

MJ  
SM



# RAPPORT D'ACTIVITÉS

2024-2025

**2016**

GRANDE CONSULTATION,  
FORUM JEUNES ET SANTÉ MENTALE :  
POUR UN REGARD DIFFÉRENT ET CRÉATION  
DU MOUVEMENT ET DE SES  
4 REVENDEICATIONS

**2018**

PREMIÈRE RENCONTRE NATIONALE  
ET CONFIRMATION  
DES 4 REVENDEICATIONS  
DU MOUVEMENT (PREMIÈRES  
ÉLECTIONS DU COCO)

**2020**

PANDÉMIE ET  
STRUCTURATION  
DU MOUVEMENT

**2017**

PROMOTION DE LA DÉCLARATION  
COMMUNE ET RÉDACTION DU MÉMOIRE  
LA MÉDICALISATION DES PROBLÈMES  
SOCIAUX DES JEUNES :  
UN ENJEU DE SOCIÉTÉ

**2019**

DÉBUT DE LA CAMPAGNE  
UNE COMMISSION, ÇA PRESSE

**2021**

5 ANS DU MJSM ! REPRISSE  
GRADUELLE DES ACTIVITÉS  
AVEC UNE NOUVELLE  
ÉQUIPE PERMANENTE

**2023**

LANCEMENT DU MANIFESTE  
ET SIGNATURE DU PROJET  
« POUR UN REGARD  
DIFFÉRENT EN SANTÉ  
MENTALE »

**2025**

LE DÉVOILEMENT DES  
RÉSULTATS DE NOTRE  
PORTRAIT JEUNES ET  
SANTÉ MENTALE !

**2022**

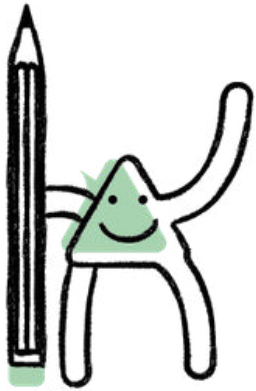
ON PASSE À LA VITESSE  
SUPÉRIEURE AVEC 5 COMITÉS, 3  
GRANDES ORIENTATIONS, 1 LUTTE  
À CONTINUER ET PLEIN  
D'ACTIVITÉS À VENIR !

**2024**

UNE ANNÉE REMPLIE DE  
PROJETS ET DE TOURNÉES  
À TRAVERS LE QUÉBEC!

SI TU VOIS DES CODES QR, N'HÉSITE  
PAS À LES SCANNER POUR AVOIR  
ACCÈS À PLUS DE DOCUMENTS :)





# TABLE DES MATIÈRES

AVANT DE COMMENCER

7

LE COCO

4

LE PORTRAIT JEUNES ET SANTÉ MENTALE

9

POUR UN REGARD DIFFÉRENT EN SANTÉ MENTALE

11

NOTRE VIE ASSO

14

NOS ACTIONS

18

UNE ÉQUIPE QUI S'ÉLARGIT ET SE RÉTRÉCIT

26

LAC-À-L'ÉPAULE

27

C'EST LE TEMPS DE DIRE MERCI

28



# MOT D'INTRO

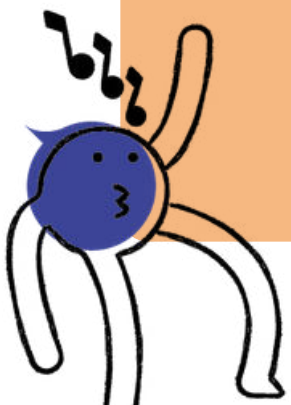
C'est avec beaucoup de fierté que je vous présente ce rapport d'activité du Mouvement Jeunes et santé mentale. L'année écoulée a été marquée par un moment important : l'analyse collective et le dévoilement du Portrait Jeunes et santé mentale, fruit d'un vaste travail collectif où la parole et les savoirs expérientiels des jeunes ont été placés au centre des échanges.

Ce portrait a aussi contribué à un processus plus large de planification stratégique : redéfinir ensemble notre libellé de mission, construire une nouvelle revendication, élaborer un schéma de lutte « à jour » et rédiger ensemble des règlements généraux qui reflètent réellement notre réalité et nos valeurs.

Bien sûr, rien de tout cela n'aurait été possible sans l'implication active des jeunes et des allié.es qui font vivre le Mouvement. Leur énergie, leurs réflexions et leur engagement incarnent ce que l'on défend : un espace où les jeunes sont non seulement consulté.es, mais véritablement acteur.rices des décisions qui les concernent.

À travers ce rapport, nous voulons rendre compte de ce chemin parcouru et mettre en lumière la force du collectif. Le MJSM est encore jeune, mais il se construit solidement, à l'image des personnes qui l'animent. Merci à toutes celles qui contribuent à cette aventure : c'est ensemble que nous faisons grandir le Mouvement.

Myriam Lepage-Lamazzi  
Coordonnatrice du MJSM



# NOTRE VISION DU PAR, POUR ET AVEC



Depuis notre création, la parole des jeunes est au cœur de toutes nos actions et décisions, et ceux-ci sont le moteur du MJSM.

Pour garantir que les jeunes restent véritablement au centre de notre démarche, et pour bénéficier d'une diversité de savoirs et de soutien, le Mouvement Jeunes et santé mentale a adopté des valeurs de gouvernance collective « Par, Pour et Avec » les jeunes.



**PAR**

LES JEUNES CONCERNÉ.ES  
PAR LES ENJEUX DE  
SANTÉ MENTALE

Les décisions ne sont pas entre les mains des « professionnel.les », mais des expert.es du vécu et de l'action, c'est-à-dire des personnes concernées par la situation ou les événements.

Les résultats du processus doivent avant tout servir les intérêts des personnes concernées, et leur permettre de garder le contrôle sur la démarche et les résultats.

On priorise le bien-être des personnes concernées et non un but lucratif ou la confirmation de décisions déjà prises, par exemple.

**POUR**

LES JEUNES  
CONCERNÉ.ES PAR  
LES ENJEUX DE  
SANTÉ MENTALE

Inclure des allié.es dans le processus permet un meilleur amalgame des savoirs et des compétences, et comble des aspects plus techniques qui manquent parfois dans certains groupes « Par et Pour ».

Le rôle des allié.es est de soutenir la participation des jeunes concerné.es. Les processus sont mieux encadrés, et des projets de plus grande envergure deviennent possibles.

**AVEC**

LE SUPPORT DES ALLIÉ.ES QUI  
SONT, CHACUN À LEUR FAÇON,  
EUX AUSSI CONCERNÉ.ES  
DIRECTEMENT PAR LA SANTÉ  
MENTALE DES JEUNES (GROUPES,  
TRAVAILLEUR.EUSES ET  
CITOYEN.NES)

# NOS MILITANT.ES SUR LE COCO\*

\*COMITÉ DE COORDINATION ;)



Demetry



Frédéryck



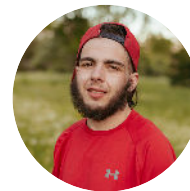
Maggie



Marie



Sarah



Yami



Younes



Siège à  
combler



Émilie



France



ROCAJQ

LE COCO DU MJSM RÉUNIT  
15 PERSONNES QUI PARTAGENT IDÉES,  
SAVOIRS, BIENVEILLANCE ET ÉNERGIE  
POUR CRÉER UNE INTELLIGENCE  
COLLECTIVE EXCEPTIONNELLE  
ET DÉPLACER DES MONTAGNES !

## NOS ALLIÉ.ES DES REGROUPEMENTS



Ann-Esther  
RRASMQ



Pamela  
ROCLD



Grace  
RACQ



Steven  
AGIDD-SMQ



## NOTRE ÉQUIPE



Myriam L-L  
Coordonatrice



Delphine  
Responsable  
communication  
et mobilisation



Myriam R.  
Responsable  
liaison et  
développement



Élisabeth  
Agente  
de projets -  
Animation



Maëva  
Agente  
de projets -  
Animation



Angela Maria  
Agente  
de projets -  
Portrait

# LE COMITÉ DE COORDINATION

STATUT : INCORPORÉ. MÊME VIBE, PLUS DE PAPERASSE

Cette année, avec le comité de coordination, on avait deux gros mandats sur la table :

- 👉 l'incorporation du MJSM
- 👉 et la planification stratégique.



C'était pas des petites discussions : on parlait de l'avenir du mouvement, mais aussi de mieux orienter notre lutte contre la médicalisation. On vous parlera plus de la planif dans la section « Portrait ». Ici, on veut mettre le focus sur l'incorporation : un gros morceau du travail collectif qu'on est vraiment fier.ères de vous présenter !

S'incorporer, c'est plus qu'un formulaire à remplir : C'est décider, ensemble, comment on veut s'organiser, rester fidèles à nos valeurs et prendre notre place comme organisme. Voici comment on a vécu ça, en gang, à travers des discussions, des apprentissages, des choix... et quelques sueurs froides !

## REVUE DE DILIGENCE : S'INCORPORER EN COLLECTIF, C'EST PAS SI SIMPLE !

Avant de devenir officiellement un organisme incorporé, on a pris le temps de faire une revue de diligence. C'est quoi ça ? Ce sont toutes les démarches qu'on fait pour être certain.es de bien comprendre ce que ça implique : quelles sont nos obligations légales, comment ça peut se faire concrètement, et quelles sont les bonnes pratiques à suivre, etc.

### L'OBJECTIF ?

- ✓ S'ASSURER QU'ON PART SUR DE BONNES BASES
- ✓ MONTER UN ORGANISME STRUCTURÉ
- ✓ IDENTIFIER CE QUI EST DÉJÀ SOLIDE, ET CE QU'ON DOIT RENFORCER

C'est aussi une façon de se donner collectivement de la clarté et de la confiance pour la suite. Bref, c'est pas juste une formalité : c'est un moment où on aligne nos visions, on clarifie nos rôles et on se dote des bons outils pour avancer ensemble ! Dans les deux prochaines pages, on vous partage la revue et notre processus réalisé au courant de la dernière année !

## PRINTEMPS 2024 À HIVER 2025

On consulte plusieurs outils pour comprendre le fonctionnement d'un OBNL, tout en s'assurant de rester fidèles à notre style, nos valeurs et notre façon de faire, même dans un cadre plus structuré.

1. Boîte à outils pour OBNL - CSMO
2. Éducaloi
3. Espace OBNL
4. Guide OBNL sports et loisirs du Gouvernement du Québec
5. Formation Gestion participative Centre St-Pierre

## PRINTEMPS ET AUTOMNE 2024

On lit des règlements généraux, on consulte et on échange avec des groupes qui nous inspirent :

- Collectif Ex-placés de la DPJ (comité jeunes)
- MAVN (simplicité et clarté)
- Trêve pour Elles - CALACS (fonctionnement en collective avec militantes)
- Coalition Interjeunes (Sièges réservés pour directions de regroupements)
- Collectif Québec sans pauvreté (sièges personnes concernées - options de compensations)
- Regroupement des maisons des jeunes (sièges pour jeunes mineurs)



Sur le processus d'incorporation :

- François Savard - Fondation des Gardiens virtuels
- Sarah DeGrâce
- Romain Paumier - OACA



## NOVEMBRE ET DÉCEMBRE 2024

Avec le soutien de notre consultante Rim (La Forge), l'équipe prépare une vidéo et trois options à discuter en CoCo. À la rencontre du comité, on jase, on pèse le pour et le contre... pis on tranche : **on s'incorpore !** Mais on y va graduellement : on reste sous fiducie pour deux ans, le temps de bien s'autonomiser à notre rythme.

En décembre, on met sur pied un comité AdHoc pour proposer des bases solides pour nos règlements généraux. Une étape clé pour construire notre futur fonctionnement... en mode incorporé !

## JANVIER À MARS 2025

Avec le comité de coordination, on valide notre mission officielle (yé!) et on met à jour **notre schéma de lutte** en lien avec le Portrait Jeunes et santé mentale, pour que nos orientations, stratégies et actions reflètent vraiment ce que les jeunes ont nommé. On trouve aussi une firme juridique pour nous appuyer côté légal et valider nos décisions.



## AVRIL À MAI 2025

Le comité de coordination prends des décisions importantes pour le dépôt des lettres patentes. Émilie, première jeune activement impliquée au MJSM, est nommée membre fondatrice. On nomme aussi trois administrateurs.rices temporaires... et c'est parti !

## JUIN 2025

### 4 JUIN 2025 : ON EST OFFICIELLEMENT CONSTITUÉ.ES !!



On reçoit notre numéro d'entreprise québécoise (NEQ) et notre tout premier livre des minutes.

Lors de notre lac-à-l'épaule annuel, le comité AdHoc et l'équipe présente des propositions et recommandations pour la composition du C.A. et de ses rapports avec le CoCo, et de la structure du membership. On discute (beaucoup) et on décide (pas mal). Une grosse étape qui pose les bases de notre futur fonctionnement collectif.

## CE QUI S'EN VIENT...

### JUILLET - AOÛT 2025

En CoCo, on finalise les règlements généraux. Ils sont relus par Alain Desmarais (MAVN), Grace Tabaka (RACQ), le comité AdHoc du MJSM, les jeunes du Comité de coordination et notre avocate chez Aurora Services juridiques.

### SEPTEMBRE 2025

On lance l'appel de candidatures pour notre tout premier C.A.

### OCTOBRE - NOVEMBRE 2025

Assemblée de fondation (hurray!), campagne de signature, recrutement de membres et... troisième grande Rencontre Nationale !

ÇA CONTINUE SUR L'AUTRE PAGE 😊

## PRINTEMPS 2026

On prend un pas de recul : évaluation coconstruite de notre planif stratégique et de notre démarche d'incorporation en gouvernance collective.

## AUTOMNE - HIVER 2026

On révise nos règlements après un an de mise en action, question de s'ajuster avec ce qu'on a appris en route !

### LE COMITÉ AHDQC INCORPO

Ce comité a été mis en place pour réfléchir deux chantiers centraux dans notre processus d'incorporation :

- 👉 **Qui sont nos membres ?**
- 👉 **Et comment penser la composition du conseil d'administration et ses liens avec le comité de coordination ?**

Le comité a pris le temps de récolter de l'info et de discuter ensemble pour arriver à des propositions claires, bien vulgarisées, et surtout ancrées dans notre réalité.

Leur contribution, brève mais ciblée, a permis de transformer des zones floues en pistes concrètes pour notre gouvernance. Leur travail a permis de mieux outiller le comité de coordination pour prendre des décisions réfléchies, ancrées dans la réalité du MJSM. Un processus court, mais qui a eu un impact structurant sur notre manière de penser la suite.

**UNE INCORPORATION RÉALISÉE AVEC DES ALLIÉ.ES, PAR DES JEUNES ET POUR DES JEUNES DANS UNE SUITE LOGIQUE DU MJSM AVEC SA MISSION.**

-Yami, militant jeune

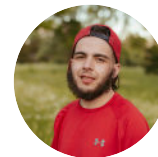
### COMPOSÉ DE :



Émilie



France

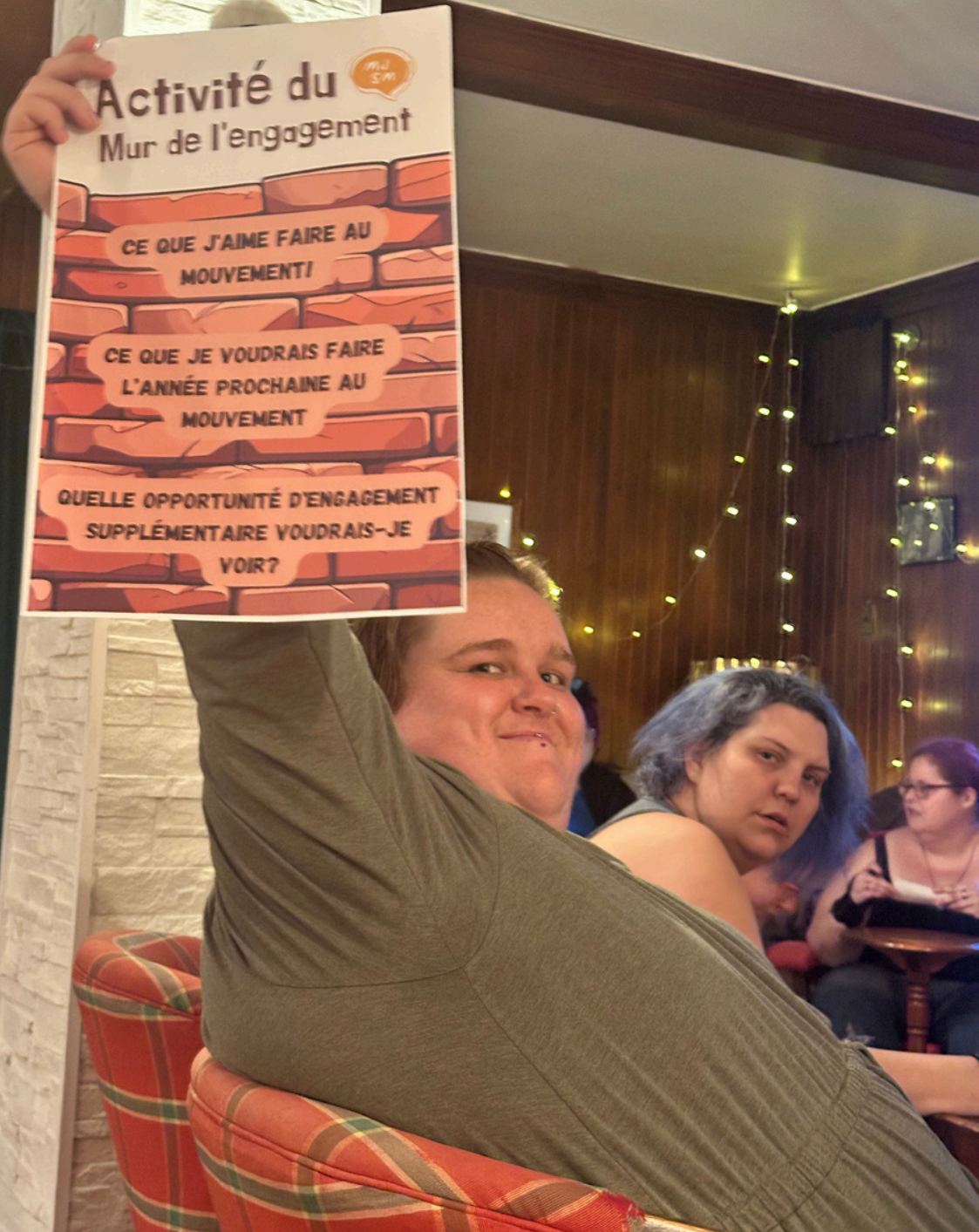


Yami

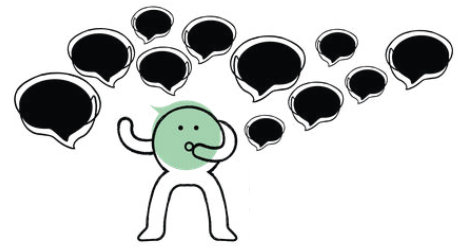


Sarah





# LE PORTRAIT JEUNES ET SANTÉ MENTALE



## UN PORTRAIT, HUIT CAHIERS ET UN MAUDINE DE BEAU PROJET !

Notre projet « Portrait Jeunes et santé mentale : Ensemble, pensons le changement » a été une vraie aventure collective, humaine et engagée. Celle-ci nous a tenu bien occupé.es, mais qui a été oh combien gratifiante !

Né du désir de mettre en lumière les réalités et les besoins variés des jeunes de 14 à 35 ans, le Portrait a mis au cœur de sa démarche les paroles des jeunes elles.eux-mêmes, en particulier celles issues de communautés souvent marginalisées. **L'objectif ?** Faire émerger, ensemble, des pistes de solutions concrètes et diversifiées pour répondre aux enjeux de santé mentale, partout au Québec.

## COMMENT ON S'Y EST PRIS ?

Le Portrait s'est déployé à travers le Québec, incluant des régions comme le Saguenay, le Bas-Saint-Laurent, la Mauricie, l'Estrie, Montréal, Laval, Lanaudière, les Laurentides, la Montérégie, le Centre-du-Québec, la Capitale-Nationale, l'Outaouais... et plusieurs autres !



### **POURQUOI FAIRE UN PORTRAIT ?**

→ Mieux comprendre les enjeux et besoins des jeunes en matière de santé mentale

→ Mettre en évidence les leviers et solutions collectives pour répondre à ces enjeux

→ Construire la nouvelle planification stratégique du MJSM

### **On a mené trois types d'activités de récolte :**

- 1** 2 QUESTIONNAIRES EN LIGNE (FR ET ENG)
  - 444 QUESTIONNAIRES REMPLIS
- 2** UNE TOURNÉE D'ATELIERS
  - 44 ATELIERS TENUS
- 3** DES GROUPES DE DISCUSSIONS AUPRÈS DE PLUSIEURS GROUPES DE JEUNES (JEUNES DE LA DPJ, JEUNES RACISÉ.ES, JEUNES NEURODIVERGENT.ES ET JEUNES EN SITUATION D'INCAPACITÉ PHYSIQUE)
  - 8 GROUPES DE DISCUSSION TENUS

**RÉSULTAT : PRÈS DE 850 JEUNES CONSULTÉ.ES !**

Le processus du Portrait a commencé il y a plus de deux ans, entièrement coconstruit avec les militant.es du MJSM. Dès le départ, on voulait faire les choses autrement : un processus inclusif, adapté et collectif.

Lors du codage des données qualitatives, une chose est devenue évidente : la richesse et la diversité des propos recueillis méritaient bien plus qu'un simple rapport. C'est de là qu'est née l'idée des cahiers thématiques, pensés pour mieux refléter les nuances, les expériences et les espoirs des jeunes à travers le Québec.

**On vous présente donc 6 thèmes et 2 cahiers bonus (3 si on compte la version anglaise du cahier infographique) :**

- *NOTRE PORTRAIT EN UN CLIN D'ŒIL : LES GRANDS CONSTATS DE LA DÉMARCHE*
- *BRISER LES MYTHES, OUVRIR LE DIALOGUE : LA SANTÉ MENTALE SANS TABOU NI JUGEMENT*
- *SOUTENIR ET ÊTRE SOUTENU.E : UN ENJEU COLLECTIF*
- *AU-DELÀ DE LA DÉCONNEXION : RÉSEAUX SOCIAUX ET ESPACES NUMÉRIQUES*
- *LE (NON-)ACCÈS AUX SOINS ET SERVICES : DES BARRIÈRES À DÉCONSTRUIRE*
- *NOS GRANDES REVENDICATIONS : CE QU'ON VEUT CHANGER*

**Et en bonus :**

- *CAHIER BONUS : CE QUE LES 12-17 ANS NOUS DISENT !*
- *CAHIER BONUS : BREF ! – LE PORTRAIT EN INFOGRAPHIES (FR ET ENG)*

**POUR LIRE LES CAHIERS, C'EST PAR ICI 😊**



1

**UNE PLANIF STRATÉGIQUE INCLUSIVE DE TOUS.TES : COMMENT FAIRE?**

ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE COCO\*

2

**COCRÉATION DES ORIENTATIONS ET OUTILS DE COLLECTE**

ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE COCO\*

3

**6 MOIS DE CONSULTATION PARTOUT AU QUÉBEC**

ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE ÉQUIPE

4

**CODAGE DES DONNÉES ET ANALYSE DES TENDANCES ET THÈMES**

ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE ÉQUIPE

5

**FAIRE SENS ENSEMBLE DES RÉSULTATS ET MISE EN LIEN AVEC LES DISCOURS DU MJSM**

ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE COCO\*

6

**RÉDACTION, MISE EN PAGE ET RÉVISION DES CAHIERS**

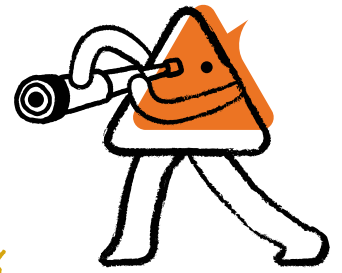
ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE ÉQUIPE ET NOTRE COCO\*

7

**INTÉGRATION DES PRIORITÉS À NOS DISCOURS ET DEMANDES**

ÉTAPE RÉALISÉE AVEC NOTRE ÉQUIPE ET NOTRE COCO\*

# POUR UN REGARD DIFFÉRENT EN SANTÉ MENTALE



ON TOURNE LA PAGE SUR LE THÉÂTRE-FORUM... POUR MIEUX OUVRIR LA PROCHAINE !

Avec ce projet, on a voulu ouvrir un espace pour repenser la santé mentale jeunesse autrement. Loin des solutions individuelles toutes faites, on a jasé avec les jeunes de leurs réalités, des pressions qu'ils vivent, des réponses qu'on leur propose trop rapidement... puis surtout, de ce qu'on pourrait changer ensemble pour faire autrement.

Un gros morceau du projet a été notre super collab avec une troupe de théâtre. Une super belle façon de faire émerger des réflexions autrement : à travers des ateliers créatifs, du jeu, de l'écoute, et beaucoup de discussions profondes et parfois touchantes. C'est un format qui a permis à plusieurs jeunes de se sentir vu.es, entendu.es, et surtout, pas seul.es.

Ce format de projet se termine ici, tout comme notre collaboration avec la troupe Avatar Théâtre sur mesure (un énorme merci à toute l'équipe !), mais ce n'est que le début d'autre chose. Le projet a été renouvelé pour les trois prochaines années, et on travaille déjà sur de nouvelles activités. Restez à l'affût... la suite s'annonce très prometteuse !



## DES STATS INTÉRESSANTES

781 JEUNES QUI ONT ASSISTÉ AU THÉÂTRE-FORUM.

1307 JEUNES REJOINT.ES PAR TOUTES NOS ACTIVITÉS !

ON EST ALLÉ.ES DANS 8 RÉGIONS DU QUÉBEC

4560 CARTES

RESSOURCES DISTRIBUÉES

## VERS L'INFINI ET PLUS LOIN ENCORE... TOURNÉE CÔTE-NORD !

Cette année, on a mis le cap sur la Côte-Nord pour la toute première fois. Quatre ateliers, plein de discussions riches avec des jeunes qui vivent d'autres réalités, tout aussi importantes.

Beaucoup de route, mais des paysages incroyables et des échanges marquants... Ça valait clairement le détour !



# LUMIÈRE, CAMÉRA... MILITANT.ES !

On le dit à chaque rapport annuel, mais la vidéo et le MJSM, c'est une grande histoire d'amour ! Cette année, nos trois comités de travail ont réalisé cinq capsules vidéo ! Fidèles à notre habitude, chacune a son propre style, et on a exploré différents médiums pour les rendre encore plus dynamiques et engageantes. Elles sont toute sur nos réseaux sociaux. Dites-nous, laquelle est votre préférée ?



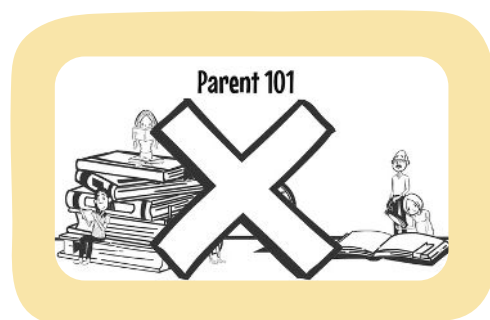
## ET SI ON LES ÉCOUTAIT...CE QUE LES JEUNES VEULENTS DIRE AU PERSONNEL EN ITINÉRANCE

Deux nouvelles vidéos s'ajoutent à notre série où les jeunes prennent la parole pour s'adresser aux professionnel.les. Cette fois, c'est le milieu de l'itinérance qui est au cœur des messages.



## ET SI ON SE PARLAIT VRAIMENT...CHERS PARENTS

Écrite par le comité Parole et Promotion et tournée avec des jeunes militant.e.s du mouvement, cette capsule vise à ouvrir le dialogue entre parents et enfants.



## TON EXPÉRIENCE, TON SAVOIR : ÇA MÉRITE COMPENSATION !

Tu t'impliques et partages ton vécu? Tu peux être compensé.e pour ça. Découvre comment le demander dans notre capsule créée avec le comité Parole et Mobilisation!



## DÉCLARATION COMMUNE : QU'ÉSSÉ ÇA ?

On vous propose une histoire de village enneigé... et de déclaration commune. Une capsule imaginative signée par le comité Vulgarisation Éducation populaire.



## PSSSSSST !

On a aussi préparé un petit lexique vidéo pour la Trousse CollectiForce avec des mots choisis par nos militant.es, juste pour faciliter la lecture !



# NOTRE VIE ASSO !



On fait plus que mener plusieurs projets : on prend aussi soin de faire vivre une vie associative qui rassemble, qui bouge et qui fait du bien. Parce qu'au MJSM, c'est aussi dans les liens entre les militant.es qui fait notre force.

Cette année, on a enfin lancé nos chandails exclusifs du CoCo, illustrés par Demétry, militant au MJSM. C'était une demande des jeunes depuis longtemps... Une façon de visibiliser l'implication, de créer un sentiment de fierté et de reconnaissance de nos militant.es et équipe. Et franchement ? Ils sont beaux, ils nous ressemblent, et on les porte avec fierté.



## AVEZ-VOUS DÉJÀ VU NOTRE PICHACORNE ?

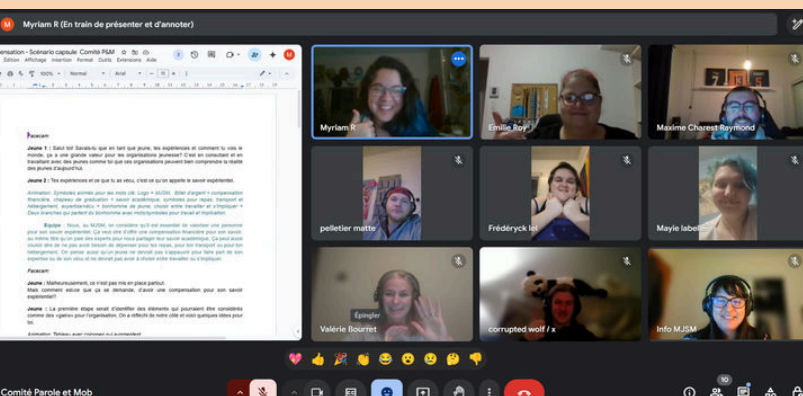


Voici notre bibitte de participation citoyenne, créée par nos militant.es ! Curieux.se de savoir ce qu'elle représente ? Va jeter un œil à notre vidéo d'historique 😊



## LES AUTRES ACTIVITÉS QUE NOUS AVONS FAIT CETTE ANNÉE :

- PARTY DES FÊTES
- RENCONTRES INDIVIDUELLES AUPRÈS DES NOUVEAUX.ELLES MILITANT.ES
- UNE INFOLETTRE DES MILITANT.ES
- DEUX SOIRÉES DES MILITANT.ES



# COMITÉ PAROLES DES JEUNES ET MOBILISATION

COMPOSÉ DE :



Charles



Émilie



France



Frédéryck



Mathieu



Marie



Valérie

## UNE AUTRE CAPSULE QUI FRAPPE FORT : LES JEUNES ONT DES CHOSES À DIRE AUX TRAVAILLEUR.SES EN ITINÉRANCE

Ce comité s'est encore une fois attaqué à un gros défi, car en 2024, iels avaient scénarisé les neuf capsules de la série « Et si on les écoutait vraiment...ce que les jeunes aimeraient dire à » et ils ont répondu présent pour scénariser et tourner les deux petites nouvelles capsules qui viennent s'ajouter à la famille.

Le tournage s'est déroulé en fin octobre dernier avec un tournage à Montréal et un tournage à Joliette où l'Original Tatoué nous a accueilli pour une deuxième fois.



POUR VISIONNER LES CAPSULES



## NOS PROS DE L'ANIMATION

L'animation du 5 à 7 annuel a été assurée, comme toujours, par les membres du comité. France, Charles, Ludo et Fred se sont prêtés au jeu pour animé la soirée et présenter le Portrait avec ses cahiers thématiques de façon vivante et engageante.

D'AILLEURS, SI VOUS NE VOULEZ PAS MANQUER NOS ÉVÉNEMENTS, ON VOUS RECOMMANDE DE VOUS ABONNER À NOTRE INFOLETTRE !



# COMITÉ PROMOTION ET REPRÉSENTATION

## UNE PROMOTION PAR ET POUR LES JEUNES

Le comité s'est vu confier cette année la création de toute la promotion de notre 5 à 7 annuel. Iels ont fait preuve d'une belle dose de créativité en imaginant le nom de l'événement « Les jeunes se dévoilent », en développant son identité visuelle et en pensant à des façons originales de le faire rayonner sur les réseaux sociaux.

**Une approche dynamique qui a su capter l'attention et refléter l'ambiance de la soirée.**

COMPOSÉ DE :



France



Yami



Mélody



Valérie

## LES GENS ÉTAIENT PRÉSENTS POUR ENTENDRE CE QUE LES JEUNES VEULENT DIRE !

Cette année nous tenions notre 3e événement grand public et encore une fois on peut se dire que c'était un succès. Plusieurs militant.es l'ont nommé comme un élément marquant de la dernière année.

L'accueil réservé à notre Portrait et à ses cahiers thématiques a été particulièrement chaleureux. Voir autant de personnes réunies pour écouter et mettre en valeur la parole des jeunes nous a profondément marqué.es.

Cette réussite est le fruit d'un travail collectif remarquable, notamment grâce à l'aide des deux comités qui ont participé à l'organisation. Ce moment de mobilisation et de reconnaissance nous rappelle la force du réseau qui soutient le MJSM, et nous donne un bel élan pour les projets à venir.



# COMITÉ VULGARISATION ET ÉDUCATION POPULAIRE

INFORMER, FAIRE RÉFLÉCHIR, MOBILISER :  
MISSION ACCOMPLIE !

Le premier : la création de deux séries de vignettes portant sur la crise du logement et l'itinérance, en lien avec la médicalisation. Ces vignettes ont ensuite été diffusées sur nos réseaux sociaux pour sensibiliser et faire circuler l'information.

Le deuxième projet : la création d'une capsule vidéo, faite par et pour les jeunes, qui explique ce qu'est une déclaration commune et à quoi elle sert. (Tu peux d'ailleurs aller voir la capsule à la page 12!)

COMPOSÉ DE :



Em



Émilie



Julie-Marguerite



Younes



Charles



Mara-Jade

# COMITÉ STRATÉGIE POLITIQUE

ON T'A « MAPPÉ » ÇA COMME DU MONDE !

COMPOSÉ DE :



Anne-Marie



Simon



Demetry



Emmanuelle



Grace

Le comité de stratégie politique s'est penché cette année sur la création d'un schéma de lutte à la médicalisation. Ce travail visait à alimenter la réflexion du comité de coordination en vue de notre prochaine planification stratégique. Le schéma a permis d'orienter nos stratégies et actions collectives pour poursuivre la lutte.

POUR VOIR NOTRE VERSION  
À JOUR DU SCHÉMA C'EST  
PAR ICI 😊



# NOS ACTIONS



## NOTRE TROISIÈME ANNÉE AUX RAJS

MERCI À FORCE JEUNESSE POUR  
L'INVITATION ET POUR L'ORGANISATION :)



Pour une troisième année consécutive, nous avons participé aux RAJs (Petit acronyme pour Rencontres Action Jeunesse) organisées par Force Jeunesse. Cette année, nous avons porté deux sujets : la Commission sur les écrans et les réseaux sociaux, ainsi que la crise du logement et ses impacts sur la santé mentale des jeunes.



Nos deux lettres de breffage ont été coconstruites avec des jeunes, puis validées par notre comité de coordination. Fidèles à notre façon de faire, un jeune nous a accompagné.es tout au long de ces trois journées intenses. Cette année, c'est Démetry qui a représenté la voix des jeunes à nos côtés !

Nous avons eu l'occasion de rencontrer quatre élu.es : Mathieu Lacombe, Enrico Ciccone, Alejandra Zaga Mendez et Paul St-Pierre Plamondon.



# UNE ANNÉE CONCENTRÉE SUR LE NUMÉRIQUE



L'un des dossiers politiques majeurs sur lequel nous avons concentré beaucoup d'énergie cette année est la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes. Mise sur pied à la suite de préoccupations exprimées par des expert.es et des parents, cette Commission visait à mieux comprendre les effets du numérique sur la jeunesse.

Dès le début, on a été frappé.es par l'absence des principales personnes concernées : les jeunes. Pourtant, les espaces numériques font partie intégrante de leur quotidien. Ils peuvent être une source de stress, mais aussi un outil de connexion, d'information et d'expression. Grâce aux données de notre Portrait, recueillies auprès de plus de 800 jeunes, on a pu faire entendre leurs préoccupations et leurs réflexions dans le cadre d'un avis. Il nous paraissait donc essentiel de faire entendre leur voix dans ce débat.

Ce dossier nous a demandé beaucoup de temps et d'énergie, mais ça en valait vraiment la peine : plusieurs de nos recommandations ont été reprises dans le rapport final de la Commission ! 😊

POUR VOIR NOTRE VIDÉO RECAP DE NOTRE AVIS



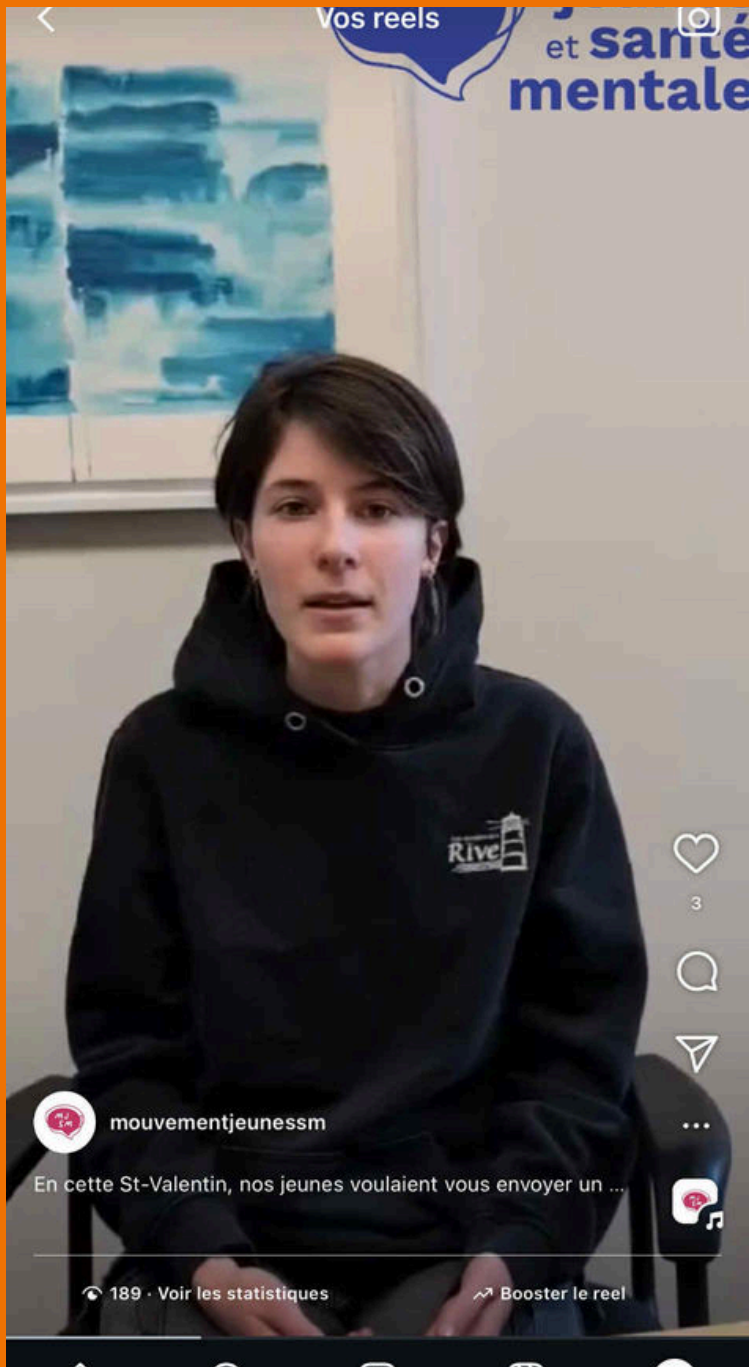
POUR LIRE NOTRE AVIS COMPLET



## VOICI LES DIFFÉRENTES ACTIONS QUE NOUS AVONS POSÉES :

- UN AVIS DÉPOSÉ À LA COMMISSION
- DEUX LETTRES OUVERTES PUBLIÉES DANS LA PRESSE
- UNE CAMPAGNE DE PROMOTION POUR FAIRE VALOIR LA VOIX DES JEUNES
- CRÉATION D'UN DOCUMENT POUR UNE CONSULTATION INCLUSIVE
- DES RENCONTRES AVEC DES ÉLU.ES





## ON A DONNÉ DE L'AMOUR À NOS RÉSEAUX

Un vrai virage stratégique a été amorcé sur nos réseaux sociaux cette année. L'équipe a mis en place un calendrier éditorial, redistribué les responsabilités internes, et on a même osé se lancer sur LinkedIn.

On fait ce qu'on recommande dans notre rapport : on est plus présent.es sur les réseaux sociaux pour rejoindre les jeunes où iels sont. Une belle manière de faire vivre nos projets et nos messages en ligne.

NOTRE LINKEDIN



### Mouvement Jeunes et santé mentale

Un mouvement citoyen jeunesse qui lutte contre la médication  
Pour et Avec eux

Civic and Social Organizations · Montreal, Québec · 226 followers ·

Maëva & 3 other connections work here

[Message](#)

[Following](#)



[Home](#) [About](#) [Posts](#) [Jobs](#) [People](#)

Page posts

VUES SUR NOS VIDÉOS :  
12 592  
ABONNÉ.ES GAGNÉ.ES :  
755



# LA VOIX DES JEUNES PORTÉE DANS DIFFÉRENTS ESPACES



## 14 CONFÉRENCES, DONT UNE À VANCOUVER !!

Encore une fois, l'année a été bien remplie en conférences ! On est allé.es jaser un peu partout, même dans des événements où on n'était jamais allé.es. On a parlé de médicalisation, du Portrait, de la Trousse CollectiForce et de comment partager nos savoirs au-delà de nos réseaux. Bref, plein de belles discussions engagées tout au long de l'année !

## ON EST INTERNATIONAL, BABY !

On a participé au 7e International Conference on Youth Mental Health, à Vancouver en mars dernier !

Myriam et Maggie ont pris l'avion pour y représenter le Mouvement et présenter notre Portrait. Même si on n'était que deux sur place et que nous-mêmes sommes restées au Canada, ça a été un vrai coup de cœur pour plusieurs que nos messages voyagent maintenant à l'international ! Voici un retour de Maggie :

*QUELLE BELLE JOURNÉE POUR AINSI PARLER DE NOTRE BEAU MOUVEMENT À VANCOUVER. J'AI ADORÉ POUVOIR METTRE EN VALEUR NOTRE MOUVEMENT DURANT UNE CONFÉRENCE INTERNATIONALE.*



- PRÉSENTATION DANS LE WEBINAIRE: SANTÉ MENTALE ET PROTECTION DE LA JEUNESSE
- ATELIER À LA JOURNÉE DES SAVOIRS OUVERTS
- ATELIER À DÉMARCHE 18-35 DU CLSC DU PLATEAU
- CONFÉRENCE ET ATELIER AUX ÉTATS GÉNÉRAUX DE L'ITINÉRANCE
- CONFÉRENCES AU COLLOQUE ENAP
- CONFÉRENCE AU COLLOQUE CIJ
- ATELIER AU COLLOQUE INTERVENANT.ES INTERJEUNES
- PRÉSENTATIONS À 2 COLLOQUES DURANT L'ACFAS
- PRÉSENTATION TROUSSE COLLECTIFORCE AUX PARTENAIRES DE CITOYENNETÉ JEUNESSE
- PRÉSENTATION AUX INTERVENANT.ES DE L'AIRE OUVERTE DE LAVAL
- PODCAST AVEC L'OQL





# COLLABS ET PUBLICATIONS, AU MJSM, ON N'EN MANQUE PAS !

## DES COLLABS, DES COLLABS, DES COLLABS !



Cette année, l'équipe du MJSM a pris part à plusieurs espaces de réflexion, de consultation et de collaboration pour faire entendre la voix des jeunes et contribuer aux avancées collectives en santé mentale jeunesse. Les niveaux d'implication varient d'un espace à l'autre, mais on chérit chaque occasion d'ancrer nos actions dans le réel et de porter la parole des jeunes dans les lieux où elle devrait résonner le plus fort.

- ★ COMITÉ DES PARTENAIRES PJ+
- ★ TABLE D'ACTION JEUNESSE CONNECTÉE
- ★ PROJET PAROLES COLLECTIVES DU GRAND MONTRÉAL
- ★ GROUPE PROVINCIAL SUR LA STIGMATISATION ET LA DISCRIMINATION EN SANTÉ MENTALE
- ★ COMITÉ DE TRAVAIL PROVINCIAL SUR UN CADRE DE RÉFÉRENCE DU CONCEPT DE STIGMATISATION VÉCUE PAR LES PERSONNES AVEC DES ENJEUX EN SANTÉ MENTALE
- ★ PARTICIPATION À DEUX BRAINSTORM AVEC LA CHAIRE CREVAJ
  - UNE RENCONTRE AVEC DES JEUNES ET UNE RENCONTRE AVEC L'ÉQUIPE
  - POUR IDENTIFIER DES SUJETS DE RECHERCHE PRIORITAIRES POUR LA JEUNESSE
- ★ CONSULTATIONS SUR LES HÉBERGEMENTS JEUNESSE DE LA PROTECTION DE LA JEUNESSE
  - ACCUEIL EN FAMILLES D'ACCUEIL
  - ACCÈS AUX SERVICES EN SANTÉ MENTALE
- ★ MEMBRE DU COLLECTIF DE RECHERCHE ERASME
- ★ COMITÉ DÉFENSE DES DROITS DU RACQ
  - PRÉSENTATION SUR LA MÉDICALISATION POUR SOUTENIR LA CRÉATION D'OUTILS DESTINÉS AUX INTERVENANT.ES
- ★ CONSULTATION SUR LES PRIORITÉS DE LA STRATÉGIE NATIONALE DE PRÉVENTION EN SANTÉ
- ★ PARTICIPATION AU 2E RENDEZ-VOUS DE LA CHAIRE RISS
- ★ PARTICIPATION À LA RENTRÉE DES ORGANISATIONS JEUNESSE ORGANISÉE PAR LE RÉSEAU DES CARREFOURS JEUNESSE-EMPLOI



# DES PUBLICATIONS, DES PUBLICATIONS, DES PUBLICATIONS !

Parmi nos grandes fiertés cette année, on a pris le lead sur deux lettres ouvertes en lien avec la Commission spéciale sur les impacts des écrans et des réseaux sociaux sur la santé et le développement des jeunes. C'était une première pour nous de mener ce genre de démarche, mais on a réussi à rassembler des groupes en santé mentale et des organismes jeunesse autour de messages communs et percutants. Et entre toi et moi, cette expérience nous a clairement donné le goût de recommencer... à suivre ! 🙄



*LETTRE OUVERTE AU COMMISSAIRE BIEN-ÊTRE EN PARTENARIAT AVEC COLLECTIF EX-PLACÉS ET COALITION JEUNES+*

- « LES ENFANTS DU QUÉBEC SANS COMMISSAIRE POUR LE TEMPS DES FÊTES »



*LETTRE CO-SIGNÉE AVEC FORCE JEUNESSE*

- « IL FAUT AGIR MAINTENANT SUR LA DÉTRESSE DES JEUNES DU QUÉBEC »



*DEUX LETTRES OUVERTES PUBLIÉES DANS LA PRESSE ET CO-SIGNÉES PAR UNE VINGTAINE D'ORGANISATIONS*

- « ENCORE UN SUJET QUI TOUCHE LES JEUNES... SANS LES JEUNES »
- « LA CONSULTATION RESTE SOURDE AUX VOIX DES JEUNES CONCERNÉS »



## La consultation reste sourde aux voix des jeunes concernés

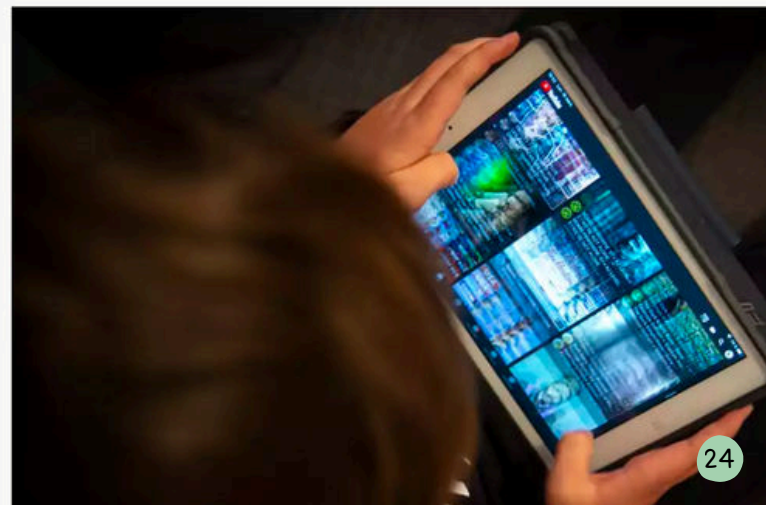


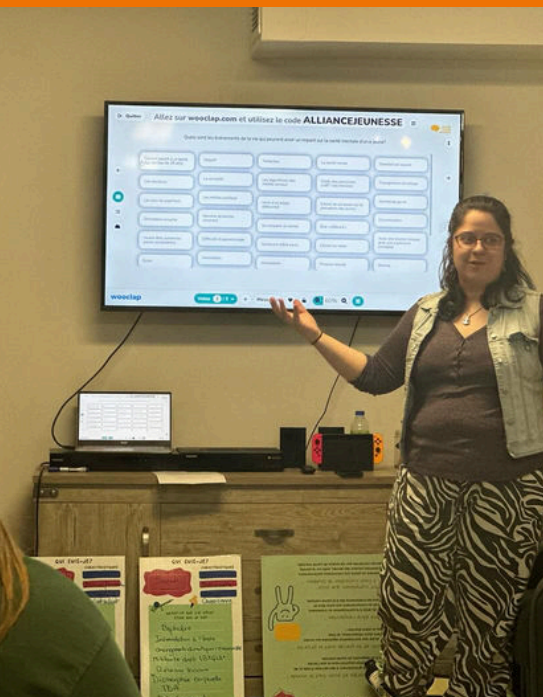
Bien-être et droits des enfants

## Les enfants du Québec sans Commissaire pour le temps des Fêtes !



## Encore un sujet qui touche les jeunes... sans les jeunes





# UNE ÉQUIPE QUI S'ÉLARGIT ET QUI SE RETRECIT



Maxime a rejoint notre équipe comme stagiaire pour huit mois cette année. Il s'est rapidement intégré et a contribué à plusieurs projets, dont la scénarisation de la capsule sur la compensation. Merci pour ton passage au MJSM, Maxime, et bonne route pour la suite !

**D'ailleurs... il avait un petit mot à vous adresser** 📌

*MOI C'EST MAXIME!*

*J'AI EU LA BELLE OPPORTUNITÉ D'ÊTRE AU MJSM COMME STAGIAIRE DANS LE CADRE DE MON BACCALAURÉAT EN TRAVAIL SOCIAL DE SEPTEMBRE 2024 À AVRIL 2025.*

*CE QUE J'AI LE PLUS AIMÉ DE MON EXPÉRIENCE DE STAGE AU MJSM A ÉTÉ LA PROXIMITÉ AVEC LES GENS. J'AI PROFITÉ DE PLUSIEURS OPPORTUNITÉS DE TRAVAIL ET DE COLLABORATION AVEC LES MILITANT.ES DU MJSM, DES JEUNES DU SECONDAIRE, D'AUTRES PROFESSIONNEL.LES, ETC. C'EST AUSSI DANS LA VARIÉTÉ D'ACTIVITÉ DANS LESQUELLES J'AI PU AGIR TOUT AU LONG DE MON STAGE. ENTRE AUTRES, J'AI PU PARTICIPER À DES MOMENTS DE FORMATION, J'AI PU COLLABORER AVEC CERTAINS COMITÉS DE TRAVAIL SUR LA RÉALISATION DE CAPSULES VIDÉOS PAR ET POUR LES JEUNES, J'AI PU PRÉSENTER LA TROUSSE COLLECTIFORCE À D'AUTRES PROFESSIONNEL.LES DANS DES KIOSQUES D'ÉVÉNEMENTS, ETC.*

*MON EXPÉRIENCE AU MJSM EN TANT QUE STAGIAIRE ÉTAIT UNIQUE ET INCROYABLE. JE SOUHAITE POUR LE OU LA PROCHAIN.E STAGIAIRE AU MJSM D'AVOIR AUTANT DE PLAISIR QUE CE QUE J'AI EU LORS DE MES 8 MOIS DE STAGE!* 😊



Cette année aussi, on a dû dire au revoir à Angela, qui a porté le projet du Portrait tout au long de la dernière année. Impossible d'imaginer ce processus sans elle. Grâce à sa rigueur, son sens de l'inclusion et son engagement, on a réussi à mener ce projet d'envergure en moins de deux ans. Merci Angela, pour tout ce que tu as apporté au MJSM 💙



# LAC-À-L'ÉPAULE

Les 12 et 13 juin derniers, on s'est retrouvés pour notre lac-à-l'épaule annuel avec le comité de coordination, dans un chalet au cœur des Laurentides.



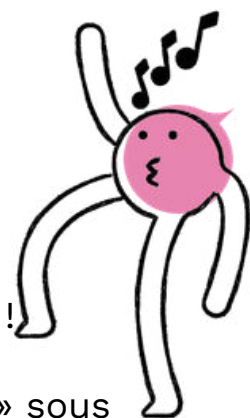
C'est toujours un super moment pour se déconnecter, profiter du feu, et certains ont même construit une cabane de couvertures dans le salon pour rigoler et se détendre. Comme d'habitude, on en a profité pour faire le point et célébrer tout ce qu'on a accompli ensemble.

Cette année, on avait deux gros sujets sur la table : la composition du C.A. et celle de notre membership. On a eu de super discussions, avec beaucoup d'énergie pour faire bouger les choses.



## QU'EST QUI S'EN VIENT POUR LA SUITE ?

- Notre assemblée de fondation et la création de notre tout premier CA cet automne !
- La Rencontre Nationale les 13 et 14 novembre prochain à Québec !
- On relance le projet « Pour un regard différent en santé mentale » sous une autre forme, restez à l'affût, on dévoilera bientôt les activités!
- Peut-être une campagne de solidarité et d'actions, on dit ça, on dit rien... 🙄
- On va aussi continuer à promouvoir les résultats du Portrait, notre Trousse Collectiforce, et être présent.es à plusieurs événements importants pour représenter le MJSM et collectiviser la lutte à la médicalisation.





# C'EST L'HEURE DE DIRE MERCI

Un énorme merci à toutes celles qui font vivre le MJSM !

Un grand merci à la Fondation Lucie et André Chagnon, un partenaire solide et indispensable.

Merci aussi au Secrétariat à la jeunesse, qui nous donne l'élan pour créer des projets motivants et aller sur le terrain, là où ça compte.

Un gros merci aux quatre regroupements (AGIDD-SMQ, RACQ, ROCLD, RRASMQ) qui nous accompagnent depuis six ans et qui nous poussent toujours plus loin.

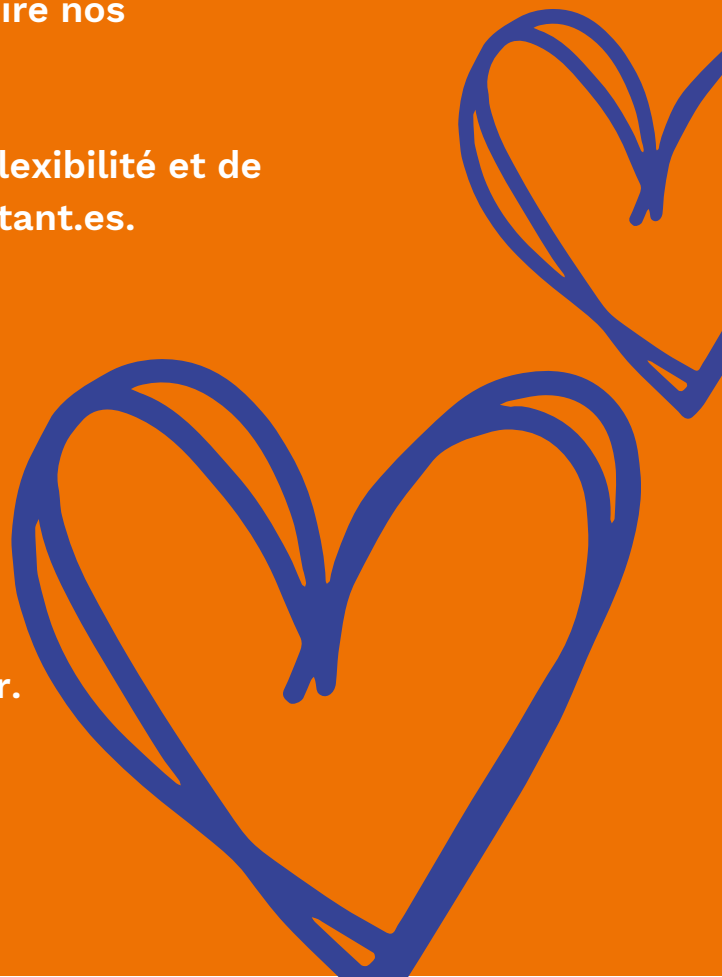
Un immense merci aux participant.es du Portrait : votre partage a nourri nos réflexions et inspire nos actions futures.

Merci aux membres de l'équipe pour votre flexibilité et de mettre vos connaissances au profit des militant.es.

Et surtout, un giga merci à toutes nos militant.es, jeunes et moins jeunes 😊. Vous avez été là, encore et encore, et sans vous, la moitié des projets de ce rapport n'existerait tout simplement pas.

Vous êtes notre moteur, notre inspiration, notre énergie. Ensemble, on va tout déchirer.

Let's go 2025-2026 !



**C'EST FOU LA VIE,  
FAUT PAS EN FAIRE  
UNE MALADIE !**

## **GARDONS CONTACT**



Abonne-toi à nos réseaux  
[@mouvementjeunessm](#)

Inscris-toi à notre infolettre

Signe notre déclaration commune