

Ministère de la Santé

COVID-19 : Ressources en santé mentale à l'intention des exploitants de camps

Version 1.0 13 juillet 2021

Les camps jouent un rôle important dans la socialisation et l'activité physique, qui sont toutes les deux essentielles au bien-être mental et physique des enfants et des jeunes. Les dirigeants de camps et autres adultes responsables peuvent aider les enfants et les jeunes à comprendre la situation actuelle et à prendre part à des discussions et à des activités qui favorisent la résilience et contribuent à minimiser l'anxiété ou la peur.

Il s'agit d'une période très difficile pour les enfants, les jeunes et leurs proches. Les enfants et les jeunes peuvent s'inquiéter pour eux-mêmes, leurs proches et leurs amis. Les répercussions négatives de la pandémie de COVID-19 peuvent se traduire par une augmentation des troubles de comportement chez les enfants et une augmentation des symptômes d'anxiété et de dépression chez les adolescents.¹

Ce document a été préparé à l'intention des exploitants et employés des camps de jour et des camps de vacances. Il dresse la liste de ressources en santé mentale susceptibles de vous aider à discuter avec les enfants et les jeunes de la pandémie de COVID-19 et du fait de demander de l'aide en santé mentale pour eux et leurs familles.

Cette liste non exhaustive de ressources en santé mentale vous est fournie à titre informatif seulement, et elle ne vise pas à fournir ou à remplacer un avis, un diagnostic ou un traitement médical ou encore un avis juridique.²

¹ Santé publique Ontario. « [Mesures communautaires de santé publique pendant la pandémie de COVID-19 : répercussions négatives sur les enfants, les adolescents et les familles](#) ». Consulté le 24 juin 2021.

² Le gouvernement de l'Ontario ne fait pas la promotion de l'une ou l'autre des ressources et, à l'exception des ressources du gouvernement de l'Ontario mentionnées, n'assume aucune responsabilité quant aux ressources ou à leur contenu.

Renseignements et ressources

Ressources propres à la COVID-19 :

- [La page Web Ressources COVID-19 de Children's Mental Health Ontario](#) fournit des renseignements et des ressources à l'intention des enfants et des familles sur le bien-être et la maladie mentale durant la pandémie de COVID-19.
- [Le Carrefour de ressources en santé mentale pour les jeunes relativement à la COVID-19](#) est un répertoire conçu dans le cadre d'un partenariat entre Jack.org, Santé mentale en milieu scolaire Ontario et Jeunesse, J'écoute
- [Projet ECHO Santé mentale des enfants et des jeunes- CHEO](#) fournit des renseignements et des ressources pour aider les personnes soignantes des enfants et des jeunes.
- [Egale Canada](#) fournit des conseils en santé mentale à l'intention des personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, queers, en questionnement, intersexuées et bispirituelles durant la pandémie de COVID-19 (en anglais seulement)
- Les pages Web du [gouvernement de l'Ontario](#) et du [gouvernement du Canada](#) fournissent des conseils pour prendre soin de sa santé mentale durant la pandémie de COVID-19 et pour trouver des services.
- [Le Centre d'excellence de l'Ontario en santé mentale des enfants et des adolescents](#) fournit des résumés des données probantes et des séminaires pour appuyer l'offre de services de santé mentale aux enfants et aux jeunes.
- [Santé mentale en milieu scolaire Ontario](#) fournit des renseignements fondés sur des données probantes et des ressources sur la promotion de la santé mentale et la prévention dans les écoles. Ces ressources peuvent également être utilisées par d'autres adultes responsables et fournisseurs de services à l'enfance.
 - [Autosoins 101](#) est un guide pour aider les élèves à prendre soin d'eux-mêmes
 - [Remarquer les problèmes de santé mentale de votre enfant](#) est une fiche d'information à l'intention des parents et des adultes responsables pour les aider à remarquer les premiers signes de problèmes de santé mentale émergents chez un enfant et qui leur offre de l'aide.

- [Conseils sur la résilience personnelle durant la pandémie de COVID-19](#) est une fiche-conseil à l'intention des adultes responsables qui contient des rappels pour prendre soin de soi.

Renseignements généraux et ressources à propos de la santé mentale des enfants et des jeunes :

- [NouveauxJeunes.ca](#) fournit des ressources en santé mentale aux enfants et aux jeunes immigrants et réfugiés.
- [L'initiative des carrefours bien-être pour les jeunes de l'Ontario](#) fournit des guichets de services de santé mentale et de traitement de la toxicomanie à l'intention des jeunes de 12 à 25 ans dans 10 emplacements en Ontario.
- [SickKids's Mental Health Learning Hub](#) comprend des ressources à l'intention des parents et des familles sur la façon de favoriser la santé mentale et le bien-être général des enfants. (en anglais seulement)

Mesures de soutien en santé mentale à l'intention des Autochtones

- [Aboriginal Mental Health and Wellness: Where to go when you're looking for help](#) comprend des ressources sur les mesures de soutien en santé mentale à l'intention des Autochtones offertes en Ontario. (en anglais seulement)
- [L'Ontario Federation of Indigenous Friendship Centres](#) fournit une liste de ressources pour aider les collectivités durant la pandémie de COVID-19. (en anglais seulement)

Ressources à l'intention des francophones :

- Le [Centre Francophone du Grand Toronto](#) offre des programmes et services de santé mentale à la collectivité francophone.
- [MaListeMaSante.ca](#) est une liste de ressources créée par des jeunes pour les jeunes francophones.

Outils et jeux pour la santé mentale et le bien-être des enfants et des jeunes :

- [Outils et jeux de Jeunesse, J'écoute](#)
- [Mind Your Mind](#) (en anglais seulement)

Accès à des mesures de soutien en matière de santé mentale et lutte contre les dépendances pour les enfants, les jeunes et les familles

Si vous avez moins de 18 ans, consultez la section [Ressources autour de moi](#) de Jeunesse, J'écoute pour trouver des services en santé mentale pour enfants et jeunes dans votre région. Vous pouvez également visiter le [site Web](#) de l'Ontario pour trouver des mesures de soutien en santé mentale des enfants et des jeunes de moins de 18 ans. Vous trouverez également des renseignements à l'adresse Ontario.ca/optionsdesoinsdesante. Voici d'autres mesures de soutien qui pourraient vous être utiles.

Ligne d'aide	Numéro de téléphone	Description	Heures d'ouverture
Jeunesse, J'écoute	1 800 668-6868	Offre aux jeunes des services bilingues (anglais et français) d'intervention professionnelle, des renseignements, des aiguillages et du soutien par texto fait par des bénévoles.	24 heures sur 24, sept jours sur sept
Black Youth Helpline	1 833 294-8650	Ligne d'écoute pour les jeunes des communautés multiculturelles et services de soutien et d'aiguillage à l'intention des parents et des familles. (en anglais seulement)	De 9 h à 22 h, sept jours sur sept
Retrouver son entrain^{MD}	1 866 345-0224	Outil axé sur les compétences conçu par l'ACSM pour aider les adultes de 15 ans et plus à gérer leur tristesse, leurs symptômes légers à modérés de dépression et d'anxiété, le stress et les inquiétudes. Offert par téléphone avec un accompagnateur et au moyen de vidéos en ligne, ce programme vous donnera accès à des outils qui vous aideront dans votre cheminement vers le bien-être mental.	De 8 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi (heures d'ouverture de la réception)

Ligne d'aide	Numéro de téléphone	Description	Heures d'ouverture
ConnexOntario	1 866 531-2600	Service de renseignements et d'aiguillage axé sur les services liés à la santé mentale, à la toxicomanie et au jeu compulsif en Ontario. Un personnel spécialisé et d'expérience offre une écoute attentive pour vous aider à découvrir des ressources tirées de notre base de données.	24 heures sur 24, sept jours sur sept
Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)	1 800 463-2338, poste 2	Information centralisée, admission et prise de rendez-vous pour des services offerts par le CAMH.	De 8 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi
Centre de détresse d'Ottawa et la région	Textez SUPPORT au 258258 Trouvez un centre près de chez vous ici	Les centres de crise (Distress Centres) partout en Ontario offrent un soutien en temps réel ainsi qu'une multitude d'autres services qui répondent aux besoins de leurs collectivités.	24 heures sur 24, sept jours sur sept
Allô J'écoute	1 866 925-5454	Services de soutien confidentiels en anglais et en français pour les jeunes de 17 à 25 ans.	24 heures sur 24, sept jours sur sept
Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être	1 855 242-3310	Counseling et services d'intervention en situation de crise pour tous les peuples autochtones du Canada offerts en anglais et en français ainsi qu'en cri, ojibwé ou inuktitut sur demande.	24 heures sur 24, sept jours sur sept
LGBT Youthline	1 800 268-9688	Ligne de soutien par les pairs à l'intention des jeunes personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles, queers et en questionnement partout en Ontario. (en anglais seulement)	De 16 h à 21 h 30, du dimanche au vendredi

Ligne d'aide	Numéro de téléphone	Description	Heures d'ouverture
Métis Nation of Ontario	1 877 767-7572	Ligne d'écoute téléphonique en santé mentale et lutte contre les dépendances de l'Ontario offrant des mesures en santé mentale et lutte contre les dépendances adaptées aux valeurs culturelles, en anglais et en français, à l'intention des adultes, des jeunes et des familles. (en anglais seulement)	24 heures sur 24, sept jours sur sept
Naseeha	1 866 627-3342	Ligne d'écoute confidentielle en santé mentale à l'intention des jeunes musulmans ou non musulmans pour leur offrir un soutien immédiat, anonyme et confidentiel au téléphone. Des ressources, ateliers et services de web-thérapie sont également offerts. (en anglais seulement)	12 h à 0 h, sept jours sur sept
Trans lifeline's Hotline	1 877 330-6366	Service téléphonique de soutien par les pairs à l'échelle nationale dirigé par des personnes transgenres à l'intention des personnes transgenres et des pairs en questionnement. (en anglais seulement)	24 heures sur 24, sept jours sur sept

Renseignements supplémentaires

- Visitez [Covid-19.ontario.ca/fr](https://www.covid-19.ontario.ca/fr) pour les plus récents renseignements et conseils à propos de la COVID-19.
- Le [bureau de santé publique](#) de votre région pourrait disposer de renseignements et ressources supplémentaires.