

ChatterHigh

La diversité, l'équité et l'inclusion

Livret de questions

Canada 2021/22



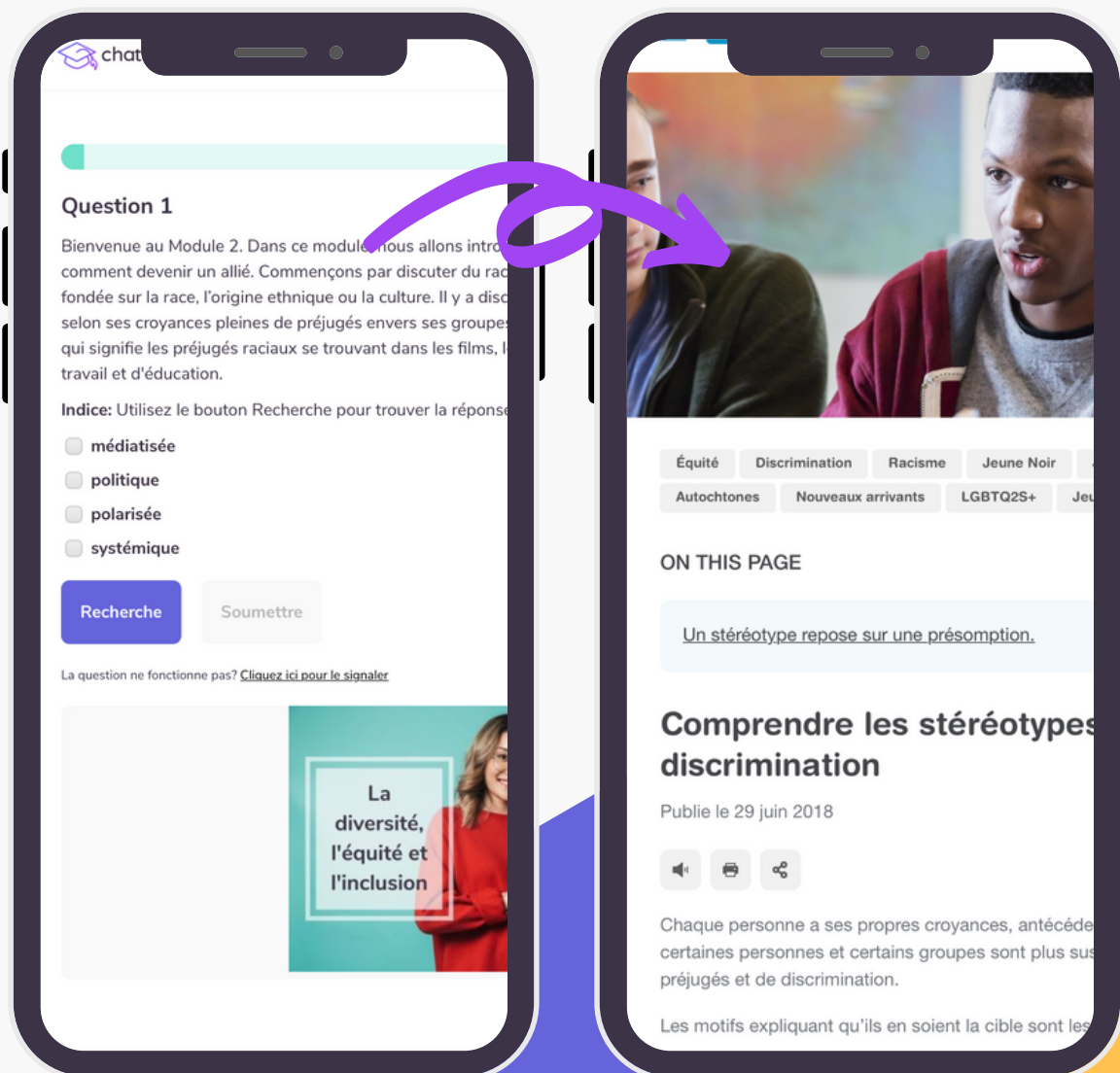
Table des matières

Comment cela fonctionne-t-il ?.....	2
Objectifs.....	3
Témoignages des élèves	4
Soutien pour les enseignants et les conseils scolaires.....	5
Modules sur la diversité, l'équité et l'inclusion	
Thématiques et Ressources.....	6
Liste des questions	7
Prochaines étapes.....	23



Comment cela fonctionne-t-il ?

Dans chaque module, nous posons une série de questions aux élèves selon une thématique en santé mentale. Ils chercheront les réponses dans les sites Internet des principaux organismes canadiens en matière de diversité et inclusion comme We Matter ou Jeunesse, J'écoute. Au cours des modules, ils acquerront des connaissances et amélioreront leur sensibilisation aux ressources comme les lignes d'écoute, les options de thérapie, des applications, des activités et encore plus.



Nos objectifs

Faire reconnaître
les stéréotypes
et la
discrimination

Favoriser la
diversité et
l'inclusion

Susciter la
compassion et la
sensibilisation

Encourager les
élèves à
chercher de
l'aide

Rendre le
contenu
accessible et
engageant



Témoignages des élèves à propos de nos Modules de santé mentale

« J'ai trouvé plusieurs liens vers les endroits avec qui je peux communiquer. En fait, j'étais en train de chercher une clinique gratuite qui fait du counseling et à travers Jeunesse, J'écoute, j'ai pu trouver quelqu'un qui m'aidait à trouver des endroits pour les rendez-vous en personne. »

« J'ai trouvé qu'il n'y a pas un manque de lignes d'écoute à appeler ou services de crise à utiliser si tu as besoin d'aide. »

« [L'activité] m'a aidé à mieux comprendre les différents troubles mentaux, leurs effets et comment les reconnaître, les lignes d'écoute et globalement le soutien pour les jeunes qui ne savent pas comment chercher ça. »

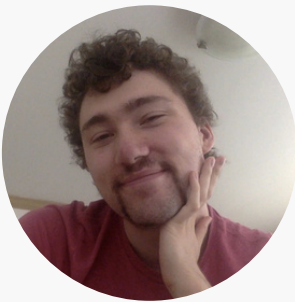


Nous sommes là pour vous !

Des questions ?

Vous voulez une démonstration ?

Réservez un rendez-vous ou envoyez-nous un courriel.



Curtis Rurka | Service en français

curtis@chatterhigh.com

[Réserver une réunion](#) (15, 30, ou 60 minutes)



La diversité, l'équité et l'inclusion

Thématiques des modules pour le secondaire (années 6 à 12) :

- Les stéréotypes, les préjugés et la discrimination
- Devenir un allié
- Ressources de santé mentale pour une jeunesse diversifiée :
 - Ressources pour les jeunes autochtones
 - Ressources pour les jeunes noirs
 - Ressources pour les nouveaux arrivants
 - Ressources pour les jeunes musulmans
 - Ressources pour les jeunes asiatiques
 - Ressources pour les jeunes LGBTQ2S+

Ressources:

- Le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)
- L'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM)
- Jeunesse, J'écoute
- Jack.org
- La Fondation canadienne des relations raciales
- We Matter
- Choisissez Votre Voix
- Centre de ressources multiculturelles en santé mentale
- Conseil national des musulmans canadiens
- Trans Lifeline

La diversité, l'équité et l'inclusion

Liste des questions

[Module 1 : Les stéréotypes, les préjugés et la discrimination](#)

Bienvenue au Module 1 : Les stéréotypes, les préjugés et la discrimination. Dans ce module, nous nous concentrons sur plusieurs aspects comme les préjugés et la discrimination. Ces thèmes pourraient être difficiles à affronter, particulièrement pour ceux qui les vivent activement. Si tu veux parler avec un conseiller professionnel, appelle Jeunesse, J'écoute en composant le 1.800.668.6868. Commençons ; quelle est la différence entre les stéréotypes, les préjugés et la discrimination ?

Un stéréotype est une présomption; un préjugé est une croyance; la discrimination est un acte.

Un stéréotype est une croyance souvent négative; un préjugé est une présomption; la discrimination est un acte.

Un stéréotype est une croyance négative; un préjugé est une croyance positive; la discrimination est un acte.

Un stéréotype est une présomption négative; un préjugé est une présomption positive; la discrimination est un acte.

<https://jeunessejecoute.ca/information/comprendre-les-stereotypes-prejuges-et-la-discrimination/>

Certaines personnes et certains groupes sont plus susceptibles d'être victimes de stéréotypes, de préjugés et de discrimination. Les stéréotypes, les préjugés et la discrimination découlent des inégalités dans la société, des idées provenant de membres de la famille, d'amis ou des médias, de la difficulté d'accepter les différences et _____ . (Remplir l'espace)

d'une difficulté de regarder les films internationaux

d'une différence de langue

de la tendance d'éviter les personnes qui sont différentes de nous

Tout ce qui précède

<https://jeunessejecoute.ca/information/comprendre-les-stereotypes-prejuges-et-la-discrimination/>

Il y a plusieurs types de préjugés desquels tu peux apprendre plus à partir de Jeunesse, J'écoute. Lequel des types de préjugés suivants signifie les attitudes négatives fondées sur les capacités physiques et mentales de quelqu'un ? Indice : Lis la section « Les préjugés sont des croyances ».

L'handicapisme

Le capacitisme

Les préjugés de capacité

Les préjugés handicapés

<https://jeunessejecoute.ca/information/comprendre-les-stereotypes-prejuges-et-la-discrimination/>

Selon la Fondation canadienne des relations raciales, l'équité est un mot qui concerne le traitement juste, inclusif et respectueux de toutes les personnes. Vrai ou Faux : L'équité signifie traiter les gens de la même manière, sans égard aux différences individuelles.

Vrai

Faux

<https://www.crrf-fcrr.ca/fr/bibliotheque/glossaire-fr-fr-1>

Diversité est un mot qui concerne le respect et l'acceptation de diverses caractéristiques de l'être humain. Elle peut revêtir divers aspects, comme l'origine ethnique, culturelle, linguistique, raciale, la religion et le statut _____, pour ne mentionner que ceux-ci.

(Remplir l'espace)

socioéconomique

de vie

intellectuel

d'emploi

<https://www.crrf-fcrr.ca/fr/bibliotheque/glossaire-fr-fr-1>

[Module 2 : Devenir un allié](#)

Bienvenue au Module 2. Dans ce module, nous allons introduire des thématiques et des ressources parlant des façons de devenir un meilleur allié. Commençons par regarder des informations venant de Jeunesse, J'écoute sur les stéréotypes, les préjugés et la discrimination. Le racisme est une sorte de préjugé et nous pouvons le définir comme une _____ d'hostilité fondée sur la race, l'origine ethnique ou la culture. (Remplis l'espace.)

action

politique

présomption

attitude

<https://jeunessejecoute.ca/information/comprendre-les-stereotypes-prejuges-et-la-discrimination/>

Jeunesse, J'écoute offre des informations concernant les genres différents du racisme et comment nous pouvons les démanteler dans la vie quotidienne. Laquelle des options suivantes est une manière de lutter contre les stéréotypes, les préjugés et la discrimination ?

Confronter ta famille ou tes amis même si ce n'est pas sécuritaire de le faire.

Rejoindre un organisme de bienfaisance.

Prendre le temps de réfléchir pour valider si tu n'as pas toi-même des préjugés, intentionnels ou autres.

Toutes ces options

<https://jeunessejecoute.ca/information/comprendre-les-stereotypes-prejuges-et-la-discrimination/>

Jeunesse, J'écoute liste quelques ressources que tu peux lire ou regarder pour en apprendre plus sur le racisme culturel et systématique. Laquelle des ressources suivantes n'est pas sur cette liste ? Indice : Regarde la section « Documentation pour les personnes désireuses de devenir des alliés ».

Briser le code

L'histoire du racisme au Canada et aux États-Unis

Comment débiter une réflexion personnelle sur le racisme?

Comment expliquer le racisme à votre mère?

<https://jeunessejecoute.ca/information/comprendre-les-stereotypes-prejuges-et-la-discrimination/>

Qu'est-ce que la réconciliation ? Elle est le processus afin de développer une relation respectueuse entre les autochtones et les non autochtones partout au Canada. Il s'agit de _____ pour surmonter les effets dévastateurs de la colonisation. (Remplir l'espace)

réécrire l'histoire

collaborer

aider les autres

Tout ce qui précède

<https://jeunessejecoute.ca/information/la-reconciliation-12-moyens-dy-participer>

Jeunesse, J'écoute nous démontre 12 moyens de participer à la réconciliation. Quelle est la première suggestion ?

Regarde des films produits par des réalisateurs autochtones.

Découvre l'art et les artistes autochtones.

Prends part à des événements culturels autochtones pour le public.

Apprends-en davantage à propos de l'histoire et de la contribution sociale des Inuits, Métis. Des membres de Premières Nations.

<https://jeunessejecoute.ca/information/la-reconciliation-12-moyens-dy-participer>

Tous les jeunes autochtones et non autochtones peuvent participer à la réconciliation et il importe à tout le Canada de le faire. Une des façons de s'y impliquer est de participer aux événements de sensibilisation aux Autochtones organisés au niveau local ou national.

Lequel des événements suivants n'est pas mentionné ? Indice : Regarde la suggestion no. 8.

la Semaine Seek Path

la Journée du chandail orange

la Journée de l'ourson témoin

la Semaine Secret Path

<https://jeunessejecoute.ca/information/la-reconciliation-12-moyens-dy-participer>

La liste de ressources pour les autochtones de Jack.org inclut les ressources pour l'éducation des alliés. Elle offre des livres, des balados, des vidéos et des ressources en ligne comme _____, un cours en ligne de l'University of Alberta avec des sous-titres en français. (Remplir l'espace) Indice : la bonne réponse se trouve dans la section « Ressources en ligne » de la page.

Indigenous Alberta

Indigenous Canada

Indigenous History

Canada's Past

<https://jack.org/ressourcesautochtones>

Afin d'être un allié pour les jeunes LGBTQ2S+, il est important de connaître _____ qui fait/font partie de la communauté. Tu peux lire à propos de chaque orientation et chaque identité dans ce lien de recherche de Jeunesse, J'écoute.

Les identités

Les identités et les expériences

Les expériences

Aucune de ces options

<https://jeunessejecoute.ca/information/lgbtq2s-ca-veut-dire/>

Jeunesse, J'écoute offre un soutien en matière d'identité de genre ou d'expression de genre. Vrai ou Faux : tout le monde a une expression de genre. Indice : fais défiler jusqu'à « L'identité de genre, c'est quoi? »

Vrai

Faux

<https://jeunessejecoute.ca/information/lidentite-de-genre-et-lexpression-de-genre/>

Sur cette page de Jeunesse, J'écoute, tu peux apprendre les informations par rapport à plusieurs identités de genre, incluant transgenre (ou seulement trans), bispirituel (ou 2S) et _____. (Remplir l'espace)

Non-binaire

Genre fluide

Cisgenre

Tout ce qui précède

<https://jeunessejecoute.ca/information/lidentite-de-genre-et-lexpression-de-genre/>

Il pourrait être effrayant de parler de ton identité de genre ou ton orientation sexuelle. Les autres peuvent avoir des difficultés à comprendre et l'acceptation de ta communauté t'importe. Mais si tu as peur de t'identifier comme membre de la communauté LGBTQ2S+, _____ est une excellente manière de découvrir que tu n'es pas la seule personne à vivre certaines choses ou à te questionner. (Remplir l'espace)

la lecture de beaucoup de livres
 sortir du placard avant que tu sois prêt
 rencontrer d'autres jeunes LGBTQ2S+
 Toutes ces options

<https://jeunessejecoute.ca/information/parler-de-son-orientation-sexuelle-et-identite-de-genre/>

Selon le gouvernement du Canada, la jeunesse d'aujourd'hui fait face aux idéaux socioculturels dangereux concernant l'image corporelle. Bien que la culture idéalise des types de corps irréalistes, en réalité, un poids corporel sain est un poids corporel approprié en fonction de la taille qui favorise une bonne santé et le bien-être. C'est important que tu t'en souviennes lorsque tu regardes les images sur les médias sociaux parce qu'il est fréquent que _____ déclarent avoir des problèmes liés à leur image corporelle. (Remplis l'espace.)

des très jeunes enfants
 des jeunes adultes
 des jeunes ayant un poids corporel sain
 aucune de ces options

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante/enfance-adolescence/publications/sante-jeunes-canadiens-accent-sante-mentale/poids-corporel-sain.html>

Selon les Nations Unies, les femmes et les filles vivent plus des effets négatifs de la violence fondée sur le sexe. En fixant des normes physiques, affectives et mentales qui déterminent ce que nous acceptons et ce que nous refusons, nous pouvons tous nous protéger des abus des autres. AdiezMoiSVP.ca offre des suggestions pour nous aider à déterminer nos limites. Quelle est la quatrième suggestion ?

N'hésite pas à faire savoir aux autres, de manière respectueuse, qu'ils ont franchi tes limites.

Tu te connais le mieux.

Apprendre à dire non quand ce qui arrive te rend mal à l'aise.

Fais savoir ce dont tu as besoin tout en acceptant que les autres aient des opinions différentes.

https://needhelpnow.ca/pdfs/NHN_Boundaries_fr.pdf

Comment est-ce que la pandémie a affecté les femmes et les filles ? Tu peux en apprendre plus sur ce sujet sur le site web de la Fondation canadienne des femmes. Tu peux aussi apprendre des femmes leaders qui ont influencé la réponse du Canada à la COVID-19. Certaines d'entre elles, comme les _____ médecins en chef du pays, sont rapidement devenues des personnalités connues.

4

5

7

10

<https://canadianwomen.org/fr/les-faits/les-femmes-en-temps-de-pandemie-les-faits/>

Choisissez Votre Voix est une ressource d'apprentissage fournie par Fighting Anti-Semitism Together (FAST) qui explore les préjugés, les stéréotypes et l'oppression historique. Tu peux utiliser la glossaire pour apprendre des termes reliés à l'antisémitisme. Quel est le premier terme de la glossaire ?

Antisémitisme

Capacitisme

Culture

Altruisme

<https://www.chooseyourvoice.ca/fr/apprendre/glossaire/>

La communauté juive ne devrait pas résoudre le problème de l'antisémitisme seul ; c'est un défi dans lequel nous tous devons nous impliquer. Sur cette page de recherche, tu peux apprendre des engagements du Canada sur la commémoration de l'Holocauste et la lutte contre l'antisémitisme. Vrai ou faux : le Canada a un envoyé spécial pour la préservation de la mémoire de l'Holocauste et la lutte contre l'antisémitisme.

Vrai

Faux

<https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/services/canada-holocauste/engagements-canada.html>

Le capacitisme est un système de croyances qui considère les personnes handicapées comme moins dignes de respect et de considération, moins capables de contribuer et de participer, ou de moins de valeur intrinsèque par rapport aux autres. Le capacitisme peut _____. (Remplir l'espace)

être ancré dans des institutions, des systèmes ou la culture plus large d'une société

être conscient ou inconscient

limiter les opportunités des personnes handicapées

Tout ce qui précède

<https://www.crrf-fcrr.ca/fr/bibliotheque/glossaire-fr-fr-1>

Pour trop de communautés asiatiques au Canada, le racisme anti-asiatique est une réalité de la vie quotidienne. Il y a plusieurs moyens par lesquels nous pouvons tous lutter contre le racisme anti-asiatique et fonder une société plus inclusive. Laquelle des suggestions suivantes n'est PAS une des façons mentionnées sur le site du gouvernement du Canada ? Indice : défile jusqu'à la section « Comment pouvons-nous lutter contre le racisme anti-asiatique? ».

Condamnez les gestes racistes, la discrimination et les micro-agressions

Suivez un cours à l'université sur l'histoire du racisme anti-asiatique

Remettez en question les stéréotypes et considérez comment ils sont enracinés dans une histoire de racisme anti-asiatique

Appuyez les organismes et entreprises asiatiques locaux

<https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/campagnes/mois-patrimoine-asiatique/contre-racisme-asiatique.html>

Patrimoine canadien et le Secrétariat fédéral de lutte contre le racisme a mis en place une liste de ressources pour apprendre plus à propos du racisme anti-asiatique et des façons de le combattre. Laquelle des ressources suivantes ne se trouve pas dans la liste au bout de la page ?

Service à la famille chinoise du Grand Montréal

Centre de recherche-action sur les relations raciales (CRARR)

Institut d'études asiatiques à l'Université de Toronto

Comité antiraciste et inclusif de l'École de travail social de l'UdeM (CAÉTSUM)

<https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/campagnes/mois-patrimoine-asiatique/contre-racisme-asiatique.html>

Les stéréotypes, les préjugés et la discrimination ont des répercussions sérieuses sur la santé mentale. Il y a des ressources diversifiées pour aider la jeunesse canadienne. Les prochains modules exploreront ces ressources uniques. N'importe ton identité et tes expériences, il y a toujours du soutien pour toi et pour les autres autour de toi. Si tu n'es pas sûr par où commencer, appelle Jeunesse, J'écoute. Dans quelles langues leurs intervenants répondent-ils ?

Anglais et français

Français seulement

Anglais, français et chinois

Français et chinois

<https://jeunessejecoute.ca/besoin-daide-appelle-nous>

[Module 3: Ressources de santé mentale pour les jeunes autochtones](#)

Bienvenue au Module 3. Dans ce module, tu vas apprendre une variété de ressources de santé mentale pour les jeunes autochtones. Ces ressources peuvent t'aider, ou tu peux les utiliser pour aider un ami ou un proche. Alors commençons. La Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être offre un soutien immédiat en matière de santé mentale ou en situation de crise pour tous les autochtones du Canada. Cette ligne d'écoute est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 et leurs services sont disponibles en français, anglais, crie, ojibwa et inuktitut. Quel numéro de téléphone composes-tu ?

1-800-878-3341

1-855-242-3310

1-988-454-8298

1-855-242-3333

<https://www.espoirpourlemieuxetre.ca/>

Les conseillers chez la Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être peuvent t'aider à trouver d'autres services de bien-être qui sont disponibles dans ta région. Si tu ne veux pas appeler la ligne d'écoute, mais que tu veux contacter un conseiller, tu peux utiliser leur boîte de clavardage. Dans la boîte de clavardage, tu dois donner ton nom (qui est optionnel) et _____.

ton numéro de téléphone

ton code postal

ta question

Tout ce qui précède

<https://www.espoirpourlemieuxetre.ca/>

Tu peux chercher des services de soutien autochtones près de chez toi en utilisant l'outil « Ressources Autour de Moi » de Jeunesse, J'écoute. Cherche ta ville afin de voir quelles ressources sont disponibles. Tu peux aussi chercher par mot-clé (comme « deuil »). Vrai ou faux : Il y a plus de 300 « résultats » pour soutenir des autochtones au Canada.

Vrai

Faux. Il y a moins de 300 services.

<https://apps.kidshelpphone.ca/ressourcesautourdmoi/recherche.html?q=&category=6&location=>

Jeunesse, J'écoute offre des programmes et des services pour les Premières Nations, les Inuit et les Métis qui ont été développés par ces derniers. Maintenant, les jeunes autochtones peuvent contacter un répondant de crise autochtone en envoyant _____ à 686868.

AIDE-PNIM

PREMIERES NATIONS, INUIT ou METIS

AUTOCHTONE

Toutes ces options

<https://jeunessejecoute.ca/sujet/premieres-nations-inuits-et-des-metis>

Les services du principe de Jordan, nommé en mémoire de Jordan River Anderson, sont accessibles pour combler les coûts de n'importe quel service de santé, mentale ou autre. La page de recherche pour cette question recouvre les faits importants sur le principe de Jordan ; entre juillet 2016 et juin 2021, combien de produits, services et demandes de soutien ont été approuvés en vertu du principe de Jordan?

575 000

746 000

985 000

1 104 000

<https://www.sac-isc.gc.ca/fra/1568396042341/1568396159824#chp02>

Ainsi que les services du principe de Jordan, le Gouvernement du Canada offre des prestations pour les services de counseling pour les jeunes autochtones. Tous les 12 mois, un client admissible peut recevoir jusqu'à ____ heures de counseling offert par un

fournisseur admissible selon le principe de rémunération des services tels que la consultation individuelle, familiale ou de groupe. (Remplir l'espace)

22

24

32

50

<https://www.sac-isc.gc.ca/fra/1576441552462/1576441618847>

We Matter est un organisme autochtone dirigé par des jeunes qui se consacre au soutien, à l'espoir et à la promotion de la vie des jeunes autochtones. Ils veulent que les jeunes sachent qu'ils sont porteurs de leurs propres forces et qu'être autochtone est INCROYABLE et quelque chose dont on peut être fier. Lequel des énoncés suivants est un autre aspect de la campagne de We Matter ?

Ils peuvent s'en sortir sans avoir de l'aide des autres

Ils possèdent des compétences et des connaissances qui peuvent les aider, eux et les autres

Ils ont la capacité d'apporter des changements

B et C

<https://wemattercampaign.org/fr/quest-ce-que-we-matter>

La Trousse d'outils pour les jeunes autochtones de We Matter est là pour t'aider à gérer les moments difficiles que tu peux traverser dans ta vie. Tout ce que tu dois faire est de télécharger une copie, puis d'utiliser cette page pour parcourir toutes les vidéos. Si l'Internet dans ta communauté n'est pas assez rapide pour charger les vidéos, tu peux les contacter afin qu'ils t'envoient _____ avec toutes les vidéos. (Remplir l'espace)

un DVD

une clé USV

une clé USB

Aucune de ces options

<https://wemattercampaign.org/fr/trousses-doutils/trousse-doutils-we-matter-pour-les-jeunes-autochtones>

Il est toujours normal de chercher de l'aide. La vidéo #StrongerTogether (qui a des sous-titres en français) montre des jeunes autochtones parler de ce qu'ils font s'ils se sentent tristes et qu'ils ont besoin d'aide. Plusieurs choses sont mentionnées dans la vidéo, telles que écouter de la musique, jouer aux jeux vidéo, appeler une ligne d'écoute, lire un livre, parler avec un ami et plus encore. Qu'est-ce que tu trouveras en-dessous de la vidéo de We Matter ?

Un jeu-questionnaire sur les loisirs

Une liste d'intervenants à We Matter

Une liste de ressources dans ta région

Tout ce qui précède

<https://wemattercampaign.org/fr/obtenir-de-laide>

Renouer avec la culture de son peuple aide à équilibrer l'esprit, le cœur, l'âme et le corps. Beaucoup de jeunes autochtones ont perdu tout repère avec leur culture, et ce pour diverses raisons. Renouer avec sa culture peut se révéler être la chose la plus puissante et utile que l'on puisse faire pour soi-même et son mieux-être. Lesquelles des activités suivantes peuvent t'aider à reconnecter avec ta culture ? Indice : Fais défiler jusqu'à « Vous ne savez pas comment renouer avec votre culture ? »

Apprendre une danse sociale et écouter et partager des histoires

Faire interpréter des rêves et visiter des guérisseurs et des praticiens traditionnels

Prendre part à un cercle de la parole et prendre un thé avec un aîné

Tout ce qui précède

http://cultureforlife.ca/index_fr.html

[Module 4 : Ressources de santé mentale pour les jeunes noirs](#)

Bienvenue au Module 4. Le racisme anti-noir se manifeste quand des attitudes et des comportements négatifs ciblent spécifiquement les communautés noires. Ce type de racisme porte atteinte, entre autres, à leur santé mentale et physique, à leurs opportunités, à leur sécurité, et plus encore. Jeunesse, J'écoute offre une liste de groupes et d'organismes qui luttent contre le racisme au Canada. Lequel des organismes suivants ne se trouve pas dans cette liste ?

Ligue des Noirs

Montréal en action

Black Lives Matter - international

Centre de recherche-action sur les relations raciales

<https://jeunessejecoute.ca/information/racisme-anti-noir-soutenir-la-cause-noire-et-ses-allies/>

L'une des ressources de santé mentale destinées aux jeunes noirs est la Black Youth _____ qui s'engage à adresser les obstacles à l'accès des services nécessaires. Un service en français et en d'autres langues est disponible sur demande.

Quiz (Jeu-questionnaire)

Helpline (Ligne d'écoute)

Toolkit (Trousse d'outils)

Aucune de ces options

<https://jeunessejecoute.ca/information/racisme-anti-noir-soutenir-la-cause-noire-et-ses-allies/>

Jack.org fournit une liste de Ressources de lutte contre le racisme, incluant des ressources pour les jeunes noirs et leurs alliés. Laquelle des ressources suivantes ne font pas partie de la liste des balados ou vidéos ?

Gardiens de la paix

[co]motion

J'peux pas, j'ai thérapie !

Briser le code

<https://jack.org/Ressources-de-lutte-contre-le-racisme>

Jack.org mentionne aussi quelques manières de continuer à apprendre et à désapprendre. Laquelle des options suivantes ne font pas partie de cette liste ?

BLM : Façons Dont Vous Pouvez Aider

Ressources pour contrer le racisme Anti-Noir

Liste des professionnels BIPOC de santé mentale à Montréal

Liste des professionnels BIPOC de santé mentale en Ontario

<https://jack.org/Ressources-de-lutte-contre-le-racisme>

[Module 5 : Ressources de santé mentale pour les nouveaux arrivants](#)

Bienvenue au Module 5. Le fait d'être un nouvel arrivant au Canada peut affecter ton bien-être négativement et positivement. Jeunesse, J'écoute offre trois astuces pour soutenir les nouveaux arrivants. Dans le premier conseil, il s'agit de ton bien-être et de l'importance de ta santé émotionnelle. Par exemple, quel problème unique lié à l'accueil et l'intégration les nouveaux arrivants peuvent-ils subir ?

Les barrières linguistiques

L'intimidation à l'école

Les image médiatiques

Aucune de ces options

<https://jeunessejecoute.ca/information/trois-trucs-pour-le-bien-etre-des-nouveaux-arrivants/>

Le conseil no. 2 te suggère d'établir des liens avec des ressources disponibles. Il existe des personnes, des ressources et des services auprès desquels tu peux obtenir de l'aide _____ et sans devoir t'identifier partout au Canada. (Remplir l'espace)

à un prix abordable

gratuitement

virtuellement

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

<https://jeunessejecoute.ca/information/trois-trucs-pour-le-bien-etre-des-nouveaux-arrivants/>

Le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH) offre quelques ressources qui font partie des ressources destinés aux nouveaux arrivants sur la page du Centre de ressources multiculturelles en santé mentale. Ces deux ressources sont disponibles dans plusieurs langues afin de t'aider à surmonter les défis liés à ta nouvelle vie au Canada. Pour la ressource « Demander de l'aide quand rien ne va plus », dans laquelle des langues suivantes le guide n'est pas disponible ?

Pendjabi

Wolof

Tamoul

Italien

<https://multiculturalmentalhealth.ca/fr/usagers/nouveaux-arrivants/>

La page du Centre de ressources multiculturelles en santé mentale offre aussi quelques services externes au bout de la page pour soutenir ta santé mentale comme nouvel arrivant. Laquelle des options suivantes n'est pas un des organismes mentionnés ?

Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrantes (TCRI)

Services aux immigrants : Gouvernement du Canada

Jeunesse, J'écoute - Services pour les nouveaux arrivants

Centre social d'aide aux immigrants (CSAI)

<https://multiculturalmentalhealth.ca/fr/usagers/nouveaux-arrivants/>

[Module 6 : Ressources de santé mentale pour les jeunes musulmans](#)

Bienvenue au Module 6. Le Conseil national des musulmans canadiens (CNMC) s'engage à offrir des ressources communautaires gratuites afin de soutenir les musulmans canadiens et d'affronter l'islamophobie. Ces ressources incluent des ressources pour la pratique d'islam au travail et d'autres pour gérer le traumatisme et la sécurité. Tu peux également recevoir _____ en moyennant une faible contribution.

De l'accès à un forum de discussion

Un lien vers des réunions du CNMC

Des copies papier de ces documents

Aucune de ces options

<https://cnmc.ca/ressources-aux-communautes/>

Le CNMC prône de la part des personnes canadiennes qui s'identifient comme musulmans et ceux qui ont vécu de la discrimination ou de la haine islamophobe dans le pays. Si tu crois être victime ou témoin d'un incident de discrimination, de harcèlement ou d'un crime haineux, tu peux le rapporter par travers le Rapport d'incident du CNMC. Vrai ou Faux : Les renseignements que tu partages avec le CNMC ne seront divulgués à personne d'autre sans ton consentement.

Vrai

Faux, il dépend de l'incident.

<https://cnmc.ca/programs/incident-report-form/>

La ressource pour les jeunes musulmans dans cette question est un service d'aide téléphonique anonyme, sans jugement, confidentiel et sans frais offrant un soutien par les pairs visant à écouter et à être présent pour les jeunes qui éprouvent des difficultés personnelles, et à les aider à surmonter ces difficultés. Que s'appelle-t-il le service ?

Indice : lis la section « Jeunes musulmans » du document.

Naseeha

Salaam

Khatou Almousaheda

Aucune de ces options

<https://www.oacas.org/wp-content/uploads/2018/09/2018-Resource-List-Getting-Help-FR.pdf>

Comme mentionné dans la question précédente, Naseeha répond aux appels de lundi à vendredi, de 6 h à 21 h HNE. Quel numéro de téléphone composes-tu afin de les contacter ? Indice : lis la section « Jeunes musulmans » du document.

1-866-744-3372

1-866-627-3342

1-800-438-3352

1-866-492-3344

<https://www.oacas.org/wp-content/uploads/2018/09/2018-Resource-List-Getting-Help-FR.pdf>

[Module 7 : Ressources de santé mentale pour les jeunes asiatiques](#)

Bienvenue au Module 7. Jack.org offre une liste de ressources pour la santé mentale des jeunes asiatiques. Un petit avertissement : en grande partie, les ressources dans la liste sont en anglais seulement. La première ressource sur la liste est _____ (« Les asiatiques font de la thérapie ») qui est un organisme qui s'engage à réduire l'impact de la stigmatisation pour les américano-asiatiques et pacifiques. Le site met l'accent sur la recherche d'un psychothérapeute. (Remplir l'espace)

Chimo Services

Hong Fook Mental Health Association

Asians Do Therapy

Racial Trauma Toolkit

<https://jack.org/ressourcesasiatiques>

La _____ Chinese Helpline (« Ligne d'écoute chinoise pour le succès ») est un organisme qui offre du soutien aux personnes chinoises au Canada qui font face à des obstacles langagiers ou culturels. Ils fournissent une ligne d'écoute en cantonais et en mandarin. (Remplir l'espace)

SUCCESS

WIN

CANADIAN

CANADA

<https://jack.org/ressourcesasiatiques>

La Asian Mental Health _____ (« La collectivité de santé mentale pour les asiatiques ») aide à accroître la sensibilisation aux soins de santé mentale disponibles dans la communauté asiatique. Elle offre un répertoire de psychothérapeutes asiatiques au Canada et aux États-Unis. (Remplir l'espace)

Community

Collective

Association

Aucune de ces options

<https://jack.org/ressourcesasiatiques>

Finalement, les Inclusive _____ (« Les thérapeutes inclusifs ») est un mouvement de justice sociale et un répertoire de services pour les communautés asiatiques afin d'augmenter les soins de santé mentale et comportementale disponibles. (Remplir l'espace)

Psychologists

Therapists

Social Workers

Aucune de ces options

<https://jack.org/ressourcesasiatiques>

[Module 8 : Ressources de santé mentale pour les jeunes LGBTQ2S+](#)

Bienvenue au module 8. Il y a des services de santé mentale dans toutes les collectivités du Canada pour aider la jeunesse LGBTQ2S+. Tu peux trouver les ressources près de chez toi en utilisant Jeunesse, J'écoute. Par exemple, comment s'appelle-t-il le service que tu reçois en cherchant des ressources LGBT à Montréal ? Indice : Tape « Montréal », ensuite le mot-clé « LGBT » et clique sur « Trouver des programmes et services de soutien ».

LGBT Family Coalition

Jeunesse Lambda

Services Arc-en-ciel

A et B

<https://jeunessejecoute.ca/ressources-autour-de-moi>

Services arc-en-ciel (LGBTQ) est un programme de counseling du CAMH destiné aux lesbiennes, gais, bisexuels, transgenres, queer et bispirituels préoccupés par leur consommation de drogues et d'alcool. Ils offrent de la thérapie en groupe, des consultations psychiatriques et plus encore. Tu peux réserver ta place en communiquant avec Accès CAMH. Tu composes le 416 535-8501, option __. (Remplir l'espace)

1

2

4

0

<https://www.camh.ca/fr/vos-soins/programmes-et-services/rainbow-services-lgbtq>

La Trans Lifeline est une ligne d'écoute par les pairs destinée aux autres transgenres. Cet organisme à but non lucratif offre un soutien émotionnel et financier pour les personnes transgenres en situation de crise. Tu peux appeler leur ligne d'écoute si tu veux parler avec d'autres personnes transgenres même si tu n'es pas en crise. Vrai ou Faux : Tu peux même appeler la ligne d'écoute si tu n'es pas sûr d'être trans.

Vrai

Faux. Tu dois être trans pour appeler.

<https://translifeline.org/hotline/>

La Trans Lifeline possède de nombreuses ressources trans vérifiées, trans dirigées et dirigées ou centrées par le BIPOC. Laquelle des options suivantes n'est pas une des ressources ou catégories mentionnées ? Indice : Regarde toutes les boîtes sur la page.

Une bibliothèque de changement d'identifiant

La retraite

Un glossaire de termes et de définitions

Les soins personnels / le soutien émotionnel

<https://translifeline.org/resources/>

En cliquant le lien de recherche, tu verras une liste de ressources de Santé mentale et bien-être communautaire disponibles pour la communauté LGBTQ2S+. Dans une ressource près de la fin de la liste, il s'agit d'« Adopter votre _____ ».

Santé mentale

Identité de genre

Expression de genre

Bien-être mental

<https://translifeline.org/resource/mental-health-community-wellness/>

Prochaines étapes ?

1. Visitez ChatterHigh.com et créez un compte (les élèves vont faire de même).
2. Vous créez un cours ; les élèves le rejoignent.
3. Regardez les « Modules de pleine conscience ».
4. Commencez le jeu-questionnaire !

Envoyez-nous vos commentaires à
info@chatterhigh.com

