

## Balado - Entendre les récits de notre santé : perspectives des jeunes des Premières Nations, inuits et métis - Jesse Macdonald

### Description de l'épisode

Le CCNSA a entrepris un projet national de narration numérique, *Entendre les récits de notre santé : perspectives des jeunes des Premières Nations, inuits et métis* (en anglais), afin de mieux comprendre ce que signifient la santé et le bien-être pour les jeunes autochtones. Neuf des narratrices et narrateurs ont participé à ces balados, dans le cadre desquels ils ont pu réfléchir encore plus à leur vie, à leurs communautés et à la signification réelle de la santé pour eux dans un monde qui oublie souvent de leur poser la question.

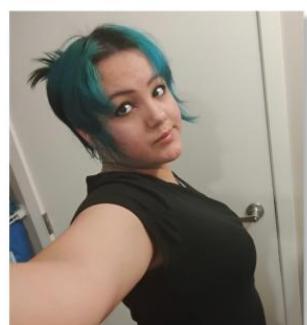
### Biographies

#### Victoria Grisdale



Je m'appelle Victoria Grisdale, et je suis une femme anichinabée de la Nation des Ojibway Brokenhead et philippine. J'ai 24 ans, et je suis étudiante en droits de la personne à l'Université de Winnipeg. Depuis l'âge de 19 ans, je travaille pour les jeunes des Premières Nations, et je défends leurs droits, dans le cadre de nombreux rôles. Entre autres, j'ai travaillé dans un refuge pour les jeunes et dans le domaine du logement pour les jeunes au gouvernement des Premières Nations. Ce qui me passionne, c'est d'apporter des changements positifs et concrets pour les jeunes des Premières Nations et de faire entendre la voix des autres jeunes sur des questions qui sont importantes pour nous.

#### Jesse Macdonald



Je m'appelle Jesse Macdonald. Mon père est de Tachie, et ma mère est de Clay Lake, en Colombie-Britannique. Je suis originaire de Prince George, et j'ai 16 ans. Je ne sais pas encore ce que je veux faire plus tard, mais j'aimerais peut-être aller à une école de cosmétologie à Vancouver.

## Transcription

-Musique-

**Victoria Grisdale :** Bienvenue à *Entendre les récits de notre santé : perspectives des jeunes des Premières Nations, inuits et métis*, un balado produit par le Centre de collaboration nationale de la santé autochtone (CCNSA), en partenariat avec Birchbark Collaborative.

Je m'appelle Victoria Grisdale, et j'animerai ce balado. De mai à juillet 2025, 13 jeunes Autochtones se sont réunis à Winnipeg, à Prince George et à Ottawa pour créer des récits numériques sur ce que signifie la santé pour eux.

Ce balado n'est pas une production soignée en studio. Il met de l'avant de vraies conversations, où de jeunes Autochtones réfléchissent à leur vie, à leurs communautés et à la signification réelle de la santé pour eux dans un monde qui oublie souvent de leur poser la question.

Dans cet épisode, Jesse Macdonald, une jeune des Premières Nations, parle de l'impact que l'art a sur elle et sa famille, et de l'importance d'avoir un moyen d'exprimer sa créativité.

-Musique-

**Victoria Grisdale :** Pour commencer, pourrais-tu te présenter, en nous donnant ton nom, ta communauté et ton âge?

**Jesse Macdonald :** Je m'appelle Jesse Macdonald. Mon père est de Tache, et ma mère est de Tlheidli T'enneh. Je suis née à Prince George, et j'ai 16 ans.

**Victoria Grisdale :** Pourrais-tu me parler de tes objectifs pour l'avenir?

**Jesse Macdonald :** Je ne sais pas encore exactement ce que je veux faire plus tard, mais j'aimerais peut-être aller à une école de cosmétologie à Vancouver.

**Victoria Grisdale :** C'est super. Et tu es une artiste, c'est ça?

**Jesse Macdonald :** Oui.

**Victoria Grisdale :** Donc, peux-tu me dire de quoi parle ton récit numérique?

**Jesse Macdonald :** J'y parle de mon cheminement avec l'art et de la guérison que ça m'a apportée au fil des ans.



**Victoria Grisdale :** L'art, c'est extraordinaire. Moi aussi, je suis une artiste, et je pourrais en parler sans arrêt.

Et qu'est-ce qui est important pour toi à propos de la santé en tant que jeune Autochtone?

**Jesse Macdonald :** Je dirais de garder de bonnes relations avec mes amis et ma famille. Je veux dire, prendre du temps pour toi-même, prendre du temps pour apprendre à te connaître. Je pense que c'est vraiment important.

**Victoria Grisdale :** Oui. Et peux-tu me dire quel rôle l'art joue en ce qui concerne la santé?

**Jesse Macdonald :** J'aime – quand je suis à l'envers ou quand je sens que quelque chose doit changer, j'aime me tourner vers l'art pour m'aider. Je me maquille ou je change de coiffure – je viens justement de changer de style encore une fois. Ou je dessine quelque chose pour exprimer comment je me sens.

**Victoria Grisdale :** Moi aussi, je teins mes cheveux, alors je comprends totalement. Et est-ce que l'atelier a eu un impact sur ta façon de voir la santé?

**Jesse Macdonald :** Oui, d'une certaine manière, parce qu'au début, quand tu posais les questions là-dessus, tout le monde disait « oh oui, la santé, c'est juste faire de l'exercice, bien manger », et je me disais « mais ce n'est pas ça que je fais pour être en santé, ce n'est pas ça ma vision de la santé ». Alors, j'y ai pensé plus, et j'ai trouvé, bien, l'art.

**Victoria Grisdale :** Si tu faisais un autre récit numérique sur la santé, est-ce que tu aimerais dire ou ajouter autre chose?

**Jesse Macdonald :** Je parlerais probablement un peu plus de mes expériences, et du fait que j'étais une enfant super déprimée et que je suis devenue une adolescente un peu plus stable.

**Victoria Grisdale :** Est-ce que tu aimerais dire autre chose aux jeunes qui regardent ta vidéo?

**Jesse Macdonald :** Je dirais que si tu veux commencer à faire de l'art, même si tu penses que ton art est mauvais en ce moment, plus tu vas le pratiquer, plus tu aimeras ton art, plus tu aimeras ce que tu fais, plus tu vas t'améliorer. Parce que, crois-moi, au début, je n'aimais pas mon art.

**Victoria Grisdale :** Aimerais-tu peut-être me parler un peu plus de l'impact positif de l'art sur ta vie?

**Jesse Macdonald :** Ça a toujours été un intérêt commun pour mes frères et sœurs et ma famille et moi, parce que tous mes frères et sœurs et moi, on est des artistes à notre façon. Que ce soit produire de la musique ou dessiner, ça nous a toujours unis. Parfois, on s'assoit simplement à la table de la



cuisine et on dessine ensemble. On se dit « hé, regarde ça », et on répond « oh wow, c'est *cool* ». C'est une autre chose qui m'a aidée.

**Victoria Grisdale :** C'est bon que ce soit un lien que vous partagiez.

Donc, merci, Jesse, d'avoir été ici avec moi aujourd'hui pour ce balado. J'ai vraiment aimé te parler. Je pense que tu es une excellente et brillante jeune artiste, et j'ai hâte de voir où l'avenir va te mener. Alors, merci beaucoup d'avoir été avec nous ici aujourd'hui.

*-Musique-*

**Victoria Grisdale :** Pour écouter plus d'épisodes de cette série de balados, consultez *Entendre les récits de notre santé : perspectives des jeunes des Premières Nations, inuits et métis* sur le site Web du Centre de collaboration nationale de la santé autochtone, [ccnsa.ca](http://ccnsa.ca). La musique de ce balado est de DJ Taj Rashid, et elle est utilisée sous licence et libre de droits dans le cadre de ce projet, grâce au logiciel Final Cut Pro. Enfin, nous remercions particulièrement le Groupe Banque TD, qui soutient généreusement ce projet.

---

Le Centre de collaboration nationale de la santé autochtone (CCNSA)  
3333 University Way  
Prince George (C. - B.)  
V2N 4Z9 Canada

Tél: 250 960-5250  
Courriel: [ccnsa@unbc.ca](mailto:ccnsa@unbc.ca)  
Site web : [ccnsa.ca](http://ccnsa.ca)

The National Collaborating Centre for Indigenous Health (NCCIH)  
3333 University Way  
Prince George, B.C.  
V2N 4Z9 Canada

Tel: (250) 960-5250  
Email: [nccih@unbc.ca](mailto:nccih@unbc.ca)  
Web: [nccih.ca](http://nccih.ca)

© 2025 Centre de collaboration nationale de la santé autochtone (CCNSA) et Birchbark Collaborative. Cette publication a été financée par le CCNSA et a été rendue possible grâce à une contribution financière du Groupe Banque TD et de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC). Les opinions exprimées dans le présent document ne représentent pas nécessairement le point de vue du Groupe Banque TD ou de l'ASPC.



Centre de collaboration nationale  
de la santé autochtone



birchbark  
collaborative



LA PROMESSE TD  
PRÊTS À AGIR