

COMMENT ÊTRE UNE PERSONNE ALLIÉE?

Une personne alliée aux communautés LGBTQ+ soutient les droits et les besoins de ces personnes. Elle prône la tolérance, l'inclusion et l'égalité. Les personnes alliées participent à des actions de sensibilisation, soutiennent des événements et des actions organisationnelles.

Apprendre

Il y a toujours plus à apprendre, renseignez-vous en écoutant les histoires et les expériences des personnes LGBTQ+, en lisant des ressources éducatives et en participant à des événements et des formations sur les questions LGBTQ+.

Écouter

La personne en face de vous est la mieux placée pour vous dire ce dont elle a besoin : Ouvrez le dialogue et prenez une posture d'écoute.

Se corriger

Faire des erreurs arrive à tout le monde. Lorsque ça vous arrive :

- Excusez-vous rapidement.
- Corrigez-vous.
- Continuez votre propos et faites de votre mieux pour faire mieux la prochaine fois.

« Il m'a dit..., désolée, je voulais dire elle. Elle m'a dit qu'elle... »

Utiliser un langage inclusif

Exemple : demander à une femme si elle a quelqu'un dans sa vie plutôt que de lui demander si elle a un chum.

Reconnaître les identités

Utilisez les pronoms qu'une personne vous donne. Vous pouvez lui demander ses pronoms en présentant d'abord les vôtres ou en lui demandant :

« Comment préférez-vous que je m'adresse à vous? »

Réagir si vous êtes témoin de propos homophobes ou transphobes (qu'il s'agisse de commentaires, de blagues ou autres) :

- Prêtez de bonnes intentions (on ne cherche pas à accuser l'autre).
- Parlez de l'impact sur vous.
- Demandez un changement de comportement.

« Tu as probablement dit ça pour rigoler, mais la blague que tu as faite sur Patricia m'a mis mal à l'aise. J'aimerais qu'on évite ce genre de commentaires à l'avenir. »

Considérer la confidentialité

Ne jamais dévoiler l'orientation sexuelle ou l'identité de genre d'une personne sans son consentement.

ÊTRE SOI-MÊME, ENSEMBLE



AIDE-MÉMOIRE INCLURE LES PERSONNES LGBTQ+ EN MILIEU DE TRAVAIL

ENJEUX

Discrimination

Les personnes LGBTQ+ peuvent vivre de la discrimination tout au long de leur parcours professionnel ainsi que dans les soins et services qu'ils reçoivent. La discrimination est souvent le fruit de biais inconscients.

Harcèlement

Le harcèlement est une conduite (comportements, paroles ou gestes) :

- Vexatoire;
- Qui est hostile ou non désirée;
- Qui porte atteinte à la dignité ou à l'intégrité psychologique ou physique et qui entraîne un milieu de travail néfaste;
- Répétée (ou unique, mais grave);
- Le tout sans considération de l'intention ou des motifs de l'auteur.trice du harcèlement.

Le fait d'utiliser les mauvais pronoms/prénoms de façon répétitive et/ou intentionnelle peut constituer du harcèlement psychologique. Le harcèlement peut aussi prendre une connotation sexuelle, comme des avances, des commentaires ou des gestes.

Le CISSS des Laurentides s'engage à déployer les moyens appropriés pour fournir un milieu de travail sain exempt de toute forme de harcèlement et violence, dans lequel les personnes qui y œuvrent soient traitées avec civilité, respect et dignité.

Microagressions

Même sans mauvaises intentions, il peut arriver de blesser une personne. Si on marche sur le pied de quelqu'un sans faire exprès, la personne a quand même mal au pied. Le problème des microagressions est l'accumulation : lorsqu'une personne trans se fait mégenrer (une personne utilise le mauvais genre pour parler d'elle) une dizaine de fois dans la semaine, cela peut avoir un impact important sur son bien-être psychologique.

Coming-out

De nombreuses personnes LGBTQ+ cachent leur orientation sexuelle ou leur identité de genre de peur de nuire à leur carrière, leurs relations interpersonnelles ou d'être traitées différemment. Pourtant, rester dans le placard signifie devoir s'exclure des conversations ou se sentir obligé de cacher une partie importante de soi-même. C'est pourquoi il est crucial de favoriser un environnement inclusif où tout le monde peut être soi-même.

VOCABULAIRE



Sexe assigné à la naissance

La mention de sexe « féminin » ou « masculin » assigné à la naissance selon les parties génitales externes.



Expression de genre

Comment on se présente au monde (exemple : vêtements, etc.).



Identité de genre

Comment on définit son genre : femme, homme, non-binaire.



Orientation sexuelle

Par qui on est attiré.e romantiquement et/ou sexuellement.

Trans

Adjectif qui décrit une personne dont le genre ne correspond pas au sexe qui lui a été assigné à la naissance. Exemple : une femme trans est une femme qui avait été assignée garçon à la naissance, son identité de femme ne dépend pas de son parcours de transition.

