

Des résultats concluants pour un projet de société nécessaire



Quand on sait que 80 % à 90 % des jeunes qui se sont suicidés souffraient d'une maladie mentale dont souvent la dépression, reconnaître les symptômes de cette maladie s'avère crucial afin d'intervenir rapidement et efficacement auprès des adolescents.

Depuis septembre 1999, la tournée *Solitaires pour la vie* sensibilise les jeunes et les adultes de leur entourage à l'existence de la dépression comme facteur de risque important associé au suicide.

La tournée nous a mené jusqu'à maintenant dans 139 villes du Québec et permis de rencontrer 65 000 jeunes et 2 500 parents, intervenants scolaires et médicaux.

Suite à un suivi auprès des intervenants scolaires d'une vingtaine d'écoles visitées, nous avons pu répertorier une centaine de consultations justifiées qui ont donné lieu à différentes interventions dont 80 jeunes en suivis thérapeutiques et 8 hospitalisations. La preuve qu'informer peut aussi prévenir.

La Fondation est fière de partager le succès de cette première année de tournée avec vous tous, donateurs, professeurs, parents et intervenants.

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que je vous invite à être des nôtres, à nouveau, en septembre prochain.

Signé par
Suzanne Dubois

Suzanne Dubois,
Directrice générale
Fondation québécoise des maladies mentales

« Dans les actions que j'ai pu voir
au cours des dernières années, [...] ,
votre tournée est définitivement la plus
efficace à courte et longue échéance. »

M. Gervais Lajoie
Directeur polyvalente Veilleux
Saint-Joseph-de-Beauce



En tant que psychiatre et père de famille, je suis sensibilisé à la nécessité d'écouter les jeunes. Je me suis engagé il y a longtemps à faire tomber les tabous qui entourent la dépression et la maladie mentale. Un projet comme *Solitaires pour la vie* s'y attaque lui aussi, cette fois en ciblant les jeunes et en montrant les liens entre la dépression et le suicide.

Leurs parents, leurs amis, leurs professeurs nous disent tous que *Solitaires pour la vie* est un pas dans la bonne direction.

Les médecins sont interpellés, en tant que professionnels de la santé, mais aussi pour bon nombre d'entre eux comme parents, et je suis persuadé que la tournée organisée par la Fondation québécoise des maladies mentales va amener également une sensibilisation de la profession à la réalité de la dépression chez les jeunes.

Je remercie Hydro-Québec et le ministère de la Santé et des Services sociaux de nous avoir fait confiance et d'être eux aussi *Solitaires pour la vie*.

Signé par
Dr. Yves Lamontagne

Dr. Yves Lamontagne,
Président-fondateur de la Fondation québécoise
des maladies mentales
Président du Collège des médecins du Québec

Points marquants et impact de la tournée

65 000 jeunes sensibilisés et encore plus à venir !

2 500 parents et intervenants qui ont assisté à des animations à l'école ou lors de soirées organisées spécialement pour eux.

139 villes visitées de Chibougamau à Fermont en passant par Hull.

1750 présentations de réalisées !

Septembre 1999, Lancement officiel de la tournée *Solidaires pour la vie.*



M. Gaétan Marois et Mme Suzanne Dubois, respectivement président du conseil et directrice générale de la Fondation, Mme Marie-José Nadeau vice-présidente affaires corporatives et secrétaire générale d'Hydro-Québec et le Ministre délégué à la Santé, aux Services sociaux et à la Protection de la jeunesse, M. Gilles Baril.

La tournée 2000-2001 visitera :

Dès septembre prochain, les 6 équipes d'animateurs rencontreront les étudiants des régions de l'Estrie, Lanaudière, Laurentides, Mauricie, Montréal jusqu'en décembre et poursuivront de janvier à juin dans les régions de Laval, Montérégie, Montréal, Outaouais et Québec. Toutes les écoles, francophones et anglophones intéressées, pourront être visitées. Les directions scolaires et CLSC concernés recevront les invitations dès août 2000.

Pour de l'information supplémentaire, contactez la Fondation au 514-529-5354.

Salon Pepsi-Jeunesse



Avril 2000, Lisa Flores, gagnante du concours *Solidaires pour la vie* organisé dans le cadre du Salon Pepsi Jeunesse à Montréal.

Pourquoi s'engager...

Bell Canada est fière de son engagement auprès de la Fondation québécoise des maladies mentales. Nous sommes des gens qui s'engagent à relever le défi d'unir le monde par le biais des communications. Depuis plus d'un siècle, Bell et ses employés se dévouent pour contribuer à améliorer la vie des gens, favoriser l'apprentissage grâce à l'usage créatif de l'Internet et encourager les initiatives qui visent à en faire un outil de formation. Bell poursuit sa vocation communautaire en appuyant un programme comme *Solidaires pour la vie*.



À la suite d'une rencontre de parents, une journaliste du journal de la FAPCO, Le Lien, écrivait :

« Les animateurs [...] ont captivé littéralement leur auditoire et réussi leur délicate mission : informer sans alarmer les parents sur la dépression comme premier facteur de risque de suicide chez les jeunes. »

Voici ce que deux étudiants ont exprimé après avoir assisté à la présentation :

« Quand j'écoutais parler les gens en avant, on dirait qu'ils me parlaient à moi. C'était pour moi une prise de conscience. »

« Merci d'avoir ouvert mes yeux. Ça m'a beaucoup aidé, à mon chum aussi d'ailleurs. Maintenant, il sait ce qu'il a et il a pris un rendez-vous chez le médecin. »

Les animateurs de la tournée



Anouk Achim,
Julie Chartier,
Pascal Guilbeault,
Charles Gagné et
Frédéric Côté.



Frédéric Fortier,
Catherine Milani,
Anne-Marie Lanteigne,
Catherine Amissé,
Patrick Tremblay.



Natacha Otis, Joël Gomez, Catherine Roy et Nathalie Major.

Réponses : A4, B6, C1, D5, E2, F3

Testez vos connaissances !

Associez les questions et les réponses

QUESTIONS

La dépression est une des nombreuses causes du suicide ? (A)

Crois-tu que les jeunes et les adultes souffrant de dépression ont les mêmes symptômes ? (B)

Pourquoi est-ce important de consulter ? (C)

Qu'est-ce qu'on fait si on soupçonne qu'un de nos amis est en dépression ? (D)

Vrai ou faux, les médicaments contre la dépression créent une dépendance ? (E)

Crois-tu qu'il y a un facteur héréditaire dans la dépression ? (F)

RÉPONSES

1 Il est important de consulter car les symptômes de la dépression peuvent être associés à d'autres maladies telles que la mononucléose, le diabète, etc.

2 Faux. Les antidépresseurs ne créent pas de dépendance. On doit les prendre pendant une période de temps qui nous est nécessaire (en moyenne entre 6 mois et un an).

3 Oui, cela augmente le risque de faire une dépression, mais cela ne l'entraîne pas automatiquement.

4 80% à 90% des jeunes qui se sont suicidés souffraient d'une maladie mentale dont souvent la dépression.

5 Le plus grand piège pour une personne en dépression est de s'isoler, d'être seule. L'important c'est d'en parler à un adulte de confiance et de ne pas hésiter à aller chercher de l'aide professionnelle.

6 Oui, mais il existe des nuances importantes. Généralement les ados vont être plus agressifs, plus irritables, à la limite violents tandis que chez les adultes on constate plutôt la tristesse, la perte de plaisir et le ralentissement.

Campagne de financement



Une grande amie de la Fondation : Mme Jocelyne Monty

Saviez-vous que chaque année au Québec, près de 250 adolescents s'enlèvent la vie, soit l'équivalent d'un autobus par mois d'année scolaire. La majorité d'entre eux souffraient d'une dépression non diagnostiquée. On ne peut plus laisser l'ignorance faucher la vie de ceux qu'on aime et qui représentent notre avenir, notre espoir. Pour ma part, j'ai choisi de réagir en incitant la communauté d'affaires à appuyer financièrement cette importante campagne de sensibilisation à la dépression.

Actuellement, plusieurs entreprises et individus se sont montrés généreux, ce qui nous a permis de mener à bien cette première année d'une tournée qui s'échelonne sur trois ans. Mais il manque toujours près d'un million de dollars sur un objectif de trois millions. En lisant tous les résultats que nous avons déjà obtenus et tous ceux que nous espérons, vous conviendrez avec moi que c'est bien peu pour changer concrètement la vie d'autant de personnes.

À tous ceux qui sont déjà *Solidaires pour la vie* et à tous ceux qui le deviendront bientôt, je dis merci!

*Signé par
Jocelyne Mondy*

Visitez notre site Internet !
www.fqmm.qc.ca

Vous y trouverez :

- De l'information générale sur la TOURNÉE et la FONDATION;
- Le nom des ÉCOLES ayant accueilli la tournée;
- Les MYTHES et RÉALITÉS à propos de la dépression;
- Comment RECONNAÎTRE la dépression chez les jeunes;
- Le tableau des SYMPTÔMES;
- Comment AIDER un jeune en dépression;
- Les RESSOURCES offertes;

Et suivez la tournée à travers le Québec!

Fondation québécoise des maladies mentales
2120, Sherbrooke Est, bureau 401, Montréal, (Qc), H2K 1C3

Sont Solidaires pour la vie :

Les commanditaires :

Hydro-Québec
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Les donateurs corporatifs :

Téléystème
Succession J. A. DeSève
Imasco
Power Corporation du Canada
Bell
BCE
C-MAC
Fondation Collège des médecins du Québec
Groupe Axor
Cogeco
Fondation J.-Rodolphe La Haye
Stephen R. Bronfman Foundation
Gaz Métropolitain
Groupe Transcontinental
Pierre Ducros et Associés
Groupe Cossette Communications-Marketing

Les donateurs individuels :

M. Joseph Racanelli
M. Jacques Lamarre
M. Guy Saint-Pierre
M. Pierre Lessard
M. Raymond Royer

Membres du conseil d'administration de la Fondation

LE PRÉSIDENT :

M. Gaétan Marois, Raymond, Chabot, Grant Thornton

LES MEMBRES :

M. Donald Bastien, CTV
M. Paul Beaulieu, Université du Québec à Montréal
Dr Jacques Bernier, Centre hospitalier Maisonneuve-Rosemont
M. Gilles Chevalier, Samson Bélair Deloitte & Touche
M. André Corriveau, Hydro-Québec
Dr Jacques Drouin, Psychiatre
Mme Suzanne Dubois, Fondation québécoise des maladies mentales
M. Wilfrid H. Hénault, Bell Canada International
Me Lyne Jacques, Loto-Québec
Dr Yves Lamontagne, Collège des médecins du Québec
Mme Jocelyne Monty
M. Joseph Racanelli, Racan Industries
Me Daniel Rochefort, Rochefort & Associés
Mme Louise Rousseau
M. Yves St-Amand, BDDS Shandwick
M. Richard Vanslette, Bell Canada

Téléphone (514) 529-5354 Télécopieur (514) 529-9877