

UN MEILLEUR AVENIR POUR LES JEUNES AU CANADA

# LIVRET STRATÉGIQUE RE-IMAGINE **2024**

Les points de vue des jeunes à propos de

**L'ÉDUCATION  
LA SANTÉ MENTALE  
LES SOINS DE SANTÉ  
LE RACISME ET LA DISCRIMINATION**

Une initiative de défense et de promotion des droits de l'enfant  
d'UNICEF Canada

## UNICEF Canada exprime sa reconnaissance :

Aux jeunes qui ont participé aux séances et qui ont contribué à la rédaction du présent livret stratégique.

### À nos partenaires pour la Journée nationale de l'enfant :

le Programme national de réconciliation d'Aide à l'enfance Canada, la Commission des étudiants du Canada, Equitas, Plan Canada, Repaires jeunesse du Canada, et YMCA Canada.



Nous adressons des remerciements particuliers à Overlap Associates.

### UNICEF Canada remercie la Fondation Lawson d'appuyer nos efforts visant à améliorer le bien-être des enfants et des jeunes au Canada.

UNICEF Canada reconnaît que son travail se fait dans des territoires autochtones dans l'ensemble de « l'île de la Tortue » et s'engage à œuvrer à la réconciliation avec les peuples autochtones. Le bureau national d'UNICEF Canada se trouve sur le territoire ancestral traditionnel de plusieurs Nations, dont les Hurons-Wendat, les Pétuns, les Sénécas et plus récemment, les Mississaugas de New Credit. Ce territoire fait partie du Pacte de la ceinture wampum faisant référence au concept du « bol à une seule cuillère », qui permettait à tous les peuples de partager et de gérer pacifiquement les ressources autour des Grands Lacs. Ce territoire est également couvert par les traités du Haut-Canada. Il accueille aujourd'hui plusieurs Premières Nations, communautés Métis, et peuples inuit, et nous sommes reconnaissants de pouvoir vivre et travailler sur ce territoire.

Also available in English.

Toutes les photos © UNICEF Canada

Des extraits de cette publication peuvent être reproduits avec mention de la source. Les demandes d'utilisation d'extraits plus importants de la publication devraient être adressées à UNICEF Canada.

### Nous suggérons d'employer le format de citation suivant :

UNICEF Canada, 2024. Livret stratégique Ré-imagine, UNICEF Canada, Toronto.

### Pour obtenir plus de renseignements sur UNICEF Canada :

Téléphone : 1 800 567-4483

Courriel : [info@unicef.ca](mailto:info@unicef.ca)

# À PROPOS DE CE LIVRET STRATÉGIQUE

Ce livret représente le travail des participants à l'édition 2024 du Programme jeunesse de défense et de promotion des droits d'UNICEF Canada qui se sont réunis tout au long de l'année pour apprendre, mais aussi échanger des connaissances et des compétences relatives à leurs droits fondamentaux et à la défense de ces droits. Ces jeunes ont retenu quatre enjeux étroitement liés qui les unissent dans leur volonté farouche de bâtir un pays meilleur et un monde différent : **l'éducation, la santé mentale, les soins de santé et le racisme et la discrimination.**

Chaque énoncé présente les points forts du débat mené par les jeunes sur un thème particulier, tel que compris et rédigé par eux. Chaque section présente leurs recommandations aux décideurs, aux adultes alliés et aux autres jeunes, et la manière dont ces derniers peuvent les soutenir dans leurs actions de défense des droits des jeunes. Bien que ces mots soient les leurs et ne représentent pas nécessairement les positions d'UNICEF Canada ou de ses organisations partenaires de la Journée nationale de l'enfant, nous sommes fiers d'offrir cette plateforme pour les points de vue des jeunes sur les questions qui leur tiennent à cœur. Veuillez les lire et les partager avec le plus grand nombre possible de personnes, pour amplifier la voix des jeunes et leurs expériences et les aider à ré-imaginer un avenir plus radieux pour les jeunes du Canada.

Le livret stratégique a été diffusé pour la première fois lors du Sommet de la jeunesse le 20 novembre 2024, en reconnaissance de la Journée nationale de l'enfant et la Journée mondiale de l'enfance.

**Une version numérique du présent livret stratégique est également disponible au [www.unicef.ca/livretstrategiquereimagine](http://www.unicef.ca/livretstrategiquereimagine).**



## TABLES DE MATIÈRES

- 4**  
Pleins feux sur les grandes tendances qui menacent l'avenir de l'enfance
- 5**  
Pleins feux sur U-Report Canada
- 6**  
Un message de la part des défenseurs de la jeunesse
- 7**  
L'éducation
- 12**  
Les soins de santé
- 17**  
La santé mentale
- 21**  
Le racisme et la discrimination
- 25**  
Un message des organisations partenaires de la Journée nationale de l'enfant

# PLEINS FEUX SUR LES GRANDES TENDANCES QUI MENACENT L'AVENIR DE L'ENFANCE

Le rapport La Situation des enfants dans le monde 2024 de l'UNICEF se penche sur trois grandes tendances (les changements climatiques, les technologies perturbatrices et l'évolution démographique) qui façonnent le contexte actuel de l'enfance et sur les répercussions qu'elles auront sur les enfants à l'avenir. Chaque groupe a été invité à choisir la grande tendance qui, selon lui, aurait le plus grand impact sur son sujet et à discuter de la manière dont cette grande tendance affectera l'enfance au cours des 25 prochaines années.



## Les changements climatiques

Les variations considérables observées sur plusieurs décennies concernant la température, les précipitations, la configuration des vents et d'autres aspects du climat, associées à des phénomènes météorologiques plus fréquents et plus intenses, tels que les sécheresses, la chaleur, les incendies de forêt, les inondations et les ouragans/tornades. Les changements climatiques sont également liés à la modification de l'habitat des plantes, des animaux, des insectes et des populations.



# 62 %

des membres de la communauté U-Report sont très préoccupés par l'impact des changements climatiques.

(JANVIER 2024)



## Les technologies perturbatrices

Des innovations qui modifient radicalement le mode de fonctionnement des consommateurs, des industries et des entreprises. Les technologies perturbatrices bousculent les systèmes ou les habitudes qu'elles remplacent. Elles ont généralement des conséquences positives pour certains et négatives pour d'autres, ce qui peut creuser ou atténuer les inégalités. Les technologies perturbatrices actuelles comprennent l'intelligence artificielle (IA), les médias sociaux et celles qui n'ont pas encore été inventées.



# 35 %

des membres de la communauté U-Report estiment que l'IA a une incidence positive dans leur vie quotidienne et leur bien-être.

(AOÛT 2024)



## L'évolution démographique

La manière dont les populations humaines évoluent dans le temps; des modifications de la taille et de la structure des groupes démographiques causées par la fluctuation des taux de natalité, de mortalité et de migration. Par exemple, le Canada se caractérise par une population vieillissante, qui compte un nombre croissant de personnes âgées par rapport aux enfants et aux jeunes adultes. Le taux de natalité n'a cessé de chuter au cours des dernières générations. L'immigration est aujourd'hui le principal moteur de la croissance démographique du pays, mais les populations autochtones augmentent plus rapidement que les autres citoyens nés au Canada. Ces changements s'accompagnent d'exigences différentes en matière de politiques publiques et de budgets.



# 64 %

des membres de la communauté U-Report estiment que les adultes de leur entourage n'obtiennent pas suffisamment de soutien en matière de santé mentale.

(SEPTEMBRE 2022)

## PLEINS FEUX SUR **U-REPORT CANADA**



U-Report est une plateforme de sondage conçue par l'UNICEF pour les jeunes âgés de 13 à 24 ans. Il s'agit d'un moyen unique d'obtenir rapidement et en temps réel l'opinion des jeunes sur les problèmes qui les préoccupent; de comprendre comment différents groupes de jeunes sont affectés par les décisions, les politiques, les services et les événements; et de faire participer les jeunes aux décisions qui les concernent. Il y a plus de 2 000 membres au sein de la communauté U-Report au Canada, et ils se trouvent dans toutes les provinces et territoires.

Pour en savoir plus et vous inscrire à U-Report Canada, visitez le [www.ureportcanada.ca](http://www.ureportcanada.ca).



# UN MESSAGE DE LA PART DES DÉFENSEURS DE LA JEUNESSE

En tant que jeunes activistes pour la défense des droits, nos voix ne sont pas seulement des échos de l'avenir, mais aussi des appels au changement dont nous avons besoin aujourd'hui. Il est temps d'entamer un nouveau chapitre de notre histoire commune, un chapitre au cours duquel les aspirations des jeunes deviennent la force motrice du changement. **L'avenir ne peut pas attendre – et nous non plus.**

Nous avons rédigé le Livret stratégique Ré-Imagine afin de créer une ressource destinée aux jeunes qui veulent faire entendre leur voix et à toutes les personnes qui veulent créer le changement. Nous avons axé nos discussions sur **l'éducation, les soins de santé, la santé mentale, le racisme et la discrimination**. Nous avons discuté de ce qui n'est pas souvent entendu et pris en compte à la table des décideurs et des responsables politiques, et de ce que les jeunes souhaitent voir à l'avenir au Canada et dans le monde. Nous avons exposé nos points de vue uniques et évoqué nos expériences vécues afin d'exprimer nos préoccupations dans le but de recommander des solutions éclairées aux adultes alliés, aux décideurs et aux responsables politiques – parce que **rien de ce qui nous concerne ne peut se faire sans nous.**

**Éducation** : Nous imaginons un Canada où l'éducation permet aux jeunes d'acquérir les connaissances et les compétences nécessaires à la résolution des enjeux mondiaux. Nous proposons un modèle d'éducation fédérale selon lequel les étudiants peuvent se familiariser avec les enjeux nationaux et internationaux et se sentir habilités à défendre l'équité et la justice à l'échelle mondiale.

**Soins de santé** : En 1921, des médecins canadiens ont découvert l'insuline, révolutionnant ainsi la prise en charge du diabète dans le monde entier. Cependant, plus de 100 ans plus tard, les enfants n'ont toujours pas accès au financement et aux ressources essentielles à la prévention et au traitement du diabète qu'ils méritent. Nous nous attaquons à ce problème critique en plaidant pour la mise en place de traitements, de technologies et de financements plus efficaces, afin de garantir que tous les enfants et adolescents atteints de diabète reçoivent des soins de qualité adaptés à leur âge.

**Santé mentale** : La santé mentale touche tous les aspects de notre vie, mais beaucoup d'entre nous ont du mal à en parler ou à obtenir l'aide requise. Tous les citoyens devraient bénéficier d'un accès immédiat aux services dont ils ont besoin en matière de santé mentale, quels que soient leurs antécédents et leur état de santé. Notre objectif consiste à veiller à ce que personne ne soit laissé pour compte et à mettre fin à la stigmatisation entourant la santé mentale.

**Racisme et discrimination** : À l'heure actuelle, le milieu de travail demeure le lieu de prédilection du racisme et de la discrimination envers les personnes autochtones, noires et de couleur (PANDC) au Canada, qu'il s'agisse de discrimination interpersonnelle ou de racisme structurel à l'origine de disparités économiques. Alors que le Canada devient de plus en plus diversifié, nous devons procéder à des changements radicaux en faveur des enfants et des jeunes qui entrent sur le marché du travail, afin de s'assurer que les travailleurs de tous âges et de toutes origines puissent s'épanouir, à l'abri des facteurs de stress liés à la discrimination et à l'oppression raciale.

Aux lecteurs de ce Livret stratégique, **maintenant que vous disposez de cette ressource, qu'allez-vous en faire?**

Cordialement,

**Les jeunes du Programme jeunesse de défense et de promotion des droits 2024 d'UNICEF Canada**

# L'ÉDUCATION



## L'état actuel de l'éducation

Les jeunes d'aujourd'hui forment la génération de la mondialisation. Avec 1,8 milliard de jeunes âgés actuellement de 10 à 24 ans, la population mondiale des jeunes est la plus nombreuse de l'histoire (Fonds des Nations Unies pour la population [UNFPA], 2014). Les jeunes sont plus interconnectés que jamais, ce qui rend beaucoup plus accessible la possibilité de prendre part aux questions sociales dans les régions du monde entier.

Le Canada est une nation multiculturelle, et notre système d'éducation devrait le refléter. Nous n'avons pas besoin de regarder au-delà de nos propres frontières pour constater des problèmes d'inégalité. Pourtant, l'apprentissage des questions plus larges en matière de développement durable permettra aux jeunes leaders d'intervenir sur des problèmes qui se posent tant dans le contexte canadien que dans le contexte mondial plus vaste. L'éducation des étudiants canadiens du secondaire sur des enjeux mondiaux, guidée par les objectifs de développement durable (ODD), est essentielle pour favoriser une citoyenneté mondiale et une sensibilisation dans le monde interconnecté d'aujourd'hui. L'apprentissage des privilèges que nous possédons en tant que jeunes au Canada est essentiel au perfectionnement des dirigeants de demain. Si nous sommes mieux informés sur des domaines complexes qui, ensemble, contribueront à engendrer la paix et la prospérité, nous pourrions être de meilleurs partenaires mondiaux.

L'article 93 de la Loi constitutionnelle de 1867 stipule que chaque Canadien a droit à l'éducation (Gouvernement du Canada, 2024). Il est de notre devoir de veiller à ce que ce qui est enseigné prépare les étudiants et leur donne les moyens d'aller dans le monde et de combler les lacunes qu'ils jugent importantes. Enseigner à la nouvelle génération les affaires mondiales, notamment l'accès à une éducation de qualité, les changements climatiques, la justice sociale et l'équité, amènera les jeunes à se montrer solidaires avec les personnes les plus touchées par les inégalités et les troubles sociaux. Actuellement, il n'existe pas de modèle standard qui garantit que les jeunes acquièrent des connaissances sur les questions clés qui nous concernent tous d'une manière ou d'une autre. Nous ne sommes donc pas préparés à aborder de telles questions, dont la résolution incombera à notre génération. Les enseignements sur les changements climatiques, l'équité entre les genres et la justice sociale dispensés dans les salles de classe peuvent nous offrir l'orientation nécessaire pour mettre en œuvre des changements significatifs. Un cadre fédéral fournira les outils nécessaires pour faciliter le militantisme et les changements dans le monde (Oxfam, 2015).

## Comment les jeunes font face aux enjeux liés à l'éducation

Les enjeux à grande échelle tels que les changements climatiques et l'équité entre les genres peuvent sembler si complexes que les jeunes ne savent pas comment commencer à les aborder. Beaucoup de jeunes sont conscients de l'impasse dans laquelle nous nous trouvons, mais se sentent impuissants. La géographie physique du Canada peut aussi freiner la participation des jeunes à l'engagement mondial. Les jeunes ont généralement l'impression d'être trop éloignés des problèmes en question, ou qu'un enjeu ne les concerne pas, parce qu'ils ne subissent pas les répercussions directes d'un développement inéquitable. Les jeunes peuvent aussi se sentir trop dépassés pour entreprendre un travail de sensibilisation, par exemple dans le cas d'une écoanxiété liée aux changements climatiques (BJPsych Bulletin, 2021). L'anxiété climatique peut soit motiver les jeunes à entreprendre une intervention environnementale, ou elle peut au contraire entraver leur écoaction par un sentiment de désespoir face aux conséquences de la dégradation de l'environnement.

Une solide éducation en matière de citoyenneté mondiale et d'engagement peut contribuer à atténuer ces sentiments. Les défis liés au travail dans le domaine du développement mondial peuvent avoir une incidence négative sur la santé mentale des personnes travaillant sur le terrain. Toutefois, si les jeunes reçoivent des conseils sur les stratégies à adopter pour éviter l'épuisement, la fatigue et un sentiment de désespoir, ils seront mieux préparés à poursuivre leurs objectifs et leurs ambitions. La mondialisation nous a étroitement liés aux nations du monde entier. Ces liens ne nous soustraient pas aux défis qui se posent à l'extérieur de nos frontières, comme les zones de conflit, car nous serons à jamais interreliés par des processus économiques, sociaux et politiques. Le moment est venu de faire preuve de solidarité à l'égard des personnes moins avantagées que nous.

Les expériences vécues sont façonnées par tant de facteurs : la situation géographique, les paysages politiques de notre collectivité, la capacité d'accéder à du soutien auprès de nos institutions publiques, l'identité raciale et le genre. La manière dont ces facteurs et d'autres définissent notre identité varie selon les pays. Différents groupes de jeunes sont touchés de manière disproportionnée par des enjeux mondiaux, reflétant souvent les facteurs qui façonnent nos expériences vécues. Les façons dont les personnes sont touchées par un enjeu dans le cadre des objectifs de développement durable reflètent des schémas d'inégalité plus larges.

Tout d'abord, il est nécessaire de s'informer sur les inégalités systémiques et sur la manière dont elles se manifestent dans les sociétés. Par exemple, les jeunes Autochtones sont marginalisés au Canada en raison de l'histoire de la colonisation du pays et de l'oppression des communautés autochtones. Partout dans le monde, les jeunes dont l'identité est marginalisée peuvent être confrontés à des répercussions plus importantes en lien avec un problème social donné, puisque leurs communautés sont déjà sujettes à des inégalités systémiques. Les jeunes vivant dans des régions marginalisées et manquant de ressources n'ont souvent pas accès aux ressources éducatives qui favorisent la compréhension des enjeux mondiaux ou du développement durable; ce qui limite leur capacité à prendre part à des solutions. Par ailleurs, le genre joue un rôle important; les jeunes femmes, plus particulièrement celles vivant dans des contextes défavorisés ou en développement, peuvent être confrontées à des obstacles supplémentaires comme la discrimination fondée sur le genre. Ceci peut limiter leur participation aux discussions et à la prise de décisions sur les enjeux mondiaux. Voilà autant d'obstacles plausibles auxquels les jeunes font face dans leurs efforts d'apprentissage de la citoyenneté mondiale.

En sachant que l'éducation au Canada est bien établie et constitue une priorité nationale, nous demandons que l'apprentissage de la justice sociale et de l'équité soit mis en avant dans nos salles de classe. Cela découle de la capacité que nous avons de favoriser des conversations ouvertes et sécuritaires sur des sujets que les jeunes considèrent comme extrêmement importants, tant au Canada qu'à l'étranger. Puisque les jeunes Canadiens ont le droit d'accéder à l'éducation, il est donc de notre devoir de veiller à leur proposer des programmes d'études qui les aideront à s'engager sur la voie de la citoyenneté mondiale.



**Je ne crois pas que l'éducation soit équitablement accessible au Canada, car de nombreux groupes de jeunes continuent d'être victimes d'inégalités et de discriminations au sein des structures sociales, y compris dans les écoles. »**

– Membre de la communauté U-Report, septembre 2024





# RECOMMANDATIONS

## AUX JEUNES

Les jeunes ont la possibilité d'interagir sur des enjeux mondiaux à différentes échelles et capacités : dans leur établissement d'enseignement, au sein de leurs collectivités et par leur soutien à des initiatives à l'étranger. L'engagement à l'échelle mondiale en vue de devenir de meilleurs citoyens du monde se manifestera dans de nombreux contextes, par des jeunes du Canada et du monde entier qui ont à cœur de rendre le monde plus équitable. Il est essentiel que nous agissions collectivement, car ce sont tous les jeunes, sans distinction géographique, qui nous mèneront vers un avenir plus prospère.

- **Prôner des changements politiques** : Les jeunes peuvent s'engager auprès des décideurs en matière d'éducation, des conseils scolaires et des gouvernements locaux afin de promouvoir l'inclusion de sujets mondiaux dans les programmes d'études scolaires. Ils peuvent façonner leur scolarisation de manière à y inclure des sujets qu'ils considèrent comme essentiels.
- **Adhérer à des clubs préconisant les objectifs de développement durable** : Les jeunes peuvent participer activement à la sensibilisation des élèves à une citoyenneté mondiale, en créant des clubs sur les ODD dans les écoles. Dans ces clubs, les jeunes peuvent sensibiliser, défendre et accompagner leurs pairs en matière d'ODD et de citoyenneté mondiale.
- **Promouvoir l'éducation par les pairs** : L'éducation des pairs par les jeunes est une approche puissante de promotion de la sensibilisation aux ODD et à la citoyenneté mondiale. Apprendre sur les expériences vécues par d'autres jeunes et sur ce qui les pousse à se passionner pour un sujet en particulier peut faciliter la mise en place d'environnements d'apprentissage favorables.
- **Tirer parti des médias sociaux et des plateformes numériques** : À l'ère numérique d'aujourd'hui, les médias sociaux procurent aux jeunes un outil puissant de sensibilisation et de mobilisation à l'égard des objectifs de développement durable. L'utilisation de l'espace numérique pour s'informer sur les inégalités et les initiatives prises pour y remédier aidera les jeunes Canadiens à façonner leurs aptitudes en matière de défense des droits et de leadership.

## AUX ADULTES ALLIÉS

Les adultes alliés peuvent jouer un rôle de premier plan dans le soutien de l'intégration de la citoyenneté mondiale dans les salles de classe au Canada. En prenant l'initiative de devenir des citoyens ouverts sur le monde, vous pouvez favoriser des environnements inclusifs pour les jeunes afin qu'ils commencent à façonner leur compréhension du monde et de la manière dont leur parcours peut contribuer à améliorer la vie des personnes qui se trouvent à proximité ou loin d'eux.

- **Prôner l'intégration de programmes d'études** : Faire pression pour favoriser un changement systémique, en soutenant l'intégration d'une citoyenneté mondiale dans les programmes d'études nationaux et provinciaux. Collaborer avec les conseils scolaires, les ministères provinciaux de l'Éducation et les décideurs politiques pour veiller à ce qu'un volet sur les ODD fasse partie intégrante de l'apprentissage des jeunes.
- **Soutenir le leadership des jeunes** : Créer des espaces permettant aux étudiants de mener des initiatives liées à la citoyenneté mondiale. Le soutien aux clubs, conseils d'élèves et activités parascolaires dirigés par des jeunes, qui sont axés sur le développement durable, la justice sociale, l'égalité des genres et le service communautaire, permet aux jeunes de s'approprier leur formation et leur militantisme.
- **Créer une culture de durabilité et de responsabilité sociale** : Encourager une culture scolaire qui reflète les valeurs d'une citoyenneté mondiale en promouvant des pratiques de développement durable dans les écoles et les salles de classe. Lorsque les étudiants voient leur école mettre en pratique les principes des ODD, ils sont plus enclins à intérioriser ces valeurs et à les appliquer dans leur propre vie.
- **Promouvoir l'équité et l'inclusion** : Veiller à ce que l'éducation soit inclusive et accessible à tous les étudiants, sans égard à leur milieu d'origine. Il s'agit notamment de s'attaquer aux obstacles rencontrés par les groupes marginalisés qui peuvent affronter les défis mondiaux différemment.
- **Préconiser la discussion** : Les partenaires adultes devraient encourager les jeunes, à quelque titre que ce soit, à découvrir les enjeux mondiaux, et les soutenir pour qu'ils se forment leurs propres opinions. Pour ce faire, vous pouvez proposer des ressources informationnelles, orienter des conversations ouvertes et permettre aux jeunes d'exprimer des points de vue différents des vôtres.

# RECOMMANDATIONS

## AUX DÉCIDEURS

Les décideurs ont la capacité la plus directe d'influencer les programmes d'études et les objectifs d'apprentissage au sein des systèmes d'éducation canadiens. Leur soutien à la promotion d'une citoyenneté mondiale et de l'engagement des jeunes est primordial.

Votre soutien à la promotion de la citoyenneté mondiale et de l'engagement des jeunes peut se traduire comme suit :

- **Intégrer les objectifs de développement durable (ODD) dans les programmes d'études :** La création de modèles d'apprentissage interdisciplinaires et axés sur l'action est essentielle dans le cadre d'une intégration d'une pensée mondiale dans l'éducation. En reliant des sujets comme le genre, l'éducation et les inégalités sociales, les élèves peuvent s'attaquer à des problèmes du monde réel et travailler sur des solutions pertinentes. Pour ce faire, les décideurs devraient exiger que des sujets mondiaux soient intégrés dans les programmes d'études nationaux et provinciaux. Cela pourrait comprendre la mise à jour des programmes pour y inclure les thèmes des ODD ou la création de cours consacrés aux enjeux mondiaux.
- **Assurer le perfectionnement professionnel des éducateurs :** Un obstacle important à la réussite de la mise en œuvre des apprentissages sur les objectifs de développement durable est le fait que de nombreux éducateurs ne disposent peut-être pas des connaissances ou de la confiance nécessaires pour enseigner ces sujets de manière efficace. Les décideurs devraient attribuer du financement et des ressources aux programmes de perfectionnement professionnel qui forment les enseignants sur les ODD et la citoyenneté mondiale et qui proposent des approches pédagogiques pour l'enseignement de défis mondiaux complexes.
- **Intégrer la voix et le leadership des jeunes dans la prise de décisions :** Les jeunes devraient être considérés comme des partenaires dans le façonnement de l'avenir de l'éducation, surtout lorsqu'il est question d'enjeux qui ont une incidence directe sur leur vie. Pour les sujets qui relèvent de ce domaine, les décideurs devraient faire participer activement les jeunes au processus de conception et de mise en œuvre des programmes d'études de portée mondiale.
- **Augmenter le financement des projets en lien avec les objectifs de développement durable menés par des jeunes :** Les décideurs peuvent jouer un rôle déterminant en consacrant davantage de financement et de soutien aux initiatives menées par les jeunes qui répondent aux préoccupations urgentes en lien avec les ODD, qui favorisent l'inclusion sociale et qui donnent aux jeunes les moyens d'agir.
- **Collaborer avec le ministère de l'Éducation et d'autres organisations :** Le gouvernement peut favoriser davantage de partenariats avec des organisations comme l'UNICEF et Plan Canada, afin d'améliorer les initiatives pédagogiques liées aux objectifs de développement durable, en facilitant le perfectionnement professionnel, en fournissant des ressources et en évaluant les retombées.



### Près d'une personne sur trois

parmi les membres de la communauté U-Report estime que les gouvernements nationaux devraient être les principaux responsables de la garantie d'une éducation de qualité pour chaque enfant.

(SEPTEMBRE 2024)

# LES GRANDES TENDANCES



## Grande tendance : les changements climatiques

Les changements climatiques ont des répercussions sur les jeunes du monde entier de différentes façons. Au cours des 25 prochaines années, il sera de plus en plus important de comprendre les processus dynamiques du réchauffement planétaire. Cette question est transsectorielle, ce qui signifie qu'elle concerne de nombreuses autres facettes de la vie quotidienne. Les changements climatiques sont l'une des questions les plus urgentes auxquelles nos systèmes de gouvernance devront s'attaquer au cours de ce siècle. Les jeunes saisissent l'ampleur du problème et sont déjà activement engagés dans l'action climatique. Aujourd'hui plus que jamais, il est important que les jeunes reçoivent une éducation solide sur le sujet, avec des preuves scientifiques à l'appui. Les changements climatiques ont été politisés et les discours ont été faussés; par conséquent, une réforme systématique complète est nécessaire pour traiter adéquatement les causes fondamentales de notre catastrophe climatique. Il est donc important d'explorer en profondeur cet enjeu dans le cadre des salles de classe afin que les jeunes puissent être mieux outillés pour s'engager avec les parties prenantes et orienter leurs actions d'une manière qu'ils jugent appropriée, en connaissant les données probantes en la matière. Les discussions sur les changements climatiques pourraient amener les jeunes étudiants à réorienter leurs objectifs de carrière vers des domaines tels que les sciences de l'environnement, les énergies renouvelables ou l'entrepreneuriat social, à mesure qu'ils reconnaissent la nécessité de trouver des solutions aux problèmes planétaires.



# LES SOINS DE SANTÉ



## L'état actuel des soins de santé

L'accès à des services de santé de qualité constitue un droit fondamental de la personne qui influe sur sa qualité de vie et son bien-être (DHHS, 2020). Les membres de notre groupe qui se sont penchés sur les soins de santé plaident en faveur de pratiques adaptées aux enfants dans la prestation des services afin que ceux-ci ressentent moins d'anxiété dans les établissements de soins et accèdent aux soins au sein d'un environnement sûr et encourageant. Nous estimons que le confort et l'autonomie de l'enfant dans le cadre de l'administration de ses soins ne sont pas suffisamment pris en compte et nous souhaitons souligner l'importance de cet enjeu.

En 1921, des médecins canadiens ont découvert l'insuline, révolutionnant ainsi la prise en charge du diabète (Parcs Canada, 2021). Aujourd'hui, plus de 100 ans plus tard, les enfants atteints de diabète n'ont toujours pas accès au financement et aux ressources qu'ils méritent. Bien que la prévalence du diabète sucré de type 2 (DT2) chez les enfants soit demeurée historiquement faible, elle a augmenté de manière considérable à l'échelle mondiale au cours des 20 dernières années (Diabète Canada, s.d.). Nous croyons en un avenir où les enfants canadiens pourront obtenir les soins dont ils ont besoin, au moment où ils en ont besoin, là où ils en ont besoin, et d'une manière adaptée à leur âge.

Le diabète sucré de type 1 (DT1) se caractérise par l'incapacité de l'organisme à produire de l'insuline, l'hormone nécessaire à l'absorption du glucose (sucre) et à son utilisation comme source d'énergie. On parle de DT2 lorsque l'organisme continue de produire l'hormone nécessaire, mais qu'il n'en produit pas suffisamment et/ou qu'il ne l'utilise pas aussi bien (Diabète Canada, s.d.). Bien que les deux maladies aient des composantes génétiques, le DT2 est étroitement lié à des facteurs de mode de vie tels que l'alimentation et l'activité physique (Diabète Canada, s.d.).

Le contrôle de la glycémie visant à garantir des niveaux sûrs consiste en des piqûres quotidiennes au doigt, et pour ceux qui ont besoin d'insuline comme médicament (DT1 et DT2 insulino-dépendants), davantage d'aiguilles sont alors nécessaires pour l'administrer (Panagiotopoulos et coll., 2018). Les enfants méritent les outils, les ressources et l'aide nécessaires pour prévenir le DT2 et contrôler le DT1 et le DT2 de façon sûre et confortable.

## Comment les jeunes font face aux enjeux liés aux soins de santé

Lorsqu'ils sont atteints de DT2, les enfants du monde entier sont confrontés à de nombreux problèmes de santé physique et mentale, tels que le stress et l'anxiété (Sellers et coll., 2022). Selon la Clinique Mayo (2023), les enfants atteints de DT2 sont plus susceptibles de développer des maladies du cœur et des vaisseaux sanguins, des lésions nerveuses, des lésions rénales, des lésions oculaires et même de l'ostéoporose. Les problèmes cognitifs liés au diabète ont des répercussions sur les capacités d'apprentissage, la mémoire, le traitement, la perception et la concentration des enfants (Diabetes UK, s.d.).

Au Canada, aucune province ni aucun territoire ne couvre la surveillance continue du glucose chez les enfants atteints de DT2 non insulino-dépendant (Diabète Canada, 2021). Au Canada, le coût annuel d'un moniteur de glucose en continu varie de 2 000 à 6 000 dollars, selon que le moniteur est balayé par intermittence ou qu'il fournit des données en continu (Diabète Canada, 2021). Comme on estime que deux enfants sur trois ont peur des aiguilles, le moniteur de glucose en continu offre une solution de rechange aux multiples piqûres quotidiennes et permet de surveiller plus régulièrement les valeurs de glycémie (National Institute for Health and Care Excellence, 2023; Diabète Canada, 2021). Cela permet aux enfants de vivre une expérience plus positive, les encourage à mieux connaître leur maladie et les aide à jouer un rôle plus indépendant et autonome dans la prestation des soins (Manfredo et coll., 2023).

Outre les complications physiques associées au diabète, les jeunes atteints de DT2 sont souvent confrontés à la stigmatisation, car leurs responsables parentaux ou eux-mêmes sont généralement blâmés pour leur état, même s'ils étaient prédisposés en raison de circonstances indépendantes de leur volonté (Wang et Chen, 2020). Il est essentiel de noter que si le DT2 peut être évité ou retardé grâce à des modifications du mode de vie, de nombreux patients le développent en raison de pathologies ou de médicaments différents, ou parce qu'ils se trouvent dans un environnement qui ne leur permet pas de choisir des options plus saines (Gonzalez et Peyrot, 2021). Les soins relatifs au DT2 peuvent coûter à un individu jusqu'à 10 014 dollars par année en frais remboursables, soit 7 % du revenu d'une famille moyenne (Diabète Canada, n.d.a). De plus, les jeunes vivant en milieu rural ont moins accès aux soins spécialisés et les visites en clinique coûtent plus cher (U.S. Department of Health and Human Services, 2020).

Au Canada, les enfants autochtones représentent 44 % des nouveaux diagnostics de DT2 chez l'enfant, les groupes ethniques de l'Afrique, de l'Asie occidentale et de l'Asie méridionale y étant également plus prédisposés (Diabète Canada, s.d.). Ces groupes ont besoin d'une surveillance plus fréquente de la glycémie et d'un accès plus vaste aux services qui leur permettent d'être dépistés à intervalles réguliers pour des symptômes ou des affections telles que le prédiabète et le syndrome métabolique, qui peuvent augmenter la probabilité de développer un DT2 (ASPC, 2023). Ces groupes connaissent souvent des difficultés d'accès aux soins de santé nécessaires en raison de leur situation géographique, et nombre d'entre eux ne reçoivent pas les soins culturellement adaptés dont ils ont besoin pour instaurer la confiance et respecter le traitement (CMA, 2022).



# 50 %

des membres de la communauté U-Report déclarent avoir rencontré des obstacles à la participation en raison d'un manque d'accessibilité ou d'accommodement pour leur handicap, ou connaître une personne qui a vécu une telle expérience.

(JUILLET 2023)

# RECOMMANDATIONS

## AUX JEUNES

Les enfants et les jeunes du Canada prennent chaque jour de nombreuses décisions qui ont des répercussions sur leur santé physique et mentale, tant dans l’instant présent qu’en aval, des années plus tard. Nos expériences uniques sont essentielles à un avenir marqué par des enfants en bonne santé qui deviendront des adultes en bonne santé. Cela commence avec nous aujourd’hui.

- **S’exprimer** : Il ne faut pas avoir peur d’évoquer ses besoins physiques et psychosociaux. Il s’agit d’exploiter ces occasions pour sensibiliser les gens, encourager les autres à communiquer ce qu’ils ressentent et promouvoir un dialogue constructif ainsi qu’une compréhension mutuelle.
- **Connaître ses droits** : Connaître ses droits en tant qu’enfant et patient, et apprendre comment soutenir les droits des autres. Il s’agit de s’impliquer dans la recherche ou la défense du diabète en tant que jeune défenseur et s’adresser aux décideurs de sa communauté et d’ailleurs.
- **Sensibiliser la population** : Encourager les connaissances en matière de santé et la sensibilisation des pairs au sein des communautés, et éliminer la stigmatisation liée au DT2 par le biais de la défense des intérêts des personnes concernées.
- **Faire des choix sains** : Il est essentiel d’adopter un mode de vie santé! Cela peut consister à faire de l’activité physique, à choisir des aliments sains et à prendre soin de soi.

## AUX ADULTES ALLIÉS

Nous, les enfants et les jeunes, comptons sur le soutien de nos adultes alliés pour faire entendre notre voix par le biais d’une intervention directe et d’un plaidoyer intentionnel. Ensemble, nous sommes plus forts et pouvons travailler collectivement à un avenir plus sain pour tous.

- **Tendre la main aux décideurs** : Soutenir les enfants et les jeunes en s’adressant aux décideurs de sa communauté et d’ailleurs pour souligner la nécessité d’un dépistage, d’une reconnaissance et d’un traitement précoces du diabète de type 2 survenant au cours de l’enfance.
- **Appuyer les initiatives** : Soutenir et mener des initiatives au sein des écoles visant à sensibiliser le public et/ou à collecter des fonds pour la prévention et le traitement du diabète de type 2.
- **Encourager la santé** : Les personnes qui s’occupent des enfants et des jeunes ou qui travaillent avec eux doivent les inciter à faire des choix sains, à prendre soin d’eux-mêmes et à mener une vie active. Il s’agit de fournir aux enfants et aux jeunes en milieu médical et éducatif les connaissances nécessaires pour comprendre leur corps et prendre soin d’eux-mêmes.
- **Favoriser les environnements de soutien** : Promouvoir un environnement favorable aux enfants vivant avec le diabète en écoutant leurs expériences et en leur offrant une place à la table des décisions.
- **Établir des liens avec les ressources** : Mettre les jeunes et les parents en contact avec les ressources physiques et éducatives nécessaires pour faire des choix de vie sains et reconnaître les signes qui aident à la détection précoce du DT2.



Je pense que le problème n’est pas le manque d’information. C’est plutôt l’absence de confiance. Pour instaurer la confiance, l’engagement communautaire est nécessaire. »

– Membre de la communauté U-Report, 2024



# RECOMMANDATIONS

## AUX DÉCIDEURS

Les déterminants sociaux et économiques de la santé, ainsi que les facteurs politiques, désavantagent systématiquement les groupes qui méritent l'équité. Nous exhortons les décideurs à travailler avec les jeunes d'aujourd'hui et à utiliser leur pouvoir pour le bien par le biais de changements de politiques et d'actions qui permettent aux enfants et aux jeunes d'obtenir les soins dont ils ont besoin, au moment et à l'endroit où ils en ont besoin, d'une manière qui soit adaptée à leur stade de croissance.

- **Créer un plan national** : Mettre en place un plan national de détection précoce, de reconnaissance et de prise en charge des enfants atteints de DT2, en plaçant davantage l'accent sur les groupes défavorisés et en leur allouant un plus grand nombre de ressources.
- **Élaborer des programmes de sensibilisation ciblés** : Concevoir des programmes de sensibilisation axés sur les enfants et les jeunes autochtones issus des zones urbaines, nordiques et rurales, portant sur la prévention et la prise en charge du diabète de type 2.
- **Investir dans la surveillance nationale** : Financer la surveillance nationale de l'obésité, du syndrome métabolique et du diabète de type 2 chez les enfants canadiens.
- **Investir dans des organisations** : Allouer des fonds à des organisations qui se consacrent à la sensibilisation au diabète, à sa prévention et à son traitement.
- **Promouvoir la collaboration interdisciplinaire** : Faciliter la collaboration interdisciplinaire entre les jeunes, les écoles, les infirmières et infirmiers, les médecins et les spécialistes du diabète.
- **Intégrer la littératie relevant du domaine de la santé** : Incorporer les concepts de littératie en matière de santé à l'éducation de manière précoce et permanente, en insistant sur l'importance d'un mode de vie sain grâce à l'activité physique, à l'alimentation, à la compréhension des systèmes et des fonctions du corps, et à l'optimisation de la santé mentale.



# 39 %

des membres de la communauté U-Report estiment qu'il est très important d'avoir le soutien d'autres personnes pour les aider à manger sainement.  
(JUILLET 2022)

# LES GRANDES TENDANCES



## Grande tendance : l'évolution démographique

Le vieillissement de la population canadienne s'accompagne d'une baisse des taux de natalité (Statistique Canada, 2024). Nous estimons que cela pourrait entraîner un changement majeur quant aux priorités accordées aux groupes démographiques en matière d'accessibilité et de soins de santé. Étant donné que les peuples autochtones constituent la population qui connaît la croissance la plus rapide au Canada et que 44 % des nouveaux diagnostics de DT2 chez l'enfant concernent des enfants autochtones, un meilleur accès à la prévention et au traitement est nécessaire dès maintenant, tant pour les enfants et les jeunes autochtones vivant en milieu urbain que pour ceux issus des communautés nordiques et rurales (Panagiotopolous et coll., 2024).

Toutes les trois minutes, une personne au Canada reçoit un diagnostic de DT2, et l'on prévoit que la prévalence du diabète (type 1 et type 2) augmentera de 26 % d'ici 2033 (Diabète Canada, s.d.). Le coût annuel moyen du traitement du diabète au sein de notre système de santé est de 15 milliards de dollars canadiens, et ce coût ne fera qu'augmenter, car les enfants reçoivent un diagnostic et ont besoin d'interventions plus tôt au cours de leur vie (ASPC, 2023). En prévenant dès maintenant le DT2 chez l'enfant, nous favorisons un meilleur mode de vie, nous contribuons à réduire les taux de maladies chroniques évitables et nous réduisons la pression exercée sur les ressources de soins de santé, ce qui permet d'allouer un financement accru à la prise en charge du diabète et d'établir des priorités de manière appropriée (ASPC, 2023).





# LA SANTÉ MENTALE



## L'état actuel de la santé mentale

La santé mentale des jeunes est devenue un enjeu majeur qui exige une attention immédiate. Les jeunes d'aujourd'hui subissent une pression intense, non seulement sur le plan pédagogique, mais aussi en raison de la présence constante des médias sociaux et de la menace imminente que laissent planer les changements climatiques. Ces facteurs combinés ont entraîné une augmentation inquiétante de l'anxiété et de la dépression chez les jeunes. Au Canada seulement, une jeune personne sur cinq vit un problème de santé mentale (Association canadienne pour la santé mentale) et, à l'échelle mondiale, ceux-ci représentent 16 % du fardeau total de la maladie chez les adolescents. Et malheureusement, la pandémie de COVID-19 n'a fait qu'exacerber leurs sentiments d'isolement, d'anxiété et de désespoir (Gouvernement du Canada).

Le manque d'accès aux ressources en matière de santé mentale est l'un des principaux obstacles aux soins dans ce domaine. Au Canada, les délais d'attente pour obtenir des services de consultation se prolongent souvent pendant des mois, ce qui prive de nombreuses personnes d'un soutien opportun. Pire encore, la stigmatisation qui entoure la santé mentale empêche d'innombrables jeunes de chercher l'aide qui leur est nécessaire.

Nous ne pouvons pas nous permettre de tarder à agir. En réclamant une amélioration des ressources en santé mentale, une éducation exhaustive et un renforcement des systèmes de soutien, nous pouvons donner aux jeunes les moyens de relever ces défis. Pour accorder la priorité à leur bien-être mental, il ne s'agit pas uniquement de remédier à la crise actuelle; il faut aussi veiller à ce que l'avenir soit plus sain et plus résilient pour tout le monde.



# 34 %

des membres de la communauté  
U-Report perçoivent  
négativement leur santé mentale,  
comparativement à il y a un an.  
(JANVIER 2024)

## Les défis posés par la santé mentale qui guettent les jeunes d'aujourd'hui

Les problèmes de santé mentale ont une incidence considérable sur les jeunes Canadiens. Ils affectent non seulement les individus, mais aussi leur famille et leur communauté. Les sentiments d'anxiété, de dépression et de solitude découlent des pressions exercées par les études, les médias sociaux et la stigmatisation de la santé mentale. Ces difficultés peuvent créer un certain désespoir, qui amène plusieurs jeunes à se sentir dépassés et à ne pas savoir vers qui se tourner pour obtenir de l'aide. Dans une société qui donne souvent la priorité à la réussite et à l'accomplissement, la détérioration du bien-être mental peut entraîner un cycle de pensées et de comportements négatifs, qui ne fait qu'intensifier leurs difficultés. Il est essentiel de reconnaître que la santé mentale n'est pas seulement une question individuelle, mais une question sociétale qui appelle une action et une compréhension collectives.

La nature compétitive de l'éducation, associée aux attentes élevées des écoles et des familles, conduit à l'anxiété et à la dépression chez les jeunes. Sous l'effet de cette pression, il est souvent difficile pour les élèves de concilier vie scolaire et vie personnelle, ce qui entraîne des difficultés de concentration et, en fin de compte, une baisse des résultats scolaires. Plusieurs élèves risquent de prendre du retard, voire d'abandonner leurs études, car leurs efforts ne suffisent pas à gérer le stress. Qui plus est, les médias sociaux créent des normes irréalistes qui leur font douter de leur propre valeur et aggravent davantage leurs problèmes de santé mentale.

Ces défis sont exacerbés par la stigmatisation qui entoure la santé mentale et qui empêche un grand nombre de jeunes de demander de l'aide par crainte qu'on les juge. Cette réticence à demander de l'aide peut entraîner un sentiment d'isolement et les enfermer dans un cycle douloureux où ils souffrent en silence. La culture du silence qui caractérise les questions de santé mentale peut entraver les discussions qui sont essentielles pour réduire la stigmatisation et favoriser la compréhension. Les conversations ouvertes sur la santé mentale permettent non seulement de valider les expériences des personnes qui éprouvent des difficultés, mais aussi d'encourager les autres à exprimer leurs problèmes pour ainsi créer un environnement plus solidaire.

Une santé mentale précaire peut perturber les relations sociales et compromettre le sentiment de bonheur en général. Dans les cas les plus graves, les problèmes de santé mentale qui ne sont pas traités peuvent conduire

à l'automutilation ou à des pensées suicidaires, deux conséquences extrêmement préoccupantes. Le suicide est l'une des principales causes de décès chez les jeunes Canadiens, ce qui place au premier plan le besoin urgent de meilleures ressources en santé mentale. Ces défis sont vécus différemment selon les groupes de jeunes, car des facteurs tels que le statut socio-économique, l'origine ethnique, le genre et l'orientation sexuelle y jouent un rôle déterminant. Les communautés marginalisées sont souvent confrontées à des obstacles supplémentaires pour accéder aux services en santé mentale, tels que la stigmatisation culturelle et le manque de représentation. Les jeunes autochtones du Canada, par exemple, connaissent des taux élevés de problèmes de santé mentale en raison de traumatismes historiques et d'une marginalisation constante (NCBI), aggravés par des obstacles tels que la stigmatisation culturelle, le manque de représentation dans les soins de santé, l'isolement géographique et les défis socio-économiques. L'ensemble de ces facteurs rend l'accès aux soins plus difficile, ce qui souligne la nécessité de mettre en place des initiatives axées sur la santé mentale.

Les communautés neurodivergentes sont souvent confrontées à des défis uniques en matière de santé mentale qui nécessitent une attention particulière pour comprendre les améliorations à apporter aux services de santé mentale et à nos connaissances sur la neurodiversité. Il est essentiel de reconnaître ces questions d'équité pour saisir les diverses expériences des jeunes et élaborer des stratégies de soutien efficaces. Il est important de créer des espaces où les jeunes individus se sentent soutenus et compris. La mise en place de ces systèmes de soutien réduit les stéréotypes et la stigmatisation entourant les problèmes de santé mentale.



# 44 %

des membres de la communauté U-Report déclarent avoir été victimes de cyberintimidation ou d'interactions négatives en ligne qui ont affecté leur santé mentale.

(JANVIER 2024)

# RECOMMANDATIONS

## AUX JEUNES

Pour aborder les questions de santé mentale de façon efficace, il est important que les jeunes se soutiennent mutuellement et prennent des mesures actives au sein de leur communauté. En prenant ces mesures, ils peuvent créer un environnement positif qui soutient la santé mentale et encourage les autres à demander de l'aide.

- **Participer à la vie de la communauté** : Adhérer à des clubs ou à des programmes et faire du bénévolat auprès d'organismes locaux afin de constituer un réseau de personnes sur lesquelles compter et qui peuvent apporter leur aide en cas de besoin.
- **Partager les ressources** : Veiller à ce que les camarades sachent où trouver des ressources en santé mentale et des services de soutien.
- **Entamer des conversations** : Organiser ou participer à des discussions sur la santé mentale en vue de sensibiliser le public et de réduire la stigmatisation.
- **Apporter un soutien** : Prendre régulièrement des nouvelles des camarades, écouter leurs préoccupations et les encourager à demander de l'aide si nécessaire.

## AUX ADULTES ALLIÉS

Les jeunes ont plus que jamais besoin de votre soutien, mais ne savent souvent pas comment s'y prendre pour demander de l'aide ou en trouver. Il est essentiel que les adultes s'informent et créent un espace sans jugement. En prenant ces mesures, vous pouvez aider les jeunes à s'orienter sur la voie de la santé mentale et à bénéficier d'un soutien.

- **Se renseigner** : S'informer sur les problèmes de santé mentale pour mieux comprendre ce que vivent les jeunes.
- **Être accessible** : Veiller à ce que les jeunes se sentent à l'aise pour exprimer leurs préoccupations ou poser des questions.
- **Proposer des ressources** : Diffuser des renseignements sur les services locaux en santé mentale et les groupes d'entraide.
- **Écouter sans jugement** : Créer un environnement sécuritaire où les jeunes peuvent s'exprimer librement sans craindre de se faire juger.

## AUX DÉCIDEURS

Pour soutenir efficacement la santé mentale des jeunes, nous avons besoin que les écoles leur offrent une éducation en santé mentale dès leur plus jeune âge. Cette approche proactive aidera les enfants à comprendre et à gérer leur santé mentale le plus tôt possible. Par ailleurs, le soutien de la communauté est essentiel, en particulier dans le paysage démographique diversifié du Canada. En donnant la priorité à ces initiatives, vous pouvez contribuer à créer un environnement favorable au bien-être mental de l'ensemble des jeunes.

- **Proposer des ateliers** : Organiser des séances axées sur la sensibilisation à la santé mentale et les stratégies d'adaptation.
- **Appuyer les programmes pédagogiques sur la santé mentale** : Soutenir les programmes visant à enseigner la santé mentale aux élèves.
- **Améliorer les programmes communautaires** : Veiller à ce que les programmes liés à la santé mentale aident les communautés à collaborer pour lutter contre les problèmes de santé mentale.
- **Augmenter le financement des ressources** : Allouer un soutien budgétaire aux services de santé mentale dans les écoles et les communautés afin d'en garantir l'accessibilité à l'ensemble des jeunes.
- **Proposer des programmes destinés aux parents** : Élaborer des programmes visant à éduquer et à sensibiliser les parents aux problèmes de santé mentale et à la manière de soutenir leurs enfants.
- **Encourager les partenariats** : Favoriser la collaboration entre les écoles, les organismes communautaires et les professionnels en santé mentale afin de créer un réseau de soutien intégral sur lequel les gens peuvent compter.



Il semble parfois si difficile d'être heureux, étant donné que la négativité semble être la réponse socialement acceptable à tout ce qui se produit. »

– Membre de la communauté U-Report, janvier 2024



## LES GRANDES TENDANCES



### Grande tendance : les changements climatiques

Les changements climatiques auront une incidence majeure sur la santé mentale des jeunes à l'avenir (Centre de toxicomanie et de santé mentale). À mesure que les phénomènes météorologiques extrêmes tels que les feux de forêt, les inondations et les vagues de chaleur deviendront plus fréquents, bon nombre de jeunes risquent de devoir surmonter davantage d'anxiété et de stress. Les catastrophes naturelles peuvent provoquer des traumatismes, et la précarité des conditions de vie futures peut créer un profond sentiment d'insécurité.

Les changements climatiques peuvent faire apparaître des vulnérabilités psychologiques préexistantes chez les jeunes; par exemple, les jeunes personnes qui vivent un état dépressif ou anxieux sont désavantagées de façon disproportionnée en raison du risque accru d'aggravation de leurs symptômes face aux changements climatiques. De plus, le fardeau émotionnel lié à la destruction de l'environnement et au déclin des écosystèmes peut engendrer un sentiment de désespoir, souvent appelé écoanxiété. Ce phénomène est particulièrement marqué chez les jeunes qui vivent déjà des problèmes de santé mentale.

Les effets à long terme des changements climatiques, tels que la chaleur, les sécheresses et la mauvaise qualité de l'air, peuvent accroître le risque d'anxiété, de dépression, de troubles bipolaires, d'agressions interpersonnelles et d'autres problèmes de santé mentale. De surcroît, les changements sociaux induits par la crise climatique, tels que l'augmentation des migrations et la concurrence autour des ressources, peuvent mettre à rude épreuve les systèmes de soutien communautaire. Un grand nombre de jeunes peuvent avoir plus de mal à accéder aux services en santé mentale, ce qui rend leurs difficultés encore plus lourdes.

Il est clair que la lutte contre les changements climatiques ne vise pas seulement à protéger la planète, mais aussi à assurer le bien-être mental des générations futures. Nous devons accorder la priorité aux initiatives axées sur la santé mentale qui aident les jeunes à relever ces défis dans un monde de plus en plus imprévisible.



# LE RACISME ET LA DISCRIMINATION



## L'état actuel du racisme et de la discrimination

Ici, au Canada, nous entendons souvent dire que « la diversité est notre force ». Il s'agit d'une brillante notion, mais qui n'a pas beaucoup de sens si nous ne garantissons pas une société qui permette aux personnes de toutes origines de réaliser pleinement leur potentiel. La recherche montre que les groupes racisés au Canada, en particulier les Noirs et les Autochtones, sont plus susceptibles d'occuper un emploi précaire et sont souvent moins bien payés que les personnes non racisées, et continuent de signaler des cas de discrimination en milieu de travail et dans la société en général (Statistique Canada, 2023). Ces inégalités sont inacceptables, surtout dans un pays de plus en plus diversifié. Nous avons choisi de nous concentrer sur le racisme et la discrimination en milieu professionnel car ce sujet est très pertinent et nécessite une réponse de la part du gouvernement national.

Les milieux de travail constituent des microcosmes de la société : les inégalités qui s'y manifestent renforcent celles qui existent dans le monde en général. Ainsi, le racisme systémique et la discrimination en milieu de travail sont des enjeux omniprésents qui non seulement sapent le potentiel des individus, mais entravent également le développement social.

En 2024, le milieu de travail est devenu l'endroit où les Canadiennes et les Canadiens racisés sont le plus souvent victimes d'un traitement injuste (Statistique Canada, 2024). Étant donné que 48 % des travailleurs de la génération Z sont issus de minorités ethniques, ce qui en fait la génération la plus diversifiée à ce jour, cette crise silencieuse est particulièrement préoccupante pour les jeunes (Insight Global, 2022). Des changements radicaux doivent donc être apportés

en faveur des générations qui entrent sur le marché du travail.

Le racisme systémique s'étend au-delà du milieu de travail. Il nuit à la santé mentale et entraîne une détresse psychologique chez les personnes de couleur, parmi lesquelles 58 % des travailleurs racisés anticipent une discrimination au travail (Catalyst, 2019). Ce phénomène, connu sous le nom de « charge émotionnelle », se produit lorsque les personnes de couleur s'attendent à être victimes de racisme en milieu professionnel, ce qui les pousse à être « aux aguets contre les préjugés liés à l'origine raciale ou ethnique » (KPMG, 2024). Ces données mettent en évidence l'impact de la discrimination sur les personnes de couleur, alors que la sécurité psychologique devrait constituer un strict minimum sur le lieu de travail.

Les travailleurs racisés ne disposent d'aucun mécanisme efficace pour signaler les cas de racisme et de discrimination, ce qui ne fait qu'aggraver la situation. On a récemment rapporté que la Commission canadienne des droits de la personne (CCDP) était confrontée à un problème endémique de racisme anti-Noirs. Le Secrétariat du Conseil du Trésor du Canada a mené une enquête à la suite de plaintes déposées par neuf employés et a reconnu que la CCDP était coupable de discrimination à l'égard de ses propres employés noirs et racisés (Thurton, 2023). Le Comité sénatorial permanent des droits de la personne a demandé au gouvernement fédéral de prendre des mesures immédiates pour lutter contre le racisme anti-Noirs et d'autres formes de discrimination au sein du gouvernement et de la fonction publique (Sénat du Canada, 2023). Ces exemples démontrent l'urgence de la question, qui influence actuellement le monde dont les jeunes hériteront demain.

## Les défis posés par le racisme et la discrimination qui guettent les jeunes d'aujourd'hui

En tant que jeunes, les membres de notre équipe ont tous été confrontés à des expériences concrètes de racisme et de discrimination qui ont perturbé leur vie personnelle et/ou professionnelle.

« En ce qui me concerne, le racisme et la discrimination m'ont rendue très attentive à la façon dont je suis perçue, que ce soit à l'école, au travail ou dans mes relations quotidiennes. En tant que femme noire et Canadienne d'origine haïtienne de première génération, j'ai toujours ressenti la pression de devoir faire mes preuves au sein d'environnements qui ne laissent pas de place aux personnes comme moi. Le poids de cette attente peut être étouffant, en particulier lorsque les Canadiennes et les Canadiens racisés sont moins susceptibles d'obtenir un emploi de qualité (Statistique Canada, 2023). Pour d'autres jeunes issus de milieux ethniques, les conséquences sont similaires. J'ai vu des amis et des collègues qui étaient tout aussi qualifiés, et souvent plus, pour des postes et des débouchés que leurs pairs non racisés, mais qui n'ont pas été retenus en raison du racisme. Une telle discrimination limite notre avenir en tant que travailleurs et dirigeants, mais malgré tout, nous nous levons et plaidons pour la surmonter. »

– Harantxa, 20 ans, Québec

« En tant qu'immigrant sud-asiatique au Canada, personne de couleur et musulman, je suis régulièrement confronté à des microagressions, à une discrimination manifeste et à l'exclusion, y compris au racisme et à l'islamophobie. Le fait d'être traité différemment à l'école, au travail ou dans les espaces publics en raison de la couleur de ma peau ou de mon accent, et d'être jugé pour des pratiques religieuses telles que le port du hijab, la prière ou le jeûne crée un sentiment constant d'aliénation et d'anxiété. Des situations comme celles-ci ont des répercussions sur la santé mentale et l'identité des jeunes issus de groupes minoritaires, ce qui entrave encore davantage leur éducation et leur carrière. Les perspectives de leadership, d'emploi et même d'inclusion sociale sont limitées lorsque l'on est perçu comme "différent" en raison de ses origines raciales, ethniques et religieuses. »

– Mohammad, 23 ans, Saskatchewan

« En grandissant dans une région rurale de Terre-Neuve, il n'était pas rare d'être témoin de racisme et de discrimination. En tant que personne blanche, j'ai eu le privilège de ne pas être confrontée directement au racisme. Par contre, en tant que fille queer et neurodivergente, j'ai ressenti une part de l'ostracisme et de l'aliénation qui accompagnent toutes les formes de discrimination. Je me suis sentie poussée à supprimer mon identité authentique pour me conformer le plus possible aux normes sociétales racistes, sexistes et homophobes. Cela a engendré beaucoup de tristesse et de solitude, car j'essayais à tout prix d'appartenir à des cercles hostiles, et ce n'est que lorsque j'ai rencontré des personnes de même sensibilité que j'ai pu être moi-même et trouver une véritable satisfaction dans ma vie. Le racisme et la discrimination nous touchent tous différemment, mais leurs effets sur nos vies, nos communautés et nos milieux de travail demeurent négatifs. »

– Rachel, 20 ans, Terre-Neuve

« En tant qu'étudiant sino-canadien de deuxième génération âgé de 15 ans qui fréquente l'école secondaire, je subis le racisme et la discrimination par le biais de blagues et de stéréotypes racistes qui ont été en quelque sorte normalisés dans mon environnement. Je constate souvent que mes camarades racisés sont contraints à rire par leurs pairs, même si ce sont eux qui sont victimes de discrimination. Je me sens donc aliéné, mal à l'aise et gêné lorsque j'aborde de nouvelles personnes. Chez les jeunes, ces problèmes affectent non seulement la santé mentale et la confiance en soi, mais aussi l'avenir professionnel et le développement social. Chaque groupe en fait l'expérience de manière différente et est confronté à des défis qui lui sont propres, mais nous devons tous participer à la lutte contre le racisme et la discrimination. »

– Jayden, 15 ans, Colombie-Britannique

Comme l'illustrent nos témoignages, le racisme et la discrimination se manifestent de manière très différente d'une personne à l'autre en fonction de ses expériences personnelles. Toutefois, certains obstacles à l'équité en milieu de travail sont notables : de tous les groupes raciaux, les Noirs et les Autochtones sont les plus susceptibles d'être victimes de discrimination (Cotter, 2022). En outre, les jeunes dont les identités marginalisées se recoupent, comme les personnes queers racisées, courent un risque encore plus important de subir une forme de racisme et de discrimination (Rajan, 2021; Balsam et coll., 2014). Il est indispensable de s'attaquer à cette question urgente pour permettre à la prochaine génération de réaliser pleinement son potentiel.

# RECOMMANDATIONS

## AUX JEUNES

L'enthousiasme des jeunes envers la justice et l'égalité peut faire une grande différence.

- **Sensibiliser la population par le biais des médias sociaux** : Inciter les gens à s'opposer à la discrimination sur des plateformes comme Instagram, TikTok ou Twitter.
- **Rejoindre ou lancer des initiatives** : S'affilier à des organisations ou créer des clubs qui promeuvent la diversité.
- **Lutter contre les stéréotypes** : Lancer des discussions honnêtes avec ses pairs et faire preuve de solidarité.

## AUX ADULTES ALLIÉS

**Dans la lutte contre le racisme et la discrimination, nos adultes alliés ont des responsabilités essentielles dans la création d'espaces inclusifs et favorables aux jeunes. En vous renseignant sur l'histoire raciale, en plaidant pour le changement et en favorisant la compréhension au sein de vos communautés locales, vous pouvez donner aux jeunes les moyens d'agir et contribuer à l'avènement d'une société plus équitable.**

- **S'exprimer** : Dénoncer les blagues ou les commentaires racistes, en particulier en présence de jeunes. Il est important d'intervenir et de signaler les comportements racistes afin de montrer qu'ils sont inacceptables, quel que soit le contexte, y compris dans un cadre décontracté.
- **S'éduquer** : Se renseigner sur les différentes cultures et l'histoire du racisme afin de comprendre les causes profondes du racisme et les points de vue des groupes racisés. Cela permet d'éviter de perpétuer des stéréotypes néfastes auprès des futures générations.
- **Fournir un soutien aux jeunes racisés** : Créer des espaces sûrs où les jeunes peuvent parler de leur expérience du racisme et de la discrimination est essentiel pour trouver des solutions aux différents enjeux liés au racisme et à la discrimination.
- **Défendre les droits** : Si vous vous sentez passionné par la prévention du racisme et de la discrimination, militez ! Les adultes alliés peuvent promouvoir le changement et combattre la discrimination même à l'échelle locale, c'est-à-dire dans les écoles, en milieu de travail et au sein des communautés.

## AUX DÉCIDEURS

**Les décideurs ont le pouvoir de démanteler les structures et les systèmes qui perpétuent le racisme et la discrimination. Le changement est impératif et votre rôle de dirigeant peut tracer la voie vers une société équitable. Nous vous demandons de prendre des mesures décisives pour lutter contre ces injustices et de défendre des politiques inclusives qui renforcent l'autonomie de chaque individu, indépendamment de ses antécédents.**

- **Lancer des campagnes de sensibilisation à la « charge émotionnelle »** : Sensibiliser les organisations aux conséquences de la « charge émotionnelle » sur les personnes de couleur, en encourageant la compréhension et l'empathie.
- **Créer des espaces sûrs pour les personnes de couleur** : Mettre en place des groupes d'affinité et des ressources en santé mentale permettant aux individus d'échanger leurs expériences et de recevoir un soutien sans crainte de représailles.
- **Promouvoir la diversité et l'inclusion** : Dispenser une formation obligatoire sur les préjugés inconscients et établir une politique de tolérance zéro envers les comportements discriminatoires afin d'améliorer l'éthique et l'efficacité en milieu professionnel.
- **Renforcer les politiques de lutte contre le racisme** : Raffermer les politiques existantes pour remédier aux discriminations manifestes et subtiles, en permettant aux employeurs de maximiser le potentiel d'une main-d'œuvre diversifiée, comme le montre le rapport 2019 de McKinsey qui souligne que les chances de réussite sont 36 % plus élevées au sein d'organisations diversifiées.
- **Introduire davantage de mesures incitatives de référence en matière de diversité** : Créer des mesures d'incitation semblables au « Défi 50-30 » pour encourager les entreprises à atteindre des objectifs de diversité, en privilégiant une meilleure représentation et en tissant des liens plus étroits avec leur clientèle.



**La discrimination est si courante qu'elle semble normale. Cela ne devrait pas être le cas. »**

– Membre de la communauté U-Report, février 2024



# LES GRANDES TENDANCES



## Grande tendance : les changements climatiques

Les changements climatiques constituent sans doute l'enjeu le plus pressant de notre génération. Il touche des personnes de tous âges, de toutes cultures, de toutes ethnies et de toutes religions, partout dans le monde. Cependant, comme de nombreux problèmes systémiques, la crise climatique affecte de manière disproportionnée les personnes marginalisées. L'instabilité environnementale croissante et la hausse des températures ont des répercussions graves et inéquitables sur les communautés racisées, en particulier les Noirs et les peuples autochtones. Non seulement les populations noires et autochtones sont plus susceptibles de vivre dans des régions où le taux de pauvreté est élevé, ce qui rend la communauté plus vulnérable aux dommages prolongés causés par les phénomènes météorologiques extrêmes, mais elles sont également plus susceptibles de vivre dans des régions qui sont déjà confrontées à la dégradation de l'environnement en raison de projets d'extraction de ressources, tels que les oléoducs et les projets miniers, et où l'accès à de l'eau potable et à de l'air pur est difficile. (Deivanayagam et coll., 2023; Waldron, 2021; Commission canadienne des droits de la personne, 2024; Waldron, 2022; Ram, 2024). À mesure que les changements climatiques s'aggraveront, ces problèmes ne feront que s'exacerber et menacer la santé et la sécurité de ces communautés, et des communautés du monde entier.

# 54%

des membres de la communauté U-Report estiment que la discrimination (fondée sur le genre, la race ou d'autres aspects de l'identité) est un problème très grave au Canada.  
(FÉVRIER 2024)



# 4 personnes sur 5

parmi les membres de la communauté U-Report ont été victimes ou témoins de discrimination.  
(FÉVRIER 2024)





# UN MESSAGE DES ORGANISATIONS PARTENAIRES DE LA JOURNÉE NATIONALE DE L'ENFANT

Cette année a été marquée par une recrudescence des crises et des conflits dans le monde entier et, au sein de notre société interconnectée, ces conflits ont inévitablement des répercussions sur nos propres communautés au Canada. La polarisation s'accroît tandis que la volonté de s'engager dans un dialogue diminue. Pour avancer, nous devons cultiver notre capacité à interagir et à amorcer un dialogue respectueux qui valorise la diversité des points de vue.

Face à des défis sans précédent et à des bouleversements mondiaux, les jeunes de tout le Canada ont fait preuve de courage et de créativité, prouvant que leurs opinions ne sont pas seulement précieuses, elles sont essentielles. Leur activisme témoigne de la conviction que chaque voix compte et qu'une conversation constructive est indispensable à un changement transformateur. Ces discussions nous aident à comprendre les nuances des points de vue des autres et renforcent nos efforts collectifs visant à concrétiser leur vision d'un monde respectueux des droits sans équivoque.

Les enfants et les jeunes sont touchés de manière disproportionnée par de nombreux défis auxquels notre société est confrontée. Ils doivent pouvoir exercer leur droit à la participation et faire entendre leur voix en dialoguant avec d'autres jeunes, des adultes alliés et des décideurs. Les jeunes ont besoin que des occasions comme celles offertes par UNICEF Canada et ses organisations partenaires leur permettent d'acquérir des compétences en matière de dialogue, afin que les générations futures ne soient pas paralysées par la polarisation.

En soutenant et en amplifiant les voix des jeunes du Canada, en instaurant un dialogue réfléchi et en renforçant les droits de la personne pour tous, nous pouvons bâtir une société plus inclusive, plus équitable et plus dynamique. En nous rassemblant et en répondant aux appels à l'action énoncés dans le Livret stratégique Ré-imagine de cette année, nous pouvons commencer à comprendre les conséquences de ces enjeux sur les jeunes et nous laisser guider par eux pour apporter les changements nécessaires au sein des communautés de l'ensemble du pays. Nous mettons au défi chaque personne lisant ces lignes de choisir une action et de s'y engager cette année.

L'avenir est prometteur, et il est façonné par les conversations que nous menons aujourd'hui.

Sincèrement,



*Owen Charters*

**Owen Charters**  
Président et chef de la direction  
Repaires jeunesse du Canada



*Peter Dinsdale*

**Peter Dinsdale**  
Président-directeur général  
YMCA Canada



*Lindsay Glassco*

**Lindsay Glassco**  
Présidente et cheffe de la direction  
Plan International Canada



*Vivien Glencross*

**Vivien Glencross**  
Présidente et cheffe de la direction par intérim  
Jack.org



*Danny Glenwright*

**Danny Glenwright**  
Président et chef de la direction  
Aide à l'enfance Canada



*Sharif Mahdy*

**Sharif Mahdy**  
Président directeur-général, La Commission des étudiants du Canada, Centre d'excellence pour l'engagement des jeunes



*Odette McCarthy*

**Odette McCarthy**  
Directrice générale  
Equitas, Centre international d'éducation aux droits humains



*Sevaun Palvetzian*

**Sevaun Palvetzian**  
Présidente et cheffe de la direction  
UNICEF Canada

## À propos d'UNICEF Canada

L'UNICEF est le plus important organisme humanitaire dans le monde axé sur les enfants et les adolescents. Créé par les Nations Unies, l'UNICEF est l'une des rares organisations à travailler à la fois au Canada et à l'échelle internationale. UNICEF Canada est le visage de l'UNICEF au Canada. Nous protégeons les droits et le bien-être des enfants et des jeunes en mobilisant des ressources pour eux, en plaidant pour des politiques et des pratiques toujours meilleures, et en mobilisant des jeunes de tous horizons en tant que détenteurs de droits et défenseurs de la jeunesse. Nous demandons aux Canadiennes et aux Canadiens d'agir et de faire mieux pour les enfants et les jeunes.

---

L'UNICEF est entièrement tributaire de contributions volontaires.

Pour en savoir plus sur UNICEF Canada, veuillez visiter le [www.unicef.ca/fr](http://www.unicef.ca/fr).

Pour obtenir des mises à jour, suivez-nous sur Twitter, Facebook et Instagram.

