

Rapport d'activités

Fondation Jeunes en Tête — 2024

FONDATION
JEUNES
EN TÊTE





01. Qui sommes-nous

Mot des présidents

Les études les plus récentes démontrent que les jeunes sont plus susceptibles de ressentir des niveaux élevés d'anxiété et de dépression que les Canadiens plus âgés.

Le temps passé sur les écrans, les changements climatiques et les enjeux sociaux sont autant d'éléments ayant des impacts négatifs sur leur santé mentale. Malgré des avancées certaines, le suicide demeure aujourd'hui l'une des principales causes de décès chez les jeunes au Canada.

Pour contrer ces tendances, la Fondation Jeunes en Tête joue un rôle crucial de sensibilisation des adolescents du Québec.

Bien que le traitement soit essentiel, nous savons à quel point la prévention est un élément clé, efficace et économique en matière de santé mentale. Elle réduit considérablement les coûts sociaux et humains des problèmes non résolus. Des experts soulignent que les jeunes ayant une meilleure compréhension de la santé mentale sont plus susceptibles de demander de l'aide. Leur entourage serait aussi mieux préparé à reconnaître des enjeux de santé mentale et les orienter vers l'aide appropriée.

Depuis 25 ans, la Fondation Jeunes en Tête a fait ses preuves. C'est maintenant notre objectif d'élargir l'accès à ces services de prévention pour rejoindre tous les jeunes de la province.

Pour réaliser nos plus grandes ambitions, nous avons inauguré cette année, un bureau permanent dans la ville de Québec. Par le déploiement de cette équipe, la Fondation prend part à la communauté et s'assure d'avoir un impact durable dans la Capitale-Nationale et l'Est-du-Québec.

Nous tenons à remercier les écoles, les parents et l'entourage de nous faire confiance. Un énorme merci au personnel scolaire de nous accueillir à bras ouverts dans leurs classes et d'utiliser nos outils au quotidien.

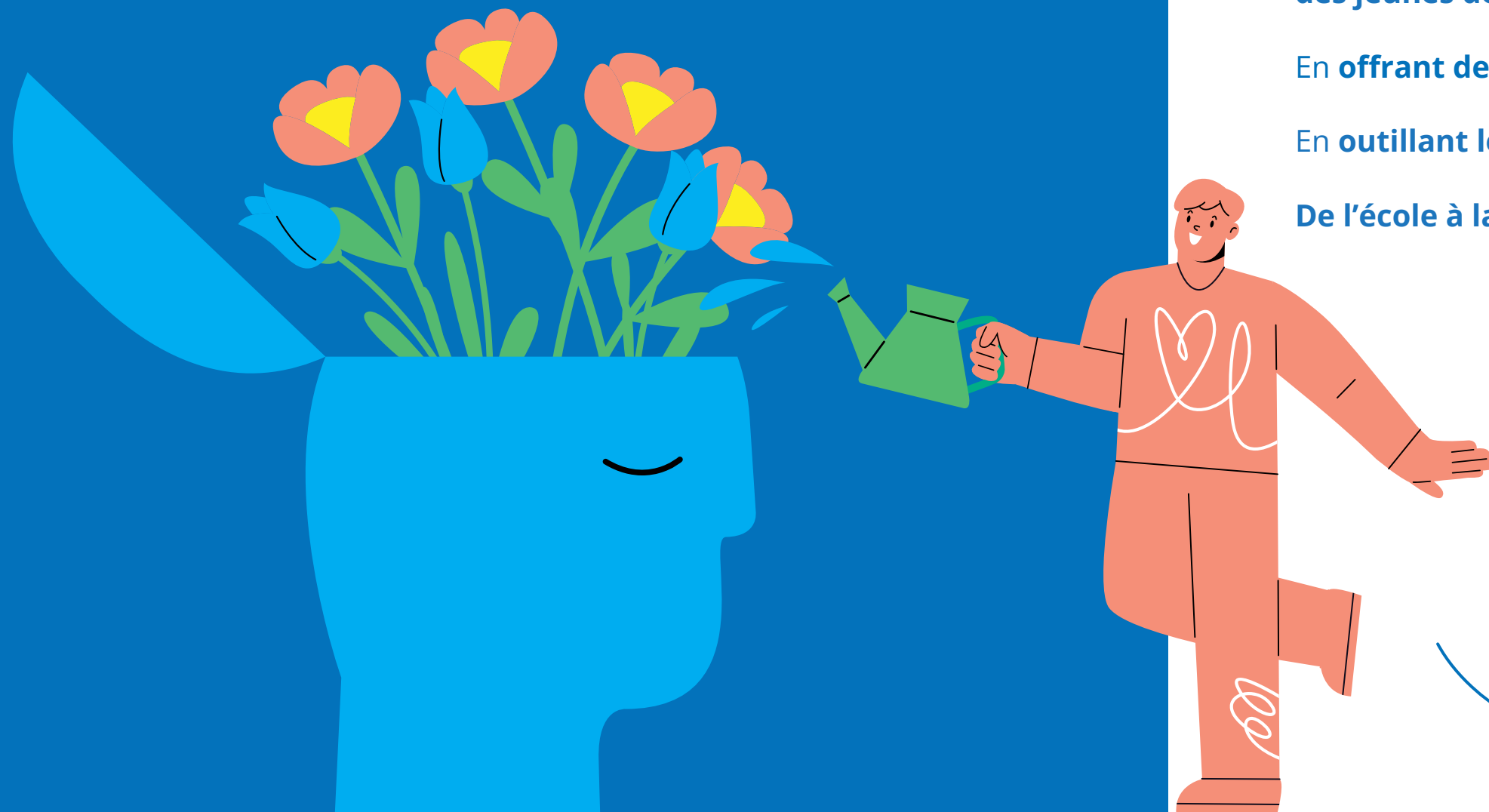
En terminant, rien de cela ne serait possible sans l'appui de nos précieux partenaires et donateurs. Au nom de notre équipe et des jeunes, pour qui notre travail fait une différence, merci.

Bonne lecture,

Mélanie Boucher
Présidente-directrice générale

Éric Bujold
Président du conseil d'administration

02. La FJET *en bref*



Notre mission

Depuis un quart de siècle, la Fondation Jeunes en Tête fait partie de la vie de vos adolescents.

Allant à leur rencontre dans leur classe, outillant le personnel scolaire et offrant des outils pour soutenir l'entourage, Jeunes en Tête s'impose comme une référence en matière de prévention pour promouvoir une santé mentale positive.

La Fondation Jeunes en Tête aide à **prévenir la détresse psychologique des jeunes de 11 à 18 ans** partout au Québec :

En **offrant des ateliers sans frais** dans les écoles secondaires

En **outillant les parents et le personnel scolaire** des ados

De l'école à la maison en passant par leurs activités parascolaires

03. La FJET en chiffres



2,2 M \$

investis pour la santé mentale des ados



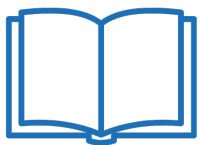
55 299

ados rencontrés



270 000

personnes ont consulté nos outils en ligne



300

contenus disponibles sur une foule de sujets

Témoignage de Martine

« Comme animatrice, c'est un privilège de voir l'étincelle dans les yeux d'un jeune pendant un atelier. Quand j'étais en secondaire 4, j'ai moi-même reçu la Fondation dans ma classe. Ça m'a fait un bien immense. Je me sens fière d'avoir l'opportunité de faire une différence à mon tour. »

Martine, employée de la
Fondation Jeunes en Tête





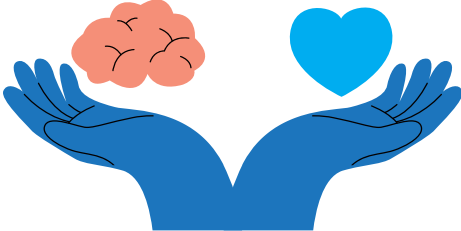
Notre équipe

Jeunes en Tête, c'est d'abord et avant tout des humains passionnés par un projet collectif, celui d'aider les adultes de demain à s'épanouir pleinement.

- 34 personnes dans l'équipe permanente
- 18 personnes terrain qui vont à la rencontre des ados
- 60+ bénévoles dédiés à la cause

Nos valeurs

Ouverture



Audace



Rigueur



Collaboration



04. Notre conseil d'administration

Les précieux membres de notre conseil d'administration donnent de leur temps pour la santé mentale des jeunes. Nous les remercions du fond du cœur de faire confiance à la Fondation Jeunes en Tête.

Comité exécutif

Éric Bujold
Président du conseil
Chef des relations clients
Banque Nationale du Canada

Luc Bachand
Vice-Président du conseil
Administrateur de sociétés

Donald Bastien
Administrateur de sociétés

Jean-François Chalifoux
Président et chef de la direction
Beneva

Geneviève Deschamps **
Vice-présidente exécutive aux finances et technologies
Port de Montréal

Nathalie Gagnon
Associée, avocate
BCF Avocats d'affaires

Stéphane Lavigne **
Vice-président principal
et chef de la direction financière
GDI

Jean-Sébastien Monty
Associé principal, président
Collectif Humanise

Patrick Palerme
Directeur général – Amérique du Nord
Global Change Leaders

Administrateurs

Réal Bellemare
Premier vice-président exécutif
et chef de l'exploitation
Mouvement Desjardins

Sonia Boisvert
Associée, Certification, et Chef,
Ressources humaines
PWC

Geneviève Brouillard
Première vice-présidente, Québec
et Est de l'Ontario
Banque Scotia

Caroline Bourdon *
Vice-présidente Administration
Chef de la direction financière
Gestion Paul Gaulin Inc. PG Immobilier S.E.C. et PG Aviation S.E.C.

Marjolaine Hudon
Présidente, Direction du Québec,
RBC Banque Royale

Catherine Bureau-Lavallée
Représentante de Let's Bond
Directrice principale, Alignement
stratégique
Gestion de patrimoine Desjardins

Marie-France Gagnon **
Avocate, droit des affaires

Simon Gauthier
Avocat associé,
Dentons Canada S.E.N.C.R.L.

Jean Mongeau
Coach professionnel
Double Impact Coaching

Sophie Ouellet
Vice-présidente, développement
des affaires, Garanties collectives
Sun Life

Nadine Renaud Tinker *
Cheffe nationale,
RBC Royal Bank

Isabelle Richard *
Directrice des affaires juridiques
Lune Rouge

Érik Ryan **
Vice-président directeur marketing,
stratégie et relations extérieures
AtkinsRéalis

Oona Stock *
Cheffe du coaching exécutif
KPMG

Membres d'office

Paul Gaulin
Président
*Gestion Paul Gaulin Inc.,
PG Immobilier S.E.C. et PG Aviation S.E.C.*

Dr Yves Lamontagne
Psychiatre et fondateur
Fondation des maladies mentales

**Membre du conseil d'administration ayant quitté
durant l'année 2024. Nous les remercions de leur
engagement et leur impact pour la jeunesse !*

***Représentants de ces entreprises durant cette période*



05. Comité d'expertise

La Fondation Jeunes en Tête a relancé son comité d'expertise pour tisser des liens avec les communautés scientifiques, universitaires, scolaires et communautaires.

Il a pour mandat de décortiquer nos pratiques et les thèmes explorés afin de proposer des recommandations selon les données probantes. Sous forme itérative, ce comité évolue avec les priorités de la Fondation.



Marie-Pierre Gagnon-Girouard

Professeure à l'Université du Québec à Trois-Rivières et titulaire d'un groupe de recherche en image corporelle.

Morgane Gabet

Professeure adjointe à l'École de santé publique de l'Université de Montréal - Expertise avec l'organisation des soins en santé mentale.

Rodney Knight

Professeur à l'Université de Montréal - Expertise de la santé chez les jeunes avec concentration sur la santé sexuelle, la consommation de substances et la santé mentale.

Caroline Bolduc

Travailleuse sociale - Expertise dans l'accompagnement des jeunes et des familles, et chroniqueuse à Radio-Canada.

Myriam Robitaille

Consultante privée qui offre des services et de l'accompagnement en santé mentale pour les entreprises.

Giovanni Arcuri

Chargé de cours à l'Université McGill et fondateur de la clinique en santé mentale Vivago - Expertise en inclusion pour les populations vulnérables.

Alexie Kim

Étudiante doctorante en santé publique - Expertise auprès des organismes communautaires en santé mentale.

L'adolescence un point tournant

L'adolescence est une période de grands changements, de mille découvertes, mais aussi de vulnérabilité. L'entrée au secondaire s'accompagne d'une multitude d'émotions.

À l'échelle planétaire, le stress et l'anxiété sont en hausse chez les jeunes, et le Québec n'y échappe pas. Les causes sont complexes et multiples. Croissance physique, développement cognitif et psychologique, une multitude de choses se passent! Ce à quoi viennent s'ajouter une quête d'identité personnelle, le début d'une vie amoureuse, un climat social anxiogène et le temps dédié aux réseaux sociaux qui donnent une image souvent déformée de la réalité.

1 jeune sur 3 présente des symptômes modérés à sévères d'anxiété et de dépression

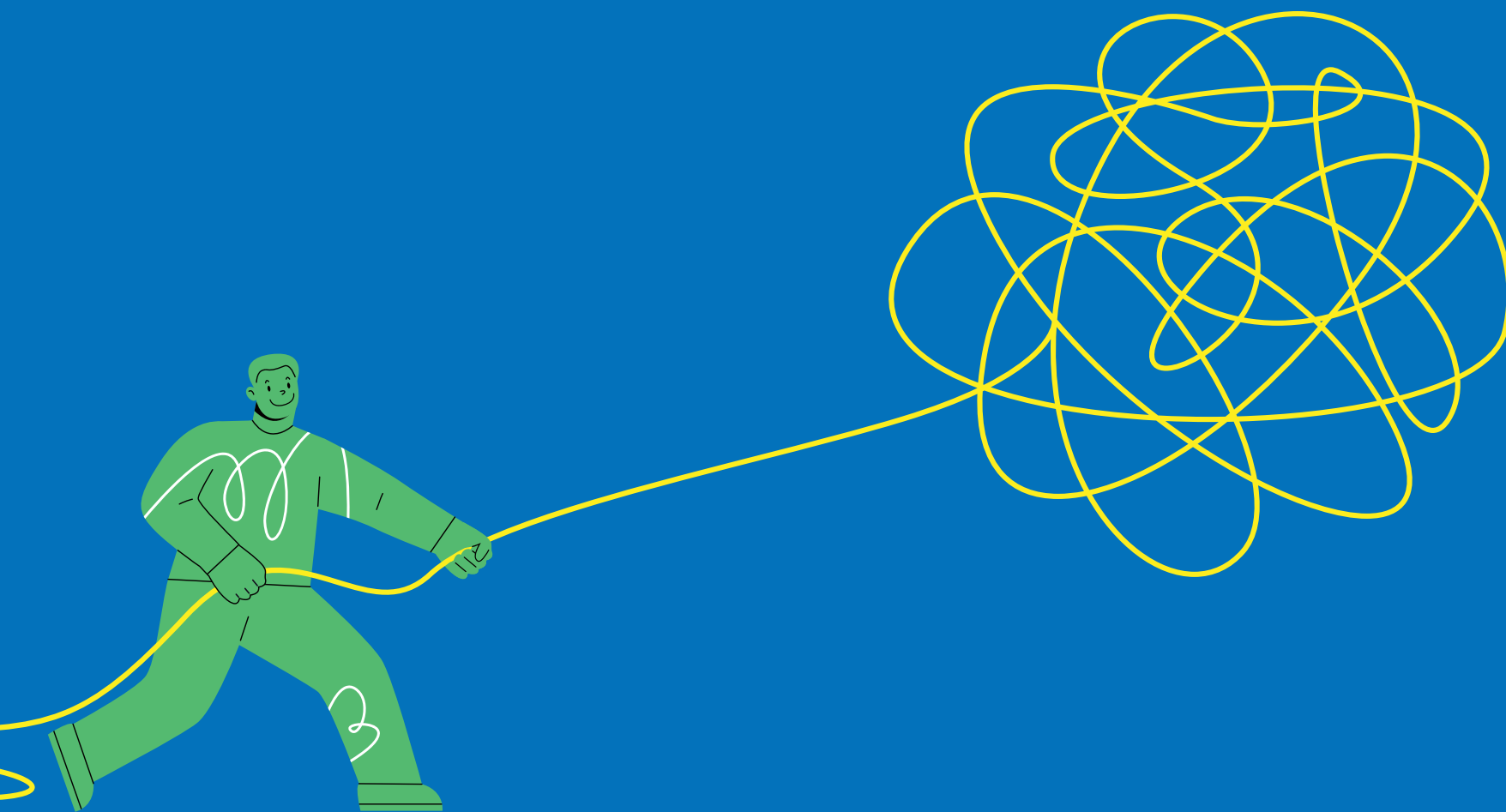
La **moitié** des problèmes de santé mentale se déclarent **avant l'âge de 14 ans**

Pas juste une crise d'ado

Une étude récente de la Dre Mélissa Généreux suggère que chez 10 jeunes au secondaire, 6 présentent peu d'enjeux relatifs à l'anxiété ou à la dépression, alors que 4 vivent avec un cumul de symptômes d'anxiété et/ou de dépression compatibles avec un trouble de santé mental pouvant miner leur qualité de vie.

C'est ici que la Fondation Jeunes en Tête entre en jeu

Des bancs d'école à la maison, on permet d'aiguiller les adultes de demain. On leur donne des trucs et des conseils simples et concrets pour garder le cap dans un moment clé de leur vie.



Comme parent, agir en prévention est important.

Comme société aussi.

La prévention en santé mentale est une clé déterminante pour le bien-être global des jeunes. Plus tôt ils sont sensibilisés, plus ils développent leur capacité à agir sur leur santé mentale.

L'inaction en santé mentale coûterait **18 milliards de dollars par an au Québec.**

La prévention permettrait de **réduire de 25 %** les dépenses publiques en santé mentale.

06. Présents pour les ados, de l'école à la maison

Nos deux ateliers de sensibilisation en santé mentale clé en mains sont offerts sans frais aux adolescents. Depuis plus de 25 ans, l'équipe de la Fondation va à leur rencontre dans les écoles secondaires aux quatre coins du Québec.

L'atelier La Base pour la santé mentale

Offert aux élèves du 1er et 2e secondaire, il a pour objectif d'offrir aux ados les clés d'une santé mentale positive.

Grâce à ces outils, les jeunes peuvent :

- Réduire les risques d'apparition de symptômes de la détresse psychologique
- Accueillir et réguler l'anxiété
- Développer leurs capacités à faire de l'introspection
- Entretenir de bonnes relations avec les autres
- Apprendre à entretenir une bonne santé mentale au quotidien

L'atelier Solidaires pour la santé mentale

Cet atelier permet aux jeunes de 3^e, 4^e et 5^e secondaire de démystifier la détresse psychologique et de mieux la comprendre pour savoir comment réagir si celle-ci se manifeste.

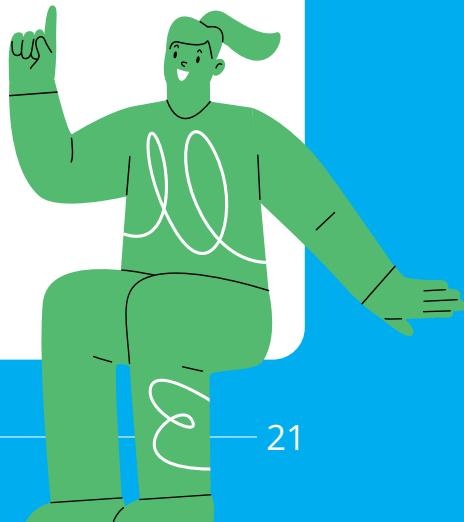
Grâce à ces outils, les jeunes peuvent :

- Reconnaître les signes et symptômes d'une dépression
- Solliciter rapidement les ressources disponibles autour de soi
- Apprendre à agir face à la détresse de leurs amis



En chiffres

- 230 écoles
- 110 villes visitées dans 15 régions administratives
- 131 200 km parcourus par nos équipes terrain
- 2 207 ateliers
- 55 299 ados rencontrés
- 2 310 adultes





À 19 ans, j'ai déjà vécu deux dépressions.

« Quand l'équipe d'animation de la Fondation Jeunes en Tête est venue dans mon école donner un atelier, ça m'a tout de suite interpellé. J'ai enfin compris comment raconter mon histoire, et elle a maintenant été entendue par des milliers de personnes. »

Lou-Raphaël

07. Accompagner les ados en dehors des murs de l'école

370 000 personnes ont utilisé nos ressources en 2024.

Plus de 300 outils en ligne pour aider les ados, leur entourage et le personnel scolaire.

- Estime de soi
- Stress et anxiété
- Image corporelle
- Relations et vie sociale



Du contenu adapté en continu

Les écrans et les médias sociaux : petit guide vers une gestion saine du numérique

En collaboration avec le Centre pour l'intelligence émotionnelle en ligne (CIEL), un nouvel outil est disponible pour aider les parents à travers une gestion saine des écrans et des médias sociaux.

L'image corporelle : des astuces pour aider ses élèves

Un tout nouveau contenu pour promouvoir une image corporelle positive développé avec une équipe de recherche sur les Attitudes et Perceptions liées à l'Image corporelle (APIC) de l'Université du Québec à Trois-Rivières est maintenant disponible.

L'autonomie alimentaire et la santé mentale

Pour une troisième année, l'initiative des « Trousseaux culinaires » par La Tablee des Chefs a offert à plus de 6 000 jeunes, un kit d'outils pour la cuisine afin de développer une autonomie alimentaire. La Fondation s'est jointe à l'initiative en offrant des outils de sensibilisation à une santé mentale positive.

Nos outils dans les agendas scolaires

Grâce à la collaboration avec Laurentien, qui est spécialisée dans la production d'agendas scolaires, près de 8 000 élèves du secondaire ont reçu un agenda rempli d'outils et d'astuces concrets avec Jeunes en Tête pour les accompagner au quotidien.

La trousse écoles simplifiée : accéder à du contenu en un clic

Intégration de nouveaux filtres de recherche pour faciliter la navigation de la trousse écoles et faciliter la consultation pour les ados en un clic rapide vers du contenu adapté dans le format qui leur conviennent : balado, vidéo, fiche résumée, et bien plus.

Tous nos outils sont développés avec des expert·e·s en santé mentale et en éducation.

08. Un nouveau bureau à Québec *pour un plus grand impact auprès des ados*

En 2024, la Fondation Jeunes en Tête a inauguré son tout premier bureau satellite dans la ville de Québec.

L'objectif ?

Prendre part à la communauté et avoir un impact durable dans la Capitale-Nationale et l'Est-du-Québec.

Développer un réseau de partenaires avec les organismes communautaires et les établissements scolaires pour un filet de sécurité fort auprès des ados de ces régions.

Cette nouvelle équipe a pour mandat de développer des liens locaux avec les parties prenantes, les organismes communautaires et les équipes-écoles, en plus d'aller à la rencontre des jeunes dans les écoles secondaires pour offrir les ateliers de sensibilisation phare de la Fondation.



09. Une vision 360

Plus de 20 organismes jeunesse soutenus grâce au Bal du maire de Québec dans la Capitale-Nationale et l'Est-du-Québec. Leurs missions complémentaires à la nôtre assurent d'avoir une vision 360 autour des ados.

Parmi les secteurs d'intervention : le décrochage scolaire, la toxicomanie, la maltraitance, la violence, la santé mentale, la pauvreté et l'exclusion sociale sont quelques-unes des problématiques abordées par ces organismes.

Nos partenaires

Accès Psy, Adaptavie, Au Trait d'Union Québec, Bien avec mon corps, CALACS-Saguenay, Centre de pédiatrie sociale de Québec, Centre Jacques-Cartier, Centre Le S.P.O.T, Centre Multi-services Manuk, CJE-Capitale-Nationale, CJE-Chauveau, Comité Québécois pour les jeunes en difficulté de comportement (CQJDC), Deuil-Jeunesse, Diplôme avant la Médaille (DAM), Entraide Jeunesse Québec, Exeko, Fondation Ancrage Jeunesse, Fondation Maison Dauphine, Gestion Jeunesse, Groupe Action Jeunesse de Charlevoix, Intègr'action jeunesse (CJE-Montmorency), Jeunes musiciens du monde (JMM), Maison Marie-Frédéric, monREPERE.ca, Motivaction Jeunesse, Programme de Réhabilitation Fraser, Pro-Jeune-Est Rimouski-Neigette, Rencontre, Sport'aide, SQUAT Basse-Ville et le Théâtre jeunesse Les Gros Becs.



« Depuis l'âge de 2 ans, j'ai habité dans 18 familles d'accueil. J'ai traversé des épreuves qu'aucun jeune ne devrait affronter. En 2022, après une tentative de suicide, j'ai réalisé qu'il était temps de prendre soin de ma santé mentale. J'ai fait appel à l'aide d'un organisme financé par la Fondation. Depuis, ma vie a basculé pour le mieux. »

Thomas, intervenant psychosocial et conseiller clinique

10. Une visibilité en pleine montée

Dans les médias

L'année a été marquée par une hausse de l'intérêt médiatique pour la santé mentale des jeunes et pour la mission de la Fondation Jeunes en Tête. Grâce à notre travail de sensibilisation et à l'engagement de nos équipes, nous avons bénéficié d'une visibilité accrue dans les médias traditionnels et numériques :

- Près de 40 mentions médiatiques, dont 15 entrevues avec nos porte-paroles
- Plus de 20 couvertures médiatiques dédiées à la Fondation

Une portée estimée à 4,9 millions de personnes rejointes à travers ces apparitions.

Cette reconnaissance médiatique témoigne de la pertinence de notre mission et renforce notre capacité à mobiliser le public autour de la santé mentale des jeunes.



10. Une visibilité en pleine montée (suite)

Sur les réseaux sociaux

Une présence numérique qui rassemble et mobilise.

Cette année, notre offensive sur les médias sociaux a permis de renforcer le lien avec les parents et le personnel scolaire, en leur offrant des outils concrets pour aborder la santé mentale avec les ados au quotidien.

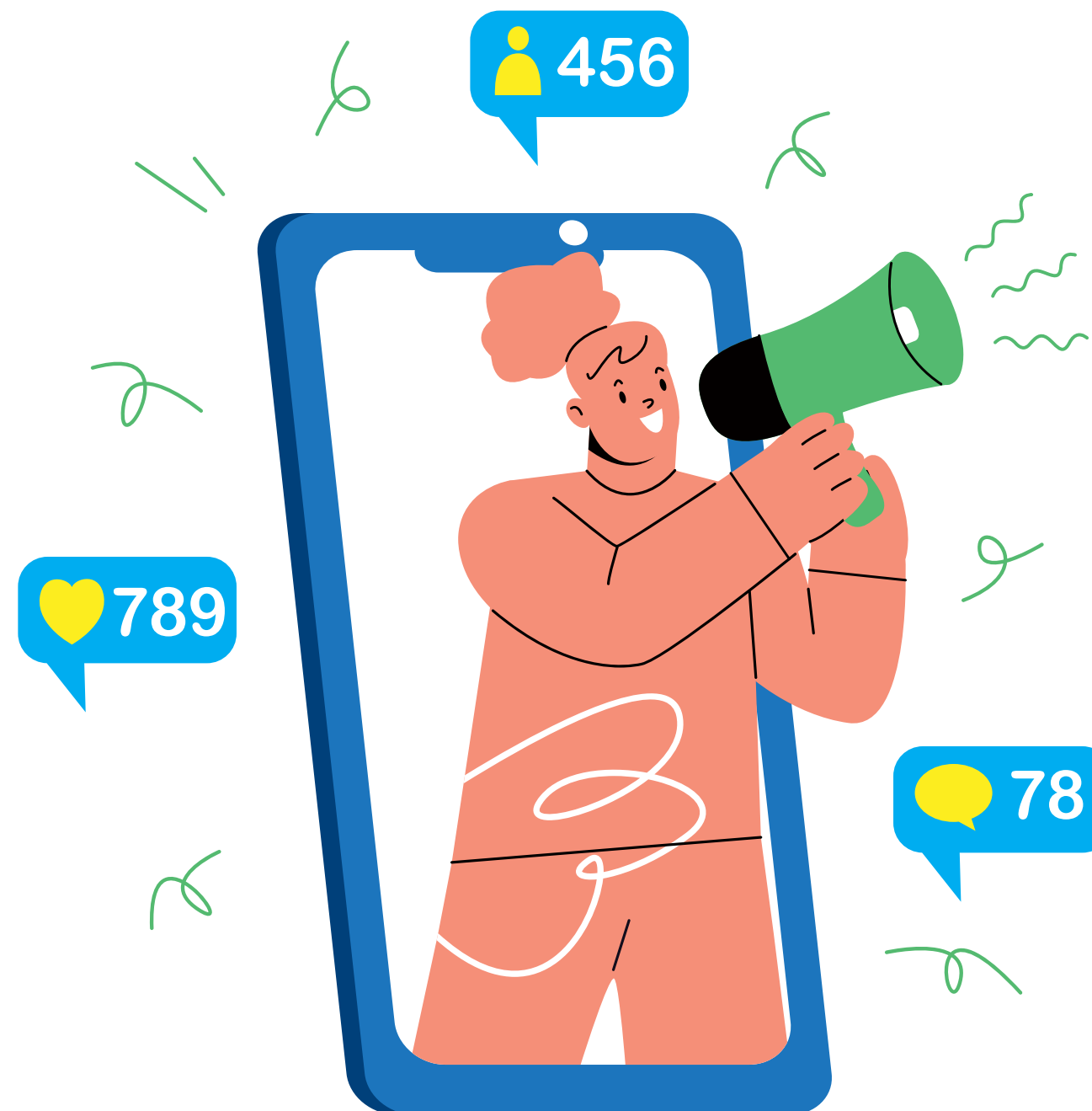
En parallèle, nous avons vu naître et grandir une communauté engagée et dynamique, composée de personnes interpellées par notre mission, qui choisissent de s'impliquer et de soutenir la cause de multiples façons.

La Fondation Jeunes en Tête a redoublé d'efforts pour mettre en lumière le travail de notre équipe terrain ainsi que celui de nos ambassadeurs, véritables porte-voix de la prévention en santé mentale.

Notre contenu en ligne, accessible et vulgarisé, couvre une grande variété de sujets liés au bien-être psychologique. Il est pensé pour outiller notre communauté au quotidien, avec des publications simples, pertinentes et faciles à partager.

Résultats marquants

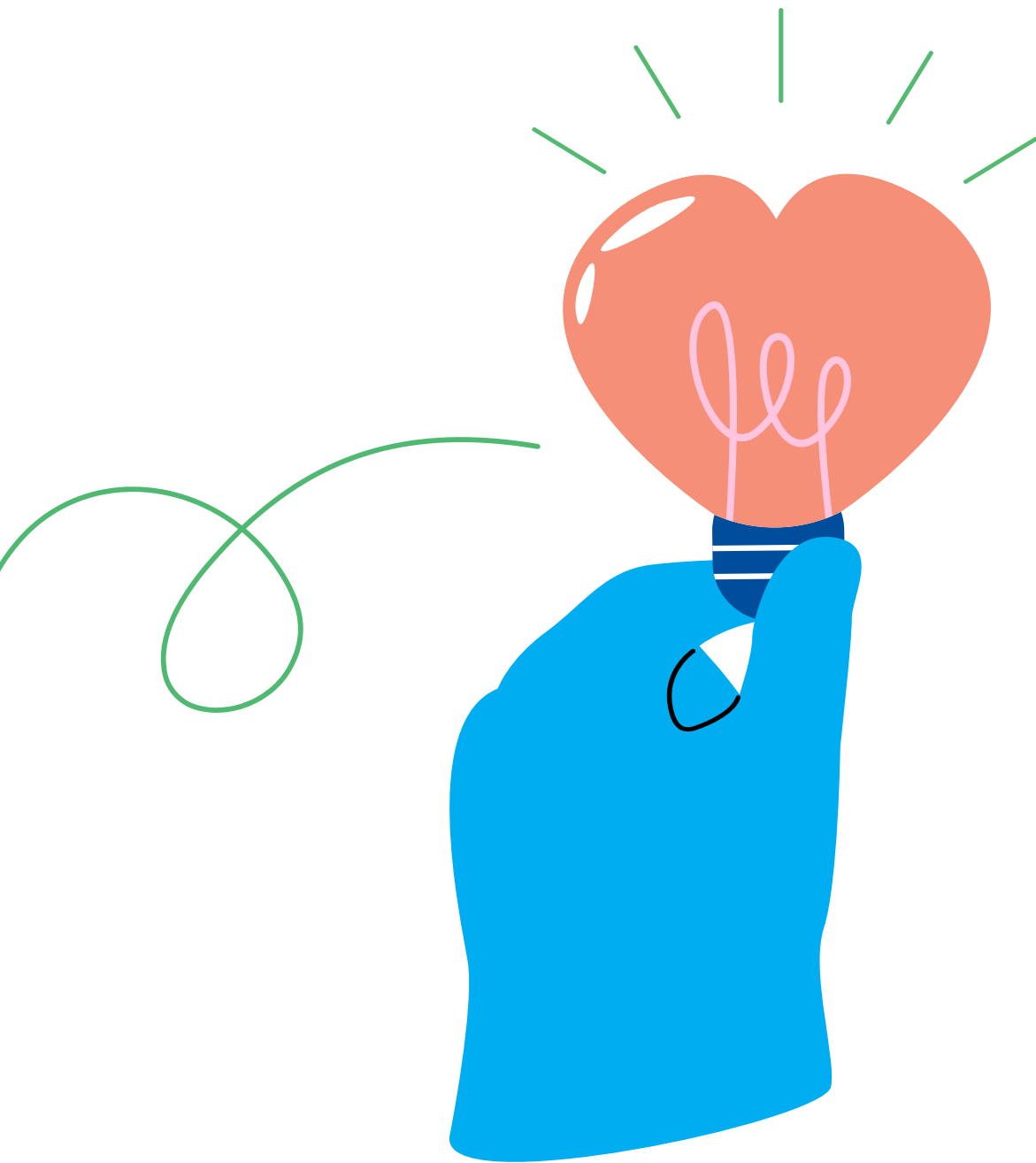
- Une hausse significative de notre visibilité sur LinkedIn, Facebook et Instagram
- Une augmentation marquée des interactions autour de nos publications
- Une croissance de plus de 2 700 nouveaux abonnés en un an, toutes plateformes confondues
- Une communauté qui dépasse désormais les 30 000 abonnés





Nos partenaires et alliés

11. Lumière sur *nos donateurs*



« **C'est en travaillant de concert avec les intervenants terrain que la Banque Scotia bâtit un avenir meilleur.** Le travail de prévention de la dépression chez les adolescents contribue considérablement à une santé mentale positive et à la persévérance scolaire. La mission de la Fondation Jeunes en Tête est inspirante. Elle s'aligne aux valeurs de la Banque Scotia et au champ d'action de l'éducation, de l'initiative ScotiaINSPIRE, pour permettre d'optimiser notre impact positif dans le monde. »

Geneviève Brouillard
Première vice-présidente, Québec et l'Est de l'Ontario,
Banque Scotia



Banque Scotia

« **Beneva a choisi l'anxiété comme orientation philanthropique, un enjeu social qui affecte plus du tiers de la population canadienne.** C'est pourquoi nous sommes si fiers d'être partenaires de la Fondation Jeunes en Tête dans la poursuite de sa mission de prévention des jeunes dans les écoles secondaires du Québec. Comme père de trois garçons, c'est aussi à titre personnel que j'ai le bonheur de m'impliquer dans une cause si importante pour l'avenir. »

Jean-François Chalifoux
Président et chef de la direction, Beneva



beneva

11. Lumière sur *nos donateurs* (suite)

« À la Fondation Desjardins, soutenir les jeunes c’est rendre possibles des initiatives qui permettent à chacun de ceux-ci de développer leur plein potentiel. Investir pour la santé mentale des adolescents est l’une des pierres angulaires de leur persévérance scolaire et de leur bien-être. Nous sommes heureux de soutenir la Fondation Jeunes en Tête dans la poursuite de cette mission.

Nancy Lee
Directrice générale, Fondation Desjardins



« Forte de sa tradition d’engagement depuis sa création, METRO a à cœur de contribuer au mieux-être des collectivités et de générer des retombées durables. Le travail de la Fondation Jeunes en Tête auprès des adolescents et adolescentes répond à sa volonté de donner des moyens aux membres des communautés qu’elle dessert de vivre sainement. »

Marie-Claude Bacon
Vice-présidente, affaires publiques et communications, Metro



« De concert avec nos partenaires, nos engagements philanthropiques visent une qualité de vie pérenne, pour le Québec et ses régions. Fidèle partenaire de la Fondation Jeunes en Tête depuis 2001, Rio Tinto croit fermement en l’importance de soutenir l’éducation et les programmes de persévérance scolaire pour réduire le décrochage et offrir un avenir prometteur à nos jeunes. Nous sommes fiers de nous associer à des organismes comme le vôtre qui démontrent des avantages clairs pour les communautés. »

Claudine Gagnon
Directrice générale, Communautés et performances sociales, Rio Tinto



« À la Sun Life, nous croyons fermement au pouvoir des partenariats philanthropiques pour transformer positivement la vie des jeunes et bâtir des collectivités en santé. En tant que collaborateurs de longue date de la Fondation Jeunes en Tête, nous sommes témoins de l’impact profond et durable qu’elle a dans la vie de nos adolescents. »

Robert Dumas
Président et chef de la direction, Sun Life Québec



Financement

Dons individuels et campagnes postales

Misant sur les témoignages de jeunes pour qui notre travail fait toute la différence, les campagnes postales ont permis de rejoindre des milliers de personnes fidèles à la cause et de les informer de leur impact auprès des ados.

Nous avons la chance de pouvoir compter sur une communauté de donateurs de plus en plus généreuse d’année en année !

Cette année seulement, ce sont **190 000 \$ qui ont été amassés lors de campagnes postales**, en dons en action, récurrents mensuels et annuels.

Campagne de dons planifiés

La Fondation Jeunes en Tête s’associe à la campagne nationale « Volonté de Faire » afin de sensibiliser le grand public aux dons planifiés. Et cette nouvelle collaboration a porté fruit! Elle a permis une grande mobilisation auprès de la population, de plus en plus sensibilisée à l’importance et à la valeur ajoutée des dons planifiés.

En un an, nous avons reçu plus de 130 000 \$ en legs testamentaires.

Read the English version



Chers sympathisants de la cause,

La Fondation Jeunes en Tête a l'honneur de vous compter parmi ses plus fidèles donateurs. Depuis des années, votre générosité aide les jeunes partout au Québec à mieux prendre soin de leur santé mentale. **Soyez encore plus présents auprès d'eux en devenant donateur mensuel!**

JE FAIS UN DON

DÉCOUVREZ L'INSPIRANTE HISTOIRE DE THOMAS, UN DES JEUNES QUE VOUS AVEZ AIDÉS.

Je m'appelle Thomas, j'ai 21 ans. Il y a 2 ans, j'ai repris ma santé mentale en main. Je réalise depuis comment la Fondation Jeunes en Tête joue un rôle essentiel dans la prévention de la détresse psychologique auprès des jeunes comme moi.

Depuis l'âge de 2 ans, j'ai habité dans 18 familles d'accueil en alternant avec des allers-retours auprès de mes parents biologiques qui étaient incapables de s'occuper de moi. J'ai traversé des obstacles et de grandes épreuves qu'aucun jeune ne devrait affronter : violence, abus, décès parentaux ont fait partie de mon parcours sinueux.

À mes 18 ans, j'ai subi une rupture amoureuse douloureuse qui a été pour moi un point tournant et

Read the English version



Chers sympathisants de la cause,

Cet automne, j'aimerais vous entretenir de l'impact concret des dons importants que vous avez l'habitude de faire annuellement. Je vous invite cette fois à découvrir le parcours de Lou-Raphaël, un jeune qui partage son expérience pour aider d'autres jeunes ! Il pourrait être votre fils, votre petit-fils, votre neveu, votre voisin. **C'est grâce à des bienfaiteurs comme vous qu'il a réussi à aller mieux !**

JE FAIS UN DON

DÉCOUVREZ LE PARCOURS DE LOU-RAPHAËL, UN JEUNE QUI PARTAGE SON EXPÉRIENCE POUR AIDER D'AUTRES ADO.

Je m'appelle Lou-Raphaël et à 19 ans, j'ai déjà vécu deux dépressions.

La première fois, en 3e secondaire, je me suis beaucoup isolé. J'avais l'impression que personne ne pouvait comprendre ma détresse. J'ai eu la chance d'avoir des amis présents ainsi qu'une prise en charge de l'école. J'ai rencontré une travailleuse sociale qui m'a beaucoup aidé à aller mieux.

En 4e et 5e secondaire j'étais dans une relation amoureuse toxique et la rupture m'a plongé dans un état dépressif pour une seconde fois. Mais cette fois, je ne voulais pas commettre l'erreur de rester seul, alors j'ai fait l'inverse. J'ai commencé à sortir, beaucoup, et à consommer pour oublier mon mal-être. J'étais toujours avec des gens, mais sans être réellement présent. Le sentiment de solitude s'est réinstallé petit à petit. C'est après avoir été hospitalisé que je me suis rendu compte que je ne voulais plus vivre ça.

« Cette même année, l'équipe d'animation de la Fondation Jeunes en Tête est venue dans mon école donner un atelier. Ça m'a tout de suite interpellé. Je n'avais pas l'impression que la dépression était un sujet tabou, car ils en parlaient avec tellement d'ouverture et de bienveillance. »

Grâce à la Fondation, j'ai compris comment raconter mon histoire, et elle a maintenant été entendue par des milliers de personnes. Pouvoir parler des périodes plus sombres que j'avais vécues me rappelle à quel point je suis chanceux d'être encore là aujourd'hui.

Le message d'espoir que je peux donner aux jeunes qui passent par une dépression, c'est de ne pas abandonner et de bien s'entourer. Vous n'êtes pas seuls, tout le monde peut vivre de la détresse psychologique. Les gens qui te tendront la main ne le feront que pour toi, alors agrippe-toi et ne lâche rien !

En remerciement pour votre précieux soutien envers la cause, vous faites une différence !

Lou-Raphaël,
Étudiant en finance et complice de la Fondation



Mélanie Boucher, présidente-directrice générale

CAMPAGNE DE RENOUVELLEMENT - NOTRE GRANDE FAMILLE DE FIDÈLES DONATEURS

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Conseil exécutif

Éric Bédard
Président du conseil,
Banque Nationale du Canada

Luc Beaudin
Vice-président, Administrateur de sociétés
Travaux, Port de Montréal

Gwendoline Deschamps
Travaux, Port de Montréal

Danielle Beaudin - Administrateur de sociétés
Nathalie Gagnon - 302 Investissements

Jean-Sébastien Morin - Collectif Humaine

Patrick Palmer - Global Change Leaders
Administrateurs

Rafael Belknap - Mouvement Desjardins

Sarah Béliveau - PNC

Caroline Boudon
Gestion Plus Québec inc.
PQ Immobilier S.E.C. et PQ Animateur S.E.C.

Gwendoline Brouillard - Banque Scotia

Jean-François Chabot - Banque

Marie-France Gagnon,
Associée, droit des affaires

Stéphane Gauthier - Investisseurs Canada

Stéphane Lavoie - GDI

Jean-Marcus - Double Impact Consulting

Sophie Ouellet - Sun Life

Nathalie Tremblay - 302 Investissements

Érik Ryan - 302 Investissements

Olivia Stuck - 1986

Membres Ex-officio

Montréal, 25 mars 2024

Chère Madame Ostiguy,

Complices de notre mission depuis plus de 28 ans, vous nous permettez de poursuivre nos actions de sensibilisation auprès de 50 000 adolescents, année après année, partout au Québec et nous souhaitons vous remercier de tout cœur de votre immense soutien !

Nous avons dépassé le seuil de 1,3 million de jeunes sensibilisés, francophones, anglophones, nouveaux arrivants, dans le cadre de nos ateliers scolaires.

Nous avons lancé des ateliers en ligne pour jeunes, parents et éducateurs pour accompagner vos ados.

La Fondation Jeunes en Tête reconnaît chacun de ses donateurs, peu importe leur niveau de don : nous sommes privilégiés de vous compter parmi nos plus grands et fidèles contributeurs !

Pour vous remercier d'une reconnaissance particulière

- Vous recevrez notre infolettre, vous informant sur nos nouveaux contenus, outils et sur les + de la Fondation

- Vous recevrez à la fin de l'année, un rapport synthèse des impacts de vos dons.

Nos objectifs pour l'année en cours.

Grâce à votre engagement à nos côtés, nous pensons que la prévention psychologique chez les jeunes pour une société en santé, il semblerait à faire, mais grâce à des donateurs comme vous, nous pouvons créer une différence.

Administration de la Fondation Jeunes en Tête

Un legs inestimable de Jocelyne Monty

Jocelyne Monty, pionnière et première femme présidente du conseil d'administration de la Fondation des maladies mentales, devenue aujourd'hui la Fondation Jeunes en Tête, nous a quittés cette année.

Face aux immenses tabous entourant les maladies mentales, madame Monty a épousé ce projet avec grand naturel et enthousiasme, profitant de son influence pour changer les choses.

Madame Monty a été une visionnaire pour la Fondation, étant au cœur de l'approche en prévention auprès des jeunes lors du lancement de l'atelier SPLSM, il y a 25 ans. Il en est de même pour la trousse familles qui provient de l'engagement de la Fondation Libermont : elle a vu le jour grâce à la famille Monty, qui souhaitait outiller l'entourage pour qu'il soit en mesure d'accompagner leurs enfants.

À travers ces moments difficiles, une grande mobilisation de toute une communauté près de la Fondation a permis d'amasser plus de 30 000 \$, grâce à des dons dédiés en sa mémoire.

Cette femme d'action et de convictions laisse derrière elle un héritage durable pour lequel on lui sera toujours reconnaissante. On se souviendra de sa grande gentillesse et de son dévouement. Sa famille continue de soutenir la mission chère à madame Monty. Nous leur offrons toutes nos condoléances et nous les remercions de porter le flambeau.



1946 — 2024



Nos événements phares



12. Le Bal de la Saint-Valentin *20 ans de festivités pour la cause*

L'Odyssée Sauvage

Le jeudi 15 février 2024 s'est tenu le **20^e Bal de la Saint-Valentin**, sous la présidence de **Nadine Renaud-Tinker**, présidente de RBC – Direction Québec.

Sous le thème évocateur d'une **Odyssée Sauvage**, près de 625 convives se sont réunis avec cœur et générosité pour soutenir une cause essentielle : la santé mentale des adolescents. Grâce à leur mobilisation, un impressionnant montant de **605 000 \$ net** a été amassé.

Depuis plus de 20 ans, le Bal de la Saint-Valentin incarne **l'engagement remarquable de la communauté d'affaires du Grand Montréal**. Événement phare, il illustre à quel point la solidarité peut faire une réelle différence pour **prévenir la détresse psychologique et sensibiliser les adolescents à une santé mentale positive**.

Un merci tout spécial à **Cava Rose** pour la **réalisation événementielle** exceptionnelle et pour avoir su donner vie, avec créativité à cette **Odyssée Sauvage** à la Gare Windsor. Un grand merci à **Bob Agence**, qui a conçu avec brio **l'identité visuelle de l'événement**, ajoutant une touche unique à cette soirée mémorable.



Merci à nos partenaires

Présidence d'honneur *

Nadine Renaud-Tinker, présidente,
Direction Québec, RBC Banque Royale

Cercle des gouverneurs *

Nathalie Gagnon, présidente du
comité, BCF Avocats d'affaires

Sonia Boisvert, PwC

Caroline Bourdon, Gestion Paul Gaulin

Éric Bujold, Banque Nationale

Sylvain Corbeil, Banque Scotia

Geneviève Deschamps, Port de
Montréal

Justine Delisle, Richter

Pierre Desjardins, Chades & Associés

Paul Gaulin, Gestion Paul Gaulin

Paule Labelle, Cava Rose

Sherine Morsi, RBC Banque Royale

Catherine Parent, Roynat Capital/
Banque Scotia

**Représentants de ces entreprises durant
cette période*

PARTENAIRES OR : Manuvie et Placements Montrusco Bolton

PARTENAIRES ARGENT : Agropur, Banque Nationale, Banque Scotia/Roynat Capital, BCF Avocats d'affaires, Beneva, Béton Provincial, BMO, Bob Agence, Bombardier, C2V Architecture, St-Denis Thompson, Chades & associés, Caisse de dépôt et placement du Québec, Croix Bleue du Québec, Deloitte, Dentons, Desjardins, Fasken, Fondation Lise et Richard Fortin, Fonds de solidarité FTQ, FTM Group, La famille Franco & Lina Reda, GDI Services aux Immeubles, Groupe conseil Strategis, Gestion Paul Gaulin, Fort Assurances, Groupe Leclair, iA, KPMG, KRB Avocats, McCarthy Tétrault, PBC, PwC, RBC, Richter, Substance, Tempo, Sun Life, Valsoft Corporation et Gestion Walter Capital.

13. Tournoi de golf

660 000 \$ pour la santé mentale

Le lundi 10 juin 2024 s'est tenue la 33^e édition du Tournoi de golf de la Fondation Jeunes en Tête. Plus de **260 personnalités de la communauté d'affaires** se sont réunies sur les verts du célèbre **Club Laval-sur-le-Lac** pour une journée de sport et de philanthropie.

Cette édition, coprésidée par **M. Jean-Yves Bourgeois, premier vice-président Services aux entreprises Mouvement Desjardins** et **M. Martin Brassard, président et chef de la direction, Héroux-Devtek**, fut un succès ! De par leur participation, et par le travail de nos coprésidents et de notre formidable comité organisateur, c'est **660 000 \$ net** qui ont pu être amassés pour les ados du Québec !



Merci à nos partenaires

Coprésidence d'honneur *

Jean-Yves Bourgeois, premier vice-président, Services aux entreprises
Mouvement Desjardins

Martin Brassard, président et chef de la direction, Héroux-Devtek

Comité organisateur *

Stéphane Lavigne, président du comité, GDI

Nada Assi, KPMG

Donald Bastien, administrateur de sociétés

Réal Bellemare, Mouvement Desjardins

Caroline Bourdon, Gestion Paul Gaulin

Tracy Felton, Carbonleo

Nathan Lapointe, Lapointe & Co

Jean-Sébastien Monty, Collectif Humanise

Martin Robitaille, Financière Banque Nationale

Vincent Sauvé, Hitachi  nergie

**Représentants de ces entreprises durant cette période*

QUATUOR PLATINE : Banque Scotia, Banque Nationale, CGI, EY, Givisco, Harnois  nergies, HCLTech, La Presse, Metro Chaîne d'approvisionnement, Raymond Chabot Grant Thornton, Stingray, UKG et Valsoft





14. Bal du maire de Québec *1 million pour la jeunesse !*

C'est au cœur d'une ambiance festive digne de Lisbonne qu'a eu lieu, le vendredi 29 novembre 2024, le **13^e Bal du maire de Québec**. Sous la coprésidence d'honneur de **Mme Lisa Giannone, présidente et chef des opérations de BFL CANADA**, et de **M. Stéphane Garneau, président de Micrologic**, cette soirée d'exception a permis d'amasser un **bénéfice net record de 1 M\$**. Près de 700 personnes de la communauté d'affaires et des représentants des différents paliers politiques étaient présents pour cette soirée mémorable.

Ces sommes sans précédents recueillis **serviront au déploiement de l'équipe permanente de Québec** pour un impact durable auprès des ados de la Capitale-Nationale et de l'Est-du-Québec, **ainsi qu'aux organismes de la région dont la mission est complémentaire**.

Ce rendez-vous philanthropique, signé **Go Productions** et animé par Marieme et Thomas Lebel, ambassadeur de la Fondation, a donné lieu à de beaux moments, notamment l'inspirante vidéo du parcours de Rose et de sa maman Émilie.

Soulignons également la présence de **la cheffe Helena Loureiro** qui a assuré avec brio la signature culinaire de ce menu portugais tout en étant appuyée par le chef Frédéric Cyr et son équipe.



Merci à nos partenaires

Coprésidence d'honneur *

Lisa Giannone, présidente et chef des opérations de BFL CANADA

Stéphane Garneau, président de Micrologic

Sous le parrainage de Bruno Marchand, maire de Québec.

Cercle des gouverneurs *

Président

Alex Harvey, BCF Avocats d'affaires

Membres

Julie Bédard, BFL CANADA

Marina Binotto, Énergie Valero

Pascale Côté, Beneva

Martine Dessureault, Banque Nationale

Jean-François Dufour, Béton Provincial

Carole Gherlenda, RBC Banque Royale

Marc-André Gravel, GBV Avocats

Natacha Jean, Micrologic

Britta Kröger, La Maison Simons

Suzie Labbé, Sun Life

Marie-Ève Lamontagne, RBC Banque Royale

Donald Larose, JLL

Jérôme Marcoux, Pomerleau

Jean Quenneville, Rio Tinto

François Santerre, Englobe

Catherine Simard, RBC Banque Royale

Philippe Tardif, Eterna

Marc Villeneuve, Mouvement Desjardins

Cercle des Ambassadeurs *

Président

Denis Lefrançois, Groupe VRSB arpenteurs- géomètres

Membres

Jean Gagnon, Banque Nationale

Serge Lebel, BCF Avocats d'affaires

Myriam Robitaille

Claude Tessier, iA Groupe financier

**Représentants de ces entreprises durant cette période*



Merci à nos partenaires (suite)

PARTENAIRES PLATINE : Banque Laurentienne, Banque Nationale, Banque Scotia, Bell, Cain Lamarre, Caisse de dépôt et placement du Québec, Cromwell, Groupe Automobile Desjardins, Desjardins Capital, Desjardins Entreprises, Desjardins Gestion de patrimoine, EY, Fairmont Le Château Frontenac, Eximm +GSE, Fasken, Fonds de solidarité FTQ, iAAH / Prysme, Intact Assurance, Norton Rose Fulbright, PwC, Promutuel Assurance, Port de Québec, Québecor, RBC Banque Royale, Sun Life et TD.

PARTENAIRES ARGENT : CN, Davie, Les Galeries de la Capitale et MNP.

PARTENAIRES BRONZE : Aéroport Jean-Lesage de Québec, Bleufeu, Direktion, INRS, Langlois Avocats et Stantec.

PARTENAIRES PRÉSIDENTIELS : Banque Laurentienne, Banque Nationale, iA Groupe financier, Intact Assurance Promutuel Assurance, RBC Banque Royale et Sun Life.

Un merci tout spécial à **LG2** pour l'identité visuelle, au **Fairmont Le Château Frontenac** pour leur précieuse complicité, ainsi qu'à **Dandurand/Galleon** pour les vins d'exception de la soirée.



Événements de la communauté

Une mobilisation des citoyens pour la cause

675 000 \$ amassés

36 événements de collecte de fonds

15. Événements de la communauté

Let's Bond

Le collectif *Let's Bond* met en place des événements uniques pour encourager le dialogue sur la santé mentale et soutenir des organismes dans le domaine.

Cette année, avec le The Derby, Holt, Challenge Rassembleur et le Bal Urbain, *Let's Bond* a remis 240 000 \$ à la Fondation Jeunes en Tête.

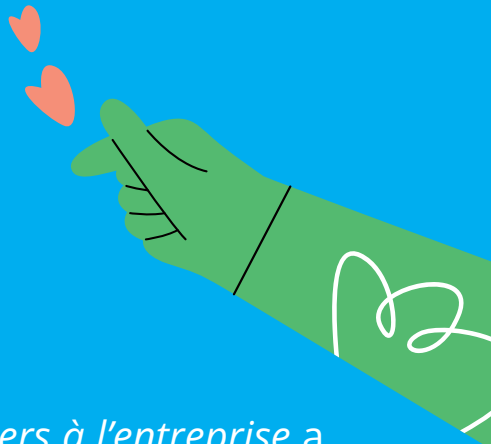
Depuis 2011, 2M\$ ont été remis par *Let's Bond* à la Fondation au total.



RBC — Casino Royal et Golf

La 2^e édition du Casino Royal de *RBC Services Financiers à l'entreprise* a permis de verser 92 000 \$ à la Fondation Jeunes en Tête.

Le Tournoi de golf annuel a permis de récolter 25 000 \$ net pour la Fondation.



Défi Entreprises

Pour cette 3^e année de collaboration, la Fondation a reçu 70 960 \$ net. Au total, 19 000 coureurs se sont inscrits au défi. Quelque 500 entreprises ont pris part à l'événement dans quatre villes à travers le Québec pour soutenir la santé mentale des jeunes.



La Banque Nationale — Grand Tour BN

En juillet dernier, plus de 400 personnes de la *Banque Nationale* ont participé à la 12^e édition du Grand Tour BN qui s'est déroulée cette année dans la région de l'Estrie. L'événement a permis d'amasser 240 000 \$ pour soutenir la Fondation Jeunes en Tête ainsi que 12 autres organismes qui œuvrent auprès des jeunes en Estrie.



Défi Challenge Québec 800

Cette 6^e édition fut une année record pour le *Défi Challenge Québec 800* avec 104 000 \$ net amassés. Le Défi est une course à relais et un défi sportif de team building d'une distance de 800 km sur 4 jours. Un grand merci à Réjean Fournier, OnSide, à Deloitte et à tous les participants qui s'entraînent pendant des mois pour relever ce défi sportif et soutenir la cause.



© CRÉDITS PHOTOS : Grand Tour BN (photo gracieuseté de la Banque Nationale, crédit photo Maxime Côté), Let's Bond (crédit photo Vincent Noël)



16. Une mobilisation par les jeunes pour les jeunes

Plusieurs événements de collectes de fonds ont été organisés par les jeunes, pour les jeunes. Au total, 16 ados engagés et près de 50 000 \$ pour la cause ! On vous les présente.

Fanny et Alexia

Ces étudiantes du *Collège international Sainte-Anne* ont organisé une soirée-bénéfice en formule cocktail dinatoire pour allier plaisir et bonne action.

Samuel, Charles, Antoine, Émile, Médéric, Frederick et Louane

Un groupe d'amis de 5^e secondaire ont décidé de marcher les 43 km qui séparent leur école secondaire *Mitchell-Montcalm* dans la ville de Sherbrooke au centre-ville de Valcourt pour faire tomber les tabous autour de la santé mentale.

Ambre, Sarah, Roxane et Laurence

Étudiantes au *Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie*, elles ont organisé une soirée DJ intitulée Fall-in dans le cadre d'un projet personnel.

Emma

Cette ado de 16 ans du *Collège Notre-Dame-de-Lourdes* a organisé une levée de fonds en vendant des cartes et des signets faits par elle-même.

Ethan Hernandez

Un élève de 4^e secondaire dans le programme P.E.I à l'école *Dorval Jean-XXIII* a choisi de vendre des pâtisseries au projet de la Fondation.



Merci à toutes les autres initiatives !

AQCH, Banque Scotia, BC2, Caroline Berthiaume, Christine Boudreau, Dek Nation, École Pointe-Lévis, Fondation Anthony sans Limites, Fondation Groupe AGF, Fondation St- Hubert, Fasken, Jean-François Lacasse, Judith Alain, La Fondation Anthony sans Limites, Les Canadiens de Montréal, Marie-Pierre Bellefeuille, The Reunion, Villa Sainte-Marcelline et X2O Média.

Courir pour la santé mentale

Émilie Bédard

Une ado de 16 ans a couru un demi-marathon par jour pendant un mois afin de relier sa ville natale, Thetford Mines et Ottawa, en passant par Québec et Montréal afin de sensibiliser les ados et les paliers politiques à l'importance d'une bonne santé mentale.

Une portée estimée à 4 900 000 personnes rejointes par le défi d'Émilie Bédard au profit de Jeunes en Tête avec 35 mentions médias et 15 entrevues.

Une présence à l'Assemblée nationale

La députée de Thetford Mines et adjointe parlementaire du ministre de l'Éducation, madame Isabelle Lecours, a invité Émilie Bédard pour souligner son défi dans une déclaration de députée au salon bleu de l'Assemblée nationale



« Depuis que je suis jeune je fais de l'anxiété. J'ai eu besoin d'aide psychologique au début de mon adolescence et j'ai des proches qui ont traversé des épreuves similaires aux miennes. À mon école secondaire, je sais qu'il y a plein de monde autour de moi qui gagnerait à parler de santé mentale. On serait tellement plus fort ensemble à se supporter les uns les autres. Avec mon défi, j'ai voulu défaire certains tabous autour de la santé mentale et qu'on en parle plus. »

Émilie Bédard

17. Ensemble pour la cause *la Fondation s'associe avec les plus grandes équipes sportives*

Les Alouettes

Les *Alouettes de Montréal* ont joint l'utile à l'agréable en tenant un match au profit de la Fondation. Pour chaque billet vendu, 5 \$ étaient remis à la cause. À la fin de la partie, un moitié-moitié a permis de bonifier la cagnotte amassée.



Le Canadien de Montréal

Dans le cadre d'un événement Le Hockey en parle, la Fondation a participé avec le *Canadien de Montréal* à un panel sur l'anxiété de performance devant des jeunes sportifs. Notre gestionnaire de programme, Antoine Morin, était entouré de Paul Byron et de Patrick Laine, membres du *Canadien de Montréal*. Des ados dans la famille de la Fondation Jeunes en Tête ont également pu assister à un match à domicile dans une loge des Canadiens.



Le CF Montréal

La Fondation et le *CF Montréal* ont uni leur force dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale, annonçant une nouvelle collaboration pour élargir leur impact direct et concret auprès des jeunes. Ce partenariat a pour objectif de mobiliser et de sensibiliser plus d'adolescents et leur famille envers la cause de la santé mentale.



Victoire Montréal

La première équipe de hockey professionnel féminine a dédié un match pour la santé mentale des ados avec comme unique partenaire, la Fondation Jeunes en Tête. Les joueuses de l'équipe ont fait leur apparition avec des messages de sensibilisation à la santé mentale. La Fondation a eu la chance de mettre de l'avant sa mission et sa cause durant toute la soirée.



18. De tout horizon pour la santé mentale

Un show d'humour pour une bonne cause

Humoriste et membre de l'équipe de la Fondation Jeunes en Tête, Max Périard a remis 1 \$ de chaque billet vendu du spectacle « Humour au Siboire » à la mission.

La poésie au service de la santé mentale des jeunes

L'historienne et auteure Émilie Devoe a publié en 2024, *L'étoile taillée*, un recueil de poésie remontant le cours tumultueux d'une enfant souffrante et de sa mère. Elle a choisi de verser ses redevances à la Fondation pour aider d'autres enfants comme sa fille, Rose.

Lysane Leroux s'engage avec passion pour la santé mentale des jeunes

Auteure engagée pour la santé mentale des jeunes, Lysane Leroux s'est associée à la Fondation Jeunes en Tête, en dédiant 50 % des profits de vente de son premier roman, *CompostELLE(S)*.

Invincible boutique : une marque de streetwear au grand cœur

Fondée en 2014, *Invincible Boutique* a choisi de s'associer à la Fondation pour lui permettre d'aller encore plus loin dans sa mission auprès des ados. Ils ont décidé de verser 2 \$ pour chaque achat effectué sur leur boutique en ligne.

Allo Simonne : l'humain avant tout

Engagée auprès de plusieurs causes, l'entreprise gourmande *Allo Simonne* soutient pour une troisième année la Fondation en versant 1 \$ pour chaque Coffret Noisettes Chocolats & Plaisirs vendu.

Un bracelet qui fait du bien

Fidèle partenaire, *Horace* a créé un bracelet à trois cœurs, orné d'une plaquette à l'effigie de la Fondation. Pour chaque bracelet vendu, 5 \$ ont été remis à la Fondation. Lors de leur semaine, Ho Ho Horace, les propriétaires ont également versé 5 \$ par achat en ligne pendant une journée.

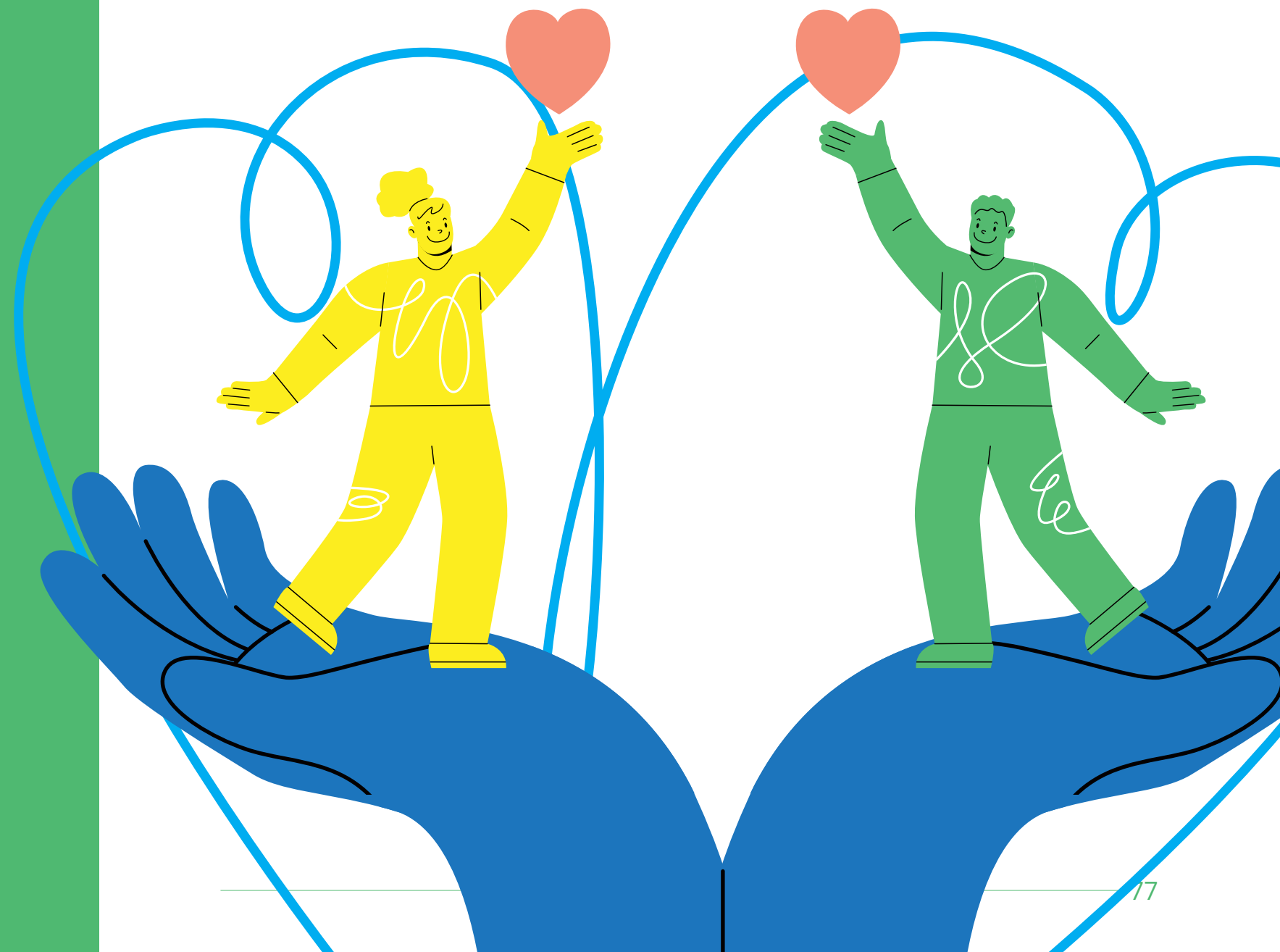


19. Liste des *donateurs*

Si nous sommes en mesure d'offrir, depuis un quart de siècle, des outils et des ateliers sans frais aux jeunes, c'est grâce à la générosité de milliers de personnes et de nombreuses entreprises, qui nous donnent littéralement des ailes. Leur appui fidèle nous permet de poursuivre notre mission avec passion et détermination. Chaque dollar remis à la Fondation Jeunes en Tête est investi avec soin pour assurer un impact tangible et durable auprès des jeunes du Québec et de ceux qui les entourent.

Nous remercions chaleureusement ceux et celles qui ont donné pour la santé mentale des ados, notamment notre nouveau partenaire, *Manuvie*, pour sa généreuse contribution de 100 000 \$ en soutien au développement de contenu LGBTQ+. Ce partenariat marque une étape importante dans notre engagement envers l'inclusion et la diversité.

Pour consulter la liste des donateurs, c'est **ici**.



Merci !

Bureau à Montréal

55 avenue Mont-Royal Ouest
Bureau 804
Montréal, Québec
H2T 2S6

Bureau à Québec

Complexe Jules Dallaire, T1
2828 boulevard Laurier
Bureau 1200
Québec, Québec
G1V 0B9

Nous joindre

Téléphone
514 529-1000
fondationjeunesentete.org

 Fondation Jeunes en Tête

 @jeunesentete

 Fondation Jeunes en Tête

**FONDATION
JEUNES
EN TÊTE**