

COCRÉATION D'OUTILS

SENSIBILISATION À UNE SANTÉ MENTALE POSITIVE CHEZ LES JEUNES

Objectifs

- Identifier les besoins d'informations et de connaissances des jeunes
- Codévelopper au moins un outil de transfert de connaissances par et pour les jeunes

Comment?

- Par la mise en place de deux cellules d'innovation ouverte composée de jeunes de 4e et 5e secondaire.
- Chacune des cellules s'est rencontrée à trois reprises. Ces rencontres ont permis de :
 - 1 - Prioriser les thèmes et les outils
 - 2 - Mieux comprendre ces thèmes
 - 3 - Réaliser des prototypes

LES THÈMES PRIORISÉS PAR LES JEUNES

- ★★★ Appréciation corporelle
- ★★★ Relations amoureuses et sexuelles
- ★★★ Violence dans les relations amoureuses
- ★★★ Sexe, genre et orientation sexuelle
- ★★★ Sexting et pornographie
- ★★★ Traumas interpersonnels
- ★ Sexualité subjective
- ★ Santé sexuelle

FAITS SAILLANTS

- Les jeunes veulent que les informations soient véridiques, sans tabous et qu'elles représentent leur réalité.
- Les messages courts qui en disent beaucoup sont à prioriser.
- Les témoignages et les ambassadeurs(-rices) doivent être des jeunes, les influenceurs(-ceuses) sont trop loin de la réalité.
- Il est essentiel, selon eux, d'impliquer les jeunes dans toutes les étapes.
- Les jeunes nomment la difficulté d'accès aux ressources en lien avec leurs problématiques. Ils ne connaissent pas les services existants, ce qui rend la recherche d'aide difficile.
- La confidentialité est toujours importante.
- En général, les statistiques ne les intéressent pas.

LES MOYENS DE COMMUNICATION EFFICACES

- ✓ Médias sociaux (Instagram, Tiktok, Youtube, podcast)
- ✓ École (kiosque, cours, activité, groupe de discussion)
- ✓ Jeux et activités interactifs
- ✓ Capsule vidéo et court-métrage
- ✓ Affiche de promotion des ressources
- ✓ Sciences (exposition, conférence, articles, journaux)
- ✓ Art (musique, atelier, représentation artistique)
- ✓ Bouche à oreille

LES PROTOTYPES IMAGÉS PAR LES JEUNES

PROTOTYPE #1

- Projet :** Compte Instagram
- Sujet :** Violence dans les relations amoureuses
- Besoin :** Rendre plus accessible la recherche d'aide et d'informations pour les jeunes.
- Contenu :** Publications variées (témoignages, questionnaires, jeux). Le contenu doit être équilibré entre le positif et le négatif.

PROTOTYPE #2

- Projet :** Murale artistique
- Sujet :** L'appréciation corporelle
- Besoin :** Briser les standards de beauté.
- Contenu :** La murale réalisée par et pour les jeunes devrait se situer dans l'école. Elle représenterait les insécurités et complexes des élèves.

PROTOTYPE #3

- Projet :** Questionnaire, ressources et ateliers
- Sujet :** Relations amoureuses et sexuelles
- Besoin :** Démystifier les relations amoureuses et la sexualité. Faciliter l'accès aux ressources.
- Idée :** Passation d'un questionnaire aux élèves, afin de déterminer leurs besoins. Ensuite, orienter les activités de prévention, d'information et de sensibilisation en lien avec ces besoins lors de l'année scolaire.

PROTOTYPE #4

- Projet :** Site Web
- Sujet :** L'appréciation corporelle
- Besoin :** Avoir un outil dédié uniquement à l'appréciation corporelle, qui est connu par les jeunes.
- Contenu :** Témoignages, questions du public, outils d'appréciation de soi, planche anatomique, discussion avec des expert(e)s et intervenant(e)s.

