones et Équité en  
santé  
*Jeunesse, J'écoute*



**Webinaire sur la cybersanté  
mentale et les partenariats  
autochtones dans la  
prévention du suicide:**

**Principaux apprentissages et  
réussites de Jeunesse,  
J'écoute**



*« Vous n'êtes pas seul et vous pouvez surmonter tous les défis qui se dressent devant vous en ce moment. N'abandonnez pas. Si votre monde s'écroule, que vous ne savez plus qui vous êtes, et que même votre ombre ne vous suit plus, sachez que vous n'êtes pas seul. Personne d'autre que vous ne peut vraiment comprendre, mais nous sommes là pour vous. N'abandonnez pas, gardez espoir.*

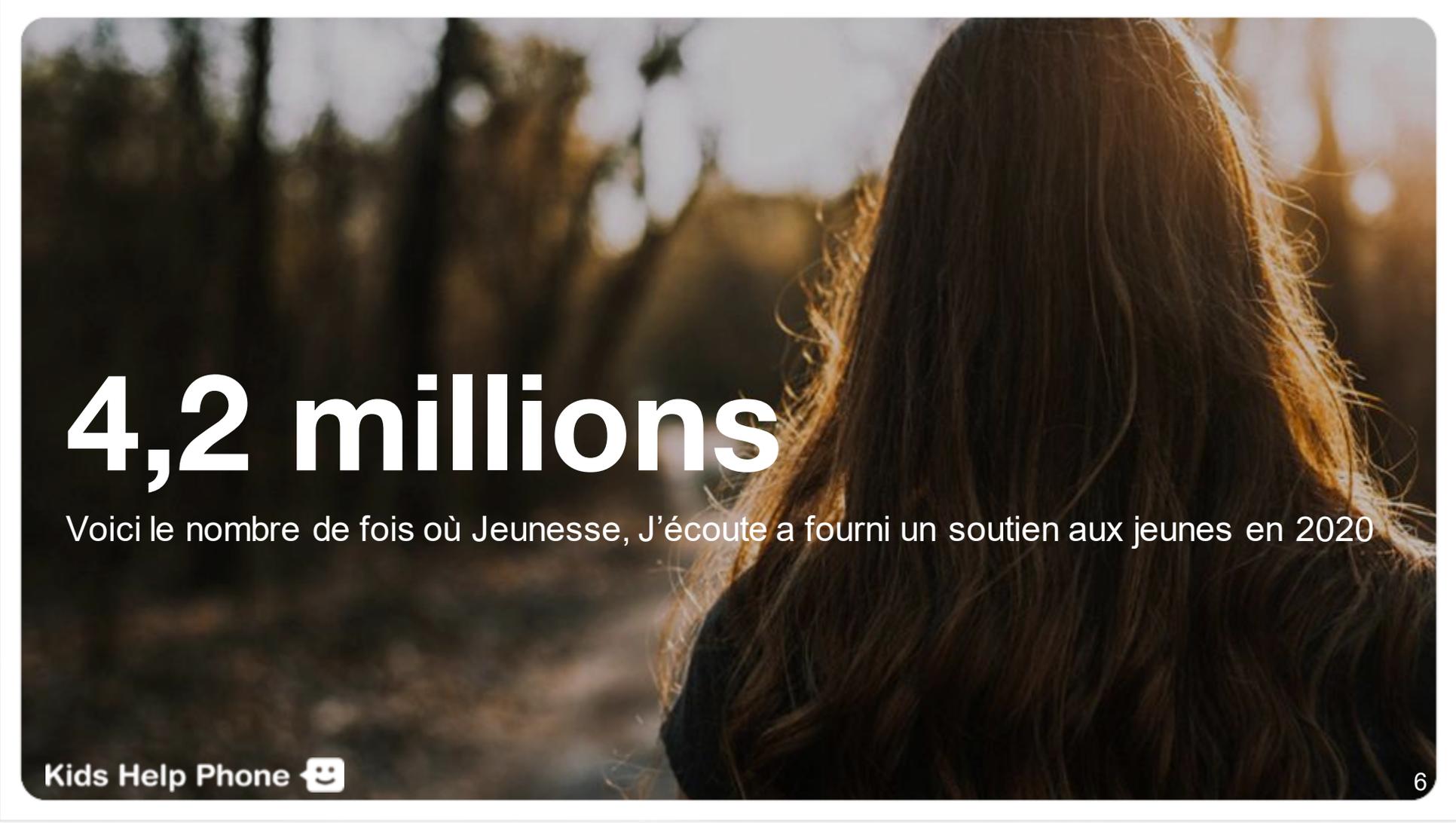
(utilisateur des services, âgé de 14 à 17 ans)

# Qui nous sommes

**Des pionniers en matière de soins virtuels et de solutions de cybersanté.**

**La seule ressource nationale, bilingue, toujours disponible pour les jeunes, offrant des conseils, du soutien, des renseignements et des références de façon anonyme et**

**confidentielle.** Kids Help Phone 

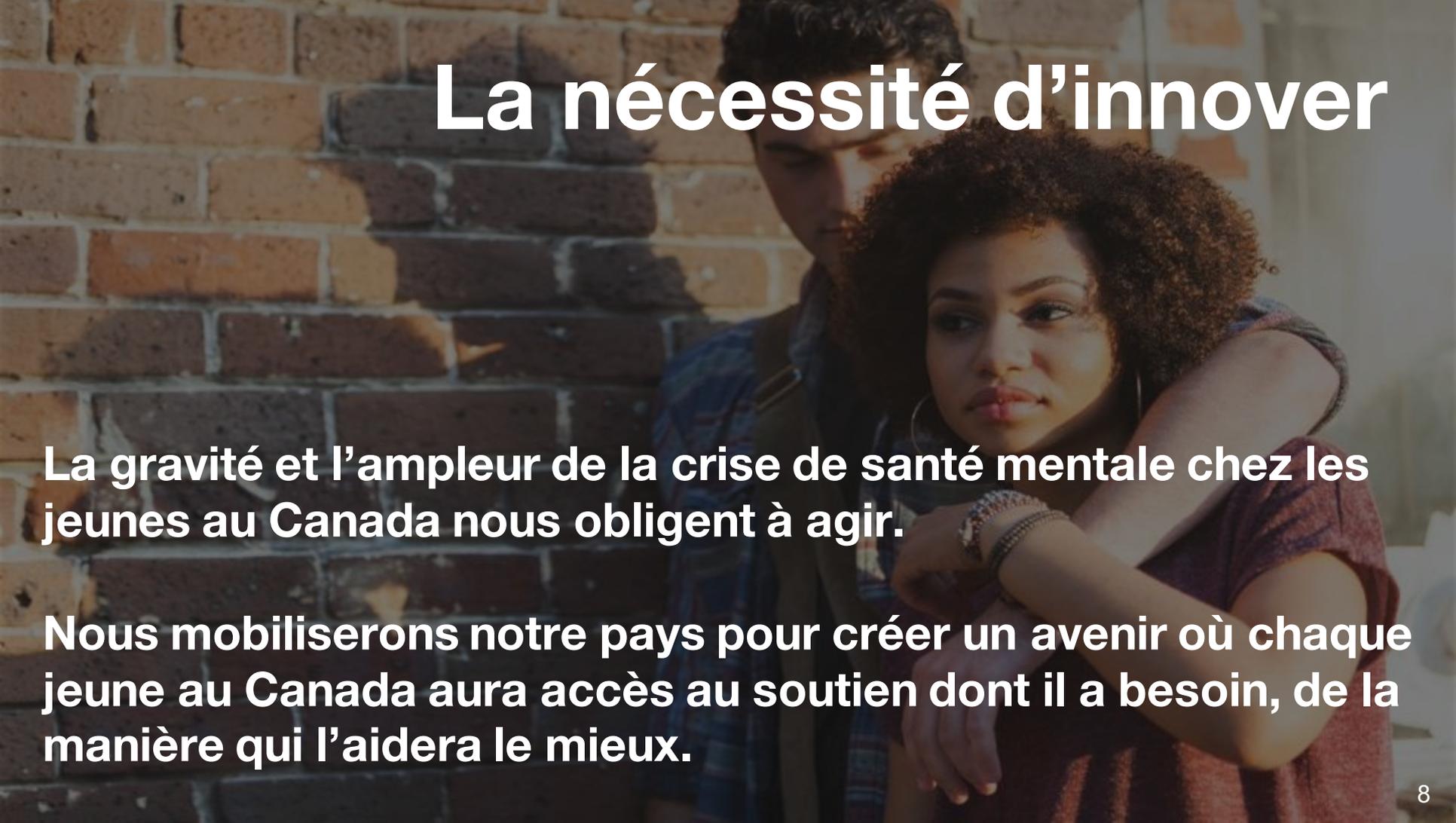
A young woman with long, dark hair is seen from behind, looking out over a forest at sunset. The background is a soft-focus landscape with trees and a warm, golden light from the setting sun. The text is overlaid on the left side of the image.

# 4,2 millions

Voici le nombre de fois où Jeunesse, J'écoute a fourni un soutien aux jeunes en 2020

# Notre portée

- **900 à 1500** jeunes demandent de l'aide chaque jour, dans chaque province et territoire

A young man and woman are embracing in front of a brick wall. The man is wearing a denim jacket and has his arms around the woman. The woman has curly hair and is wearing a red top. The background is a brick wall.

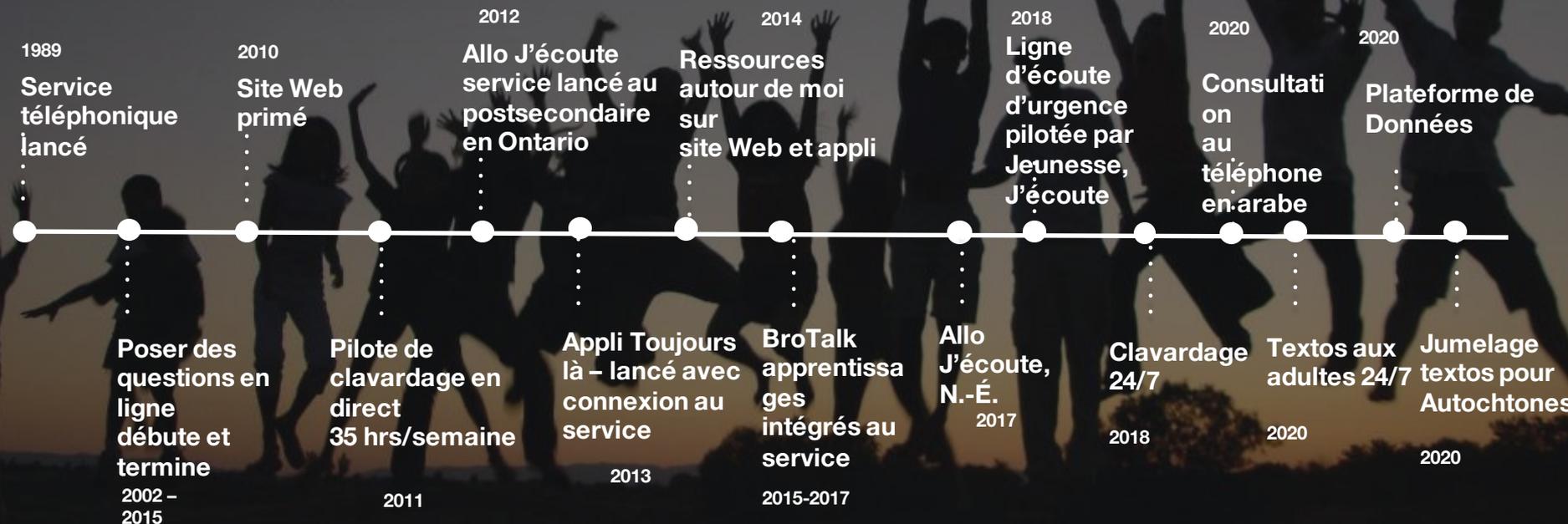
# La nécessité d'innover

**La gravité et l'ampleur de la crise de santé mentale chez les jeunes au Canada nous obligent à agir.**

**Nous mobiliserons notre pays pour créer un avenir où chaque jeune au Canada aura accès au soutien dont il a besoin, de la manière qui l'aidera le mieux.**

# Depuis 1989

Nous évoluons et nous adaptons en vue de rencontrer les jeunes là où ils se trouvent, au moment où ils ont besoin de nous.



# Plateforme de données

Besoin D'aide S'impliquer Obtenir Des Données English

Jeunesse, J'écoute Appeler un intervenant : 1-800-688-6868 Faire Un Don

## Centre de données de Jeunesse, J'écoute

Bienvenue au Centre de données de Jeunesse, J'écoute! Naviguez à travers les données anonymes (c.-à-d. sans données personnelles ou d'identification) et agrégées (c.-à-d. non individuelle) en consultant nos échanges avec des jeunes de partout au Canada, 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Seul

Stressé

Perdu

Curieux

Fatigué

Effrayé

Optimiste

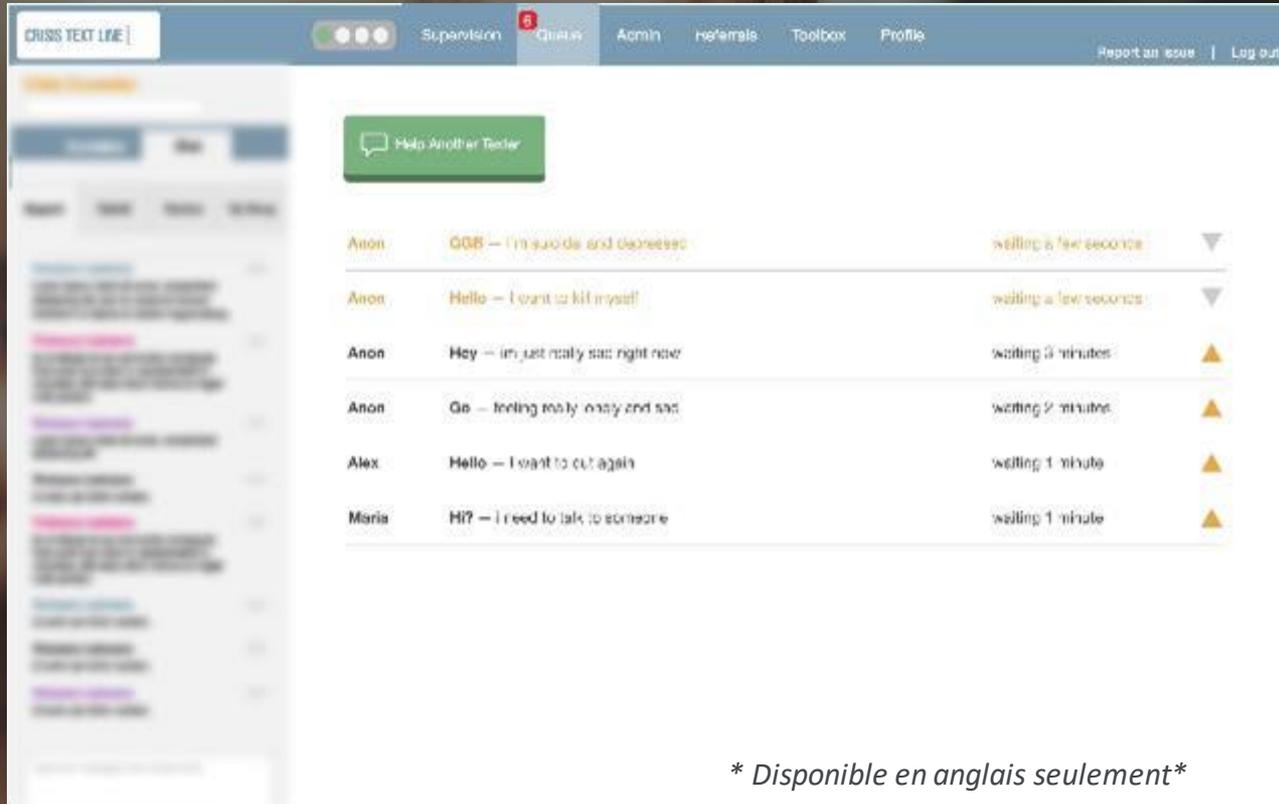
# De quels sujets les jeunes nous parlent-ils?

- Relations
- Anxiété et stress
- Sentiments de dépression
- Suicide
- Isolement
- Automutilation
- Deuil

# Prévention du suicide

Augmentation de 100 % des conversations sur le suicide au cours des cinq dernières années

# Triage des textos à haut risque



The screenshot displays the CRISIS TEXT LINE interface. At the top, there is a navigation bar with the following items: "CRISIS TEXT LINE", "Supervision", "Queue" (with a red notification badge showing the number 8), "Admin", "Referrals", "Toolbox", and "Profile". On the right side of the navigation bar, there are links for "Report an issue" and "Log out".

Below the navigation bar, there is a green button labeled "Help Another Texter". The main area of the interface shows a list of text messages for triage. Each message entry includes the sender's name, the message content, and the time remaining until the message is automatically deleted. The messages are as follows:

Sender	Message Content	Time Remaining
Anon	OOB - I'm suicidal and depressed	waiting a few seconds
Anon	Hello - I want to kill myself	waiting a few seconds
Anon	Hey - im just really sad right now	waiting 2 minutes
Anon	Ge - feeling really crazy and sad	waiting 2 minutes
Alex	Hello - I want to cut again	waiting 1 minute
Maria	Hi? - I need to talk to someone	waiting 1 minute

*\* Disponible en anglais seulement\**

**pont**  
**couteau**  
**surdose**  
**pilules**  
**sauter**  
**tuer**  
**poignet(s)**

**surdose**  
**police**  
**pilules**  
**pont**  
**planifier**  
**s'en fout**  
**mourir**  
**hôpital**

**social**  
**difficile**  
**trier**  
**ligne**  
**d'urgence**  
**bruits**

# Apprentissages

**Suicide :**

« *Surdose* » signifie 3 fois plus susceptible d'être suicidaire – « *pilules* » et « *sauter* » signifie 2,5 fois plus enclin au suicide

Les jeunes qui mentionnent « *ambulance* » dans leurs textos sont 4 fois plus susceptibles d'avoir besoin d'un sauvetage actif que ceux qui utilisent le mot « *suicide* »

Les conversations portant sur le suicide sont plus probables les lundis et moins probables les samedis

22 h à 1 h

# Apprentissages

A young woman with dark braids is smiling broadly, looking towards the camera. She is wearing a grey and white striped sweater. In the background, other people are visible but out of focus, suggesting a social setting.

Comparés aux clavardeurs, ceux qui envoient des textos sont :

- 4,9 fois plus susceptibles de parler d'anxiété ou de stress que les clavardeurs
- 2,2 fois plus susceptibles de parler de relations
- 5,4 fois plus susceptibles de parler de sentiments dépressifs

# Faire une différence

Sauver, en moyenne, neuf vies chaque jour

82 % se sont sentis comme suit, au moins une fois : moins seuls, moins en détresse, moins bouleversés, plus remplis d'espoir, plus en contrôle.

59 % ont parlé d'une expérience ou de sentiments qu'ils n'avaient jamais partagés avec personne d'autre.

Si le service n'existait pas, 77 % auraient géré le problème par eux-mêmes, n'en parleraient à personne ou auraient ignoré le problème en espérant qu'il s'améliorait (89 % d'entre eux ont abordé le suicide)

11 % ont déclaré qu'ils seraient allés à l'urgence ou auraient consulté un fournisseur de soins de santé

# Leadership autochtone

- **Le Conseil consultatif autochtone (CCA) de Jeunesse, J'écoute mène toutes les activités destinées aux autochtones de Jeunesse, J'écoute.**
- **Le CCA est membre de notre :**
  - **Conseil d'administration**
  - **Conseil National des Jeunes**

# Engagement continu

- Les décisions prises par le Conseil consultatif autochtone sont éclairées par un engagement continu auprès des jeunes et des collectivités autochtones. Voici comment nous nous impliquons :
  - Réseau d'initiatives autochtones (liste de distribution par courriel)
  - Champions et ambassadeurs du programme d'Engagement envers les Autochtones
  - Partenariats et projets spéciaux
  - Séances de mobilisation avec les jeunes Autochtones

# Stratégie d'action pour soutenir les jeunes Autochtones

Trouver l'espoir : la Stratégie d'action de Jeunesse, J'écoute pour soutenir les jeunes des Premières Nations, Inuits et Métis présente les 37 activités distinctes qui décrivent comment nous atteindrons nos sept objectifs.

# Principes directeurs

## Principes directeurs de la Stratégie d'action :

- **Reconnaître et respecter le caractère distinct des Premières Nations et des collectivités autochtones**
- **Appuyer l'inclusion et une participation importante**
- **L'éducation est essentielle au succès des initiatives autochtones**
- **Nous devons travailler en partenariat avec les peuples autochtones**

# Approche fondée sur les distinctions

- **Mettre en relation les utilisateurs des services des Premières Nations, des Inuits et des Métis avec les intervenants de crise des PNIM**
- **Élaboration de certains contenus de sites Web en inuktitut, en michif et dans huit langues des Premières Nations**

**Spécialiste du bien-être des Inuits**

**Spécialiste du bien-être des Premières Nations**

**Spécialiste du bien-être des Métis**

# Initiatives de promotion de la vie

- **Programme d'Engagement envers les Autochtones**
  - Réseau de champions et d'ambassadeurs bénévoles au sein des collectivités autochtones
- **Trousse pour les points d'accès au service**
  - Soutenir les collectivités dans la création d'espaces permettant aux personnes d'accéder aux services à distance
- **Initiative pour références urgentes**
  - Travailler avec des partenaires communautaires pour déterminer les services communautaires qu'il est possible de contacter lorsqu'une personne est en danger

# Des lendemains plus radieux

**Des lendemains plus radieux : un programme de bien-être pour les Autochtones**

**Les spécialistes du mieux-être collaborent directement avec les jeunes Autochtones en vue : d'encourager les comportements de recherche d'aide, de démystifier les services de Jeunesse, J'écoute et d'acquérir des compétences, outils et ressources pour soutenir leur bien-être**

Merci!  
*Questions?*



Mental Health  
Commission  
of Canada

Commission de  
la santé mentale  
du Canada

Kids Help Phone  
Jeunesse, J'écoute

