

Rapport annuel de l'année fiscale 2022



jack.org

Table des matières

Reconnaissance des territoires	3
Un message d'Eric Windeler, Fondateur	4
Un message de Rowena Pinto, Présidente et directrice générale	5
Un message de Dr Paul Kurdyak, Président du conseil d'administration	6
Rencontrez les représentant.e.s du réseau	7
Conseiller.ère.s de réseau	13
La voie vers l'égalité des résultats	14
Département des programmes	15
Présentations Jack	16
Sections Jack	19
Sommets Jack	23
Être Là / Certificat Être Là	26
Rapport <i>La voix des jeunes</i>	27
Département du développement	29
Jack Ride	30
Frissons	32
Bailleurs de fonds institutionnels	34
Agent.e.s de changement dans la communauté	35
Des burgers pour Clive	35
La course à quatre pattes	35
Témoignages	37
Jack Originals	37
Prix Anthem	38
États financiers vérifiés	39
Grandir avec nous	39
Nos bailleurs de fonds	40

Reconnaissance des territoires

Chez Jack.org nous reconnaissons humblement et respectueusement le territoire autochtone de l'île de la Tortue, plus précisément, les terres traditionnelles, non cédées ou visées par des traités des Premières Nations, des Inuits et des Métis qui constituent le Canada, dans lequel vivent et travaillent les membres de notre personnel, ceux de notre réseau croissant de jeunes et nos partenaires. Notre siège social de Toronto, qui est régi par les traités du Haut-Canada et fait partie du traité « bol à une seule cuillère », est situé sur le territoire traditionnel des Hurons-Wendat, des Haudenosaunee et des Mississaugas de Credit. Nous reconnaissons notre privilège de vivre et travailler sur ces terres et d'autres terres, d'un océan aux deux autres. Nous nous engageons à contribuer aux efforts pour les honorer, les respecter et en prendre soin.

Étant dévoué.e.s à un avenir où chaque jeune se sent à l'aise de parler de sa santé mentale, d'en prendre soin et d'aller chercher le soutien qu'il.elle mérite, nous aspirons à faire preuve de reconnaissance, de respect et d'attention envers tous les peuples sur ce territoire, tout en reconnaissant les répercussions particulières du colonialisme, du racisme systémique et des traumatismes intergénérationnels sur la santé mentale des jeunes autochtones. Pour ce faire, nous nous engageons à favoriser la réconciliation, à travailler activement à intégrer des perspectives autochtones à nos pratiques et à nous associer à des personnes et à des organisations autochtones actives dans le domaine de la santé mentale des jeunes. En nous employant à stimuler les jeunes autochtones et à les soutenir au moyen de programmes adaptés à leur culture, nous visons à appuyer [les appels à l'action de la Commission de vérité et réconciliation](#), tels que: aider à combler les écarts dans le système de soins de santé mentale (N° 19) et réfléchir activement afin de reconnaître, de respecter et de prendre en compte les différences distinctes dans les besoins des populations autochtones en matière d'accès aux services en santé mentale et d'y répondre (N° 20).



Un message d'

Eric Windeler il/lui

Fondateur de Jack.org

Cher.ère.s ami.e.s. et partenaires de Jack.org,

Lorsque notre cher fils Jack s'est suicidé en 2010, de nombreuses vies ont été changées – la mienne, celle de ma femme et cofondatrice Sandra Hanington, les frères et sœurs de Jack, Ben et Julia, ainsi que la famille et les amis proches qui nous ont entourés et soutenus. Ce fut une période dévastatrice pour nous, mais notre perte tragique nous a également incité.e.s à faire quelque chose pour la santé mentale des jeunes.

En repensant à cette époque, je suis stupéfait de la somme des progrès que nous avons accomplis ensemble au cours des 12 dernières années. Je suis incroyablement reconnaissant aux plus de 3 000 jeunes de notre réseau qui apportent des changements nécessaires dans leurs communautés tout au long de l'année, aux plus de 80 membres de notre personnel à temps plein qui soutiennent le travail de sensibilisation et de militantisme des jeunes du réseau, et à notre incroyable communauté de partenaires qui rendent possible le travail que nous faisons chaque jour.

Jack.org disposant d'assises solides, j'ai senti que c'était le bon moment de commencer ma transition vers un rôle de fondateur et de demander au conseil d'administration de commencer le processus de nomination d'un.e président.e et directeur.trice général.e pour prendre en charge la direction de l'organisation et l'exécution de notre mission. L'approche de cette transition a été soigneusement étudiée par notre merveilleux conseil d'administration, et a suivi les meilleures données en matière de transfert des responsabilités dans d'autres organismes de bienfaisance dirigés par des fondateurs. Plus important encore, elle était clairement axée sur ce qui est le mieux pour Jack.org et sa mission. En outre, les meilleures données indiquent que le.la fondateur.trice ne doit pas s'effacer, mais rester impliqué.e, ce qui cadre bien avec mon immense passion pour ce travail important.

Grâce à l'approche réfléchie dans laquelle notre conseil d'administration s'est engagé, j'ai été ravi d'accueillir Rowena Pinto en tant que nouvelle présidente et directrice générale de Jack.org au début d'août 2022. Ayant rencontré Rowena à plusieurs reprises avant et depuis sa nomination, je sais qu'elle est un excellent choix. Son expérience variée dans le secteur à but non lucratif, ainsi que dans les secteurs de la santé, de la défense des droits et de la mobilisation des jeunes, fait d'elle une excellente candidate pour son poste à Jack.org. De plus, Rowena est consciente que les communautés mal desservies

et en quête d'équité sont plus susceptibles d'avoir des problèmes de santé mentale et bénéficient souvent de moins de ressources et de services. C'est un autre aspect important de notre travail.

J'ai vécu tant de moments merveilleux au cours de mon mandat de fondateur et de directeur général, et cette année a été exceptionnelle. Nous avons tenu la toute première édition hybride du Sommet Jack national, qui a réuni de jeunes leaders de tout le Canada après plus de deux ans de distanciation physique. En mars dernier, nous avons lancé le Certificat Être là en partenariat avec la fondation Born This Way de Lady Gaga. Il a déjà incité plus de 10 000 personnes (et ce n'est pas fini) à acquérir les compétences nécessaires pour reconnaître les signes de difficulté, offrir un soutien pratique à leurs pairs et à leurs proches, et améliorer leur propre santé mentale. Le Certificat Être là a franchi le cap du million d'utilisateur.trice.s depuis son lancement en mai 2019. Nous avons continué à élargir notre offre de programmes pour répondre aux besoins complexes des jeunes qui en ont le plus besoin.

Ma passion pour Jack.org et son travail urgent demeure. Je suis ravi d'assumer mes activités de représentation en tant que fondateur en contribuant à l'approche stratégique de Jack.org, en rencontrant les principales parties prenantes, en participant à des événements et en soutenant Rowena et l'équipe de direction de toutes les manières possibles. Je me joindrai également au conseil d'administration plus tard en 2023.

Je tiens à remercier notre incroyable conseil d'administration, notre personnel, notre réseau de jeunes et toutes les personnes qui nous ont aidé.e.s à révolutionner le secteur de la santé mentale des jeunes. C'est avec le plus grand optimisme que j'envisage toutes les réalisations qui nous attendent.

Avec bienveillance et gratitude,

Eric Windeler
Fondateur de Jack.org



Un message de

Rowena Pinto elle/elle

Présidente et directrice générale, Jack.org

Cher.ère.s partisan.e.s et membres de Jack.org,

J'ai la chance d'être nommée présidente-directrice générale dans une période de croissance et de changement formidable, tant pour notre organisme que pour la défense de la santé mentale au Canada. La santé mentale des jeunes a toujours été importante pour moi, que ce soit sur le plan professionnel ou personnel. Mère de trois enfants, je sais les pressions singulières qui pèsent sur nos jeunes, particulièrement après une longue période d'isolement et d'éducation interrompue. Et puisque je suis issue d'une communauté dans laquelle on ne parle pas ouvertement de santé mentale, je sais aussi pertinemment qu'il faut absolument mettre fin à la stigmatisation et faire tomber les obstacles qui barrent la route des jeunes en quête d'équité lorsqu'ils.elles accèdent à de l'aide.

Tout au long de ma carrière, je me suis employé à collaborer avec les jeunes pour mieux faire entendre leur voix, et je partage le dévouement de Jack.org envers une mobilisation authentique des jeunes. Comme bon nombre d'entre vous, j'ai pu constater par moi-même l'effet que nous avons sur les jeunes en leur offrant une plateforme, des ressources et des outils pour changer les choses. En 12 ans seulement, Jack.org a réussi à bâtir un réseau de milliers de jeunes leaders qui éduquent et inspirent des centaines de milliers d'autres jeunes partout au Canada. Leurs réalisations sont marquantes et je suis honorée de pouvoir mettre l'épaule à la roue à mon tour.

Depuis mon arrivée, je me suis sentie accueillie par l'ensemble de l'organisme. J'ai rencontré des leaders formidables et tenu des conversations inspirantes sur le prochain chapitre de la vie de Jack.org avec les membres du conseil, les fondateur.trice.s et le personnel, mais également avec les conseiller.ère.s et les représentant.e.s de réseau. Merci à chacun de vous pour l'accueil chaleureux. J'ai très hâte de collaborer avec vous tous et toutes.

Grâce aux efforts soutenus d'Eric Windeler et de Sandra Hanington, du conseil, du personnel et des jeunes leaders inspirant.e.s qui sont aux premières lignes du mouvement, Jack.org s'est construit une solide base.

Et maintenant que nous assistons à un tournant dans l'univers de la santé mentale des jeunes, je suis impatiente de travailler avec toute la communauté de Jack.org pour élargir notre portée et pousser encore plus loin notre travail.

Cordialement,

Rowena Pinto

Présidente et directrice générale, Jack.org



Un message de

Dr Paul Kurdyak il/lui

Président du conseil d'administration de Jack.org

Cher.ère.s ami.e.s. et partenaires de Jack.org,

Au nom du conseil d'administration de Jack.org, j'aimerais vous souhaiter la bienvenue à la présentation de notre plus récent rapport annuel. Je profiterai de cette occasion pour exposer quelques points saillants de la dernière année.

Comme vous le savez peut-être déjà, Jack.org a connu de grands changements en 2022, lesquels changements illustrent la formidable évolution de l'organisme au fil des ans et le brillant avenir qui l'attend. D'abord, Eric Windeler assumera désormais un rôle de fondateur et c'est à ce titre qu'il appuiera l'organisme à partir de maintenant. Le conseil et moi avons donc mis beaucoup d'efforts pour assurer une transition douce et sans heurts à cette nouvelle situation.

Naturellement, ce type de transition peut susciter une certaine appréhension chez les membres d'un organisme, quel qu'il soit. Sachant cela, le conseil d'administration a adopté une approche réfléchie pour mener ce processus, basée sur les pratiques exemplaires des organismes de bienfaisance dirigés par des fondateur.trice.s. Après avoir suivi un processus extrêmement rigoureux auprès d'un bassin très impressionnant de candidat.e.s, nous avons le plaisir et l'honneur d'accueillir Rowena Pinto au poste de présidente et directrice générale de Jack.org.

Rowena assumera le leadership organisationnel et opérationnel de Jack.org en remplacement d'Eric. Le conseil et l'équipe de cadres ont pleine confiance en l'expérience de Rowena, riche de nombreuses années passées dans les secteurs caritatifs et de la santé. Son expertise dans la défense des intérêts et dans la mobilisation des parties prenantes en fait une candidate parfaite pour le rôle.

Nous aimerions également remercier Eric pour son travail incessant en tant que fondateur et directeur général. Nous sommes ravi.e.s de savoir qu'il demeurera impliqué en tant que fondateur et avons très hâte de collaborer avec lui à ce titre. Je suis également heureux de vous annoncer que je resterai à la présidence du conseil jusqu'en septembre 2023 pour assurer une transition sans heurts et pour offrir mon soutien indéfectible à l'organisme.

Depuis sa fondation, il y a maintenant 12 ans, Jack.org a bien compris le pouvoir et la portée des programmes entre pairs pour

appuyer la santé mentale des jeunes. Depuis, un [nombre croissant de données probantes](#) sont venues confirmer cette approche, laquelle est enchâssée dans le travail essentiel que mène Jack.org pour outiller de jeunes leaders partout au Canada afin qu'ils et elles éduquent et inspirent leurs pairs.

Rien que cette année, le lancement du [Certificat Être là](#), la tenue du premier Sommet Jack national hybride et le retour des Sommets et des Présentations Jack en ligne et en personne prouvent à quel point les efforts de Jack.org sont importants. D'ailleurs, 98 % des personnes qui ont obtenu le Certificat Être là se sentent davantage capables d'appuyer en toute sécurité une personne qui vit des difficultés de santé mentale.

En tant que psychiatre principal au Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) et vice-président, services cliniques, Centre d'excellence en santé mentale et en lutte contre les dépendances, à Santé Ontario, je peux témoigner du rôle crucial que joue l'organisme dans l'appui à la santé mentale des jeunes. Le soutien et le leadership dont fait preuve l'organisme dans sa programmation répondent à plusieurs besoins criants, soit renforcer les connaissances, réduire la stigmatisation et la honte et améliorer la recherche d'aide au pays.

Je suis extrêmement reconnaissant du travail accompli par Eric et sa femme Sandra, cofondatrice de l'organisme, par notre équipe et par le réseau de jeunes de Jack.org, ainsi que de la générosité de nos partisan.e.s.

Cordialement,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'P Kurdyak', written in a cursive style.

Dr Paul Kurdyak

Président du conseil d'administration, Jack.org



Représentant.e.s du réseau

Les représentant.e.s du réseau sont 13 jeunes leaders des quatre coins du pays qui représentent les perspectives et les intérêts de leur région. Grâce à leur leadership, ils.elles nous permettent de continuer à faire participer les jeunes aux conversations qui comptent le plus sur la santé mentale.

Cette année, les représentant.e.s du réseau ont travaillé en étroite collaboration avec le personnel pour organiser et animer le Sommet Jack national 2022, ont assisté aux réunions trimestrielles de l'équipe de leadership de la direction et ont collaboré avec les coordonnateur.trice.s de programme de leur région pour faire entendre la voix des jeunes dans notre travail à chaque étape du processus.

Les représentant.e.s du réseau travaillent incroyablement fort à une multitude de projets pour faire en sorte que les points de vue des jeunes soient entendus et représentés dans le contenu sur la santé mentale, à la fois sur Jack.org, dans les médias et dans les événements partout au pays.

Voici un aperçu d'autres projets qu'ils.elles ont réalisés cette année :



Abby Gartner

Yukon

elle/elle, iel/ellui

Abby a joué un rôle crucial à titre de membre de l'équipe de planification du Sommet Jack du Nord et du Sommet Jack national, a piloté des initiatives de sensibilisation auprès de partenaires potentiels du Yukon et a travaillé en étroite collaboration avec le personnel pour établir des relations avec des partenaires du Nord.



Abeer Ansari

Ontario

elle/elle

Abeer a aidé à donner vie au concert Jack en fournissant de précieux renseignements et des commentaires, a participé à l'actualisation annuelle de la stratégie, a créé du contenu pour les médias sociaux à l'occasion du Sommet Jack du Centre et a aidé à créer le résumé de l'Outil d'évaluation des campus pour la conférence de l'International Association for Youth Mental Health à Copenhague.



Angelica Buccini

Manitoba

elle/elle

Angelica a joué un rôle essentiel au sein de l'équipe de planification du Sommet Faire tomber les barrières, a mis ses connaissances à profit dans le cadre du sondage sur le rapport *La voix des jeunes* en fournissant des commentaires à l'équipe de développement de Jack.org et a présenté les pratiques exemplaires pour mobiliser les jeunes lors du webinaire de 2022 Expériences en santé mentale Canada.



Aswani Siwakoti

Ontario

elle/elle

Aswani a présenté les pratiques exemplaires pour mobiliser les jeunes, y compris la discussion sur la façon dont Jack.org travaille avec les représentant.e.s et les conseiller.ère.s du réseau et sur la façon de réduire les préjudices dans le travail de mobilisation des jeunes lors de la conférence annuelle du Centre d'Innovation en Santé Mentale sur les Campus (CISMC).



Emily Sather

Saskatchewan

elle/elle

Emily a joué un rôle clé dans la planification et la mise en œuvre du Sommet Faire tomber les barrières, a fait la promotion de l'événement Jack Ride, a cocréé et coanimé un atelier au Sommet Jack national, a favorisé l'établissement de relations entre Jack.org et les militant.e.s pour la santé mentale des jeunes, et a contribué à la collecte et à la diffusion de témoignages dans le cadre du certificat Être là.



Ezechiel Nana

Quebec & Ontario

il/lui

Ezechiel a attiré l'attention sur l'expérience des francophones lors du Sommet Jack national, a joué un rôle crucial dans la planification de Santé mentale au sommet, a parlé dans une vidéo de la nécessité de soutenir la santé mentale des communautés noires à l'occasion du Mois de l'histoire des Noirs et a participé à la création du résumé Être là pour la conférence de l'International Association for Youth Mental Health à Copenhague.



Gwendolyn Natsiq

Nunavut

elle/elle

Gwendolyn a joué un rôle clé dans la planification et la tenue du Sommet Jack national, a travaillé à établir des relations entre les partenaires locaux du Nunavut et Jack.org et a fourni de précieux renseignements sur la façon dont les programmes de Jack.org peuvent mieux répondre aux besoins des jeunes du Nord et des jeunes autochtones.



Irwin (Jay) Legaspi

British Columbia

il/lui, elle/elle, iel/ellui

Irwin a coanimé la journée virtuelle de la santé mentale de l'Alberta, a créé du contenu vidéo pour la campagne de Bell sur la santé mentale *Mieux pour tous*, a animé une diffusion en direct sur Instagram au sujet de la gamme Rare Beauty de Sephora célébrant l'individualité pendant le mois de l'autosoin, a chapeauté nos activités sur les médias sociaux lors du Sommet Jack national et a créé « le Drag », une collecte de fonds queer au profit de la santé mentale à l'occasion de la Journée internationale contre l'homophobie, la biphobie et la transphobie.



Julia White

Newfoundland

elle/elle

Julia a joué un rôle essentiel dans l'équipe de planification du Sommet Jack de l'Atlantique et représenté Jack.org au sein du panel portant sur la façon dont les différentes communautés ont été touchées par la pandémie et ce que peuvent faire les autorités de santé à ce sujet lors du sommet du Réseau canadien du psoriasis.



Lindsay Currie

Alberta

elle/elle

Lindsay a géré la présentation Être là sur la gamme Rare Beauty de Sephora, a été une membre clé de l'équipe de planification du Sommet Faire tomber les barrières, a été coprésidente lors du Sommet Jack national et a aidé à créer le résumé de l'engagement des jeunes de Jack.org pour la conférence de l'International Association for Youth Mental Health.



Victoria MacBeath

New Brunswick

elle/elle

Victoria a fait la promotion du travail extraordinaire des Sections Jack dans la lettre de sollicitation des Fêtes, a fourni de précieux renseignements sur les expériences des jeunes dans le cadre du sondage du rapport *La voix des jeunes*, a représenté Jack.org lors de l'atelier sur les futur.e.s leaders en Amérique du Nord et a créé un atelier de discussion pour la conférence de l'International Initiative for Mental Health Leadership de cette année.



Victory Angeli

Nova Scotia

iel/ellui

Victory a animé le Sommet Jack de l'Atlantique, a cocréé et animé l'atelier sur l'équité, la diversité et l'inclusion du Sommet Jack national, a fourni des commentaires sur le rapport *La voix des jeunes*, a participé à une table ronde sur la santé mentale des jeunes avec la députée Carolyn Bennett et a parlé du Certificat Être là sur les ondes de Global News et de l'événement Jack Ride à CTV Calgary.



Zarrar Jahangir

Ontario

il/lui

Zarrar a fourni de précieux renseignements sur le rôle de la musique dans la santé mentale et la guérison, a animé des conversations sur la santé mentale et la façon de trouver de l'aide pour les personnes de la diaspora sud-asiatique, a fourni des renseignements clés sur les plans stratégiques à long terme et a joué un rôle essentiel lors du Sommet Jack national à titre de coprésentateur de l'événement.



Conseiller.ère.s de réseau

Porter la voix des jeunes jusqu'au conseil d'administration de Jack.org

Au cours de la dernière année, les conseiller.ère.s de réseau Sope Owoaje (elle) et Clayton Murphy (il/lui) se sont assurés que les perspectives des jeunes demeurent au cœur du processus décisionnel de la direction de Jack.org. Sope et Clayton ont puisé dans leur expérience d'ancien.ne.s conférencier.ère.s de Présentations Jack, membres de Section et représentant.e.s de réseau pour soutenir et encourager la conception de programmes efficaces. Leur passé de représentant.e de réseau leur a également permis d'exposer au conseil d'administration des points de vue nuancés sur l'expérience et le témoignage de jeunes de partout au Canada.

Voici quelques-unes de leurs réalisations :

- Assurer la liaison avec différents comités de santé mentale pour repérer les lacunes dans le contenu de Jack.org et déterminer des solutions pour les corriger.
- Créer un espace favorisant davantage d'échanges entre les représentant.e.s de réseau et les membres du conseil d'administration.
- Élaborer une stratégie sur la manière d'adapter l'offre de programmes selon les préoccupations propres à chaque région du pays.

Sope et Clayton ont toute notre gratitude pour le dévouement dont il et elle ont fait preuve en tant que conseiller.ère de réseau. Nous avons très hâte de collaborer de nouveau avec Clayton et nous souhaitons une chaleureuse bienvenue à Ezechiel Nana, qui remplacera Sope au cours de la prochaine année financière.

Clayton Murphey il/lui



Sope Owoaje elle/elle





La voie vers l'égalité des résultats

En tant que chef.fe.s de file en santé mentale des jeunes, nous reconnaissons les causes des problèmes de santé mentale et les obstacles auxquels les populations dignes d'équité sont confrontées lorsqu'elles recherchent de l'aide, et nous admettons qu'il est de notre responsabilité de veiller à ce que leurs besoins soient pris en compte dans nos programmes. Au cours de la dernière année, nous avons continué à élargir et à affiner notre approche pour comprendre et hiérarchiser les besoins de ces communautés afin d'optimiser nos actions positives.

Nous nous engageons à amplifier les expériences de santé mentale des jeunes dignes d'équité et à faire en sorte que ces jeunes soient mieux représentés au sein de Jack.org et dans le paysage de la santé mentale des jeunes en général. Centrée sur les forces, notre approche vise à garantir une représentation authentique, tout en évitant les discours néfastes fondés sur des traumatismes ou des préjugés.

Nous continuons à faire des progrès pour nous assurer que nos programmes et nos contenus reflètent les expériences d'une grande diversité de jeunes, en accordant une attention particulière au développement d'offres adaptées sur les plans culturel et linguistique pour les jeunes francophones et autochtones. Par exemple, nous avons soutenu l'équité et l'empathie linguistique dans nos offres au sein de tous les services. En effet, nous avons organisé un sommet centré sur l'expérience francophone et le renforcement communautaire (Santé mentale au sommet), élargi l'auditoire francophone des Présentations Jack (qui est passé de 1 341 à 5 389), augmenté le nombre de Sections Jack francophones, créé de nouveaux contenus Être là, lancé des initiatives de communication entièrement bilingues et organisé une édition bilingue de Jack Ride. Nous avons également poursuivi nos efforts pour mieux comprendre les besoins des jeunes autochtones et y répondre, en établissant des relations avec des chef.fe.s de file autochtones en santé mentale des jeunes, en organisant une formation pour tout le personnel sur la colonisation et la santé mentale des jeunes autochtones, en proposant au personnel des séances sur la préparation d'une reconnaissance territoriale responsable et en fournissant des ressources au personnel pour nous assurer que leur travail tient compte de l'expérience et de l'expertise autochtones.

Nous reconnaissons qu'il s'agit d'un travail qui, pour produire de réels effets, exige de l'humilité et un désir d'établir des partenariats véritables avec d'autres chef.fe.s de file dans ce domaine. Il reste encore beaucoup de travail à faire, et nous sommes reconnaissant.e.s à ceux et celles qui nous ont permis de jeter les bases de nos objectifs d'équité, de diversité, d'inclusion et d'accessibilité.



Département des programmes

L'année dernière a été une période de transformation profonde pour le réseau Jack.org. Alors que le pays commençait à s'ouvrir à nouveau aux événements et activités en personne, nous avons dû adapter nos programmes de manière stratégique afin que les jeunes profitent à la fois du rapprochement des activités en personne et de la flexibilité des activités numériques.

Pour répondre à l'évolution des besoins des jeunes en cette période charnière, nous avons modifié nos programmes phares – Présentations Jack, Sections Jack, Sommets Jack et Être là – afin de continuer à favoriser une conversation essentielle sur la santé mentale entre pairs et à offrir un espace pour l'action communautaire. Ce faisant, nous avons donné aux jeunes les moyens d'être des moteurs de changement pour la santé mentale des jeunes dans les communautés partout au pays.

Nous sommes très reconnaissant.e.s à nos partisan.e.s qui nous permettent de continuer à offrir aux jeunes la formation, les ressources et les plateformes dont ils.elles ont besoin pour changer les choses.

Présentations Jack

Les Présentations Jack s'appuient sur le pouvoir des témoignages personnels et l'efficacité de l'éducation par les pairs pour habiliter des militant.e.s pour la santé mentale des jeunes à parler de santé mentale avec d'autres jeunes de leur communauté.

Nous avons continué à proposer des Présentations webdiffusées en direct et des Présentations préenregistrées, notamment « [Comment être là pour les jeunes](#) », une Présentation destinée au public à laquelle ont assisté 550 éducateur.trice.s et autres allié.e.s adultes. Nous avons remanié nos Présentations préenregistrées pour y inclure des discussions sur l'autostigmatisation, des stratégies d'autosoins, des techniques de gestion des émotions et un nouveau modèle explorant les déterminants sociaux de la santé. De plus, nous les avons filmées dans un studio professionnel pour garantir la production d'un contenu numérique de la plus haute qualité qui soit.

Nous avons également élargi le plan de cours des Présentations Jack en y ajoutant d'autres activités de mobilisation que les jeunes peuvent ensuite utiliser. Nous avons notamment transformé notre guide de discussion en un programme plus interactif qui facilite les conversations constructives et continues sur la santé mentale.

Nos réalisations

490

Présentations Jack ont été livrées à

44 000

jeunes à travers le pays par

100

conférencier.ère.s Jack





Pleins feux sur les partenaires : Soutenir l'innovation en matière de santé mentale des jeunes

Cette année, Hydro One s'est associée à nous pour organiser une Présentation Jack publique et gratuite, « [Comment être là pour les jeunes](#) », destinée aux éducateur.trice.s et aux adultes. Fait remarquable, 550 personnes se sont inscrites à l'événement virtuel, qui a fait salle comble. Les réactions ont été extrêmement positives. Les jeunes éprouvent des difficultés, mais nous avons tous et toutes du mal à être là pour les autres et à nous soutenir mutuellement, que ce soit à l'école, au travail ou à la maison. Grâce à des partenariats de collaboration comme celui-ci, nous sommes parvenus à créer un rapprochement entre des adultes et des jeunes dans leur vie. L'événement a été un succès, comme en témoignent les réactions positives que nous avons reçues pendant et après l'événement et le nombre de Présentations Jack qui ont été réservées par des éducateur.trice.s tout de suite après l'événement.

Nous tenons à remercier Hydro One – le partenaire principal des Présentations Jack de l'Ontario – pour son engagement à mettre des ressources en santé mentale à la disposition de la population ontarienne et pour avoir rendu possible cette Présentation Jack novatrice.

Témoignages des membres de l'auditoire des Présentations Jack

« J'estime que cette présentation était vraiment importante. Elle m'a poussé à agir et à porter une plus grande attention aux personnes qui m'entourent. Je pense que cette présentation est très utile pour l'avenir et que je peux me fier davantage à moi-même lorsqu'il s'agit de chercher de l'aide pour mes proches. »

– **Élève d'une école secondaire** ayant assisté à une Présentation Jack

« En tant qu'enseignante, je connais de première main l'impact des problèmes de santé mentale sur les jeunes et je suis toujours à la recherche de ressources pour les aider. J'ai aimé de nombreux aspects de la Présentation Jack webdiffusée en direct : son format virtuel a facilité la participation à l'atelier et il a fourni suffisamment d'information sans être accablant. J'ai adoré la façon dont les animateurs et animatrices ont décrit comment identifier les signes de difficulté chez les jeunes et accéder à un soutien approprié, ainsi que la façon dont l'histoire personnelle puissante de Hannah soulignait l'importance de créer une culture qui valorise la santé mentale. J'ai été tellement impressionnée par la qualité professionnelle de la Présentation Jack que j'en ai réservé une pour mes élèves, qui l'ont adorée. »

— **Jessica Leney**,
Éducatrice, Avon Maitland
District School Board

Sections Jack

L'année dernière, les Sections Jack ont fait preuve d'une incroyable détermination pendant une période de transition et d'incertitude. Dans tout le pays, les membres des Sections ont trouvé de nouvelles façons d'accroître la sensibilisation, de réduire la stigmatisation, d'encourager la recherche d'aide et de créer de nouvelles structures de soutien dans leurs écoles et leurs communautés. Ils.elles sont notamment parvenu.e.s à organiser des événements hybrides sur la santé mentale malgré deux ans de fatigue des écrans et à continuer à diffuser de l'information et des ressources à un moment où l'éducation numérique était particulièrement nécessaire.

Les leaders des Sections et d'autres membres du réseau Jack.org ont entrepris de faire la lumière sur l'état des services de santé mentale pour les jeunes sur les campus en remplissant l'outil d'évaluation des campus. Ils.elles ont aussi apporté leur expertise et leurs perspectives à un groupe consultatif de jeunes qui a conduit au tout premier [Rapport sur l'état de la jeunesse](#) du gouvernement du Canada, qui visait à saisir à la fois l'ampleur de l'urgence en santé mentale des jeunes et les idées incroyables qu'ont les jeunes pour surmonter les défis complexes qu'elle présente. Nous avons été ravi.e.s de travailler avec la Section « Talk Overdose » dirigée par de jeunes autochtones, qui a demandé une subvention à la ville d'Ottawa et l'obtenue. Nous sommes impatient.e.s de voir leurs initiatives prendre forme au cours de la prochaine année financière!

Nos réalisations

181

Sections Jack actives

1 894

jeunes leaders

333

initiatives en matière de santé mentale

53 800+

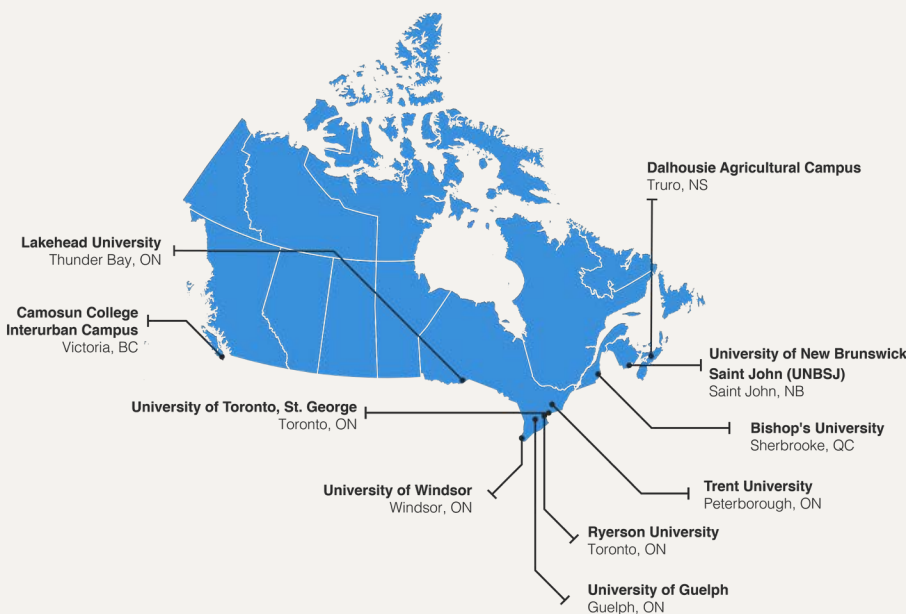
jeunes à travers le pays



Outil d'évaluation des campus

Piloté par des jeunes, l'outil d'évaluation des campus (OEC) est un projet de recherche participative qui a été créé pour soutenir le travail des militant.e.s en santé mentale des Sections Jack dirigées par des étudiant.e.s. Grâce à une combinaison d'outils qui mesurent les services de santé mentale et leur utilisation, l'OEC évalue les efforts déployés par les établissements postsecondaires pour favoriser, protéger et promouvoir la santé mentale des étudiant.e.s. Ceux.celles-ci sont impliqué.e.s à chaque étape du processus de recherche, ce qui leur permet de mettre en évidence les points forts et les points faibles des systèmes de santé mentale de leur établissement.

La véritable valeur de l'OEC réside dans sa capacité à donner aux étudiant.e.s des moyens d'agir en leur fournissant des données qui leur permettent par la suite de participer activement au processus de décisions au sein du système de santé de leur université, tout particulièrement en ce qui a trait aux services, aux politiques, aux pratiques et aux solutions en matière de santé mentale.



Participant.e.s

Dix Sections Jack ont rempli l'OEC et ainsi permis la préparation du rapport sur l'OEC 2021. Les voici : Université Trent, Campus St. George de l'Université de Toronto, Université Bishop's, Camosun College, Université de Guelph, Université de Windsor, Campus St. John de l'Université du Nouveau-Brunswick, Campus Truro de l'Université Dalhousie, Université métropolitaine de Toronto (anciennement l'Université Ryerson) et Université Lakehead.

[Lire le Rapport 2021](#)

Principales leçons tirées

- Les étudiant.e.s de niveau postsecondaire continuent de lutter contre le stress lié aux études, aux finances et, depuis les deux dernières années, à la pandémie de COVID-19.
- Tous les établissements offrent un certain degré de services de soutien général aux étudiant.e.s des groupes en quête d'équité; une petite majorité d'entre eux proposent des ressources précisément en santé mentale.
- Les délais d'attente demeurent une préoccupation constante pour les étudiant.e.s, et c'est l'une des trois principales raisons pour lesquelles ils.elles se disent mal à l'aise d'accéder à des services, tant ceux.celles qui y accèdent que ceux.celles qui n'y accèdent pas.
- Les étudiant.e.s n'ayant pas accédé à des services entretiennent des perceptions quelque peu négatives ou incertaines quant à l'accessibilité des services s'ils.s'ils en avaient besoin. Ils.elles se demandent aussi si les services répondraient à leurs besoins. Ces perceptions les empêchent d'accéder aux services de leur établissement.
- La connaissance des services de counseling individuels est plus élevée que celle d'autres services, comme le soutien par les pairs. [Un modèle de soins par étapes](#) pourrait réduire les délais d'attente et accroître l'accessibilité.
- Les options offertes d'un établissement à l'autre varient grandement, et il est souvent difficile de trouver l'information les concernant.

Pleins feux sur un généreux donateur : un travail de Section inspirant

Témoignages des membres des Sections Jack :

« Ce programme, qui m'a beaucoup apporté, m'a permis, ainsi que chaque personne que j'ai rencontrée, de prendre part à une communauté unie et de militer d'une manière que je n'aurais jamais pu imaginer. »

– **Samarah**, leader de Section Jack pour l'année 2020-2021 à l'école secondaire St Joseph

En 2021, nous avons reçu un don de 186 000 \$ sans restriction à un moment critique pour la santé mentale des jeunes. Il s'agit du don individuel le plus important que nous ayons reçu. Nous sommes heureux.ses que la puissance de notre modèle par les pairs inspire les gens à agir en faisant des dons comme celui-ci. Voici ce que notre incroyable donateur anonyme avait à dire sur les raisons pour lesquelles il a choisi Jack.org :

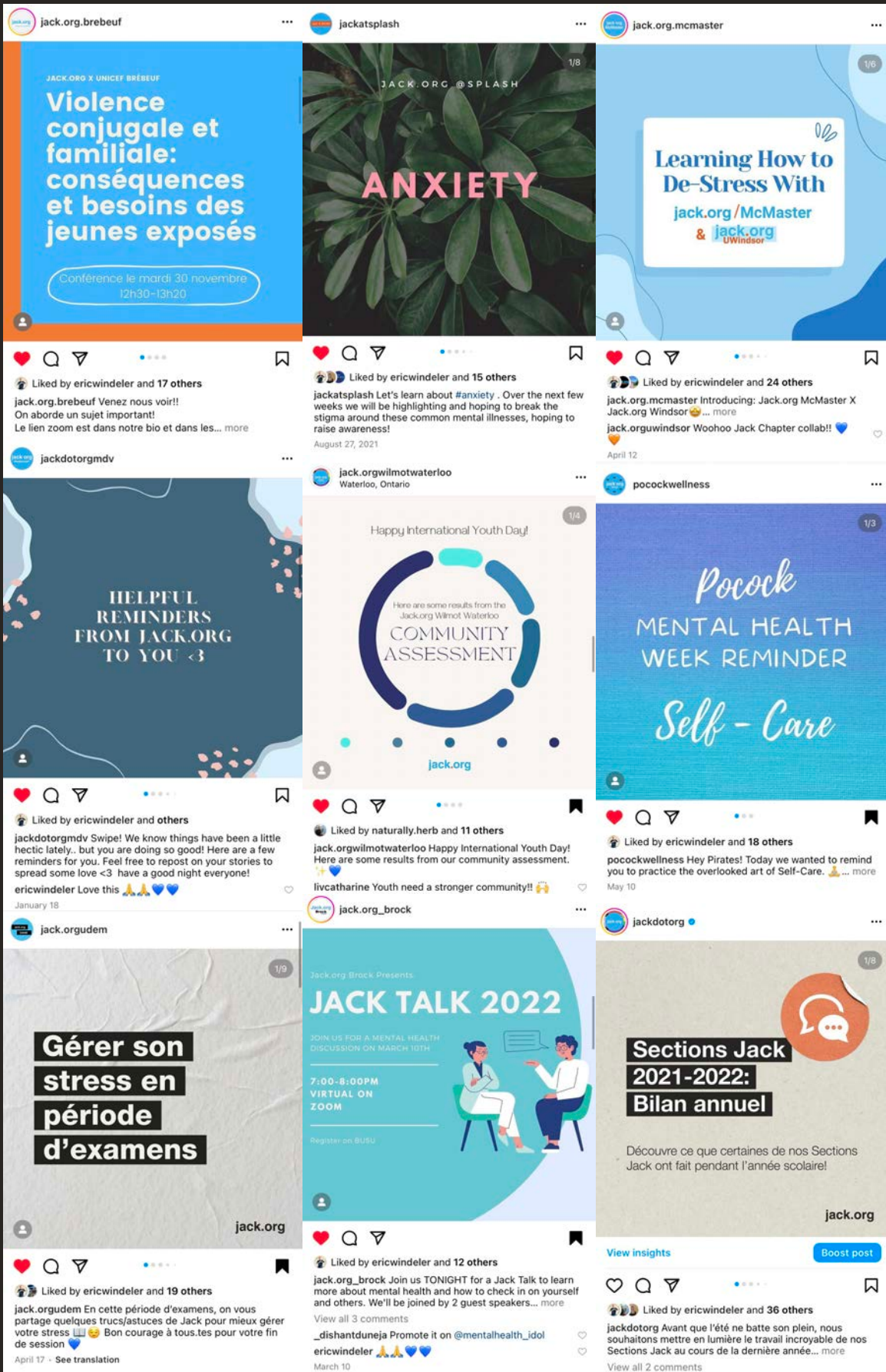
« Il y a plusieurs années maintenant, le frère d'une de mes élèves s'est suicidé. En tant qu'enseignant et conseiller en orientation, j'ai été témoin des vastes et profondes répercussions de cette tragédie sur ma communauté. Toujours à la recherche de moyens de soutenir nos élèves, notre école a lancé une initiative en faveur de la santé mentale des jeunes, qui allait devenir Jack.org.

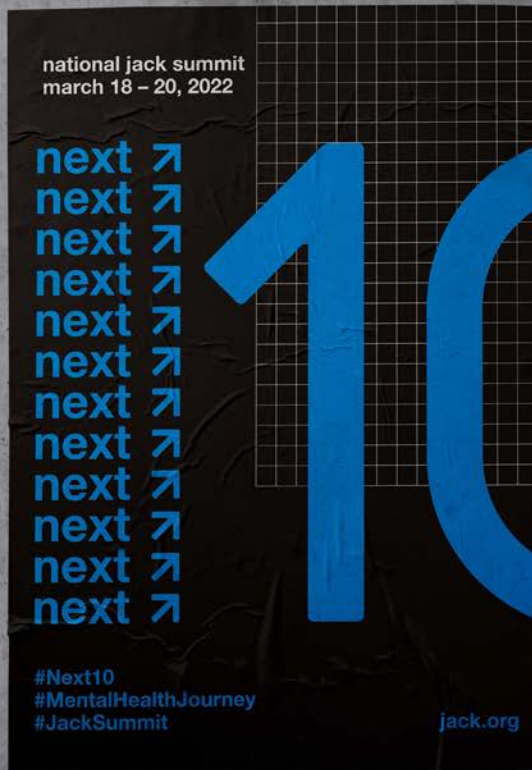
Il n'y a pas de meilleur moyen de déstigmatiser les problèmes de santé mentale chez les jeunes qu'en permettant à d'autres jeunes de raconter leurs expériences et de leur faire savoir qu'il n'y a pas de mal à parler de ces problèmes et à demander de l'aide professionnelle au besoin. Jack.org a rendu cette conversation possible dans mon école.

Après, j'ai commencé à verser de petites contributions annuelles à Jack Ride. L'automne dernier, j'avais les moyens de faire davantage et j'ai fait un don de titres pour soutenir Jack.org avec les ressources dont il a besoin pour poursuivre son important travail. C'est tellement gratifiant de faire des dons de bienfaisance lorsque la cause est si importante. Pour moi, il n'y avait pas de donataire plus digne que Jack.org. »

— Généreux donateur anonyme de Jack.org







Sommets Jack

Les Sommets Jack rassemblent de jeunes agent.e.s de changement à l'échelle locale, régionale et nationale afin qu'ils.elles reçoivent de la formation, collaborent, se responsabilisent et apprennent les un.e.s des autres. Cette année, ces événements ont rassemblé plus de 1 640 jeunes partout au pays, qui ont discuté des enjeux pressants dans leurs communautés ainsi que des objectifs à long terme quant à l'évolution du paysage de la santé mentale au Canada. Après plus de deux ans de mobilisation virtuelle malgré les difficultés posées par la pandémie, nous partageons l'enthousiasme des jeunes à l'égard de l'idée de revenir à des Sommets en personne au cours de la prochaine année financière.



Après avoir participé au Sommet Jack national DIX+,

98 %

des délégué.e.s ont indiqué qu'ils.elles étaient satisfait.e.s ou très satisfait.e.s de leur expérience.

Nos réalisations

19

Sommets Jack locaux

+5

Sommets Jack régionaux

+1

Sommet Jack national

1 640

jeunes mobilisé.e.s dans tout le pays

DIX+, un Sommet Jack national hybride

Afin de souligner la [10e édition du Sommet Jack national](#), nous avons demandé aux délégué.e.s de cette année de réfléchir aux actions, grandes et petites, qu'ils.elles prévoient mener pour soutenir la santé mentale dans les dix minutes, jours, semaines, mois ou années à venir. Le caractère intentionnel de nos actions était au cœur de la programmation du Sommet cette année, alors que nous avons lancé notre premier Sommet Jack national hybride, qui a connu un succès retentissant.

Le coup d'envoi a été donné par un concert Jack, qui a permis aux délégué.e.s de se réunir en personne ou virtuellement pour échanger, célébrer et danser au son des artistes Wild Black, Á'a:líya et Amay Laoni.

Le Sommet Jack national s'est poursuivi avec des discours et des panels en personne et virtuels, dont le fascinant panel « [Allié.e.s adultes](#) ». Les panélistes, la sénatrice Kim Pate, Gemma Hickey et Mumilaaq Qaqqaq, des militant.e.s de renommée nationale, ont parlé aux jeunes délégué.e.s de leur combat pour les droits des communautés autochtones et LGBTQ2S+, ainsi que des jeunes marginalisé.e.s, victimisé.e.s, criminalisé.e.s et incarcéré.e.s.

« C'était très inspirant de voir autant de jeunes gens intelligents, gentils et passionnés en un seul endroit. Et les présentations ont suscité la réflexion d'une manière surprenante. J'ai adoré le fait que les deux conférencier.ère.s n'ont pas seulement parlé de santé mentale, mais qu'ils ont présenté une vue d'ensemble qui mettait vraiment les choses en contexte. »

– Personne ayant participé au Sommet Jack national

national jack summit
next 10
DIX+



Pleins feux sur un sommet régional : Santé mentale au sommet

Cette année, d'incroyables jeunes de tout le Canada se sont réuni.e.s en personne à Montréal à l'occasion de notre tout [premier Sommet régional](#) entièrement francophone. L'événement a permis d'entendre des conférencier.ère.s fascinant.e.s, de participer à des ateliers qui ont favorisé l'acquisition de compétences et la création de liens, et d'élaborer des stratégies sur la façon d'aborder les problèmes de santé mentale les plus urgents auxquels les jeunes francophones sont confronté.e.s aujourd'hui.

Parmi les sujets traités lors des séances de collaboration, citons le manque de ressources en santé mentale abordables et adaptées à la culture, la lutte contre la stigmatisation de la santé mentale et le manque de connaissances sur la santé mentale dans les communautés.



Être là



Nos réalisations

6 668

Certificats Être là obtenus au cours de l'année financière

1 000 000+

d'utilisateur.trice.s uniques depuis le lancement du Certificat Être là en mai 2019.

95 %

des utilisateur.trice.s se sentent en mesure de soutenir un.e ami.e qui a des difficultés de santé mentale.

87 %

des utilisateur.trice.s se sentent à l'aise de demander de l'aide s'ils.s elles ont des difficultés de santé mentale.

96 %

des utilisateur.trice.s se sentent davantage en mesure de soutenir en toute sécurité une personne qui a des difficultés de santé mentale, après avoir obtenu le Certificat Être là.

Être là

Cette année, nous avons élargi le programme [Être là](#), qui comprend le site [Etrela.org](#) et les ateliers Être là, pour inclure le [Certificat Être là](#). Il s'agit d'une expérience d'apprentissage numérique adapté au rythme de chacun.e qui s'appuie sur les [cinq règles d'or](#) d'Être là pour donner aux utilisateur.trice.s les connaissances, les compétences et l'assurance nécessaires pour soutenir en toute sécurité un proche qui a des difficultés de santé mentale.

Élaboré en partenariat avec la fondation Born This Way de Lady Gaga, le Certificat Être là est gratuit, est offert en français, en anglais et en espagnol, et permet à ses utilisateur.trice.s de mettre la formation en pause et d'y revenir à tout moment.

Le Certificat Être là fait appel à de nouveaux outils d'apprentissage interactifs qui utilisent le contenu et l'information du site Être là afin de tester les connaissances des utilisateur.trice.s, qui reçoivent un certificat à l'issue du programme. Complément de la formation classique pour le soutien de la santé mentale par les pairs, il offre un contenu facile d'accès et pertinent pour les jeunes qui cherchent à développer leurs compétences de soutien.

Pendant la pandémie, le Certificat Être là s'est révélée une ressource très importante pour les jeunes qui cherchaient à prendre soin d'eux.elles-mêmes et de leurs pairs, comme en témoignent les plus d'un million de personnes qui ont accédé à la ressource à ce jour.



Rapport *La voix des jeunes*

Le [rapport *La voix des jeunes* 2021-2022](#) est un résumé des conclusions des jeunes du réseau Jack.org sur les enjeux, les réussites et les besoins en matière de santé mentale des jeunes et de leurs communautés. Il vise à mettre en lumière les réalités, en matière de santé mentale, des jeunes de notre réseau et à aider les parties prenantes à comprendre les défis auxquels les jeunes sont confronté.e.s pour qu'ils.elles puissent atteindre une santé mentale et un bien-être optimaux.

En plus de présenter un aperçu de l'état actuel de la santé mentale des jeunes au Canada, ce rapport aborde les points saillants au sein du réseau Jack.org en ce qui a trait aux causes des difficultés de santé mentale chez les jeunes, aux facteurs qui les empêchent d'accéder aux soins et au soutien en santé mentale, ainsi qu'aux stratégies et aux prochaines étapes indiquées pour améliorer la situation actuelle.

Leçons clés

Au cours des deux dernières années, les jeunes ont dû faire face à l'incertitude créée par la pandémie en plus de leurs études, de leur emploi, de leur vie sociale et de divers autres engagements, tout en essayant d'assurer leur avenir dans un monde précaire. Bien qu'il n'y ait pas de cause unique à la crise de santé mentale des jeunes, les jeunes du réseau Jack.org ont invariablement mentionné l'insécurité financière, le stress scolaire et la pandémie de COVID-19 comme facteurs clés d'une mauvaise santé mentale.

Nous avons sondé les jeunes de notre réseau pour mieux comprendre leurs principales préoccupations. Voici ce qu'ils.elles avaient à dire :

- 63 % affirment que la sécurité financière est un facteur personnel de stress pour la santé mentale.
- 66 % craignent de ne pas trouver un emploi qui leur procurera une sécurité financière.
- La perception selon laquelle l'excellence scolaire est nécessaire pour rembourser les prêts et vivre confortablement après l'obtention du diplôme joue un rôle sur l'augmentation du stress scolaire chez les étudiant.e.s.¹
- Le stress scolaire peut s'aggraver lorsque les étudiant.e.s doivent travailler à temps partiel pour payer les droits de scolarité et atténuer leur dette d'études croissante.
- 79 % des répondant.e.s de notre réseau ont reconnu que la pandémie a eu des répercussions négatives sur leur bien-être mental.
- 63 % s'inquiètent des conséquences à long terme de la COVID-19 sur leur santé mentale.
- Lors du Sommet Jack national de 2020, les jeunes délégué.e.s ont exprimé un certain optimisme quant au fait que la pandémie entraînerait des changements positifs dans la prestation des services de santé mentale et un renforcement des liens communautaires.

Même en affrontant les dures réalités de la pandémie et en faisant face à de nombreux obstacles pour accéder à des soins de santé mentale de qualité, les jeunes continuent de persévérer et de trouver de nouvelles façons d'atténuer une crise de santé mentale qui ne montre aucun signe de ralentissement. Cela dit, la capacité des jeunes à prendre soin d'eux-mêmes.elles-mêmes et à se soutenir les un.e.s les autres n'atténue en rien la nécessité d'accorder une attention urgente à la crise de l'accès aux soins de santé mentale formels. Alors que nous recommençons à mener de nombreuses activités en personne, il est important de recueillir et de comprendre le point de vue des jeunes pour veiller à ce que bon nombre des changements qui ont eu des effets positifs sur leur vie soient maintenus après la pandémie.

¹ Richardson, T., Elliott, P., Roberts, R., & Jansen, M. (2017). A longitudinal study of financial difficulties and mental health in a national sample of British undergraduate students. *Community Mental Health Journal*, 53(3), 344–352. doi: 10.1007/s10597-016-0052-0



Département du développement

Nos partisan.e.s sont au cœur de tout ce que nous faisons. Grâce à vous, nous sommes en mesure de former et d'habiliter de jeunes leaders pour révolutionner la santé mentale dans chaque province et territoire. Nous vous sommes très reconnaissant.e.s de votre soutien continu tout au long de la dernière décennie et nous nous réjouissons de tout le travail passionnant qui nous attend.





Jack Ride

Après deux ans en mode virtuel exclusivement, nous étions très enthousiastes à l'idée de reprendre l'événement [Jack Ride](#) en personne cette année. Depuis plus d'une décennie, Jack Ride bâtit année après année une communauté passionnée de cyclistes et de donateur.trice.s qui a amassé des millions de dollars pour financer les programmes essentiels qu'offre Jack.org à travers le pays. Cette année encore, l'événement affichait complet : 1 000 personnes ont roulé ensemble à Caledon, en Ontario.

Nous offrons aussi la possibilité de participer en mode virtuel, car cela avait permis l'année dernière d'élargir la participation au-delà des frontières ontariennes. Et encore une fois, pour rendre l'événement accessible au plus grand nombre possible, toute forme de participation était encouragée : course, randonnée, planche à roulettes ou tout autre moyen de déplacement!

En tout, ce sont 1 276 participant.e.s, réparti.e.s dans 100 équipes de quelque 158 villes, 8 provinces et 5 pays qui ont relevé le défi. Grâce à cette première édition hybride, nous avons pu accueillir un mélange varié de participant.e.s : 62 % avaient déjà participé à une édition antérieure, 38 % y prenaient part pour la première fois et 175 étaient des jeunes.

Grâce à leurs efforts, nous avons réussi à amasser **plus de 2 000 000 \$**, ce qui représente 97 % de notre objectif. Notre communauté Jack Ride s'est montrée forte à la fois en personne et en mode virtuel, et grâce à ce soutien, nous avons pu recueillir des fonds qui serviront à soutenir directement les jeunes leaders dans le cadre des programmes de Jack.org.

Nos réalisations

100

équipes

1 276

participant.e.s

62 %

d'ancien.ne.s participant.e.s

38 %

de nouveaux.velles participant.e.s

175

jeunes

2 000 000 \$

amassés

Pleins feux sur le commanditaire des maillots jaunes : Bank of America

« Bank of America est un fier commanditaire de Jack Ride depuis sa première édition en 2010. En tant que commanditaires des maillots jaunes, nous tirons beaucoup de fierté du rôle que nous avons joué dans la croissance de l'événement et dans la recherche de solutions à la crise de la santé mentale des jeunes. Après des débuts modestes, Jack Ride est devenu un événement de premier ordre que j'attends avec impatience chaque année. C'est un plaisir de rouler avec mes collègues dans des paysages magnifiques, de voir des visages familiers et de rencontrer de nouvelles personnes. L'année dernière, mes deux filles se sont jointes à moi le jour de l'événement pour faire du bénévolat à l'aire de repos Bank of America. C'était formidable de pouvoir partager l'expérience de Jack Ride avec elles. Le maillot jaune est un emblème du Tour de France; il est porté par le coureur en tête du classement général. J'y vois un lien avec la façon dont Jack.org ouvre la voie au changement et à l'amélioration de la santé mentale des jeunes au Canada. Quiconque se présente, fait des dons ou commande Jack.org fait également preuve de leadership et de dévouement pour une cause qui nous concerne tous et toutes. On se voit à l'édition 2023 de Jack Ride! »

— **Gaylen Duncan**, Responsable national de l'exploitation à Bank of America

Pleins feux sur les participant.e.s à Jack Ride : L'équipe Bridget

Depuis 2018, l'équipe Bridget participe à Jack Ride pour soutenir le travail essentiel de Jack.org en matière de promotion de la santé mentale des jeunes. Cette année, 41 de ses membres ont participé à l'événement au Canada et aux États-Unis et ont amassé la somme incroyable de 43 491,60 \$ pour Jack.org.

« Jack Ride a été un voyage de guérison pour moi et un moyen de rester en contact avec les proches de Bridget en envoyant quelque chose de positif dans le monde. En participant à Jack Ride, mes coéquipier.ère.s et moi pouvons perpétuer l'héritage de Bridget, à savoir aimer, diriger et inspirer les gens, et créer un monde meilleur où personne ne souffre en silence. »

— **Barb Brophay**, qui a participé à cinq reprises à Jack Ride et qui est capitaine de l'équipe Bridget





Frissons

L'événement [Frissons](#) est une baignade polaire épique organisée par Jack.org et Surf the Greats. Cette année, nous sommes passés en mode virtuel après avoir pris la décision déchirante en 2020 de reporter l'événement en raison de la pandémie. Le format virtuel n'est pas idéal, mais se rassembler de façon responsable demeurerait notre priorité numéro un.

L'événement a ainsi permis de regrouper une communauté de passionné.e.s qui ont bravé le froid afin d'amasser des fonds pour la santé mentale des jeunes. Et comme toujours, Frissons allait bien au-delà du simple plongeur en eaux froides. En effet, nous proposons aussi en parallèle des classes de yoga virtuelles, des défis de méditation, des ateliers consacrés aux techniques de respiration, des concours et des prix, et plus encore!

Nous avons ainsi pu récolter la formidable somme de **67 624 \$** au profit de la cause. L'équipe de Frissons remercie l'ensemble des participant.e.s, des donateur.trice.s et des parrains et marraines d'avoir ainsi aidé nos jeunes leaders à ouvrir la voie à un meilleur soutien et à une meilleure éducation en santé mentale.



Nos réalisations

37

équipes nous ont rejoints de

65

villes

198

courageux.ses participant.e.s

Tou.te.s

les participant.e.s ont pris part à Frissons pour soutenir la santé mentale des jeunes

Tou.te.s

ont déclaré avoir l'intention de participer à l'édition 2022 de l'événement

67 624 \$

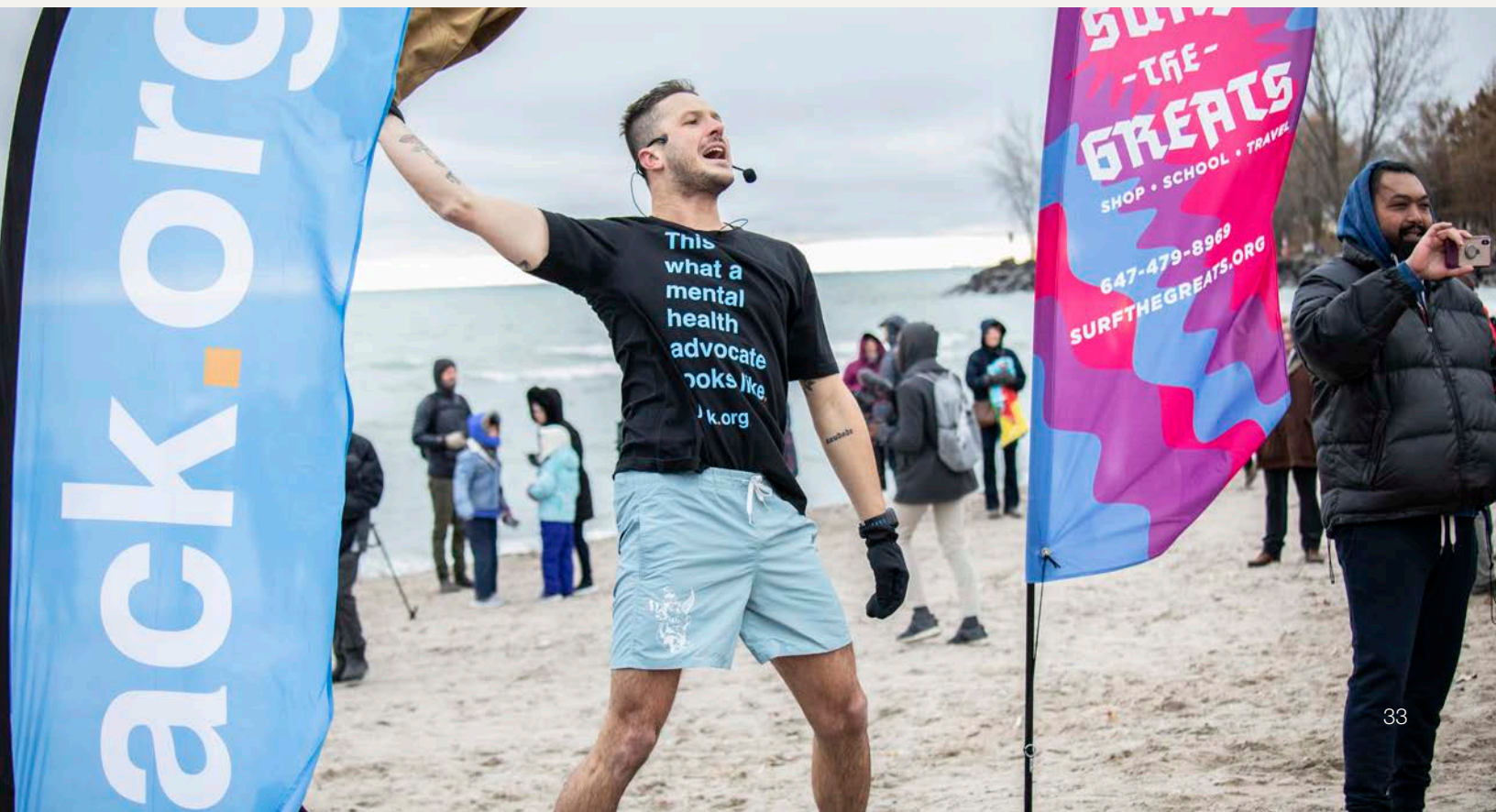
ont été amassés pour améliorer la santé mentale des jeunes au Canada

Pleins feux sur les partenaires : Sautons dans l'eau au nom de la santé mentale des jeunes

Frissons est possible grâce à notre partenariat avec les merveilleuses personnes de Surf the Greats. Voici pourquoi ils ont choisi de s'associer à nous pour faire la différence :

« Frissons est le projet le plus significatif sur lequel j'ai travaillé depuis que j'ai commencé Surf the Greats. Je vis avec la dépression depuis 29 ans et j'aurais aimé qu'il y ait une organisation comme Jack.org lorsque j'ai été diagnostiqué. Le travail accompli par Jack.org pour révolutionner la santé mentale des jeunes au Canada est inspirant et nous sommes honorés d'avoir eu un impact positif grâce à notre partenariat continu avec Frissons. Année après année, de plus en plus de personnes s'engagent à sauter dans les eaux glaciales du Canada au nom de la santé mentale des jeunes. L'événement est l'une des parties les plus excitantes de mon travail, et je sais que nos employés et nos communautés sont tout aussi enthousiastes que moi à l'idée de faire une différence. Nous nous réjouissons d'un autre événement réussi cette année et nous continuerons à travailler pour faire évoluer l'événement et faire en sorte que chaque jeune adulte canadien ait accès à l'aide dont il a besoin. »

– **Antonio Lennert**, président-directeur général et propriétaire de Surf the Greats





Bailleurs de fonds institutionnels

Les financeurs institutionnels rendent possible le travail que nous effectuons tout au long de l'année. Leur soutien fidèle aux programmes de Jack.org au cours des années a fait en sorte que Jack.org puisse continuer à évoluer parallèlement au réseau de jeunes en constante expansion et s'adapter pour répondre à leurs besoins distincts. Nous sommes reconnaissants pour notre collaboration continue avec ces organisations qui nous permettent d'avoir un impact dans les communautés à travers le pays.

Pleins feux sur les bailleurs de fonds institutionnels

Le soutien de la **Slaight Family Foundation** nous a permis de croître considérablement au cours de nos sept années de partenariat. Plus récemment, grâce à son soutien, nous sommes parvenu.e.s à composer avec les répercussions de la pandémie de COVID-19, en veillant à ce que les jeunes du Canada reçoivent des outils et des renseignements essentiels en santé mentale au moment où ils.elles en ont le plus besoin. Par l'entremise de ses dons, la Slaight Family Foundation nous a fourni les ressources dont nous avons besoin pour garantir la transition numérique de nos programmes, conformément aux restrictions liées à la pandémie. Dans le cadre de leur investissement de 30 millions de dollars dans les services de santé mentale pour les jeunes partout au Canada, leur générosité nous a permis de continuer à moderniser nos programmes de base afin qu'ils restent en phase avec l'évolution des besoins des jeunes. Jack.org est très fier de s'associer à la Slaight Family Foundation pour habiliter la prochaine génération de jeunes leaders en santé mentale.

Objectif avenir RBC est un partenaire incroyable qui soutient le programme des Sommets Jack depuis 2014. Notre collaboration s'étant intensifiée au fil du temps, il est désormais également un bailleur de fonds des programmes des Présentations Jack et Être là. Notre partenariat avec Objectif avenir RBC a contribué à faire de Jack.org l'organisme de bienfaisance que nous sommes aujourd'hui. Avec son aide, nous avons offert des notions de base en santé mentale à des centaines de milliers de jeunes et, cette année, nous avons franchi le cap du million de personnes touchées par notre programme Être là depuis son lancement en 2019. De plus, Objectif avenir RBC fait constamment la promotion de notre travail dans la communauté, nous met en contact avec d'autres acteurs qui peuvent nous aider à accroître notre influence et créer des plateformes pour que nous puissions présenter notre travail à de nouveaux jeunes. Nous sommes très reconnaissant.e.s à Objectif avenir RBC de son soutien vital et continu.

Agent.e.s de changement dans la communauté

Le succès des événements et des programmes de Jack.org ne serait pas possible sans les personnes spéciales qui s'investissent dans la collecte de fonds et le bénévolat.

Nous ne saurions trop insister sur l'importance que revêt pour nous leur engagement à l'égard de cette cause. C'est grâce à leur soutien que nous avons pu continuer à adapter et à développer les programmes et initiatives de Jack.org afin de continuer à changer les choses au cours d'une année de transition ininterrompue pour les jeunes.

Des burgers pour Clive

Clive Spencer Weston était gentil, attentionné, drôle et réfléchi. C'était un bon ami et un joueur de jeux vidéo passionné. Il faisait ce qui était juste et vivait selon des valeurs solides. Ses proches ont été choqués lorsqu'il s'est suicidé le 5 mars 2020 à l'âge de 15 ans.

Avec un total de 176 dons, la communauté de Clive a amassé un peu plus de **30 000 \$** en sa mémoire. Chaque don sert à la mise en œuvre d'un programme et d'une formation incroyables visant à créer de puissants jeunes militant.e.s pour la santé mentale.

La course à quatre pattes

Tout comme la pandémie, la [course à quatre pattes](#) est quelque chose dont personne n'avait entendu parler auparavant. L'entraîneur Brian Balogh a organisé une course à quatre pattes visant à recueillir des fonds pour promouvoir la santé mentale par l'activité physique. Il a réussi à amasser **7 785 \$**.

Brian s'est surpassé cette année en tentant de faire le semi-marathon le plus rapide à quatre pattes!



« Personne n'est étonné d'apprendre qu'un grand nombre de jeunes ont connu des problèmes de santé mentale pendant la pandémie. Il est crucial d'investir dans la santé mentale des jeunes, surtout en ce moment. En devenant membre bénévole du conseil d'administration de Jack.org et en faisant un don mensuel, je passe de la parole aux actes et m'engage à soutenir la santé mentale des jeunes grâce à mes compétences et à mes ressources. S'il est difficile de décider où investir son argent durement gagné, j'ai confiance en l'utilisation que Jack.org fera de mon don.

Il en faut peu pour créer un effet important. Il suffit de visionner ou de partager du contenu de Jack.org ou de faire un petit don mensuel pour permettre aux renseignements et aux messages essentiels d'être entendus par un nombre croissant de jeunes. C'est ainsi que nous pouvons tous et toutes contribuer à changer la vie des jeunes. Les programmes de Jack.org peuvent aider les jeunes à se sentir en sécurité, à être en mesure d'obtenir des soins et de soutenir un.e ami.e dans le besoin. Après avoir entendu les témoignages du réseau de Jack.org, il n'en faut pas beaucoup pour être convaincu.e.s de la valeur de notre temps ou de nos dons. »

— **Khush Amaria**, membre du conseil d'administration de Jack.org et donatrice mensuelle

Pleins feux sur les bénévoles : Soutenir le changement à chaque étape du processus

Le travail essentiel de Jack.org ne serait pas possible sans les efforts inlassables de nos bénévoles et de nos partisan.e.s. Que ces personnes donnent de leur temps, de leur expertise ou de leurs ressources, leurs contributions soutiennent un réseau de plus de 3 000 jeunes qui changent les choses dans leur communauté tout au long de l'année. Voici ce qu'elles avaient à dire sur les raisons pour lesquelles elles ont décidé d'appuyer Jack.org :

« Je suis devenu un partisan de Jack.org par l'intermédiaire de mon épouse, qui a été une bénévole de la première heure et une défenseure de l'organisme. La cause a trouvé un écho et j'ai voulu la soutenir du mieux que j'ai pu, c'est pourquoi je suis devenu un donateur mensuel. »

— **Craig Herringshaw**, donateur mensuel

Témoignages *Jack Originals*

Le pouvoir d'un témoignage peut nous amener à changer notre façon de penser, ce que nous croyons et notre façon d'agir. Cette année, nous avons continué à exploiter le pouvoir des témoignages personnels pour faire la lumière sur les maladies mentales moins connues, les expériences de bien-être mental et les soins communautaires.

Nous tenons à remercier les personnes courageuses qui se sont ouvertes à nous et au monde entier afin de favoriser la compréhension, la compassion et le changement durable.

La série *Jack Originals* est un projet créatif multidisciplinaire qui présente un contenu intéressant, accessible et informatif sur la santé mentale. Elle se concentre sur les histoires de personnes qui sont souvent oubliées ou stigmatisées. En partageant ces histoires, nous nous efforçons d'apporter aux gens les connaissances qui leur permettront de reconnaître les signes de difficulté, de prendre soin d'eux et des autres, et de militer pour le changement.

En novembre 2021, nous avons lancé le quatrième épisode de la série Jack Originals, qui porte sur la science de la dépendance et sur la façon dont elle reste une maladie particulièrement stigmatisée. Dans une vidéo explicative, un balado et un documentaire bouleversant, nous avons tenté de révéler les structures et les systèmes qui peuvent favoriser ou empêcher la guérison et le rétablissement, ainsi que les efforts déployés pour mieux soutenir les personnes aux prises avec une dépendance.

Regardez l'émouvant épisode documentaire de [Champ libre sur Corey MacGregor](#), un père aimant, un meilleur ami, un partenaire, un grand frère et un fils, qui a perdu la vie à cause d'une dépendance, au début de l'année 2021. Cet événement a poussé sa famille à imaginer un dénouement différent si Corey avait pu demander de l'aide plus tôt et recevoir les soins nécessaires sans jugement.



untold.

Prix Anthem

En février, nous avons appris que nous avons remporté plusieurs [prix Anthem 2022](#), qui célèbrent le travail porté par la vision des organismes du monde entier. Avec près de 2 300 soumissions provenant de 36 pays et 10 000 votes de l'académie des prix Anthem, nous avons été très honoré.e.s d'être reconnu.e.s pour nos réalisations suivantes :

Campagne Level-Up d'Être là

- [Santé – Meilleur soutien d'influenceur.se](#)

Jack Ride 2021

- [Health – Community Engagement and Outreach](#)
- [Santé – Collecte de fonds](#)

Sommet Jack national Soudé.e.s

- [Santé – Engagement communautaire](#)

Série de documentaires sur la santé mentale Champ libre

- [Éducation, art et culture – Sensibilisation](#)
- [Diversité, équité et inclusion – Sensibilisation](#)

Merci à toute l'équipe des prix Anthem, à l'équipe de Jack.org, à notre réseau de plus de 3 000 braves militant.e.s pour la santé mentale des jeunes, ainsi qu'à nos incroyables partisan.e.s qui nous ont permis de raconter ces histoires.



États financiers vérifiés

Au cours des dernières années, la santé mentale des jeunes a été mise à l'épreuve comme jamais auparavant. Mais notre communauté était là pour elles et eux. Elle leur a donné l'espace pour discuter davantage des défis rencontrés, a ciblé les systèmes qui doivent être changés et a soutenu financièrement le travail essentiel que mène Jack.org. Même en période d'incertitude, nos formidables partisan.e.s comprennent manifestement la nécessité de soutenir la santé mentale et ils.elles sont résolu.e.s à agir. Pour ne citer qu'un exemple, l'événement Jack Ride affichait complet cette année et ses 1 000 participant.e.s nous ont permis d'amasser plus de deux millions de dollars. Notre communauté nous inspire une grande fierté.

Grâce au généreux soutien de cette dernière, notre vigoureuse équipe compte maintenant 88 membres qui unissent leurs efforts pour soutenir un réseau de plus de 3 000 jeunes qui changent les choses dans leur milieu toute l'année durant. Et nous continuerons d'investir les fonds des donateur.trice.s afin de toucher plus de jeunes encore et d'amplifier la portée de nos programmes.

[Consulter nos états financiers vérifiés](#)

Grandir avec nous

La santé mentale des jeunes est un sujet populaire en ce moment. Voici comment vous pouvez aider et en savoir plus sur notre travail.

- [Réserver une Présentation Jack](#)
- [Devenir un.e conférencier.ère Jack](#)
- [Se joindre à une Section Jack](#)
- [Découvrir les Sommets Jack](#)
- [Améliorer ses compétences de soutien grâce au Certificat Être là](#)
- [Lire le rapport *La voix des jeunes 2021-2022*](#)
- [Faire un don](#)
- [Rejoindre Jack Ride](#) en personne ou virtuellement
- [Organiser une collecte de fonds](#)
- [S'inscrire à la baignade polaire pour la santé mentale des jeunes](#)
- Nous suivre sur [Instagram](#), [Facebook](#), [TikTok](#), [Twitter](#) et [LinkedIn](#)

Nos bailleurs de fonds

Partenaires de changement



Partenaire principal des Présentations Jack de l'Ontario

Commanditaire principal d'Être là



Partenaire principal du Sommet

Partenaire principal des Sections Jack



Champions



Commanditaire principal de Jack Ride



Partenaires des programmes



Rare Beauty



ARITZIA

The Douglas Utting Foundation

The McDonald Family



Canada



Aimia INC

SEPHORA

Allianz Global Assistance Canada

Leons

Fidelity Investments Canada

Munich Re Insurance Company of Canada

Max Wright Real Estate





Kurdyak Family Foundation

Scott Griffin Foundation



Neil and Leanne Petroff Foundation

The Bickle-Wilder Foundation

Alison Fisher Fund



Dawn Tattle Family Foundation

Conam Charitable Foundation

The Graham Burton Foundation

The Midloch Foundation

Willis Family Fund

GH Wood Charitable Fund

Torrie Family Foundation

Commanditaires des événements



The Biking Lawyer



**Jack.org est la
seule organisation
caritative
canadienne
qui forme de
jeunes leaders
pour qu'ils.elles
révolutionnent la
santé mentale.**

Numéro d'enregistrement
d'organisme de bienfaisance (NE) :
84852 1837 RR0001