

Magazine 'tit géant

printemps 2002

DISCUSSION

ACTION

CONTACT  
JEUNES  
FEMMES

LA VIOLENCE

LA PAUVRETÉ

LE RACISME

## Contact jeunes femmes

Contact jeunes femmes (CJF) est l'initiative de la Commission des étudiants en collaboration avec Filles d'action, NAC Young Womyn et l'Alliance canadienne féministe pour l'action internationale, subventionnée par Patrimoine Canada et Condition féminine Canada. Ce projet réunit des jeunes femmes canadiennes pour créer un changement dans les obstacles auxquels nous faisons face et qui concernent la race et le sexe, particulièrement en rapport avec la violence et la pauvreté. Nous avons beaucoup de choses à dire et parfois peu d'endroits où les faire entendre.

L'édition spéciale de la revue est un outil que nous utilisons non seulement pour créer des contacts entre les femmes du Canada mais aussi pour prendre part à la confection de cette revue et à son utilisation dans des ateliers, dans le but de stimuler des discussions, une découverte et la prise d'actions.

Nous avons rassemblé des articles de jeunes femmes qui ont exprimé et partagé des histoires personnelles, des pensées, des réflexions et des analyses sur certains problèmes. Dans les articles que nous avons reçu, les jeunes femmes ont parlé encore et encore du bienfait que leur apportait le fait de raconter leurs histoires et de l'émancipation que leur procurait cette expérience, aussi négatives pouvaient être leurs histoires. Nous nous sommes rendus compte que le procédé qui consistait à faire raconter des histoires, devait perdurer. Nous nous sommes aussi rendus compte que le lecteur devait profiter de la même occasion et discuter. Cette revue est donc présentée comme un atelier, avec de l'espace pour que chaque lecteur interagisse avec elle. Nous voulions continuer à créer des contacts entre jeunes femmes et voulions qu'elles pensent à cette revue comme la leur. Afin d'atteindre ce but, JFC et la Commission des étudiants continuent à mettre sur pied des ateliers d'un bout à l'autre du pays, pour encourager les discussions, la découverte et la prise d'actions.

Nous voulons que cette revue soit un outil interactif qui fournisse à tous assez d'information pour stimuler des opinions sur les problèmes évoqués dans les articles. S.V.P tapissez la revue de vos commentaires. Utilisez-la pour créer vos propres ateliers. Partagez vos commentaires et vos réactions sur le forum de discussions et le site électronique du Magazine 'tit géant au [www.tgmag.ca](http://www.tgmag.ca)

Nous voulons savoir ce que vous pensez de la revue. Des idées sur la mise en page, les faits, les citations, les questions de discussions, les statistiques. Tout ce que vous pensez qui fera de cette revue un outil complet pour la création de vos ateliers !

S.V.P nous envoyer vos suggestions au [tgmag@tgmag.ca](mailto:tgmag@tgmag.ca)

Équipe CJF, La Commission des étudiants :

Lanny Jimenez, Bonnie Heilman, Lea Pavia

Collaborateurs : Karine Laperrière, Gabriela Pierre, Donia Arzouni, Marie-Madelène Lamarre, Farah Arzouni

Comité consultatif :

Bindu Dhaliwal, Denise Campbell, Tatiana Fraser, Zohra Moosa, Yasmin Meherally, Arlene Micheline, Farrah Byckalo-Khan, Sabrina Parisien, Jennifer Litchfield, Pamela Salgado, Jocelyn Dunstan, Nrinder Nann, Marie Jolie Rwigema, Leone Payson, Asha Noel



'tit  
**GÉANT**  
LA COMMISSION DES ÉTUDIANTS

[www.tgmag.ca](http://www.tgmag.ca)

'tit géant / La Commission des étudiants  
23 rue Isabella, Toronto, Ontario,  
M4Y 1M4

Télé : 416-597-8297  
Télé : 416-597-0661

# Table des matières

## Violence

Pas uniquement à propos du racisme – Andrea Gunraj et Joanna Pawelkiewicz .....	05
Au-delà de la Conférence mondiale contre le racisme – Ethel Farrales .....	06
Le monde – Farah Arzouni .....	08
La violence qui nous blesse – Donia Arzouni .....	09
Le racisme – Farah Arzouni .....	10
Et gloue, et gloue, et gloue – Lizzy Nelson .....	11
Lettre à un violeur – Paola Konge .....	13
Pourquoi tant de violence ? .....	15
Nos solutions.....	17

## Racisme

Expériences personnelles .....	18
Le racisme systémique .....	20
Frayer avec des groupes différents .....	21
Falafel, taboulé et <i>Crackerjacks</i> – Azita Ranbar.....	22
Identité : Être jeune femme noire – Denise Campbell .....	24
Plus la peau est foncée .....	27
Les fameux ...ismes .....	28
Comportement.....	29
Une journée, 24 heures – Gabriela Pierre .....	30

## Pauvreté

Les enfants ont besoin de... ..	31
Chanson – Anonyme .....	32
Citations .....	33
Triste histoire d'une vie... – Marie .....	34
Témoignages.....	36
Dans mes propres mots .....	38

## Les ateliers

Les ateliers .....	39
Contact jeunes femmes (un atelier) .....	40
Guide d'animateur/animatrice .....	45
Aptitudes de communication.....	46



Lorsque

**des actes violents**  
**sont commis**  
**contre les femmes,**  
 plusieurs d'entre eux  
**ne sont pas rapportés.**

**Est-ce que les déclarations**  
**suivantes suffisent pour se taire ?**  
**Qu'en pensez-vous ?**

**Les femmes veulent maintenir la famille unie**  
**et se soumettent aux principes de la religion**  
**pour demeurer avec leur partenaire**

**Les femmes craignent que**  
**leur famille et leurs amis**  
**aient honte d'elles**

**Leurs partenaires menacent**  
**de se suicider**

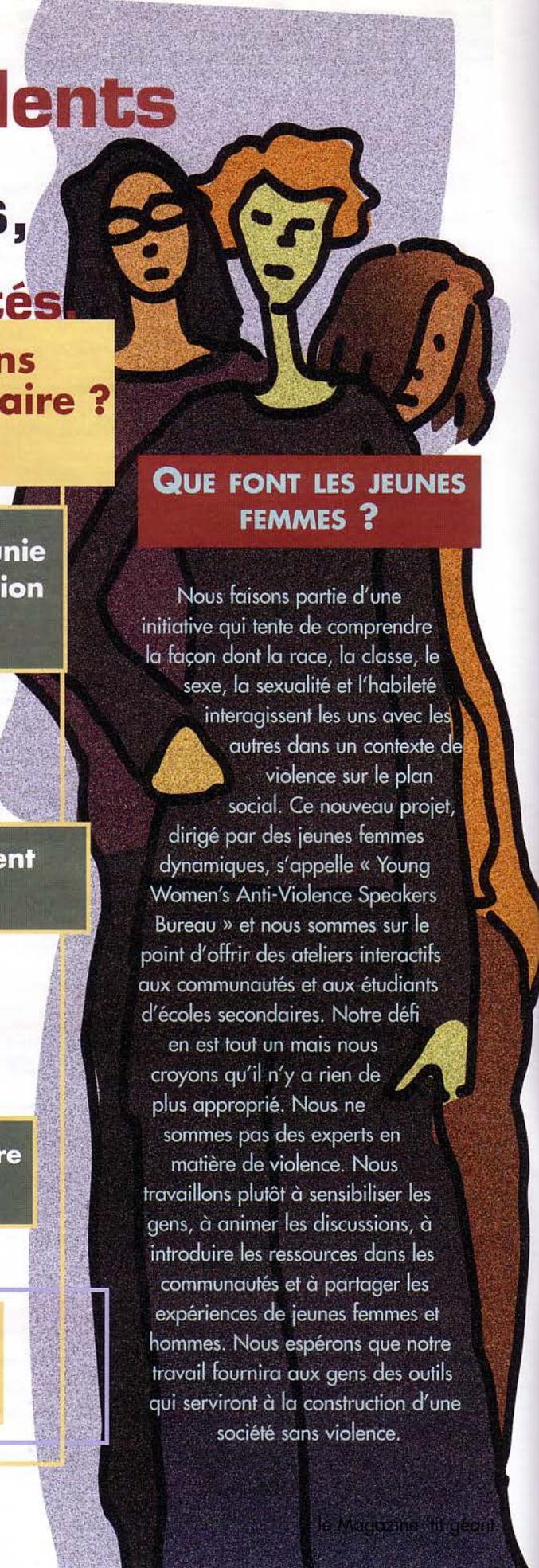
**Les femmes ont honte, se sentent**  
**humiliées et gênées et ne veulent pas**  
**que personne soit au courant de**  
**ce qu'il leur arrive**

**Les femmes croient qu'elles ont besoin d'être**  
**avec quelqu'un pour se sentir complètes**

**Les femmes croient que si elles restent,**  
**elles pourront sauver leur agresseur**  
**et l'aider à se remettre sur pied**

**QUE FONT LES JEUNES**  
**FEMMES ?**

Nous faisons partie d'une initiative qui tente de comprendre la façon dont la race, la classe, le sexe, la sexualité et l'habileté interagissent les uns avec les autres dans un contexte de violence sur le plan social. Ce nouveau projet, dirigé par des jeunes femmes dynamiques, s'appelle « Young Women's Anti-Violence Speakers Bureau » et nous sommes sur le point d'offrir des ateliers interactifs aux communautés et aux étudiants d'écoles secondaires. Notre défi en est tout un mais nous croyons qu'il n'y a rien de plus approprié. Nous ne sommes pas des experts en matière de violence. Nous travaillons plutôt à sensibiliser les gens, à animer les discussions, à introduire les ressources dans les communautés et à partager les expériences de jeunes femmes et hommes. Nous espérons que notre travail fournira aux gens des outils qui serviront à la construction d'une société sans violence.



# Pas uniquement à propos du racisme

...Un point de vue sur la violence faite aux femmes



Par Andrea Gunraj et Joanna Pawelkiewicz

De nos jours, la violence est une préoccupation importante et elle n'est pas étrangère à personne, du moins à un degré quelconque. Le problème de la violence faite aux femmes est aussi devenu un sujet plus central même s'il n'attire pas autant d'attention qu'il ne le mérite. Au moment où la violence « privée » était un sujet que peu de personnes mentionnait, des discussions concernant la violence faite aux femmes, particulièrement la violence intime entre partenaires, s'animaient grâce aux efforts déployés par les féministes et les activistes communautaires afin de sensibiliser les gens. Malheureusement, les discussions à propos de la violence à laquelle font face les femmes, tendent à se concentrer sur le problème en tant que phénomène unilatéral et compact- trop de gens portent le blâme sur la société « patriarcale » (la domination des hommes sur les femmes), une force quasi inexplicable et inexplicable. Si le « patriarcat » disparaissait, il semblerait que les choses iraient mieux et seraient plus sécuritaires pour tous.

En effet, les rapports entre hommes et femmes est un thème très important lorsque l'on pense à la violence faite aux femmes. Les discussions concernant le « patriarcat » commencent à introduire cette notion du moins sur une base élémentaire. À part ce que les femmes ont en commun, nous devons parler des différences qui existent entre nous. Nous venons de différentes classes sociales, parlant

différentes langues, appartenant à différentes communautés ethniques et culturelles et pratiquons différentes religions. Notre âge, nos orientations sexuelles, notre lieu de naissance et nos habiletés varient également. Une femme est à peine une femme dans un monde où le sexe d'une personne est

---

... le sexe n'est pas le seul problème quand le thème de la violence faite aux femmes est abordé, c'est à ce moment-là que les discussions deviennent plus complexes.

---

non seulement un facteur déterminant dans la façon dont nous vivons avec la violence et dans les ressources qui nous sont disponibles; une femme est une femme de couleur, une lesbienne, une sourde, une handicapée, une immigrante, une femme à double spiritualité, une musulmane, une jeune femme...Chaque statut social et ses combinaisons créent une dynamique particulière qui affecte non

seulement la façon dont on traite quelqu'un mais aussi la façon dont cette personne se perçoit et s'insère dans un contexte social plus large.

Lorsque vous considérez que le sexe n'est pas le seul problème quand le thème de la violence faite aux femmes est abordé, c'est à ce moment-là que les discussions deviennent plus complexes. C'est peut-être une des raisons pour lesquelles on en parle peu souvent- comment une lesbienne de couleur vivrait son expérience de « violence faite aux femmes » différemment qu'une femme blanche à faible revenu ? Ces différences sont certainement essentielles et l'on doit en tenir compte avant même d'observer la violence où qu'elle soit !

Andrea Gunraj et Joanna Pawelkiewicz sont deux jeunes femmes coordinatrices de "Young Women's Anti-Violence Speakers Bureau", une initiative de METRAC (Metro Action Committee On Violence Against Women and Children). Pour toute question ou commentaire, veuillez les rejoindre au (416) 397-0258 ou au [info@metrac.org](mailto:info@metrac.org)

# AU-DELÀ DE LA CONFÉRENCE MONDIALE CONTRE LE RACISME (CMCR):



## Les jeunes canado-philippins poursuivent leur lutte contre le racisme

Par Ethel Farrales

En tant que jeune philippine, je ressens un besoin urgent de dénoncer au monde entier les dures réalités que vivent tous les jours de nombreux jeunes philippins. Avoir peur d'aller à l'école, se faire expulser des centres commerciaux, se faire jeter des pierres au visage parce que ta peau est brune, parce que tu es un nouvel arrivant, parce que tu es philippin. Tous les flips doivent mourir. Je retiens l'image des graffitis couvrant les murs des toilettes d'une école secondaire du quartier sud-est de Vancouver. Toujours les mêmes histoires sur les raisons pour lesquelles nous sommes visés et harcelés par les autorités, simplement parce que les philippins sont de plus en plus visibles au Canada. Je sais que l'on nous donne les emplois les plus difficiles et dangereux parce que les employeurs croient qu'ils peuvent se tirer d'affaires.

J'ai la certitude que le racisme est impregné dans le tissu social de ce pays. Mais je sais aussi qu'avec le racisme dont est constamment victime ma communauté, nous nous élevons et exposons ce qu'il nous cause et nous nous battons pour obtenir l'égalité et la dignité au sein de la société canadienne.

En tant que membre de Ugnayan ng Kabataang Pilipino sa Canada/Filipino-Canadian Youth Alliance (UKPC\FCYA), j'ai participé à la Conférence mondiale contre le racisme (CMCR) des Nations Unies tant à l'échelle locale, nationale qu'internationale. Depuis, je fais partie d'une organisation jeunesse philippine, j'ai reçu le soutien de ma communauté et vécu des expériences enrichissantes qui m'ont suivie dans les différentes réunions autour du monde. Cette perspective communautaire a été essentielle dans la création de liens avec d'autres groupes qui luttent contre le racisme et a aussi souligné l'importance de

l'engagement des jeunes dans des organisations qui abordent des thèmes tels que le racisme et la mondialisation.

### Devenir solidaires contre le racisme

Un sommet des jeunes s'est tenu à Durban en Afrique du Sud avant la conférence officielle des gouvernements et le Forum des organisations non gouvernementales. Plus de 500 jeunes du monde entier se sont réunis pour s'attaquer au problème du racisme. Plusieurs discussions ont porté sur l'annulation de la dette du Tiers-Monde, le rôle de la mondialisation dans l'exploitation des jeunes (main d'oeuvre, trafic, tourisme sexuel), le rôle des multinationales et des Institutions internationales telles que la Banque mondiale et le Fond monétaire international. Mais il n'y avait que deux jours de prévus pour que les jeunes discutent des problèmes importants. Plusieurs jeunes étaient déçus par le manque de temps et de ressources durant le Sommet des jeunes. De plus, au moment où les jeunes canadiens devraient se réunir pour s'attaquer au problème du racisme qui nous affecte tous, nous avons aussi besoin davantage d'organisations jeunesse canadiennes pour se prononcer contre le racisme.

**J'ai la certitude que le racisme est impregné dans le tissu social de ce pays.**

En tout et partout, la Conférence mondiale contre le racisme a fait un pas dans la reconnaissance de l'esclavage et du colonialisme comme ayant taché l'histoire mais elle n'est pas allée assez loin dans la reconnaissance et la confrontation du racisme systémique et dans les inégalités économiques flagrantes qui existent toujours dans le monde actuel. Il y a un besoin urgent de regarder d'un œil critique l'héritage que laisse le

racisme et l'outil qu'il devient pour les pays capitalistes en divisant les travailleurs. À la suite des maintes discussions internationales sur le racisme à la CMCR, je suis de plus en plus convaincue du besoin d'approfondir ces discussions et de placer cette oppression dans le contexte des disparités économiques actuelles. Notre expérience en tant que communauté philippine au Canada en est une de sous développement. Cette expérience collective témoigne du besoin d'analyser le racisme dans un contexte plus large et dans le climat politique et économique actuel.

### La mondialisation, la migration, le racisme et la communauté canado-philippine

Aujourd'hui les pouvoirs impérialistes continuent d'utiliser la mondialisation afin de créer la libre circulation de biens et de capitaux, ce qui entraîne une distorsion des économies et le déplacement de populations entières. Dans des pays comme les Philippines, sa longue histoire de colonialisme et d'un nouveau genre de néocolonialisme empêche le pays de se développer avec son manque d'industries primaires. L'impérialisme, le féodalisme et le capitalisme poussent tous les jours des milliers de philippins à l'étranger pour servir de main d'œuvre à bon marché. Cela a eu pour effet de créer une diaspora philippine avec plus de 8 millions de philippins éparpillés dans 186 pays différents. Afin d'exposer cette statistique de façon différente, l'on estime que plus de 2000 philippins quittent leur pays tous les jours afin de trouver du travail, avec 10 % de sa population à l'étranger.

Le Canada, un pays industrialisé dans l'ère de la mondialisation, a grandement bénéficié de cette massive migration de philippins, particulièrement des femmes. Nous faisons partie de la dernière phase de la migration au Canada qui est dominée par des personnes de couleur provenant de pays du sud en voie de développement. Depuis quelques décennies, les philippins ont été capables d'entrer au Canada et d'y trouver un travail décent, pourvoyant ainsi le pays de

son besoin de main d'œuvre qualifiée. Toutefois, la situation actuelle des immigrants s'envenime. Les philippins font partie du groupe d'immigrants les plus instruits du Canada mais leurs revenus sont toutefois plus faibles que ceux d'autres immigrants et de canadiens d'origine. Ils demeurent donc en marge de la société, considérés principalement comme de la main d'œuvre à bon marché dans le secteur des emplois de service.



### Ce qui nous attend

Nos expériences collectives avec le racisme illustrent comment, dans un pays comme le Canada qui prône la tolérance et le multiculturalisme, le racisme systémique maintient les communautés culturelles et marginalisées sous développées.

Même si la Conférence mondiale contre le racisme a créé un précédent dans la lutte contre le racisme, elle n'est pas allée assez loin. Parmi les réactions négatives des canadiens à l'égard de la conférence et les contrecoups incessants, nous devons, en tant qu'organisations populaires, aller au delà de la simple analyse du racisme et s'attarder aux disparités économiques actuelles dans le monde entier. Tant qu'il y a des disparités, il y a du racisme - spécialement aujourd'hui à la suite des événements du 11 septembre et de la lutte contre le terrorisme. L'économie mondiale est en crise et les superpuissances se battent pour conserver le pouvoir et les profits. En tant que communautés marginalisées au Canada (immigrants, autochtones, classe ouvrière, pauvres), nous devons nous unir pour lutter contre l'impérialisme afin d'en finir avec l'exploitation et l'oppression dans le monde.

## DÉFINITIONS

**Le PARTI PRIS** est un point de vue ou une façon de voir les choses qui détermine notre comportement pour ou contre un certain groupe humain, une situation ou une idée. En admettant que nous avons tous des partis pris, il nous est plus aisé de les examiner, de constater comment ils commandent nos actions et d'améliorer nos relations humaines.

**STÉRÉOTYPER** est une tendance à grouper les gens sur des bases inexactes et sur des généralisations. Cela nous fait supposer que tous les individus d'un même groupe partagent les mêmes caractéristiques. Stéréotyper équivaut à diminuer la valeur d'un individu et nous empêche de voir les différences.

**Le PRÉJUGÉ** nous pousse à nous faire des opinions et à adopter des comportements sans bases ni preuves valables.

**La DISCRIMINATION** nous fait refuser aux groupes et aux individus leurs droits à l'égalité. Cela arrive quand nous agissons sur la base de nos préjugés ou quand l'autorité en place exclut d'avance certaines catégories de personnes.

**Le RACISME** est un comportement ou une conviction qu'un certain groupe ethnique est supérieur ou plus important que d'autres, sur une base raciale ou de couleur de peau. Le racisme donne naissance à la « domination » d'un groupe sur les autres et à l'exclusion intentionnelle ou non de ces derniers. Étudier exclusivement, par exemple, l'histoire ou la culture d'une seule civilisation exclut le reste du monde et fait preuve de racisme.

R  
E  
E  
D  
A  
E  
S  
I  
T  
I  
C  
B  
L  
E



# Le monde

« Quand la majorité accepte une idée, elle résiste toute tentative de changer cette norme. La controverse peut soulever des craintes, mais la vérité est que nous avons tous le droit de vivre dans une société sans le racisme et la violence. C'est la loi, et il faut que les systèmes changent pour refléter cette réalité. »



Partout la guerre,  
Les cadavres par terre,  
Les enfants meurent,  
Et les parents pleurent,

Le racisme par là,  
La pauvreté ici,  
Un meurtre là-bas,  
En plus des maladies,

Des enfants noyer dans le sang,  
D'autres cherchent leurs parents,  
Mais...

...où est passée la paix ?

Et demain,  
Quoi espérer ?  
être violée,  
Ou encore pire...

- Farah Arzouni

# La violence qui nous blesse

Par Donia Arzouni

La violence peut se présenter sous plusieurs formes. De façon physique, psychologique, émotionnelle, verbale, sexuelle même envers soi-même. Chacune d'entre elles peut créer des sentiments de confusion chez plusieurs jeunes femmes ainsi que les jeunes hommes. Devrait-on laisser ces jeunes en détresse ou plutôt les aider à s'ouvrir ? D'après moi, ces victimes demandent de l'aide de façon indirecte, c'est pour cela que nous devrions organiser des discussions les aidant à épanouir leurs blessures étendues.

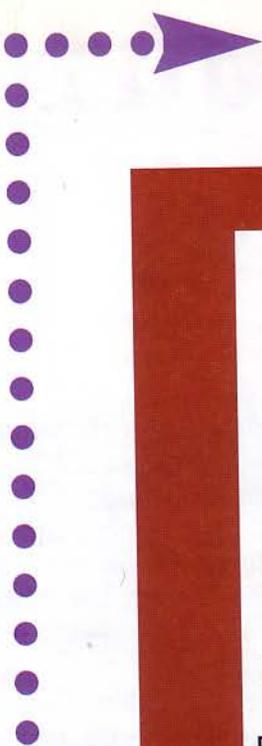
Plusieurs des actes subis envers ces jeunes sont des violences sexuelles. Dans le monde entier, nous voyons des jeunes violés par des étrangers comme par les membres de leurs familles. Ces victimes sont, la plupart du temps, des jeunes femmes à partir de 12 ans. D'après les statistiques du gouvernement du Québec, en 1997, 25 % des adolescentes sont victimes de violence dans leurs relations amoureuses, 47 % des Québécoises ont été victimes d'au moins un acte de violence physique ou sexuel depuis l'âge de 16 ans. Dans 70 % à 80 % des agressions sexuelles, l'agresseur est une personne connue par les victimes. Ces statistiques ne sont que celles qui révèlent des cas dénoncés à la police.

Les violences physiques, émotionnelles (qui joue avec les sentiments profonds), verbales, psychologiques qui se disent aussi la manipulation et bien entendu envers soi-même sont d'autres violences aussi très présentes dans leurs vies. L'amie d'une de mes amies qui a subi une très grande violence envers elle-même prenait des pilules pour faire une « overdose » et se coupait les veines, est un exemple d'une personne en détresse. Quoiqu'il en soit ces chiffres qui sont très élevés démontrent qu'il est temps d'agir.

Quels sont les meilleurs moyens qui pourraient aider ces adolescentes à traverser ces moments pénibles ? La communication est l'un des moyens les plus importants puisque l'origine de ces violences est le manque de communication. Se vider l'esprit et le coeur en parlant aux amies, à un professeur, à un organisme ou à toute autre personne qui pourrait t'aider autant du côté émotionnel que psychologique. Comme le disent si bien les gouvernements « Parler, c'est grandir. » Une autre façon de se débarrasser de ces souvenirs est d'écrire ce que l'on ressent par des poèmes ou dans son courrier intime et plusieurs d'autres moyens.

En conclusion, pour aider ces jeunes, nous devrions créer des organismes à qui ils pourront parler et se confier. Et comme nous l'avons constaté, les statistiques des violences sont très élevées. Espérons que ces violences finiront par exploser à jamais.

Note : Les statistiques ont été prises dans un document sur la sensibilisation sur la violence par le CLSC (une clinique médicale).



## Le racisme

Toute cette haine,  
Et toute cette peine,  
Qu'une personne a envers une autre,

Mais pourquoi,  
Tous ces préjugés ?  
À la place, apprenons à les connaître,  
Ça ne sera probablement pas un temps  
perdu,

Le racisme est la cause de la plupart des  
guerres,  
Et les soldats qui vont tuer d'autres soldats  
sans raison,  
Et qui envahissent les maisons,  
Quelle que soit la saison,

L'erreur est humaine,  
Mais pas le racisme.

Farah



# ET GLOUE, ET GLOUE, ET GLOUE

L'alcool, c'est quoi le problème ?

PAR LIZZY NELSON, VANCOUVER

**J'EN AI EU MA PART  
D'ALCOOL ET JE  
PEUX VOUS DIRE  
CECI. CE N'EST PAS  
LA MER À BOIRE. JE  
M'APPELLE LIZZY  
NELSON ET J'ÉTAIS  
UNE JEUNE  
ALCOOLIQUE IL Y A 3  
MOIS.**



L'alcool, c'est quoi le problème ? J'en ai eu ma part d'alcool et je peux vous dire ceci. Ce n'est pas la mer à boire. Je m'appelle Lizzy Nelson et j'étais une jeune alcoolique il y a 3 mois. J'ai commencé à boire à l'été de la fin de ma 7e année. Ce qui est triste à dire c'est que j'étais en retard sur les autres. La moitié des gens que je côtoyais avait commencé un an auparavant. Ce fut le coup de foudre avec l'alcool, une chimie instantanée. J'étais quelqu'un de très extravertie, quelqu'un qui n'avait pas de difficulté à se mêler aux autres et à entretenir des conversations. Mais lorsque j'ai commencé à boire, ça pris un tout autre virage. Lorsque j'ai commencé à l'école secondaire Kitsilano, j'ai rencontré beaucoup de gens et me suis fait beaucoup d'amis. Cela m'enchantait de voir qu'il y avait bien du monde qui avait les mêmes intérêts que moi. Les partys de 8e année étaient imposants et il semblait normal de boire toutes les fins de semaines, de se réunir avec des gars, de converser et de se faire de nouveaux amis. Je me disais « je suis à l'école secondaire maintenant, c'est ce qu'on fait, on vit de nouvelles expériences ». Croyez-moi, si j'avais su que je ne pouvais pas parler aux gars de cette façon, rencontrer des gens en étant sobre et être la même Lizzy animée qu'avant, je n'aurais jamais emprunté ce chemin. Même si j'aimerais changer le passé, je ne peux pas. Pendant trois ans j'ai bu toutes les fins de semaine et tous les jours de l'été quand je pouvais. Lorsque tu es toujours

saoule, tu commences à oublier vraiment qui tu es et à t'éloigner de ta personnalité.

Les fins de semaines, je vais toujours aux partys avec mes amis. Ils boivent et moi non. C'est cool quand même mais je pense que je n'aurai jamais autant de plaisir que lorsque je buvais. Ce n'est pas que l'alcool embellit tout. Le problème c'est que tout t'apparaît parfait à cause de l'intoxication. Parler n'est pas un problème. Tu peux parler à n'importe qui de n'importe quoi. Je pense que l'alcool met tout en valeur artificiellement. Tu vis le moment sans te soucier de personne ni de rien. C'est une grande exagération.

Je crois que la plupart des jeunes filles commencent à boire parce qu'elles manquent de confiance et d'estime de soi. Le 21e siècle c'est à propos de se faire accepter. La marque de vêtements que tu portes, de maquillage, de parfum, le jargon que tu utilises, ta façon de marcher et de parler, même la couleur de tes lunettes semble être importante d'après les revues d'aujourd'hui. C'est ridicule. Ce n'est pas surprenant que le quart des étudiants de 10e année est alcoolique. Soit que tu feinds tout ou que tu deviens le monstre que la société a créé. L'alcool nous met à l'aise et nous rend acceptés. Pourquoi ne sommes-nous pas acceptés tels quels au lieu d'être des putains alcooliques ou des bitches bruyantes et fatiguées ?

Suite à la prochaine page



**...Ce fut le coup de foudre avec l'alcool, une chimie instantanée. J'étais quelqu'un de très extravertie, quelqu'un qui n'avait pas de difficulté à se mêler aux autres et à entretenir des conversations...**

Les gars ? Ça c'est un tout autre problème. Êtes-vous robustes ? Êtes-vous un tombeur ? Êtes-vous populaire ? Ce sont les questions posées aux étudiants de 8e et 9e année lorsque soudainement tu n'es plus le meilleur de la classe. Tu es un « loser ». Je me souviens qu'à chaque vendredi, il y avait une bagarre et les étudiants de 12e année choisissaient deux rejets et se battaient dans un parc tout près. Tout le monde les entourait et les regardait se battre pour leur réputation. Disons que tu as perdu et qu'il y a un party plus tard. Plus tôt, tu as été intimidé et tu ne t'es pas battu aussi bien. Tu sais que le gars va être là et il n'y a rien comme un petit verre qui va arranger l'affaire. Tu lui montre qui mène.

Ce genre de chose arrive tout le temps. J'en ai été témoin. Mes amis ont été battus et en ont battu d'autres sous l'influence de l'alcool. La plupart du temps, ils s'en veulent le lendemain. Personne ne veut avoir l'air d'une pouille mouillée. Il est presque obligatoire qu'un gars se défende et qu'il défende sa blonde. Tout tourne autour de l'image aujourd'hui. Alors pensez-y la prochaine fois qu'on vous offre un verre. Vous sentez-vous acceptés pour qui vous êtes ou pour qui vous voulez être ? Est-ce que l'alcool va arranger ça ? Avez-vous vraiment besoin de ce soutien artificiel ? De quoi avez-vous peur pour que vous commencer à boire ? Votre vraie personnalité ? Prenez la bonne décision et basez-là sur vos idées et vos opinions. Ne tombez pas dans le même panneau que moi.

### **Saviez-vous que l'alcool affecte les femmes différemment ?**

\* Les femmes ont généralement besoin d'un plus petit montant d'alcool pour obtenir le même taux d'alcool dans le sang que les hommes ?

\* Les jeunes femmes commencent habituellement à boire plus tôt que les femmes plus âgées ?

\* Par rapport aux jeunes hommes, les jeunes femmes ont moins tendance à boire pour plaire aux autres. Toutefois, les femmes plus âgées versus les hommes de la même catégorie, ont tendance à boire pour plaire aux autres.

(Tiré du document de Santé Canada « Horizons deux, Mieux comprendre l'usage de l'alcool et des autres drogues chez les femmes au Canada »)

### **Pensez-y...**

- \* Sentez-vous que vous devriez réduire votre consommation ?
- \* Est-ce qu'il y a des gens qui vous énervent et critiquent votre consommation ?
- \* Vous êtes-vous déjà senti mal ou coupable à propos de votre consommation ?
- \* Avez-vous déjà pris un verre en vous levant le matin pour calmer vos nerfs ou les effets du lendemain de la veille ?

# Lettre à un violeur

Récemment, j'ai lu un article intitulé « By any Other Name ». C'était un article à propos de viols et des expériences qu'ont les femmes avec les hommes qui semblent être des viols mais qui ne s'appellent pas « viols » parce que les femmes hésitent à employer ce terme, ayant honte d'appeler ce qu'elles ont vécu par leur vrai nom. Elles hésitent car elles croient qu'un viol se déroule entre étrangers, que c'est un viol seulement si la femme a été battue et si elle s'est fortement débattue. Il y a bien d'autres situations qui constituent un viol. Lire cet article m'a aidé à comprendre cette réalité. Ainsi je t'écris cette lettre.



À :

.....  
*Pour plusieurs années, j'ai gardé en mémoire un souvenir. Un souvenir d'une chaude journée d'été lorsque tu m'as invitée chez tes parents pour une baignade et pour me donner mon cadeau d'anniversaire. On s'est baigné, on est rentré et je suis allée me changer dans la chambre de ton frère. Ensuite tu es rentré. Je me souviens de t'avoir embrassé et de t'avoir dit non, que je ne voulais pas faire l'amour et que je voulais arrêter. Je me souviens d'avoir dit non plusieurs fois.*

*Tu n'as pas arrêté. Tu m'as violée.*

*J'aurais aimé me défendre plus férocement mais je sais que même si je ne l'ai pas fait, tu n'avais pas le droit de continuer...*

*Tu aurais dû arrêter...*

*Je ne veux plus appeler cet incident « par n'importe quel autre nom ». Je veux l'appeler par son nom; un viol. Je ne veux plus porter seule ce fardeau, avoir ce souvenir ou me demander comment appeler cet incident.*

*J'aurais souhaité avoir le courage de composer avec ça, tout de suite après que ce soit arrivé. Mais j'étais confuse, incertaine à savoir si ce que j'avais vécu était mal ou non. J'avais 15 ans. J'étais naïve et j'avais peur.*

*Je t'ai parlé après, je t'ai rendu visite. Mais je n'ai jamais oublié et j'ai toujours pensé que ce qui était arrivé n'était pas bien. Au fil du temps, j'ai finalement eu le courage et l'éducation pour affronter la situation, pour y penser et éventuellement pour en parler. Je me suis rendue compte que c'était mal. J'ai cessé tout contact avec toi mais ton souvenir et ton cadeau d'anniversaire me hantent toujours. Depuis, j'ai eu le courage d'appeler l'incident par son nom, de me rendre compte que ce n'était pas de ma faute, que ce n'est pas grave si je ne m'étais pas défendue davantage et que même si j'étais confuse à propos de ce qui s'était passé et si ça constituait un viol ou non, il n'est jamais trop tard pour appeler les choses par leur nom. Il n'est pas trop tard non plus pour m'en rendre compte, pour affronter cet incident d'une façon appropriée et de reconnaître que tu m'as violé d'une façon violente...*

*Tu peux décider de réagir à cette lettre comme tu l'entends. Tu peux l'ignorer, la nier, me dénigrer, la reconnaître ou l'affronter.*

*Le but de cette lettre n'est pas de détruire ta vie ou te faire sentir mal. Je ne crois pas que tu es une mauvaise personne mais je crois que ce que tu as fait est méchant...*

Ma lettre a deux objectifs. Premièrement, je veux me débarrasser de ce fardeau et donner un nom à mon expérience pour ne plus me remettre en question à propos de l'incident. Et je pense qu'une partie de moi désire que tu portes ta part du fardeau, tout comme moi. Je ne veux pas être la seule à y penser et à être remplie de tristesse lorsque je repense à cette journée.

Deuxièmement, je veux te dire que je sais ce que tu as fait. J'espère que tu le sais aussi, que tu as fait face à la situation et que tu respectes davantage les femmes maintenant. Je sens que je dois t'en parler, pour mon bien et celui des autres femmes. Je ne veux pas que tu refasse ça à d'autres femmes et j'espère que tu ne l'a pas fait. J'espère qu'en t'écrivant cette lettre, tu chercheras de l'aide si ce n'est déjà fait. J'espère que tu as le courage d'affronter cette réalité, tout comme moi je l'ai affrontée. J'espère que tu trouveras la force de t'excuser auprès des femmes que tu as forcées et/ou que tu as violées. Je souhaite que tu t'informes et que tu comprennes ce qu'est un comportement sexuel approprié. J'espère que tu reconnais qu'en étant insistant dans tes relations sexuelles, tu manques de respect et tu agresses sexuellement les filles. J'espère que tu sais que non veut dire non et qu'une fois que non est prononcé, tu dois arrêter et ne pas essayer de convaincre la personne de changer d'idée.

...J'espère que tu sais que tu m'as violée.

Après avoir commis ces actes, je te souhaite de trouver la paix, comme moi j'espère la trouver après t'avoir écrit. J'espère que tu trouveras le courage de réparer tes torts, de t'instruire et de mettre fin à ce complotement, si ce n'est déjà pas fait.

Sincèrement

La femme qui t'a survécu.

### **J'ai composé cette lettre à l'été 2000,**

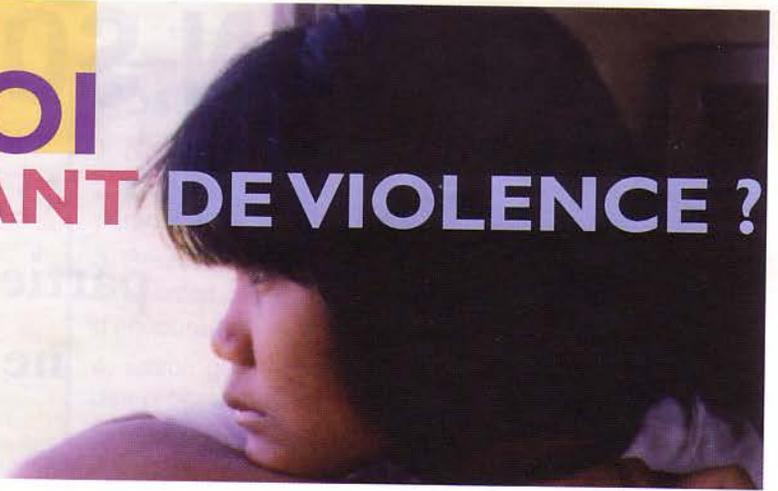
peu après mon anniversaire, pour me débarrasser de mes démons, me pardonner, réclamer ma spiritualité et me réapproprier mon anniversaire. Je crois que toutes les femmes devraient s'asseoir et écrire une lettre aux hommes dans leur vie qui ont été violents envers elles. Je crois qu'en appelant le viol par son nom et non par « un autre nom », la honte se désinstalle et le blâme se porte là où il est nécessaire. Le fait de ne pas guérir est devenu un cercle vicieux dont je ne pouvais me débarrasser. Je n'ai rien dit à personne car personne ne me croirait. J'ai tellement attendu que personne n'allait me croire. La vérité c'est que je ne me croyais même pas en raison des stéréotypes et des fausses opinions entourant le viol. Je ne voulais pas appeler l'incident un « viol », je préférais l'appeler par un autre nom. Je me sentais moins sale, moins victime mais aussi inférieure à

moi-même. Je crois que des événements pareils sont arrivés à plusieurs femmes qui continuent à appeler ce qui leur est arrivé par un autre nom. En faisant de la sorte, nous continuons à accepter une part de ce qui nous est arrivé. Nous acceptons toujours une part du blâme. Mais il n'appartient pas à nous et ce n'est que lorsque nous retournerons une partie de la honte, le sentiment de culpabilité et le dégoût de soi-même à l'auteur en question, le violeur, que le rétablissement commencera. Je crois que le fait d'écrire une lettre peut changer le monde, mettre fin à la violence faite aux femmes et leur apporter le soulagement. Nous le devons aux autres femmes, aux hommes mais plus important, nous nous le devons.

Au nom de la femme et de la solidarité,

Paola Konge

# POURQUOI TANT DE VIOLENCE ?



**La violence est partout.** Nous la voyons plus particulièrement dans les médias, tels que la télévision, la radio, les journaux, la publicité et l'industrie du spectacle, mais elle est également présente dans nos communautés. L'exposition constante à la violence laisse une marque, une empreinte dans l'esprit de ceux qui la voient. De plus, la violence est devenue une source de divertissement. C'est aussi une façon de vivre pour plusieurs. Certaines personnes ne comprennent pas, ou ne prennent pas le temps de comprendre ceux qui sont différents d'eux, qu'il s'agisse de différence de race, de religion, de sexe, d'âge ou d'orientation sexuelle. C'est ainsi que commence la violence. Elles préfèrent recourir à la violence car elles sont incapables de remédier à leurs problèmes. Même si les jeunes canadiens ne sont pas directement menacés, il n'en reste pas moins que des gangs bâtissent leur réputation en harcelant les autres. La violence se manifeste aussi d'autres façons : les agressions à la maison dues à l'alcool et aux drogues; les cas de harcèlement sexuel, physique et psychologique; le manque de ressources (nourriture, toit, argent); l'indifférence. Nous croyons également que l'abus de pouvoir entraîne vite un comportement violent.

**Faites attention. Parle de la violence à tes amis car la menace est réelle.**



# QUI EN SOUFFRE ?

« La violence fait  
partie de notre vie, elle  
ne choque plus »

Donia Arzoumi

Personne n'est épargné par la violence. Personne n'est à l'abri, même si on ne la reconnaît pas toujours.

Nous côtoyons la violence tous les jours, que ce soit à la maison, à l'école ou dans la communauté. Nous en souffrons tous. Nous la voyons à la télévision, nous l'entendons dans la musique que nous écoutons; personne ne peut y échapper.

Les victimes sont multiples : enfants, jeunes, moins nantis, personne âgées, innocents, familles, homosexuels, minorités ethniques ou religieuses, femmes et hommes.

## OÙ LA VIOLENCE SE MANIFESTE-T-ELLE ?

Je vois des images violentes à la télévision, dans les jeux vidéos et sur l'Internet. Je les vois aussi dans les films et les journaux. Les médias glorifient ces images, qui finissent par me paraître imaginaires. Quand je vois un policier en train de tabasser un manifestant, ou l'inverse, j'oublie parfois que c'est la réalité; j'ai l'impression de voir un film, même si ce sont les « nouvelles » que je regarde.

La violence, je l'entends dans la musique que j'écoute : les paroles qui incitent à tuer, à battre et à violer. À l'école, je la vois autour de moi, dans les potins, l'intimidation, les cliques, l'ostracisme, les surnoms et les brutalités. En sport, à l'école comme ailleurs, je la vois. Je la vois chez les fans qui acclament les joueurs de hockey jetant leurs gants pour se battre, chez les footballeurs qui se plaquent, chez les pilotes de course qui se font sortir de la piste...

La violence se répand dans les rues. Marcher seul la nuit n'est plus sûr. Des batailles éclatent dans les bars et les clubs, mais au lieu d'intervenir, les gens ont surtout tendance à les applaudir. La nuit, je ne me sens pas en sécurité dans les transports en commun.

La violence est présente **au travail,** **à la maison...** et **en moi.**

« Ce n'est pas parce que vous  
ne la voyez pas qu'elle n'existe pas »

### NOS SOLUTIONS

1. Ne pas encourager aucune forme de violence
2. En parler, partager ses expériences et ses histoires personnelles
3. Soulever la prise de conscience concernant les différentes cultures et religions, ce qui aurait pour effet d'encourager l'ouverture d'esprit
4. Savoir gérer davantage sa colère et mettre sur pied des programmes de résolution de conflits. Trouver des solutions pacifiques et avoir accès à de l'aide provenant de ses pairs, de son entourage
5. Connaître les causes de la violence, en incitant par exemple les parents ainsi que les jeunes à participer à des ateliers sur la violence collective
6. Diversifier ses solutions, en exprimant par exemple ses sentiments de colère et sa violence par le biais de l'art
7. Créer des vidéos, des dépliants, des affiches, des sites internet, des messages publicitaires et des présentations multimédias

## COMMENT METTRE SUR PIED UN GROUPE D'ACTION

1. **Demandez le support de votre directeur.**
2. **Demandez le support de vos professeurs.**
3. **Rencontrez les gens de votre conseil ou commission scolaire et des groupes communautaires.**

Dites-leur ce que vous faites et demandez-leur de vous supporter.

4. **Soyez visibles, faites le plus de publicité possible pour que les élèves intéressés dans votre projet puissent y participer.**

5. **Déterminez quels seront vos objectifs.**

Que fera votre groupe, comment le fera-t-il et quel groupe d'âge visera-t-il.

6. **Faites des recherches. (Soyez curieux !)**

Recherchez différentes définitions de ce qu'est le racisme, participez à des ateliers sur le racisme, sur le multiculturalisme, sur les conflits d'intérêt et sur l'éducation anti-raciste.

7. **Établissez des contacts.**

Rencontrez des gens qui sont déjà impliqués ou qui sont experts dans ce domaine; parlez-leur de votre idée et voyez s'ils peuvent vous aider.

8. **Ne lâchez pas.**

La mise en marche d'un projet prend du temps. Vous ne changerez pas le monde en une nuit, mais une chose est sûre, vous ferez définitivement une différence.

9. **Apprenez de vos erreurs.**

C'est quasiment vrai pour n'importe quelle situation. Souvenez-vous d'apprendre par expérience.

10. **Diversité.**

Quand vous serez établis, essayez des nouvelles choses. Un nouveau groupe d'âge, une différente approche, une nouvelle façon d'éduquer.

11. **Étendez votre groupe.**

Il est parfois difficile d'initier une « nouvelle recrue ». Mais, pour éliminer le racisme, il faut faire du « bouche-à-oreille ».

8. Élever la voix et faire autant de bruit que possible afin d'arrêter la violence.
9. Avoir davantage accès à des centres récréatifs et sportifs
10. Mettre sur pied des programmes contre la violence et l'intimidation, conçus par et pour les jeunes
11. Apprendre à s'observer et prendre soin de soi - tenir un journal.
12. Avoir accès à des programmes gratuits

« Comment mettre sur pied un groupe d'action » a été rédigé par Nadia Keshavjee



# Les Premières nations

« Si tu es Amérindien et que tu ne sais pas qui tu es, alors tu seras perdu. Tu ne sauras pas qui tu es, qui tu seras. Non, tu ne le sauras pas. Alors, il faut que tu retournes en arrière et que tu te découvres. »

Robin Blackmon, Canoe Narrows (Saskatchewan)



## Expérience personnelle :

### Vêtements traditionnels

« J'ai l'impression d'être exclue de certains emplois. »

Anonyme

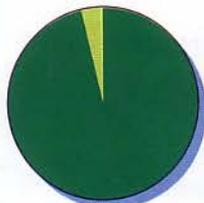
« Je suis une musulmane traditionnelle et dois donc toujours porter une coiffure appelée hijab. J'ai l'impression d'être exclue de bien des emplois pour cette raison, y compris dans les restaurants-minute, etc., où il faudrait que je porte un chapeau ou que j'enlève mon hijab. Je veux faire des demandes d'emploi, mais j'aurais l'impression de contester tout un système qui, jusqu'alors, excluait les gens comme moi. De plus, les autres employés pourraient être offensés parce que je recevrais un traitement spécial. Ce n'est pas ce que je veux. Je veux travailler, c'est tout. »

## DISCUSSION

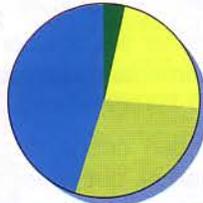
### QUESTIONS À DISCUTER :

- Comment peut-on changer le système pour que les différences soient acceptées ?
- Le fait d'être autorisé à porter des vêtements traditionnels constitue-t-il un « traitement spécial » ?
- La pratique d'insister pour que tout le monde s'habille de la même façon exclut-elle injustement certaines personnes ?

## LE TERRITOIRE ET SES HABITANTS



(ca 1660)



MAINTENANT

« Les Premières nations étaient les premiers habitants du Canada. Au sein de cette communauté au Canada se trouve un grand nombre de nations autochtones différentes qui parlent plusieurs langues différentes. »

### MATIÈRE À PENSER :

- Quels effets les scènes racistes à la télé ont-elles sur les membres d'un groupe attaqué, même s'ils ne font pas directement l'objet de racisme ?
- Que connaissez-vous à propos du régime politique des Premières nations avant l'arrivée des Européens ?
- Qu'est-ce qu'on entend par « démocratie consensuelle » ? D'après Ovide Mercredi, chef de l'Assemblée des Premières nations, c'est un concept autochtone qui pourrait aider à éliminer les écarts dans notre pays.

## Pays d'accueil

« Je vis tout près, vous savez, du cœur du quartier chinois, et j'y rencontre beaucoup de Chinois. Et avec ma famille, on doit parler chinois à la maison, ça aide. Je n'oublierai jamais ma langue maternelle. »

Amy Fung et Winnie Yeo, Vancouver (Colombie-Britannique)



## Expérience personnelle :

# Se sentir à l'aise



« Je n'étais pas à l'aise à l'idée de me faire des amis d'origine ethnique différente. »

**Anna, 17 ans, Vancouver (Colombie-Britannique)**

« Venir au Canada a sans doute été l'expérience la plus difficile que j'aie vécue. J'ai dû laisser en arrière mes amis, ma nounou, mes grands-parents.

Quitter les Philippines devait briser mon identité, mais je savais que je n'y avais pas de réel avenir. La promesse d'une vie meilleure au Canada m'a aidée à accepter la vie dans ce nouveau pays.

Quand je suis arrivée au Canada, j'ai essayé de m'attacher à ce pays, mais cela n'a jamais été pareil qu'avant. Les gens, la nourriture, les traditions, tout était différent des Philippines.

Je me suis accrochée à tout ce qui me rappelait ma ville natale, malgré tous les efforts d'amitié faits par mes camarades de classe. J'ai essayé d'être amie avec des Caucasiens, des Asiatiques, etc., mais j'ai toujours semblé trouver plus de réconfort dans les amitiés nouées avec des personnes originaires des Philippines. C'était mon seuil de tolérance, je pense.

Je ne sais pas pourquoi, mais je n'étais pas à l'aise à l'idée de me faire des amis d'origine ethnique différente. Je me sentais très inférieure quand j'étais avec eux, sans doute à cause de mon accent prononcé, de mon anglais imparfait et de ma façon de penser différente. En leur présence, j'essayais de disparaître, qu'ils ne me remarquent pas.

Quand, plus tard, je me suis rendu compte de l'importance des contacts avec des personnes de culture différente, j'ai eu des remords. J'ai eu tellement de mal à m'en faire des amis, car il m'était devenu difficile de changer de mentalité et l'habitude d'ignorer les gens. Je voudrais avoir été capable de le faire plus tôt et je voudrais que les gens autour de moi l'aient fait plus tôt eux aussi. »

### MATIÈRE À PENSER :

- Discutez des raisons pour lesquelles Anna n'était pas à l'aise à l'idée de se faire des amis d'origine ethnique différente.
- Anna dit s'être sentie inférieure. Qu'est-ce qui l'a fait se sentir inférieure ?
- Pourquoi pensez-vous qu'Anna dit qu'il est important d'être avec des gens de culture différente ?
- Quelles sont vos origines et celles de vos ancêtres ? Pouvez-vous faire un lien entre les expériences des immigrants récents et votre passé ?
- Quels sont certains des problèmes auxquels les jeunes immigrants se heurtent ?

Rappelez-vous que même si le commentaire raciste ne vous vise pas personnellement, il est quand même injustifié. Allez au secours des autres; l'union fait la force !

## Expérience personnelle :

### Désapprobation parentale

« Mon sens des valeurs est en opposition directe avec le leur. »

Anonyme

« Je suis une jeune fille de seize ans. Je sors avec un garçon noir, ce que mes parents désapprouvent fortement. Quand ils l'ont appris, ils étaient furieux. Mon sens des valeurs est en opposition directe avec le leur. Ils essaient de me présenter à des jeunes gens "comme il faut" et qui ne causeront pas de scandale. Malgré l'objection de mes parents, j'ai continué ma relation avec mon ami. C'était alors toute la famille et tout le quartier qui faisaient des commérages. Partout où je vais, il y a toujours quelqu'un pour me dire des méchancetés. On dirait que le monde entier est contre moi. Pourquoi ne me laisse-t-on pas tranquille ? Pourquoi n'accepte-t-on pas ma décision ? »

## DISCUSSION

### QUESTIONS À DISCUTER :

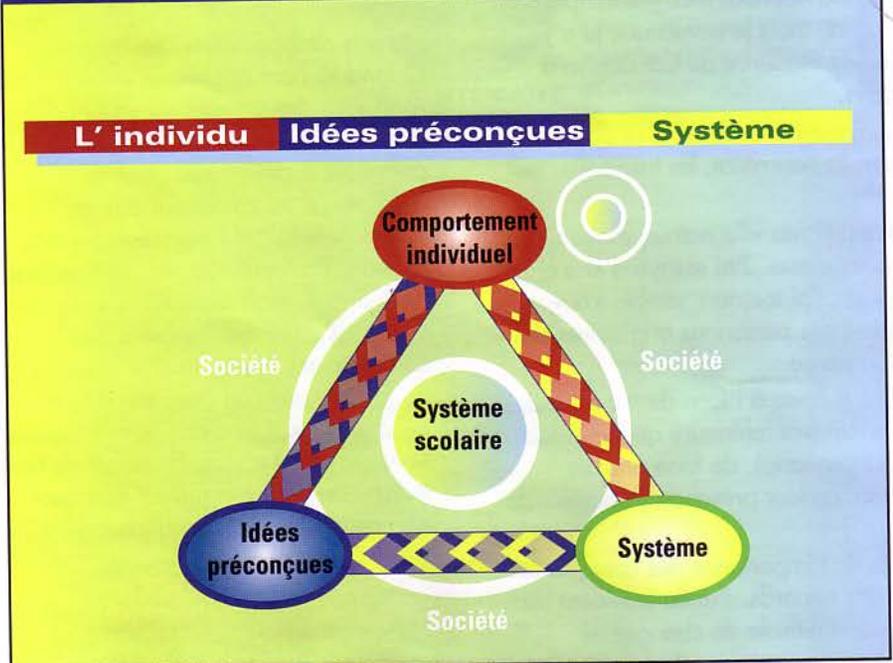
- Identifiez les soucis des parents.
- Identifiez les soucis de cette jeune fille.
- Discutez de quelques idées avec d'autres pour faire face à de telles situations, même si vos idées sont différentes de celles de vos parents.



## À QUEL POINT NOTRE ÉCOLE EST-ELLE ANTIRACISTE ?

- Est-ce qu'on informe périodiquement les élèves et les parents des politiques du conseil / de la commission scolaire et de l'école relatives aux relations interraciales ?
- Les images présentées dans les expositions et aux assemblées et activités communautaires reflètent-elles de façon positive la diversité culturelle des élèves dans l'école.
- Utilise-t-on, sur les affiches et dans les avis et annonces, les langues secondes parlées par les élèves ?
- Est-ce qu'on donne aux élèves qui apprennent le français la possibilité de travailler avec d'autres élèves qui parlent couramment cette langue ?
- Est-ce que le personnel traite sévèrement les incidents raciaux, comme lancer des injures racistes ? Est-ce qu'on consulte les élèves de temps à autre sur la façon de résoudre ces problèmes ?
- Les livres que vous étudiez incluent-ils des auteurs de diverses races et cultures ? Les cours font-ils ressortir les contributions de tous les groupes culturels et raciaux ?
- Vous a-t-on appris à reconnaître les partis pris dans les livres que vous étudiez ?
- Est-ce que les élèves d'une même culture se collent ensemble à la cafétéria, aux activités sportives et dans la salle de classe ?

## Rapports de pouvoir



### Vos propres expériences sur le racisme systémique

Vos expériences	Système	Idées préconçues	Action individuel

X

X

# Frayer avec des groupes différents

## Que devrais-je faire si des personnes de ma propre race m'appellent « mal-blanchi » ?

- Tout d'abord, sache bien que tu as le droit d'agir comme bon te semble. Si on dit de toi que tu n'es pas « assez noir », par exemple, c'est qu'on est encore pris dans les engrenages stéréotypés des agissements « normaux » de telle ou telle race.
- Sois fier de toi-même. Si cela te plaît d'être avec des amis d'une autre culture, dis bien à ceux et celles qui prétendent que tu es un « mal-blanchi » que tu fréquentes tes amis parce que tu les aimes bien et non pas à cause de la couleur de leur peau. Si tes critiques sont de vrais amis, ils devraient respecter tes choix.
- Tu peux aussi répondre que si on apprend à mieux connaître une autre culture, on ne renie pas pour autant la sienne.

## Comment puis-je vivre une « vie normale » d'adolescent si je vis dans un milieu culturel qui n'est pas le mien ?

- N'adopte pas le faux raisonnement que « tout le monde le fait, donc... », car la plupart du temps, les gens ne peuvent ou ne veulent pas le faire, ou pensent que ce n'est pas « cool » de le faire.
- Réfléchis sérieusement à tes motifs d'agir ainsi. Est-ce pour te faire accepter ou parce que c'est vraiment ce que tu veux faire ?

## Expérience personnelle : Les blagues racistes font mal



« ... et j'étais là, absolument sans défense... Je me sens encore mal à l'aise et manque de confiance en moi... »

**Donna Lee, 16 ans,  
Carmen (Manitoba)**

« Quand j'étais plus jeune, j'étais terrifiée d'aller à l'école. Ce n'était pas le fait d'y être qui me

terrifiait, seulement l'idée d'y aller. Je me sentais mal à l'aise dans l'autobus et même à l'école, car je faisais partie de la minorité visible. Les autres enfants me taquinaient et me frappaient. Plusieurs de mes persécuteurs ne me connaissaient même pas. Et j'étais là, absolument sans défense, alors que tout le monde me regardait et riait. Je me sens encore mal à l'aise et manque de confiance en moi, et je crains que les autres ne m'acceptent pas telle que je suis. J'ai beaucoup pleuré. Personne ne faisait rien pour me défendre. On ne faisait que rire. Les adultes non plus ne faisaient rien. Ils croyaient que c'était normal que les enfants agissent de la sorte

## Anonyme

« À l'école, les jeunes se tiennent avec d'autres jeunes de leur propre groupe ethnoculturel. Il est bien rare d'en voir un se joindre à un autre groupe que le sien; mais moi, je ne voulais rien savoir! J'ai toujours eu des amies de race blanche, alors j'ai *continué à les fréquenter tout simplement* parce qu'elles sont mes amies et qu'elles sont sympathiques. Malheureusement, ce n'est pas tout le monde qui approuvait mon « choix d'amies ». On parlait de moi comme de la "mal-blanchie" et on me lançait d'autres sobriquets déplacés. Ils pensent que, parce que j'agis de la sorte, je renie ma culture, que j'essaie de passer pour une blanche. Je ne correspond pas à leurs normes. Je n'essaie pas de passer pour une autre. J'essaie tout simplement d'être moi. »



# Falafel, taboulé et

## Le racisme dans la vie d'une femme

Mon enfance fut remplie de falafel, de taboulé, de chandelles de la Vierge Marie, de visites dans les mosques, de parties de baseball et de *Crackerjacks*.

**M**on enfance fut remplie de falafel, de taboulé, de chandelles de la Vierge Marie, de visites dans les mosques, de parties de baseball et de *Crackerjacks*. Lorsque je demeurais avec ma mère durant l'année scolaire, mon monde était, dans un sens, à l'image de l'Amérique. Enfant, j'assistais à des conversations qui traitaient de concepts tels le féminisme et l'acceptation de l'homosexualité. Ma famille était libérale, ouverte à de nouvelles idées et chérissait le monde avec une attitude positive et rétro.

Les fins de semaine chez mon père étaient complètement à l'opposé. Sa famille était composée de musulmans fondamentalistes qui vivaient en Iran et l'idée était de m'élever comme une bonne fille musulmane. Nos discussions de famille variaient de l'importance des mathématiques au port du tchador ou du voile. Lors des visites aux

restaurants ou dans les boutiques, je servais de traductrice pour ceux qui ne pouvaient déchiffrer l'accent de mon père. Ces sorties étaient agrémentées de visites dans des familles du Moyen-Orient. Plusieurs iraniens avaient quitté le pays pour retrouver des droits qu'on leur avait enlevés dans leur pays. Ces

**« ...j'étais entourée de jambon et de saucisses et je devais justifier la raison pour laquelle je ne mangeais pas de porc, ... »**

musulmans étaient stupéfaits de pouvoir écouter le type de musique et

de porter le type de vêtements qui leur plaisait. Les femmes, toutefois, étaient réservées et calmes en dépit de leur liberté retrouvée. Elles masquaient leur modestie d'un matériel foncé couvrant leur visage.

Mon innocente enfance tomba dans l'oubli en raison de mes deux cultures radicalement différentes. Mes parents, même s'ils étaient divorcés, m'ont appuyée dans ce que j'entreprenais mais m'ont laissée tomber lorsqu'est venu le temps de comprendre mon ethnicité. Les insécurités et les doutes devinrent monnaie courante dans ma vie. Mon innocence se transposa dans mes années de préadolescence. À la table du dîner, j'étais entourée de jambons et de saucisses et je devais justifier la raison pour laquelle je ne mangeais pas de porc et je portais des manches longues tard au printemps. Les conversations quotidiennes passèrent éventuellement de



# Crackerjacks



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

l'imcompréhension à un non respect flagrant. Le déclenchement de la guerre du Golf donna lieu à un racisme sans précédent à mon égard car elle était stupidement associée à Saddam Hussein et à sa croisade. « Tu es anti américaine ! ». Et je protestais en disant : « mais je suis américaine ». Une fusion d'insultes prit maintenant place à la cafétéria. Terroriste, chauffeur de taxi, religieuse fanatique et la liste continue. Même si ces mots n'étaient pas manifestés physiquement, ils ont créé des plaies profondes qui m'ont par la suite marquées lorsque je fut confrontée à mon identité personnelle. Pendant ce temps, je composais avec le sexisme qui était présent du côté de mon père. Je n'arrivais pas à comprendre des choses simples comme la raison pour laquelle mon père avait inconsciemment mis un terme à son mariage en aimant ma mère avec des coups et de l'oppression. Est-ce que ces affreux stéréotypes dont parlait mon entourage pouvaient être vrais ? Est-ce que mon père était un religieux fondamentaliste qui avait battu sa femme et qui jadis conduisait un taxi ?

C'est à ce moment que commença ma quête d'identité dans un monde que je ne comprenais pas. Pourquoi ma culture était-elle répressive envers les femmes ? Pourquoi mon père se fâchait lorsqu'il me voyait avec du vernis à ongles, du rouge à lèvres et du fard à joues ? Les chandails sans manches étaient interdits pendant les fins de semaine avec papa. J'ai finalement compris que la culture prédispose les actions et la philosophie des gens. Alors que mon père croyait que la femme idéale était soumise, obéissante et modeste, ma mère m'élevait en exigeant l'égalité, le respect et l'indépendance. Alors que je tentais de comprendre ma double éducation, je devint frustrée et cela m'amena à rejeter ma culture. J'ai commencé à refuser toute association à mon éducation, pour ensuite voir naître une révélation détachée de ma culture à laquelle je ne pouvais m'identifier. Ce sentiment perdura jusqu'à la fin de mon école secondaire. J'ai commencé à rencontrer des femmes activistes qui m'ont inspirée à changer les conditions sociales qui m'entouraient. Angela

Davis, Yuri Kochiyama, Suheir Hammed et ma mère. Au lieu de fuir les maux commis par mes ancêtres iraniens et au lieu de me morfondre à propos de la répression que mon père avait semée, j'ai commencé à me transformer. Maintenant je m'aimais et chérissais ma culture. Mes rêves sont passés de devenir ingénieure chimique à défendre les droits humains, surtout ceux des femmes au Moyen-Orient. À la suite des attentats du 11 septembre, j'ai commencé à instruire les gens de ma communauté sur l'Islam et mon héritage. Mon père, qui ne renfermait plus de colère et qui ne méprisait plus le style de vie occidental, a mis sur pied des cours d'éducation politique. Il a finalement appris à chérir et à reconnaître les femmes en tant qu'égales. Même si je ne peux pas changer le bien pour le mal au sein de la société ou pardonner les péchés de mon père, je peux prévenir le racisme et le sexisme dans ma propre vie. Je rêve du jour où je marcherai avec mon père dans les rues d'Iran et que les gens ne me percevront pas inférieure en raison de mon sexe. Je pourrai avoir l'allure que je désire et ça n'embêterait pas mon père. Je pourrai voir ma famille réunie sans qu'elle se soucie de ses différences. Une vie sans préjugés, simplement de la compréhension.

# IDENTITÉ

## Être jeune femme noire



Par Denise Andrea Campbell

Demandez-moi ce que signifie être une jeune noire grandissant au Canada ? Plusieurs mots et phrases me viennent à l'esprit : invisibilité, compromis, un sentiment de honte, de tristesse et d'infériorité, un morceau manquant à ma personnalité, de la colère et de la frustration, essayer de me faire accepter... tant de choses. Je ne peux pas affirmer connaître l'expérience de chaque jeune noir au Canada mais je peux parler en mon nom.

Au Canada, mon entourage blanc ne connaît peut-être pas son histoire, comme ce que signifie être irlandais. Mais il y a assez de symbols, d'anecdotes et d'histoire humaine pour leur dire qu'ils sont importants et les faire sentir importants. En mettant



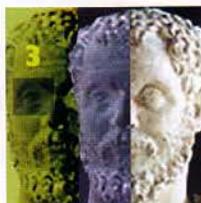
sur pied Contact jeunes femmes, je me suis assise avec d'autres jeunes de couleur pour parler du comment et du pourquoi nous n'étions pas facilement identifiables en tant que canadiens, car l'histoire dominante du qui et de quoi est composé le Canada, ne tient pas compte de nous. Il n'y a pas une parcelle du drapeau qui parle honnêtement et ouvertement des esclaves au Canada, par exemple. On ne parle que de du « chemin de fer » clandestin ou d'Africville. Qu'en est-il des centaines de chinois qui sont morts en

construisant le chemin de fer national et des 25 ans qu'a passé le gouvernement canadien à fermer les frontières aux immigrants chinois ? Qu'en est-il des questions qui ont été posées aux non blancs, nés ici ou ailleurs : « d'où viens-tu ? ». Qu'en est-il du fait que lorsque l'on pense à « canadien », l'image qui nous vient à l'esprit ne nous concerne pas ? Plus j'écoute le gouvernement canadien parler de notre succès en tant que société multiculturelle au Canada lors du processus de la Conférence mondiale contre le racisme

Shaka, le grand roi Zulu



3 Papes noirs



« Alexander the Great »



# qui a grandi au Canada

(CMCR), plus c'était évident qu'il ne décrivait pas pleinement ma réalité en tant que jeune noire vivant au Canada. Je me souviens que l'on m'avait demandé de prononcer un discours lors du mois de l'histoire des Noirs à propos de la contribution des Noirs à l'Éducation. J'ai été étonnée de voir que je connaissais peu ou presque rien de cette contribution... Et ce n'était pas parce que les gens qui me ressemblait n'avaient pas contribué à quelque chose. C'est parce que j'ai grandi dans un pays qui gardait en mémoire ces contributions hors des livres, des lectures, des émissions de télé, de la politique, des nouvelles, des histoires et de la pratique. « Hé, retournez d'où vous venez ». Randall Robinson, un activiste afro-américain et auteur d'un nouveau livre très

recommandé : « The debt-What America Owes Blacks », a dit lors d'une conférence à laquelle j'ai participé en juillet pour me préparer à la CMCR, que la pire chose que l'on peut faire à quelqu'un est de lui enlever son Histoire. J'ai été très attentive à ce commentaire et à ses répercussions dans ma vie en tant que jeune noire avec l'esclavage comme seule histoire de mes semblables... L'Afrique du Sud m'a confirmé l'énorme vide que je traînais avec moi concernant la couleur de ma peau, ce que ça signifie aujourd'hui et d'où je viens (et prenez note que je suis une activiste qui a passé plusieurs années sur l'antiracisme, alors ce n'est pas une question de politique ou de discours académique; c'est viscéral)... Alors, me retrouver en Afrique, un continent avec



tellement d'Histoire, de royauté, de beautés naturelles et de couleurs noires, était très enrichissant. Ceux qui me connaissent vraiment, savent que je ne suis pas une de celles qui est fanatique de tout ce qui est « noir ». Je connais mes racines, j'ai un rapport étroit avec l'Afrique et je fais partie de la diaspora que je considère la mienne. Mais me retrouver dans un endroit où mes frères et sœurs, avec un peau comme la mienne, ont une Histoire vieille de centaines d'années, où la royauté, le nombre et la fierté régnent, où il y a royaumes, dictateurs, érudits, guerriers,



activistes et héros, je me sentais différente d'être noire. Je ne me suis jamais rendue compte du poids réel et de l'impact qu'avait sur moi le fait de grandir au Canada et de recevoir une éducation dans un système de blancs. Je savais que grandir de cette façon, spécialement sans parents et communauté qui pouvaient combler ce vide, aurait des conséquences. Je l'ai toujours su et j'ai commencé à en constater sa gravité à la CMCR, entourée de plus en plus de noirs, s'appelant maintenant des descendants africains, stratégie politique au moment où nous faisons des demandes auprès des états sur l'esclavage et son héritage. Lorsque M. Robinson a parlé, je savais que l'histoire des Noirs commençait par l'esclavage et la propriété. Tout ce que j'avais pensé, cru et tenté de désapprendre, émanait de cette histoire. Comment cela affecte-t-il les gens dont la seule histoire que tu connais est celle de la domination et de l'infériorité ?

Je regarde les autochtones et comprend ce que cela leur fait. Je regarde les jeunes hommes noirs, le racisme interne et la haine si enracinés dans la jeune population noire, que nous pensons que c'est normal... de connaître les effets de cette Histoire limitée. En Afrique, j'ai commencé à constater qu'elle avait une autre Histoire. Elle commence bien avant que l'on nous possède et détruise. Oui, mes pairs ont une Histoire bien avant que nous soyons esclaves... Et le savoir, y croire au plus haut degré, a été d'un plus grand soulagement. Lorsque j'ai vu des danseurs zoulous donner une performance en honneur du grand roi Shaka et que j'ai appris que plusieurs Jamaïcains étaient d'origine zoulou, quelque chose en moi me propulsa à m'approprier ces gens et cette Histoire. Lorsque les délégués sénégalais me disaient que je leur ressemblais, la même soif d'origine et de grandeur m'envahit. Trois des papes avaient été africains... Moïse avait eu une femme éthiopienne noire... Mes compatriotes ont beaucoup plus que la honte à leur actif. Mais il y a tellement que je ne connais pas, n'ai pas vécu et que j'ai à apprendre. Mais le petit aperçu que j'ai eu, que jadis nous étions Grands, a eu l'effet d'un puits se remplissant d'eau après des années de sécheresse, me remplissant de joie dans des endroits que je pensais

impossibles. Ce fut le début de l'apaisement, d'un sentiment complet, de fierté et d'un travail politique et intellectuel vrai dont le but était de désapprendre mon racisme interne et les doutes que j'avais sur les gens et les endroits qui étaient aussi foncés que moi. Ô combien j'aurais voulu ça pour mes frères, pour les autres jeunes noirs, pour les Noirs. La meilleure chose que l'on puisse faire à quelqu'un est de lui raconter son Histoire. Pat Bradshaw l'a illustré dans l'histoire surprenante de l'hôpital; les histoires doivent être racontées par les chefs, dans les publicités, dans les photos, dans les budgets, sur les monuments, avec humour et humeur, dans les légendes et les prières, dans les pratiques et les symbols... J'adorerais passer un an en Afrique pour me mêler à tous ce qui est « noir » car ce serait compléter mon éducation et m'accomplir en tant qu'individu. Je comprends maintenant sous un nouvel angle la raison pour laquelle Joan Grant Cummings a cru bon d'amener son fils en Jamaïque à cette époque-là de sa vie. C'est bizarre de penser que dans ce monde différent que nous apprenons à connaître, rempli de douleur, de mort, de désastre et de peur, qu'il en ressorte tellement de vie. C'est ce que mon petit « coup d'œil » d'Afrique a éveillé en moi.



# PLUS LA PEAU EST FONCÉE

« Plus ta peau est foncée, plus on te considère sale » m'a soufflé une vieille dame de Shanghaï la semaine dernière à l'aéroport de Pudong. J'ai déjà lu cette déclaration dans des guides de voyage et entendu ces mots d'experts qui revenaient de Chine. Mais l'avoir entendu d'une native du coin, à mon arrivée en terre étrangère, fut tout un choc. Je suis dévisagée, observée et tout ce qui vient entre les deux. Je cherche une étincelle dans les yeux des enfants bien installés sur le dos de leurs parents mais ne reçois que des regards d'étonnement et de curiosité. Aux yeux de certains, je suis une

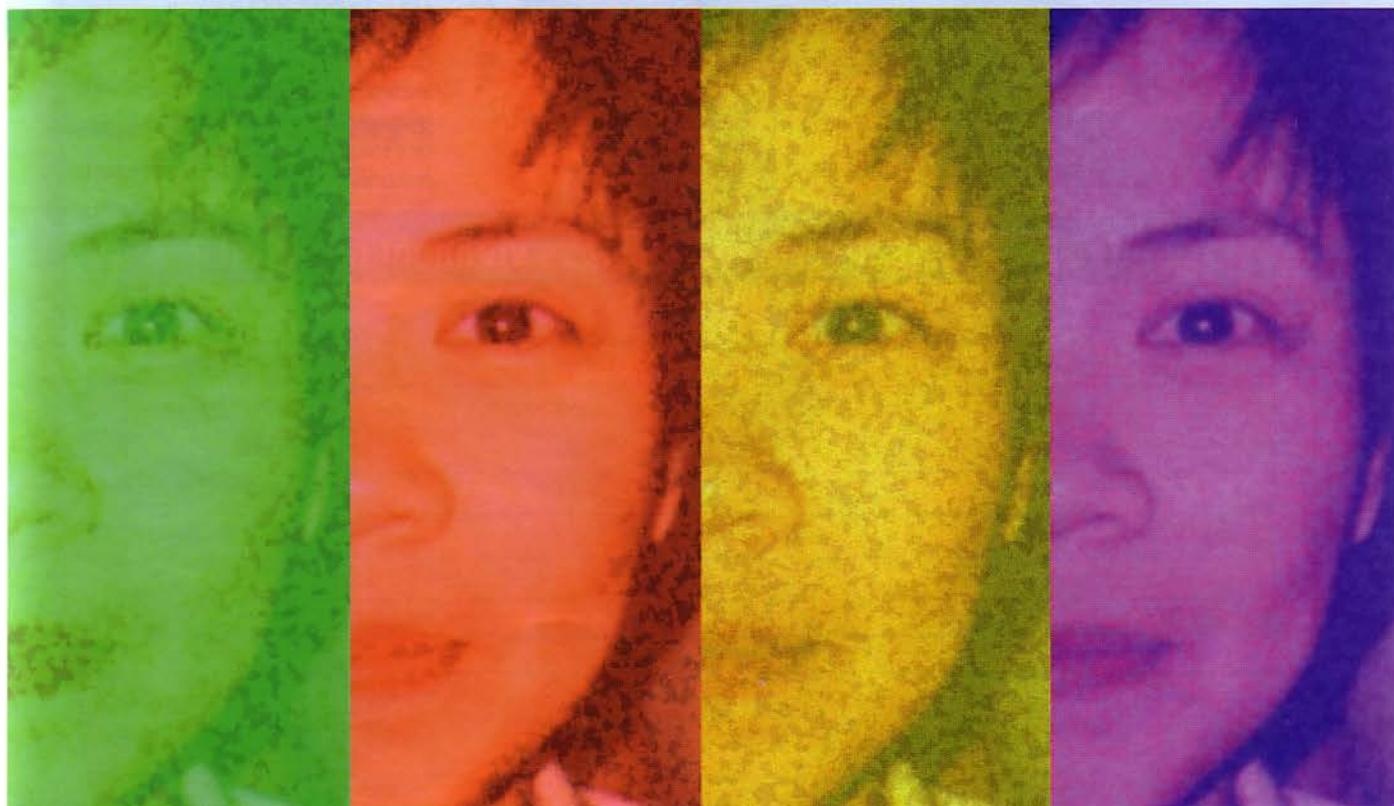
créature unique avec une peau brune et des cheveux noirs frisés, différents des leurs. Aux autres, je représente l'Inde, un autre pays arriéré, différent de ceux de l'Ouest qu'ils admirent. Mon désir de passer inaperçue et de me faufiler à travers les rues et ruelles achalandées est impossible. Ici, je suis l'exemple même de l'étranger. La Chine est un pays de diversité mais l'anonymat dans ce pays ne vient pas avec l'apparence physique qui se trouve à être moi ; indienne, jeune, femme. Ici, je travaille pour une revue et une émission de télé. On retient mes talents mais on ignore mon origine. C'est

comme si je sentais que je chantonnais plus bas alors que je voulais chanter haut et fort en me promenant dans la ville avec mes écouteurs. Je m'habille sobrement et cache ma chevelure rebelle sous un chapeau. Cette conformité protège mes aventures en solo plus qu'elle n'aurait pu le faire. Je traverserai la Chine rurale avec un copain pendant un mois; un homme moitié suisse, moitié cris de 6' 3". Une paire innombrable : une peau couleur brune-olive avec tête rasée et une brune couleur d'écorce avec frisettes. Nos voyages causeront certainement une sorte de choc culturel pour les gens du coin.

## Pensez...

### Facteurs de pression et d'influence sur l'individu

Les influences peuvent soit nous aider à réagir positivement sous pression, soit augmenter cette dernière. Tous les éléments de notre vie agissent l'un sur l'autre. Vos actions peuvent changer la manière dont les individus réagissent face à la pression et à ces influences.



# LES FAMEUX... ISMES



Agent du  
changement

Inclusion  
Respect  
mutuel

Les personnes sont souvent prises en partie par la peur du changement. Si tu te sens inconfortable à travailler avec une nouvelle personne, essaie de t'informer au sujet de cette personne.

**Quelles formes de discrimination vous viennent à l'esprit ?**

---

---

---

---

---

---

---

---

# Comportement

préférence pour/contre = **biaisé**

fausse information/généralisation = **stéréotypé**

biais/stéréotypé + comportement négatif = **préjugé**

## Action

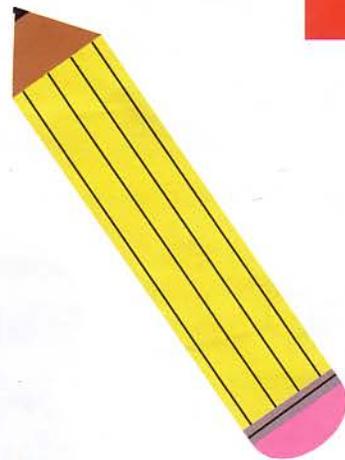
préjugé + action → **discrimination**

discrimination + pouvoir → **racisme**

## « Nous pouvons être les agents du renouveau ! »

- Nommez d'autres types de discrimination.
- Discutez des partis pris et des stéréotypes qui mènent à la discrimination raciale.
- Quels privilèges mènent au pouvoir ?

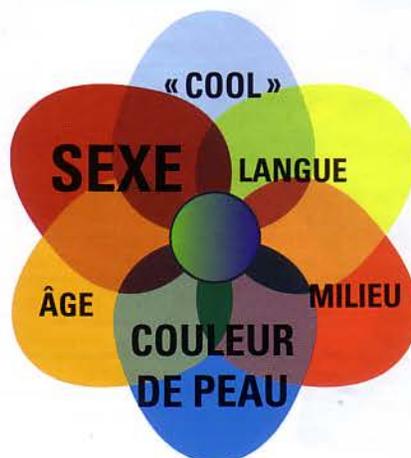
Toute force en présence dans l'univers continuera sa progression jusqu'à ce qu'une autre, d'égale ampleur, s'oppose à elle.



## Une journée, 24 heures

24 heures  
Que peut-on faire ou réaliser en 24 heures  
On peut s'asseoir  
Regarder la télé  
Se tourner le pouce  
Se reposer  
Ne rien faire et voir tout se dérouler de nous ou  
On peut se lever  
Marcher  
Parler à nos proches  
Trouver des solutions à nos problèmes et aux problèmes des autres  
Prendre des décisions constructives  
Réaliser des projets significatifs  
Changer notre mode de vie  
Aider les autres à changer leur mode de vie  
Partir à la recherche de ceux qui veulent changer  
Comme aujourd'hui, en moins de 24 heures  
7 femmes différentes mais semblables  
Réunies dans une chambre d'hôtel  
Elles réussissent à créer un projet universel  
Pour tous ceux et celles qui veulent participer  
Reportage, poème, articles, dissertation, dessin  
Ce ne sont que quelques unes des activités de la journée  
Alors, en 24 heures, tout est possible  
Le ciel est la limite...

– Gabriela Pierre



# Les enfants ont besoin...

- d'une bonne alimentation
- d'un toit confortable
- d'amour

Nous avons décidé qu'une bonne alimentation, un toit et de l'amour sont les besoins d'un enfant pour grandir le plus normalement possible.

Nous avons choisi l'alimentation, car en tant qu'être humain, nous avons tous besoin de nous nourrir. Le corps ne supporte pas très longtemps l'absence d'aliments. C'est particulièrement important pour les enfants parce que, comme vous le savez tous, durant les premières années de la vie, il est impératif qu'ils aient tout ce dont ils ont besoin pour développer une santé saine.

Nous croyons également qu'un toit est un facteur important dans la vie d'un enfant, c'est-à-dire que chaque enfant a besoin d'un toit afin de se protéger et de dormir sans inquiétude.

On a choisi l'amour car tout le monde en mérite; c'est essentiel. Quant aux enfants qui ne se sentent pas aimés, ils ne peuvent être eux-mêmes et éprouvent des difficultés à développer des relations sociales.



## Lorsque l'on y réfléchit

attentivement, on se rend compte que tous les enfants ont les mêmes désirs et les mêmes besoins.

Durant des années, les enfants ont été présentés par les médias et les adultes comme des délinquants, des voleurs ou des auteurs de troubles.

Les jeunes ont donc besoin de se faire respecter.

Ils ont besoin d'une maison, d'amour et d'affection.

Les jeunes ont besoin de quelqu'un sur qui compter pour les écouter et les comprendre.

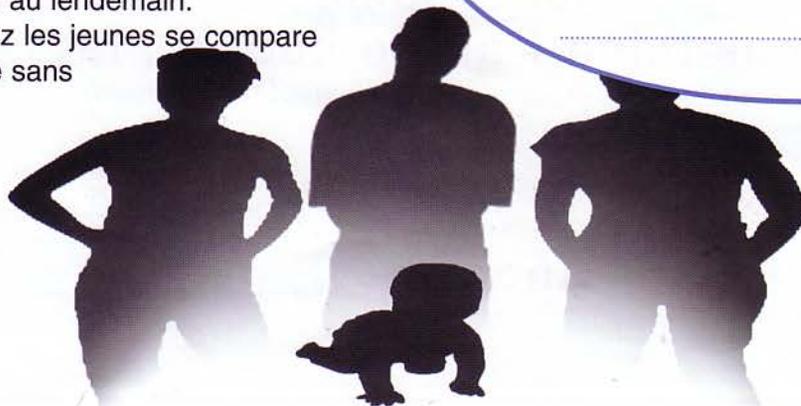
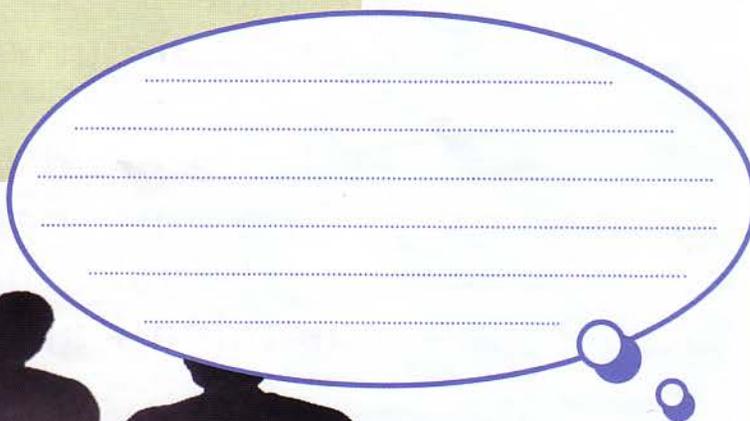
Être là, c'est aider.

La pauvreté n'est pas une maladie qui s'attrape du jour au lendemain.

La pauvreté chez les jeunes se compare plutôt à un cycle sans

fin qui tire son origine de la génération précédente. Les enfants ne méritent pas de subir les conséquences des erreurs de leurs parents. Nous avons donc besoin de briser ce cycle.

Abolissons la pauvreté !



# Chanson

Je me promène dans la rue  
Et je me pose des questions  
Pourquoi tout le monde me pille dessus  
Personne ne fait attention  
La rue c'est ma vie  
C'est pas moi qui l'ai choisie

I'm a child of pain  
The hurt that I gain  
Is not a game  
But something I am forced to play

Moi je couche sur une toile  
Je ne suis pas née sous une bonne étoile  
Y'a tu quelqu'un qui peut me dire  
Si un jour je vais m'en sortir  
Comment vais-je me nourrir  
Peut-être vais-je mourir  
C'est moi qui vas choisir

I'm a child of pain  
The hurt that I gain  
Is not a game  
But something I am forced to play

- Anonyme

# La pauvreté, la population entière voudrait l'éliminer,

mais ce n'est pas la population entière qui y tient assez pour agir. On peut dire que tous les gens ont pitié des pauvres et désireraient les aider mais seulement peu d'entre eux le font.

En observant bien, je me suis rendue compte que non seulement quelques individus doivent vivre la pauvreté pour vraiment ressentir ce que les victimes de celle-ci ressentent, mais aussi que la plupart des gens préfèrent entre autres acheter des sucreries plutôt que de verser quelques dollars aux pauvres.

En effet, on se dit souvent : « Pauvre eux ! Pourquoi personne ne les aide ? » La question serait plutôt : Pourquoi ne les aide-t-on pas ?

– Elizabetha

## CITATIONS

### Une conversation entendue :

« Tu n'a aucune place pour vivre lorsque tu retournes chez toi ? »

« Nope. »

« C'est fou. »

« Cela est mon quotidien. »

J'avais planifié mon suicide parce que j'aurais préféré mourir que retourner sur l'assistance sociale.

- Kelly

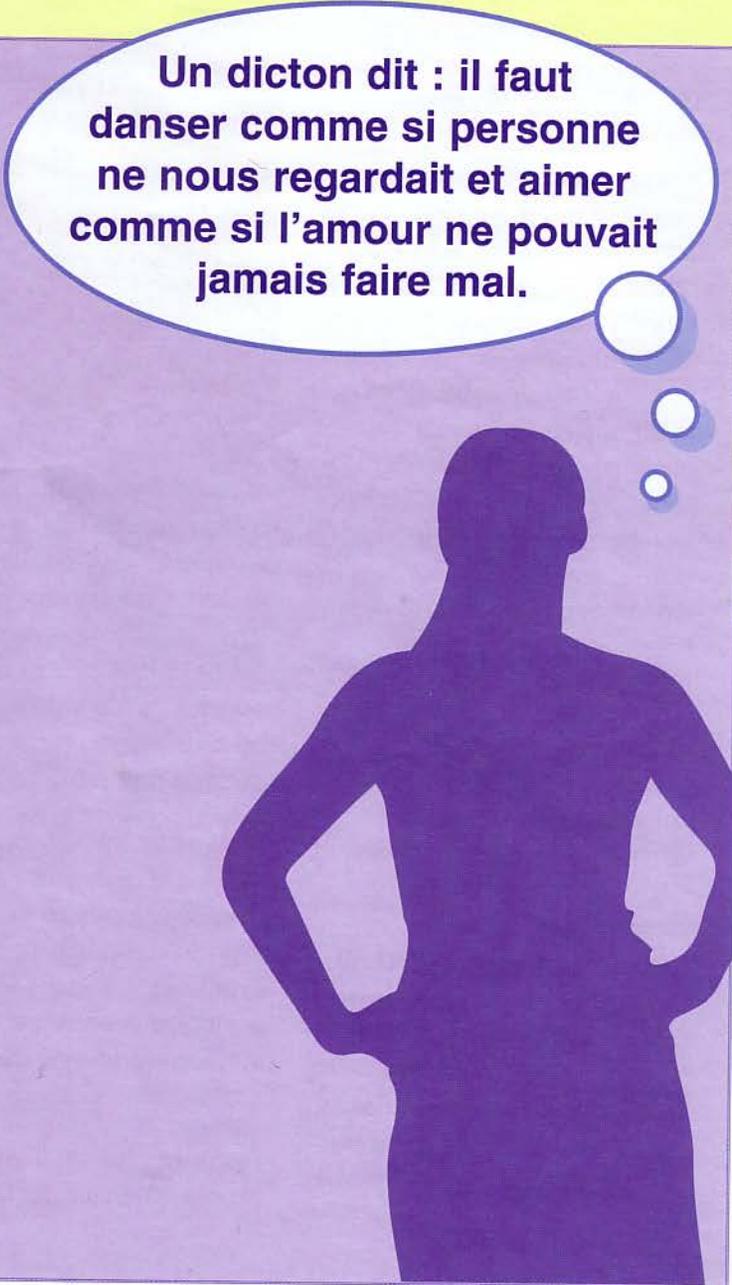
Si tu attends quelqu'un pour t'aider, tu resteras dans le noir. Si tu veux que cela soit différent, tu dois essayer.

- Cherry

Entendre les histoires personnelles des gens ayant vécu dans la pauvreté me ramène à la réalité.

- Ashley

Vous ne pouvez pas payer quelqu'un pour nous aimer mais vous pouvez donner pour nous aider...



Un dicton dit : il faut danser comme si personne ne nous regardait et aimer comme si l'amour ne pouvait jamais faire mal.

# Triste histoire d'une vie...

Je m'appelle Marie. Ce n'est pas mon vrai nom mais je l'ai eu à la naissance comme des millions d'autres filles de mon âge. J'ai vingt ans, presque vingt et un et si aujourd'hui je prends le temps d'écrire, c'est parce que j'ai un message d'espoir à transmettre à tous ceux qui liront mon histoire.

Je suis née à Laval dans le début des années 80. Un petit bébé tout naïf qui ne savait pas quelle cruelle vie l'attendait... Pendant ma première année, j'ai vécu dans une famille presque normale. Je dis presque parce que mon père buvait et ma mère était souvent sortie pour ne pas le voir se détruire. Puis un jour, elle s'est tannée avec raison : mon père, en plus de consommer toutes sortes de substances, avait mis la baby-sitter enceinte. Pauvre maman ! Elle a commencé à se construire une vie pour reprendre ma garde, elle suivait des cours de mécanique et fut la première fille-mécanicienne à être engagée par Bombardier.

Malheureusement, elle mourut le week-end avant de commencer... Ma vie commença à réellement se déchirer à partir de ce moment. Mon père, lui, eut recours à tout ce qui pouvait geler pour ne pas souffrir de cette immense perte (il n'a jamais cessé d'aimer ma mère) et la pauvre enfant que j'étais, trois ans à peine, avait appris la définition du mot MANQUE.



Mon père oubliait fréquemment qu'il avait une fille, me laissant seule pour des longues périodes ou me droppait chez les parents de ma mère. Vite il eut des plaintes à la D.P.J. puisque je n'avais aucun des besoins essentiels qu'une fille de mon âge aurait dû avoir.

Mais étant très intelligente, j'ai vite fait d'apprendre à lire pour m'envoler dans ce monde merveilleux des histoires irréalistes; un jour j'étais une princesse et un autre j'étais une fée, jamais je n'ai été malheureuse dans ce monde.

Après la plainte, il y a eu un procès et je suis partie habiter

dans une merveilleuse famille d'accueil qui avait l'intention de m'adopter. Le jour arriva où il fallut que mon père signe les papiers et il prit la décision la plus égocentrique au monde : il refusa de signer !

On se dépêcha de m'envoyer dans un orphelinat où j'allais grandir avec tant d'autres... Jamais d'amour et jamais d'attention ! Il y avait tellement à faire que tout plaisir ne dépassait pas ces murs de pierre grise. Moi si triste, solitaire, qui avait tellement besoin d'amour, chercha refuge dans mes livres d'école et dans toute lecture qui me permettait d'échapper à ma triste vie.

## Les années passèrent...

A l'âge de douze ans, mon père réapparut dans ma vie. J'avais maintenant à apprendre à connaître mon père, deux demi-sœurs et une affreuse belle-mère (comme dans mes livres). Rien ne marcha mise à part que mes sœurs étaient devenues ma raison de vivre. Pour la première fois de ma vie, quelqu'un avait pris le temps de m'aimer sans rien me demander en retour. Entre ma belle-mère et moi, les choses ne se passaient pas comme mon père l'avait prévu et il se dépêcha de m'envoyer en centre d'accueil ! Quelle place idéale pour apprendre comment être la parfaite délinquante. Il n'y a rien d'autre à faire de toutes façon ! Alors j'ai appris sur la drogue, les crimes et plein de si belles choses...

14 ans dans la rue en train de me vendre et de voyager à coup d'aiguille dans les veines. Je suis tellement malheureuse, je veux me suicider mais je pense à mes sœurs et je ne le fais pas. Je ne parle plus à mon père qui m'a attouché sexuellement au cours d'un de mes week-end et du même coup, je n'ai plus de nouvelle de mes sœurs. Je suis à Québec, perdue parmi tous ces gens qui vont et viennent dans la routine de leurs journées. Il n'y a plus aucun espoir dans mes yeux. Je me drogue pour vivre et je vis pour ma drogue...

Quelque mois plus tard, je reprends contact avec mon père et j'essaie de lui pardonner. On renoue ensemble et je vais passer des week-end chez lui. Je me rappelle trop bien de mon dernier week-end : le vendredi soir, il m'a demandé de le mast... et le samedi matin, on est

parti en ballade en voiture. Ce fut la dernière ballade de mon père, on dérapa sur la route et il y laissa sa vie afin de sauver la mienne. Du jour au lendemain, je me retrouvais seule encore une fois. Je tombais dans l'univers sombre de la drogue à nouveau...

Et puis pour la première fois de ma vie je tombais en amour. J'avais déjà presque 19 ans. Je croyais que ce serait le seul qui pourrait m'aimer et je lui laissai un certain pouvoir. Pouvoir dont il s'empressa de profiter au maximum et même plus. Je travaillais comme escorte pour pouvoir payer sa drogue et nourrir sa fille. Le jour, vu que je ne travaillais pas, je devais veiller à l'éducation de sa fille, ce qui me laissait en moyenne quatre à cinq heures de sommeil par nuit. J'ai enduré cette vie pendant un peu plus d'un an.

Puis un jour je rencontrais l'homme qui aujourd'hui est mon fiancé. Le plus bel homme au monde et aussi le plus spectaculaire. Il me sortit de mon enfer quotidien et peu à peu me

redonnait le goût de vivre. Toutes les fois où j'ai pu être malade, triste ou simplement malheureuse, il était là.

Aujourd'hui ça ne fait que huit mois qu'on est ensemble mais on a tous les deux l'impression de se connaître depuis des siècles. Je connais tout de lui et il connaît tout de moi. Aujourd'hui je sais à quel point je suis importante et que je mérite de vivre.

Je sais que peu importe ce que la vie me donnera, je serai toujours plus forte qu'elle parce que toutes ces blessures m'ont donné une force surhumaine pour affronter la vie. Je suis heureuse aujourd'hui et j'ai travaillé fort pour y parvenir. La vie est devenue si belle pour moi que je remercie le ciel de ne jamais avoir mis terme à ma vie. Ce fut l'histoire de ma vie. Je sais qu'elle n'est pas finie parce qu'à vingt ans la vie commence... Je la commence donc avec de l'espoir, espoir que j'ai enfin retrouvé.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

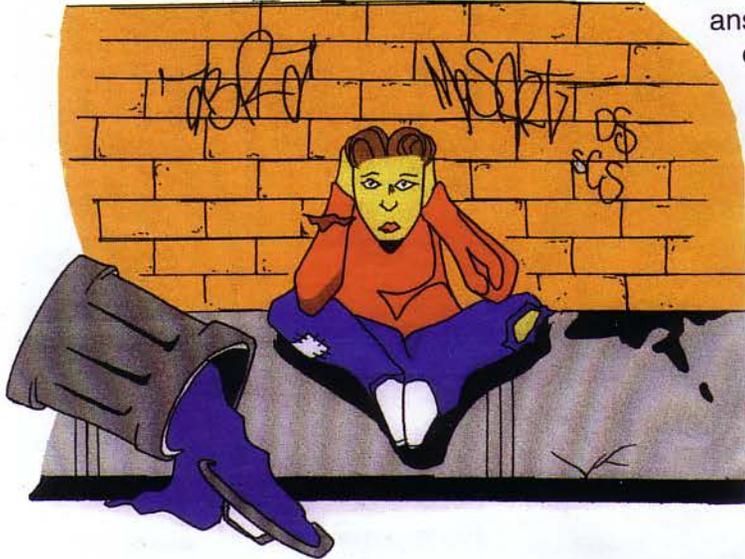
.....

.....

# Témoignages

**On a commencé des temps de plus en plus difficiles.** Il n'arrivait pas à payer le loyer, pis le téléphone.... Pis bon, ça commençait à se couper là, peu à peu. On n'arrivait pas nécessairement à subvenir à nos besoins. Avec le temps, les vêtements, se usent. Pis tu as besoin d'une nouvelle paire de chaussures. Tu ne travailles pas, tu n'as pas d'argent pour t'en offrir.... Ça se détériore de plus en plus. Je pense que, pendant trois

ans, j'ai vécu avec trois paires de shirts pis deux t-shirts et mon uniforme d'école. On agrandit, hein, les vêtements commencent à se raccourcir; bien c'est pas les vêtements qui raccourcissent, mais c'est toi qui grandit. Pis je me rappelle, quand j'avais neuf ans et j'allais à l'école, on portait des uniformes, c'était des « tops » blancs, des pantalons bleu marin, pis des chaussures noirs. J'allais à l'école avec deux paires de chaussures différentes. C'est quelque chose !



*Par Gabriela*

## NE PAS AVOIR DES PARENTS

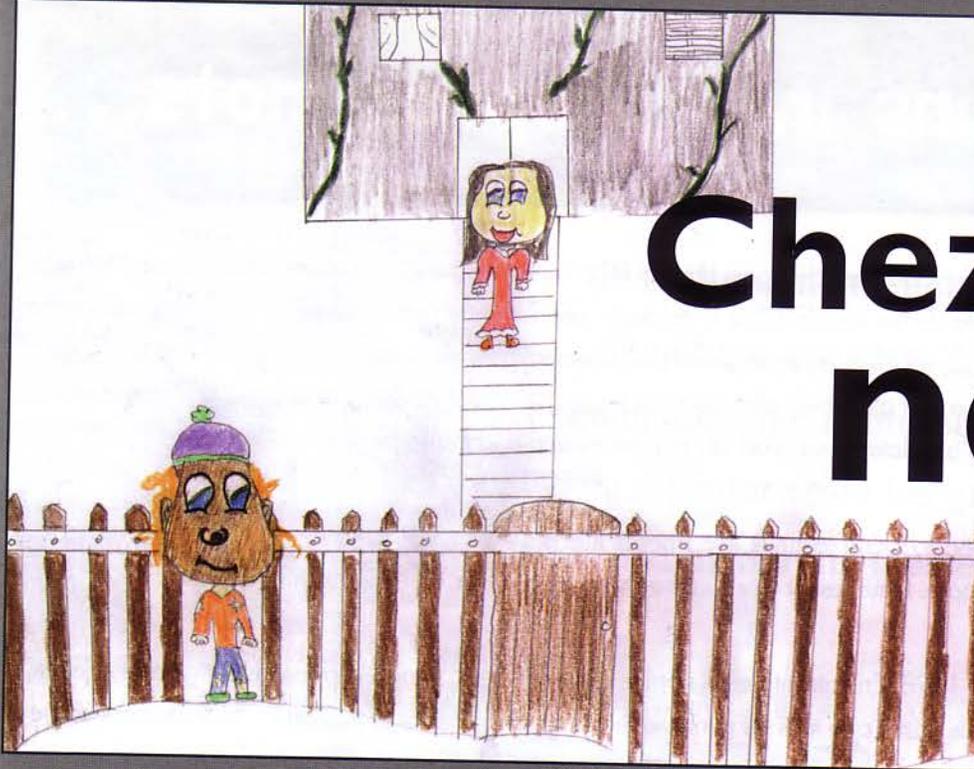
Moi, je peux dire que j'ai vécu les deux genres de pauvreté dont tu parlais. Je pense que le plus grand genre de pauvreté que j'ai vécu c'est désormais de ne pas avoir des parents. C'est comme – la chose la plus essentielle dans la vie, c'est d'avoir un papa et une maman. Ma première peine d'amour, je l'ai écrite dans mon journal intime. La première fois que je me suis fait battre, j'ai écrit dans mon journal intime.... La première fois que j'ai commencé à menstrué, j'ai écrit dans mon journal intime.... Mais mon journal intime, il ne m'a jamais répondu, il ne m'a jamais conseillé, il ne m'a rien fait.

C'est comme toute ma vie j'ai entendu ça, hein, « T'en a pas de parents ? Pauvre 'tite fille ! Ahhhhh ! T'aimes ça jouer la victime ? » C'est comme – Christ – pas une question de jouer la victime ! J'en ai besoin !

Je pense que le plus dur dans la pauvreté non matérielle – pas de parents – c'est que quand t'a besoin de quelque chose matérielle, t'a plus de personnes pour t'aider. Ma première baille, le propriétaire m'a demandé de le faire signer par mon père. « Mon père est mort. » « Mais ta mère ? » « Ma mère est morte. » Bien, je ne trouve pas de logements ! C'est ça aussi qui va t'amener à la violence. Comme moi, un des moyens que j'ai utilisés en tant que femme, j'ai dit « C'est bon, mais écoute, j'ai des formes, mon corps est facile à vendre. Je vais vendre mon corps, je vais avoir de l'argent. » Pis ça, si j'avais des parents, j'aurais jamais vécu ça.

*Par Marie*

# Chez nous



**Bien**, moi, ma maman, pis nous autres, on est quatre enfants. J'ai deux frères, un plus vieux pis un plus jeune que moi, et une grande soeur. Ma mère était, avant, je ne sais pas dans quel pays. Pis, ils sont venus ici au Canada à cause de la guerre. Elle n'avait pas de maison.

Ma soeur n'avait pas de manteau d'hiver, elle avait une petite veste en laine, que ma mère l'avait faite. Elle allait à l'école avec, pis il faisait froid. Pis des fois, il n'y avait rien à manger et tout. Elle est venue ici comme qu'elle a dit mais mon père non plus, il n'était pas là. Il était encore, dans un autre pays, je ne sais pas trop où.

Pis maintenant. Maintenant mon père ne travaille pas. Ma maman ne parle pas le français, elle parle juste l'anglais et c'est dur de trouver une « job ». Pis là mon père ne travaille pas. Les dettes étaient par-dessus de la tête... Il nous gueule après, par exemple, si on laisse les lumières, il nous gueule

après « Pourquoi t'as laissé les lumières ?!... »

Maintenant, c'est pas mal difficile. Sais-tu, toutes mes amis sortent, ils vont au cinéma, mais moi je ne peux pas y aller; je n'ai pas d'argent.

**« Maintenant, c'est pas mal difficile. Sais-tu, toutes mes amis sortent, ils vont au cinéma, mais moi je ne peux pas y aller; je n'ai pas d'argent. »**

Mon frère, pis ma soeur – je ne peux pas passer plus que cinq minutes avec eux sans me pogner une chicane. Eux, ils ne sont pas violents entre eux, mais quand, moi, j'arrive, je me connais, je gueule après, je gueule après pour rien. Chez nous, je reste toute seule dans ma chambre. Parce que sinon, je vais pogner une chicane, pis eux – ils vont être frustrés parce que moi je suis frustré. Alors je reste toute seule dans ma chambre.

*Par Farah*



## Dans mes propres mots...

Eh bien, il y a deux ans et demi, je sortais avec un gars et nous étions ensemble pendant presque deux ans. En octobre 1998, je me suis retrouvée enceinte de deux mois. Chez le médecin, pendant que j'attendais les résultats des tests, je me demandais ce que je ferais si j'étais, en effet, enceinte. J'avais eu tellement peur de simplement demander le test. Cela a pris cinq minutes et je me disais que tout allait bien aller. Lorsque les résultats sont arrivés, j'ai appris que j'étais enceinte. J'ai éclaté en sanglots et j'ai pleuré jusqu'à la maison.

Lorsque je l'ai annoncé à mon copain, il s'est fâché et m'a frappé. Il m'a dit de me débarrasser du bébé, car il ne voulait pas être père. Il me restait alors un mois pour m'occuper de l'opération.

L'opération eu lieu le 22 décembre 1998. En entrant dans l'hôpital pour femmes, j'avais l'impression d'être la plus jeune... et je l'étais ! Je me sentais minuscule parce que tous les gens de l'école savaient ce qui se passait et me traitaient comme si j'étais une vache à cause de ce que je faisais à mon enfant. Ici à la conférence, je réalise que j'ai fait le bon choix car sinon j'aurais été mise à la rue et mon bébé n'aurait eu ni maison ni père. Bien sûr, je me sens encore mal, mais je crois avoir fait le meilleur choix à un si jeune âge.

- Tamara

Par Leslie Anne

La pauvreté n'a jamais représenté un manque d'argent pour moi. C'est un sentiment éprouvé chez les gens qui ont traversé une dépression. Tout le monde semble vivre cela et je suis une de ces personnes. Ce n'est jamais facile d'exprimer ce que l'on vit à l'intérieur. Moi, j'ai toujours eu de la chance, j'avais tout ce qu'un enfant pouvait désirer : mes deux parents, des frères et sœurs pour me garder sur mes pieds, des résultats scolaires impeccables et une vie sans incidents.

Depuis mon plus jeune âge, j'ai décidé à être la meilleure personne que je pouvais être. Ni masque, ni mensonge rien que moi. J'ai toujours été discrète, je gardais mes sentiments pour moi car je considérais que mes problèmes ne concernaient que moi. Je n'étais

maltraitée que par moi-même car j'ai vécu une « grande dépression » pendant mon secondaire. Ce n'est pas qu'il me manquait d'amis ou que j'avais des problèmes de famille, j'ai toujours eû tout le soutien dont j'avais besoin. Cette dépression était plus profonde car je me refermais sur moi-même sans aucune raison. Ça m'a pris des années pour découvrir qui j'étais et je cherche toujours. Je me suis entourée de murs, car je manquais d'amour pour moi-même. Il n'était pas question de nourriture ou d'argent, mais plutôt d'amour-propre. Pendant environ deux ans, je me suis caché dans un monde jusqu'au moment où j'ai regardé la vie différemment.

La dépression est venue, un jour, sans raison particulière. J'avais caché mes sentiments pendant si longtemps que j'ai simplement explosé et je me suis assuré que

personne ne le remarque sauf moi. Bientôt, j'ai réalisé que je pouvais être moi-même et une métamorphose débuta. J'avais quand même mes insécurités, mais je me sentais plus solide : je travaillais fort dans tout ce que j'entreprenais et je cherchais à être heureuse. Je suis certaine que personne ne l'a remarqué parce que je n'en parlais jamais mais en changeant, je finis par grandir.

On pourrait dire qu'en secondaire 3 j'étais très jeune pour avoir des sentiments si forts mais je crois que c'était une étape essentielle pour devenir la personne que je suis aujourd'hui. Cet aspect de ma personnalité existe encore et sera toujours là. La pauvreté existe sous plusieurs formes et sans l'amitié des nombreuses personnes qui ont accepté ma timidité, je ne me serais jamais découverte.

# Les Ateliers



(Les éléments de base)

**Un atelier est une activité de groupe qui permet de communiquer, d'interagir et de discuter entre les gens sur un certain thème.**

Lorsque vous mettez sur pied un atelier, retenez cette formule : **W W W H W W**

(les 5 W en anglais) .....

## DIRECTIVES POUR PRÉPARER TON ATELIER

• Confirmez l'endroit, l'heure et le nombre de participants avec le groupe ou l'organisation auquel vous présenterez l'atelier.

• Dressez votre plan de l'atelier : le but, les matériaux nécessaires, les grandes lignes, le temps prévu... Il est important de connaître la source d'information utilisée pour que ceux qui veulent en savoir davantage, puisse se renseigner et savoir où commencer.

• Faites-vous une liste de tous les matériaux dont vous aurez besoin. Ne vous faites pas à l'idée que l'école, l'organisation ou le groupe fournira des crayons, du papier, des projecteurs etc. Tentez de limiter vos besoins au stricte minimum.

• Au fur et à mesure que vous réunissez votre matériel pour l'atelier, éliminez-le votre liste.

• Si vous voulez utiliser des prospectus, imprimez-les et photocopiez-les la veille. Apprenez-en quelques uns de plus au cas où. Être préparé à l'avance vous empêchera de courir les derniers préparatifs.

• Connaissiez les éléments clés que vous voulez que le groupe tire de l'atelier pour que

ce soit plus facile lors de l'animation. (Référez-vous à « ce qui fait un bon animateur »).

• Soyez organisés et sachez ce que vous faites. L'atelier se déroulera sans heurts et les participants vivront une belle expérience.

• Rédigez un formulaire d'évaluation. C'est toujours bon de connaître le degré de réussite de l'atelier, les points positifs, négatifs et ceux à améliorer.

• Apportez les formulaires de déclaration de décharge « no fee » et faites-les signer par les participants une fois qu'ils auront une meilleure idée de ce qui se passe. Les ateliers nous procurent diverses perspectives de jeunes sur des thèmes importants pour eux. Leurs commentaires nous sont d'une importance capitale.

À la Commission des étudiants, nous tentons de nous assurer que les opinions des jeunes soient entendues et nous respectons le droit de chacun d'être informé sur la façon dont seront mise à profit leur contribution. Alors, assurez-vous d'apporter une copie pour tout le monde et de la faire signer.

## W

Cerner les thèmes dont vous allez parler

## W

Pourquoi vous faites un atelier ? Les objectifs, les buts...

## W

À quel public est destiné l'atelier ? Combien de gens attendez-vous ?

## H

Comment allez-vous présenter l'atelier : quels types d'activités allez-vous présenter, de quel matériel aurez-vous besoin ?

## W

Où se tiendra l'atelier ?

## W

Quand aura lieu l'atelier et combien de temps durera-t-il ?

# L'atelier de Jeunes femmes contact

Notre atelier est composé de deux parties (2 heures).



## 1ère partie : (45 minutes)

Apprenez à connaître les participants, définissez les thèmes propres à JFC (pauvreté, racisme et violence) et discutez-en.

### QUELQUES CONSEILS POUR MENER UN ATELIER

- Il est important que l'atelier ait lieu dans un endroit confortable
- Les groupes de 5 à 10 personnes fonctionnent à merveille
- Assoyez les participants en cercle...c'est plus intime
- Assurez-vous que chacun ait la chance de parler puisqu'un atelier sert à faire participer les gens
- Si les gens s'ennuient, se sentent distraits ou stressés, briser de nouveau la glace
- Faites une pause entre la 1ère et la 2ème partie
- C'est toujours une bonne idée de penser à la bouffe, que ce soit une collation ou des breuvages...

## Apprendre à se connaître- Introductions, briser la glace etc (15 minutes).

Parce que les thèmes de la violence, du racisme et de la pauvreté peuvent être délicats, le groupe doit se sentir à l'aise. Alors si les participants ne se connaissent pas encore, la façon dont vous briserez la glace sera importante.

Rendez l'introduction amusante. Demandez-leur leurs noms, d'où ils viennent et ce qu'ils ont fait de plus comique... N'importe quoi ! Donnez-leur seulement la chance de partager quelque chose de personnel (mais pas trop personnel).

Il y a plusieurs façons de briser la glace. Le but est de rendre les gens à l'aise avec le groupe et de les intéresser aux sujets. Employez une façon que vous avez déjà utilisée et qui vous a mis à l'aise.

Dans le cas où vous ne vous souvenez pas comment procéder, nous vous en avons inclus quelques unes que nous recommandons à l'endos du document. Regardez-les et voyez ce que vous en pensez.

## Introduisez le projet :

Il arrive plusieurs fois que lors de conférences et d'ateliers, les gens ne sachent pas vraiment pourquoi ils sont là. C'est le moment idéal pour leur expliquer. Que vous travailliez sur un de vos projets ou animiez un atelier pour Jeunes femmes contact avec un groupe de jeunes filles, vous devriez leur expliquer le but.

Vous pourriez leur dire que JFC est un projet qui a été mis sur pied par une organisation jeunesse appelée la Commission des étudiants. Que c'est un réseau national de jeunes femmes qui se rencontrent pour parler des thèmes qui les touchent et touchent leur entourage. Les 3 thèmes sur lesquels JFC se penchent particulièrement sont la violence, le racisme et la pauvreté, thèmes qui touchent la plupart d'entre nous quotidiennement. Les choses d'écrites en italique, ci-dessus, correspondent simplement à la description que nous utilisons pour expliquer le projet JFC. Dans l'explication que vous déciderez d'employer, vous aimeriez peut-être inclure la façon dont vous vous êtes impliqués et pourquoi vous animez l'atelier. Si vous avez déjà participé à quelque chose de semblable, vous savez qu'il est bon de connaître la personne que nous écoutons et la raison pour laquelle nous l'écoutons.



### Discussion : (30 minutes)

La discussion à propos du racisme, de la pauvreté, de la violence et d'autres problèmes, devraient couler naturellement une fois le but de l'atelier expliqué. Voici quelques questions qui pourraient vous être utiles pour démarrer. Si le groupe est trop grand, vous pouvez le diviser en sous-groupes et chaque groupe pourrait définir un thème.

- C'est quoi la pauvreté, le racisme et la violence ? Comment les définissez-vous ?
- Comment ces thèmes affectent-ils les femmes ?
- Est-ce que ces thèmes l'intéressent en tant que personne ?
- Quels sont les autres éléments qui ont un impact sur votre vie de jeunes femmes ?

Vous pouvez demander à chacun des groupes de présenter leurs commentaires de façon créative (affiches, tableaux, sketches...)

- Que pensez-vous de la revue et du vidéo ?

### 2ème partie : (45 minutes)

Maintenant, discutez de la violence, du racisme et de la pauvreté plus en profondeur en utilisant les histoires de la revue comme point de départ.

### Activité (30 minutes)

Chaque participant ou groupe choisira un article de la revue. Après la lecture, une discussion de groupe peut commencer. Voici quelques questions pour vous aider à démarrer.

- De quoi traitait l'article ? (expliquer brièvement)
- Comment vous-êtes vous sentis ? Qu'avez-vous préféré ?
- Si on vous donnait la chance de changer ou d'aider l'auteur de l'article à confronter le problème, que feriez-vous ?
- Quelles images ou pensées vous sont venues à l'idée après avoir lu l'article ?

### RESPECT MUTUEL

• Dites aux participants que ce qui se dit au sein du groupe, reste dans le groupe. Si vous pensez partager ce qui s'est dit, demandez aux participants de signer les formulaires de déclaration de décharge « no fee » compris dans la revue.

• Si vous pensez tourner des images, demandez aux participants s'ils acceptent. S'ils ne se sentent pas à l'aise, ne tournez pas.



### Bilan (15 minutes)

Lorsque vous résumer les discussions, c'est le moment idéal de recueillir les commentaires des participants. Demandez-leur ce qu'ils pensent de l'atelier et de l'initiative de JFC. Expliquez-leur que le projet JFC continue et demandez-leur s'ils seraient intéressés à contribuer au projet ou à n'importe quel autre projet sur lequel vous travaillez. Peut-être auront-ils des idées. Voici d'autres questions qui vous seront utiles lors du bilan.

- De ce que vous connaissez, comment trouvez-vous JFC ?
- Est-ce qu'il y aurait des choses que vous aimeriez voir se concrétiser avec JFC ?
- Qu'aimeriez-vous faire ?
- Quelle trajectoire empruntons-nous maintenant ?

\*\*Ces questions peuvent provoquer des commentaires tant négatifs que positifs. Soyez préparés et ouverts d'esprit. Dans la plupart des cas, les participants ont donné de leur temps, alors leurs commentaires sont plutôt constructifs.

Thank everyone for coming out and contributing.

# Briser la glace

Il y a des activités qui fonctionnent mieux que d'autres pour de grands groupes. Choisissez celles que vous pensez les plus appropriées.



## « Aux poubelles ! »

**Matériel :** lanières de papier rose et blanc, un pot, des bonbons et des crayons. Cette activité est bonne à utiliser dans les classes. Comme introduction à cette activité, on peut expliquer qu'il y a des tonnes de choses qui se passent dans notre vie. Chaque personne est invitée à prendre une lanière de papier rose et blanc et d'écrire quelque chose dont elle doit se débarrasser dans la prochaine heure. Ainsi, chaque personne participera pleinement (ce peut être une belle pensée ou un problème avec lequel elle compose). Les papiers blancs seront brûlés et les roses seront lus par l'animateur (dans sa tête). Tous les participants écrivent sur les deux couleurs de papier et personne n'est laissé de côté. Les participants sont invités à signer leur nom sur le papier rose. L'animateur pourra alors les référer à une ressource adéquate si nécessaire. Ils sont aussi invités à prendre un bonbon du pot lorsqu'ils déposent leur papier dans celui-ci.

## « Météo média »

Avant de commencer une session de groupe, les participants sont invités à se rapporter et ce, de plusieurs façons.

- Où êtes-vous/qu'est-ce qui vous dérange ? Qu'avez-vous à laissé derrière ? Qu'avez-vous laissé derrière ?...

- Ayez un thermomètre sur papier à portée de la main et demandez aux participants à quel degré ils se situent et pourquoi ?

## Jeux de dés

**Matériel :** Dé (un par table), crayon (un par table), du papier (un par personne).

Ce jeu devient intéressant pour des groupes de 4 à 6 personnes placées autour d'une table. Il commence par une personne qui roule le dé. Une fois que le 6 apparaît, elle prend le crayon et commence à écrire des chiffres sur son papier, le plus vite possible. Pendant ce temps, la personne à sa gauche à pris le dé et essaie de rouler un 6 le plus vite possible. Une fois le 6 roulé, elle prend le crayon de la personne à sa droite et commence à écrire des chiffres sur son papier le plus vite possible. La personne à gauche essaie de rouler un 6 et le jeu continue autour de la table jusqu'à ce que quelqu'un ait atteint disons 100.

## Ballons

**Matériel :** ballons, marqueurs.

Cette activité est intéressante pour des groupes de maximum 12 personnes et facilite la discussion. Placer les gens en cercle. Demandez-leur quels sont les obstacles qui se présentent à eux, les responsabilités qu'ils ont (école, chum, cours de musique) etc. Au fur et à

mesure que les obstacles sont identifiés, on les écrits sur les ballons et les éparpillent parmi le groupe. Le groupe doit faire en sorte que les ballons ne touchent pas le sol. Plus il y a de ballons, plus il est évident qu'il est difficile de gérer tout ce qui se passe dans notre vie. Une autre version-jongler avec des ballons de tailles différentes (chacun représentant des aspects différents de notre vie)

## « Jeu de jonglage coopératif »

**Matériel :** sacs de pois ou petites balles anti-stress

Cette activité est intéressante pour des groupes nombreux.

Placez les participants en cercle. Commencez à lancer les objets d'une façon spécifique (lancer toujours vers la même personne et recevez de la même). Ajoutez plus de balles et continuez dans le même sens. Cette activité peut être pratiquée avec des éléments supplémentaires (les participants peuvent lancer la balle en se tenant sur un pied ou avec une main derrière le dos pour illustrer, par exemple, les barrières culturelles et linguistiques). Ou, avant de lancer les balles, demandez aux participants de nommer la personne à qui ils envoient la balle pour ainsi se souvenir des noms de tout le monde.

## « Crayon »

Posez un crayon imaginaire dans votre nombril et écrivez votre nom. Note : faites attention, certains sont plutôt gênés lorsqu'il s'agit du corps humain et peuvent ne pas être à l'aise avec cette activité.

## « Conviction »

Cette activité peut être introduite de façon à expliquer qu'il y a un mot qui doit être rajouté au vocabulaire et un mot qui doit en être éliminé.

Faites lever un participant et étendre un de ses bras sur le côté. Demandez-lui de penser à quelque chose qu'il aimerait faire. Demandez-lui de formuler sa réponse de la façon suivante...

1) Je vais tenter de...(aller prendre une marche tous les jours, d'être un meilleur violoniste ou de prendre une autre résolution)

Après la réponse, les animateurs essaient d'abaisser leur bras. Ensuite, demandez au participant qu'il dise la chose suivante...

2) J'irai absolument...(prendre un marche, je serai un meilleur violoniste ou prendrai une autre résolution)

Après l'affirmation, l'animateur

essaie d'abaisser leur bras de nouveau. Le but de cette activité, c'est de démontrer qu'il n'y a aucune conviction dans le mot « essayer » et que nos messages personnels ont un immense impact sur ce que nous sommes capables de faire.

Note : pendant cette activité, le participant devrait trouver plus facile d'étendre son bras en dépit de la pression suivant la 2ème affirmation.

## « Défaire le nœud »

Les participants se placent en cercle. Chaque personne se croise les bras et prend la main de deux autres personnes. La tâche du groupe est de défaire le nœud qu'ils ont créé. Ceci illustre la coopération et l'entraide.

Note : Soyez attentifs et sensibles lors de cette activité car elle comporte des « touchers » et plusieurs pourraient se sentir mal à l'aise.

Variation : une personne se tient à l'extérieur du cercle et les participants à l'intérieur ont les yeux fermés. La personne essaie ensuite d'aider le groupe à défaire le nœud en donnant des instructions. Après que le groupe l'ait fait de cette façon, refaites le avec les yeux des participants ouverts.

## « Introductions »

Placez les participants deux par deux. Qu'ils apprennent un peu de leur partenaire en leur demandant quelques questions.

- trois caractéristiques uniques de la personne
- quelque chose que vous anticipez
- ce que vous vouliez devenir

Demandez à chacun d'introduire son partenaire et de nous partager ce qu'ils ont appris.

## « Briser la glace »

**Matériel :** des porte-noms avec différentes graphies (chacun devrait avoir un partenaire correspondant, nom/partenaire, par exemple, Kermit et Miss Piggy, Abbott et Costello, Batman et Robin etc).

Chaque participant a un nom d'attaché sur son dos et il doit déterminer de qui il s'agit et trouver son partenaire en demandant des questions fermées (oui ou non). Est-ce que je suis à la télé, est-ce que je suis un homme... Une version de 20 questions. Une fois les personnages/partenaires devinés, ils peuvent mettre leur porte-nom sur leur front et attendre que leur partenaire devine qui ils sont. Ces partenaires peuvent être les mêmes pour des activités en plus petits groupes.

## FACTEURS CLÉS POUR L'INTERACTION

- Pensez positif
- Permettre à d'autres personnes de s'exprimer sans interruption
- Penser avant de prendre la parole
- Donner à tous le bénéfice du doute
- Toujours donner sa propre opinion
- Rester calme dans toute situation
- Discuter d'un sujet à la fois
- Offrir des solutions et des compromis
- Respecter les idées et opinions de des autres
- Soutenir les initiatives des autres
- Toujours démontrer votre reconnaissance envers les autres
- Avoir du plaisir
- Apprendre continuellement
- Toujours traiter les autres comme vous aimeriez vous faire traiter

# Déclaration de décharge « No fee »



NOM :

.....

ADRESSE :

.....

.....

CODE POSTAL : ..... NUMÉRO DE TÉLÉPHONE : .....

J'ACCORDE, par la présente à « la Commission des étudiants » et à ceux autorisés à agir en son nom, y compris les partenaires officiels et non-officiels, le droit de photographier, enregistrer sur film, bande magnétoscopique, bande sonore, et toute autre moyen d'enregistrement y compris l'écrit : ma voix, ma personne, ou autres matériaux, produits par moi ayant rapport à « la Commission des étudiants » et le travail relié au « Centre d'excellence pour l'engagement des jeunes » que « la Commission des étudiants » dirige. Je donne aussi à « la Commission des étudiants » le droit non-exclusif d'exploitation et de distribution advenant sous mon droit d'auteur ou tout autre droit que je possède, d'utiliser, de diffuser par antenne ou par câble, de reproduire, d'imprimer, de publier et de distribuer ce qui est décrit au-dessus, dans toutes ses formes, pour raisons éducationnelles ou promotionnelles, dans le monde entier, pour une durée illimitée.

Je déclare et garantis que les droits accordés par la présente et leur utilisation aux termes de la présente ne constitueront en rien une infraction ou une violation à l'encontre d'une marque de commerce, d'un brevet, d'un nom commercial, ou d'un droit d'auteur d'un tiers et par les présentes je dégage « la Commission des étudiants » et ces partenaires de toute responsabilité en cas de poursuites, réclamations ou revendications pouvant survenir en rapport avec les droits accordés et leur utilisation aux termes de la présentes sauf dans le cas où il y aura eu négligence de la part de « la Commission des étudiants ». J'accepte de dédommager à « la Commission des étudiants » et de l'exonérer de tout blâme relativement à toutes les réclamations et dépenses et à tous les coûts, frais et dommages dus à une infraction à l'autorisation donnée ci-dessus.

SIGNATURE : .....

SIGNATURE DU TÉMOIN : .....

DATE : .....

ÉVÈNEMENT : .....

# Guide d'animateur/animateurice

**Animer : simplifier, aider, liberté de penser**

**Animateur : responsable au déroulement du processus menant au succès**

## Qu'est-ce qu'un animateur/animateurice ?

Un animateur à la Commission des étudiants est tout d'abord et avant tout guide pour une expérience des plus enrichissantes. Vous devez assister les délégués à l'intérieur du processus qu'est la Commission des étudiants. Vous devez les aider à écouter, comprendre, apprendre, s'épanouir, partager leurs idées et, bien sûr, les diriger. Entant qu'animateur vous devez servir d'exemple : les délégués doivent s'identifier à vous. Vous êtes une source d'information, une aide ainsi qu'un ami. Cela semble être beaucoup ? Ne vous en faites surtout pas, ce n'est rien que vous ne puissiez accomplir ! La clé du succès pour un animateur c'est avant tout d'être sensibilisé aux gens autour de lui et d'être une force d'inspiration positive pour eux.

## Quel est le rôle d'un animateur/animateurice ?

- inculquer la philosophie de la Commission des étudiants à tout moment à travers les discussions, actions et le leadership
- La Commission des étudiants est une communauté. Respect, honneur et responsabilité sont toutes des valeurs que nous retrouvons dans une communauté. Servir d'exemple est la meilleure façon pour développer et inculquer ces valeurs.
- créer une expérience enrichissante pour les délégués
- Aider les délégués à développer leur sens d'appartenance à la Commission des étudiants. Les informer des horaires et des activités qui leur sont offertes en dehors des périodes de discussion, les intégrer et répondre à leurs questions.
- faciliter la discussion de groupe
- Guider les délégués à travers le processus du dialogue et de la réflexion et les encourager à participer et à concentrer leurs idées pour en faire des recommandations. De plus, il faut veiller au maintien du bilinguisme dans le groupe.
- être un ami
- Être disponible pour les écouter, les aider et les intégrer est essentiel. Vous pouvez consolider leurs trouvailles et réalisations, les aider à bâtir leur confiance en soi et encourager le développement de nouvelles aptitudes.

**RESPECTER**  
**ÉCOUTER**  
**S'ENTENDRE**  
**COMMUNIQUER**

Voici les quatre grands principes de la Commission, la fondation de tous nos programmes et événements. Ils sont très simples, mais si on les utilise comme référence, ils peuvent guider et soutenir notre comportement pendant qu'on restent ensemble.

Quand on respecte vraiment une autre personne, on peut écouter ce qu'il/elle a à dire; en l'écoutant, on peut vraiment entendre ce qu'il/elle veut dire; en s'entendant on peut vraiment ouvrir la porte à la vraie communication et l'apprentissage.

## Laisser les autres mener

Dans chaque groupe de discussion il y aura un animateur : c'est vous. Mais vous trouverez, dans votre équipe, un/une jeune qui a déjà vécu une Conférence à la Commission, ou celui/celle qui a les habilités et la confiance nécessaire pour agir comme animateur. Nous vous encourageons d'appuyer ces jeunes et de les encourager à se joindre avec vous comme « animateur ».

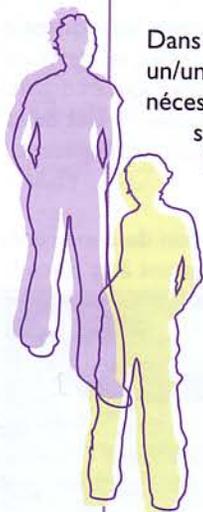
Fondamentalement, les deux rôles sont les mêmes car vous formez une équipe. Les différences se retrouvent au niveau de l'exécution de ces rôles. Voici le profil des deux types d'animateurs :

### Animateur expert (Vous)

- personne ressource et de soutien
- mentor pour l'animateur inexpert
- écoute active
- discipline : à la demande de l'animateur inexpert

### Animateur inexpert

- inspire et voit au bon déroulement de la discussion
- garde le groupe concentré sur le sujet à discuter
- écoute active. En plus, il pose des questions pour susciter la réflexion
- développe le sens de communauté au sein du ou des groupes de discussion et rappelle le concept aux délégués



# Aptitudes de communication



**Nous croyons tous que nous sommes capables de communiquer. Vous savez... discuter, écouter... me suivez-vous ?**

Eh bien, il y a plusieurs aptitudes différentes dans l'art de communiquer et souvent nous devons les réviser. Un atelier c'est avant tout communiquer. Par l'entremise de la communication, nous apprenons, bâtissons des relations et aidons les autres. Ce sera une semaine très intense du point de vue de la communication. Par-dessus tout, souvenez-vous que pour une réussite il est nécessaire que vous soyez sensible aux gens autour de vous.

## Quels sont les facteurs qui influencent positivement l'interaction ?

Présence animée et consciente  
Écoute active  
Langage corporel  
Empathie

### Présence animée et consciente

Cela veut dire que vous êtes là ! Cela indique que la personne est physiquement et mentalement présente et interagit.

### Indicateurs non-verbaux

- créer un contact oculaire
- Par l'expression de votre visage; sourire, expressions de surprise, de compréhension, d'aide, d'appartenance, vous communiquez surtout vos sentiments à la personne à laquelle vous parlez.
- Votre posture est essentielle à la bonne communication. Si vous semblez détendu, les gens autour de vous le seront aussi. Portez attention à vos moindres gestes. Êtes-vous assis face au groupe ? démontrez-vous de l'intérêt à ce qui se dit ? Êtes-vous

## QU'EST-CE QUI ALTÈRE LA COMMUNICATION ?

### Barrières

pressé par le temps  
langage  
méfiance  
trouble émotif  
malentendu  
stéréotypes  
trop d'information  
manque d'information  
influence de ses pairs  
hostilité

### Aides

respect mutuel  
écouter  
honnêteté  
estime de soi  
clarification  
ne pas juger  
animer  
connaissance  
liberté d'expression  
interaction

**Le langage corporel représente 75% de toute communication.**

éloigné du groupe ? Parlez-vous en même temps qu'une autre personne ? Surveillez-vous, vous allez sûrement trouver cela captivant !

### Indicateurs verbaux

- Être silencieux est une bonne chose. Prenez le temps d'absorber et de comprendre ce qui a été dit pour mieux préparer ce vous allez dire par la suite. Vous devriez toujours compter trois secondes avant de parler.
- « oui », « bien », « d'accord », « vraiment » sont toutes de bonnes expressions pour ne pas interrompre le cours de la discussion et montrer un intérêt à ce qui se dit.
- résumer ce qui a été dit indique que vous avez bien compris et par conséquent, que vous appuyez l'interlocuteur.

### Écoute active

Un malentendu est souvent un problème de communication majeur et la façon dont nous écoutons en est souvent la cause. Écouter est un exercice difficile et nous en souffrons tous quelquefois. Mais

l'écoute active est un élément clé de la Commission parce qu'il implique bien plus que seulement l'écoute. Il y a trois niveaux à l'écoute active :

- écouter et comprendre les mots
- écouter et comprendre le langage corporel
- écouter et comprendre la personne

### Langage corporel

Il comprend, la posture, les expressions faciales, le ton de la voix, les gestes et le degré d'enthousiasme. Soyez conscients des gens qui vous entourent et de la façon dont ils agissent et réagissent.

### Empathie

L'empathie est l'action de comprendre quelqu'un en se mettant à sa place ! Souvenez-vous que les humains sont des êtres très complexes ! Si vous ne les connaissez pas extrêmement bien, Ce que vous connaissez des gens n'est pas nécessairement ce que les autres gens savent. Posez des questions ! Épanouissez-vous pour connaître toutes les personnes autour de vous !



## Le Centre d'excellence pour l'engagement des jeunes Centre of Excellence for Youth Engagement

**Vous savez à quel point vous aimeriez que  
les adultes vous prennent au sérieux ?**

**Il y a finalement quelqu'un à l'écoute !**

Le Centre d'excellence pour l'engagement des jeunes est un projet pancanadien qui a pour but de créer des liens entre les jeunes et les chercheurs professionnels. Il y a 22 organisations de jeunes qui y participent et le projet, financé par Santé Canada, est dirigé par la Commission des étudiants.

Ensemble, les jeunes et les adultes mènent des recherches sur ce que les gens font dans leurs communautés et écoles respectives et sur les améliorations qui peuvent être apportées afin d'encourager une participation efficace des jeunes.

Qu'est-ce que cela signifie donc pour vous ?

Notre but est de rendre légitime les idées et les droits des jeunes. Alors, si vous avez une idée et avez besoin de recherches pour l'appuyer ou si vous voulez changer le monde et ne savez pas comment vous y prendre, nous sommes là pour vous aider.

Impliquez-vous ou obtenez de plus amples informations au :  
[www.tgmag.ca](http://www.tgmag.ca) ou  
[tgmag@tgmag.ca](mailto:tgmag@tgmag.ca)

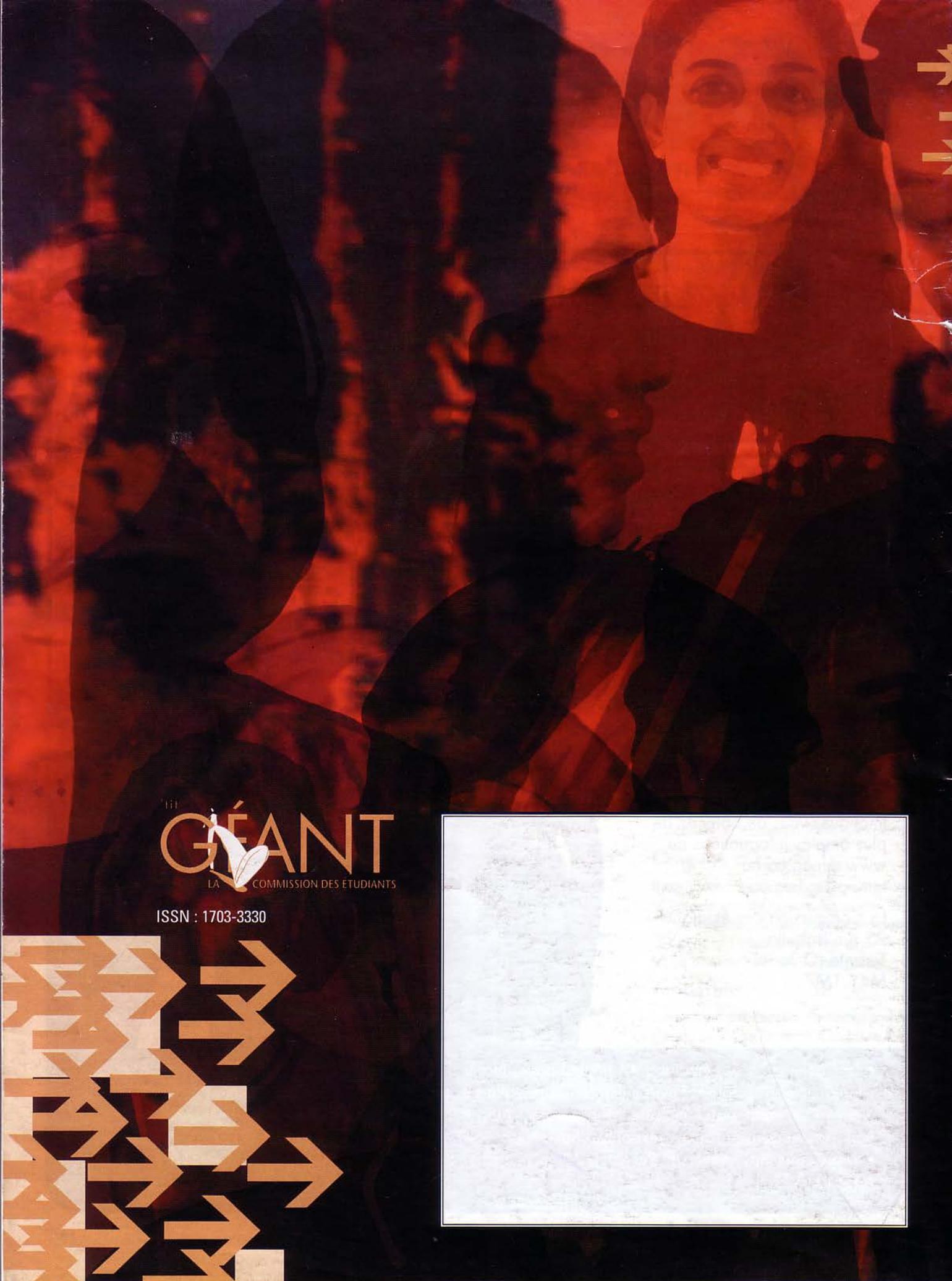
La Commission des étudiants  
23 rue Isabella  
Toronto (Ontario)  
M4Y 1M7



- La Commission des étudiants
- L'hôpital pour enfants de l'est de l'Ontario
- La Fédération de la jeunesse canadienne-française
- Environmental Youth Alliance (Vancouver, BC)
- The National Youth in Care Network
- Heartwood Institute (Bridgewater, NS)
- Integrated School-Linked Services/The Saskatoon Action Circle on Youth Sexuality (Saskatoon, SK)
- Wilfrid Laurier University (Waterloo, ON)
- The Community University Research Alliance, led by Brock University (St. Catharines, ON)
- Le Réseau Ado/Youth Net



Santé  
Canada Health  
Canada



LA **GÉANT**  
COMMISSION DES ETUDIANTS

ISSN : 1703-3330

