



Vidéo - Voir les récits de notre santé : perspectives des jeunes des Premières Nations, inuits et métis - Destiny Henyu-Rinsma

Description

Le CCNSA a entrepris un projet national de narration numérique, *Voir 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. Ces ateliers ont mené à la création de 11 récits numériques. Dans leurs récits numériques, les jeunes ont abordé différents thèmes se recoupant, en lien avec leur santé et leur bien-être.

Biographies

Destiny Henyu-Rinsma

Je m'appelle Destiny Henyu-Rinsma. Je suis originaire de Telegraph Creek, mais je suis née et j'ai grandi à Prince George, en Colombie-Britannique. J'ai 16 ans, et je veux devenir médecin.

Transcription

Destiny Henyu-Rinsma : Je n'ai jamais vraiment connu mon père, donc j'ai grandi sans lui. À l'âge de sept ans, j'ai commencé à jouer au hockey. Pendant un certain temps, j'avais l'impression que c'était ma façon de m'échapper.

Mais tout a commencé à s'effondrer le 20 mars 2019. Ma mère a reçu un diagnostic de cancer le 18 novembre 2018. La perte de ma mère quand j'avais dix ans a cassé quelque chose en moi et mes six frères aînés. Après la mort de ma mère, c'est comme si la douleur s'était transformée pour me faire fumer, boire, mentir, voler. Avant, j'étais l'enfant parfaite, mais après, j'ai essayé d'être quelqu'un qui n'était pas moi, une gangster. J'essayais de faire partie du groupe, d'être *cool*, d'engourdir toutes mes émotions. Il m'est arrivé de vouloir en finir, mais on aurait dit que quelque chose au plus creux de moi-même m'en empêchait.

Quand j'avais 13 ans, une chose vraiment terrible est arrivée entre moi et mon frère. À cause de cette si grande noirceur, j'ai fini par aller vivre avec ma tante. Au début, je ne lui faisais pas vraiment confiance. Je l'ai repoussée, je mentais et je lui volais des choses, mais elle ne m'a jamais abandonnée.



Un jour, je l'ai enfin laissée entrer dans mon cœur. On aurait dit qu'un morceau de moi-même avait enfin été retrouvé. Je ne sais pas comment elle a fait ça, mais elle est entrée dans ma noirceur et elle m'en a sortie. Elle ne m'a pas seulement sauvée, elle s'est assurée que je confronte mes traumatismes, une étape à la fois. Elle m'a tenu la main, m'a éclairée et m'a permis de suivre mon chemin. J'ai pleuré plus fort que je ne le pensais possible depuis la mort de ma mère. Mais ma tante a toujours trouvé du temps pour moi, pour son garçon, son mari, et toutes les personnes qu'elle aime.

Plus tard, j'ai redéménagé avec mes frères. Tous les sentiments que j'avais enterrés sont tous revenus. Mais cette fois-ci, cette fois, c'était différent, parce que je savais comment les gérer d'une manière saine. Ma santé était détruite au niveau physique, émotionnel, spirituel et mental, mais avec le bon soutien et le bon état d'esprit pour continuer, j'ai survécu. C'était difficile – je ne mentirais jamais à ce sujet-là –, mais je suis passée à travers.

Ta santé compte. Toi, tu comptes. Le monde peut être brutal, mais c'est toi qui décides si tu veux soit survivre ou vraiment vivre. Et souviens-toi : il ne faut pas te chercher toi-même; il faut te créer toi-même.

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
Site web : ccnsa.ca

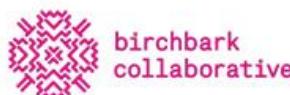
The National Collaborating Centre for Indigenous Health (NCCIH)
3333 University Way
Prince George, B.C.
V2N 4Z9 Canada

Tel: (250) 960-5250
Email: nccih@unbc.ca
Web: 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