



**L'intégration
des élèves 2SLGBTQ+**
AUX PROGRAMMES D'ACTIVITÉ
PHYSIQUE À L'ÉCOLE

Un guide

Remerciements

À PROPOS D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SANTÉ CANADA (EPS CANADA)

EPS Canada prend fait et cause pour les enfants sains et physiquement actifs, en faisant progresser les possibilités d'éducation physique et à la santé de qualité, et en promouvant les environnements d'apprentissage sains et positifs. Travaillant de concert avec des champions communautaires, et offrant des programmes de qualité, des services de perfectionnement professionnel, et des initiatives de mobilisation communautaire, EPS Canada encourage toutes les personnes à vivre une vie saine et physiquement active. Pour de plus amples détails, veuillez visiter le www.phecanada.ca.

EPS Canada tient à souligner et reconnaître les contributions des maints personnes, groupes, et organisations qui ont participé au développement de cette ressource. Nous voudrions en particulier remercier les personnes suivantes :

AUTEURICES

Sonali (Alyy) Patel,
chercheuse en intersectionnalité LGBTQ+

Dr. Travers, professeur, Université Simon Fraser, et auteur de l'ouvrage *The Trans Generation: How Trans Kids (and Their Parents) Are Creating a Gender Revolution*

ÉQUIPE DE RÉVISION

Debbie Owusu-Akyeeah, Directrice générale, Centre canadien de la diversité des genres et de la sexualité

KJ Reed, Doctorante en études de genre, de sexualité et des femmes, Université Simon Fraser

Teddy Syrette (Ozhawa Anung Kwe/Yellow Star Woman) est une personne anishinabe bispirituelle de la réserve Rankin, Première Nation de Batchewana (Baawaating)

Misty Zanger, Éducatrice, Écoles publiques Prairie Rose

RÉVISEURE

Kathleen Whitfield Fletcher, Words Write

TRADUCTEURICES

Gabriel-le Villeneuve (iel)

Paula Roberts-Banks, TAP Enterprises

ÉQUIPE DE PROJET

Kelsey Fahie, Coordinatrice, Programmes et ressources

Tricia Zakaria, Directrice, Programmes et éducation



EPS Canada reconnaît la contribution financière du gouvernement du Canada.

2451, Promenade Riverside, Ottawa, Ontario K1H 7X7

tél : (613) 523-1348 | fax : (613) 523-1206

info@phecanada.ca | www.phecanada.ca

L'intégration des élèves 2SLGBTQ+ aux programmes d'activité physique à l'école. ISBN: 978-1-927818-75-6

© 2021 Éducation physique et santé Canada. Tous droits réservés. Aucune partie de ce programme ne peut être reproduite, stockée dans un système de récupération, ou transmise par quelque moyen que ce soit (électronique ou mécanique, y compris la photocopie) sans obtenir au préalable la permission écrite d'EPS Canada.

Table des matières



Introduction	1
Normes éthiques pour les éducateur·rices	2
Prise de conscience des intersectionnalités	5
Obstacles interpersonnels	9
Définition d'obstacles interpersonnels	10
Exemples d'obstacles interpersonnels dans les programmes d'activité physique	11
Suggestions pour les éducateur·rices	13
Obstacles socioculturels	15
Définition d'obstacles socioculturels	16
Exemples d'obstacles socioculturels dans les programmes d'activité physique	17
Suggestions pour les éducateur·rices	19
Obstacles structurels	21
Définition d'obstacles structurels	22
Exemples d'obstacles structurels dans les programmes d'activité physique	23
Suggestions pour les éducateur·rices	24
Vers la transformation de la culture et des politiques et l'intégration des personnes 2SLGBTQ+	26
Conclusion	27
Lexique	28
Ressources	30

Introduction

Éducation physique et santé Canada cherche à garantir que toutes les élèves disposent d'une égalité d'accès à l'activité physique et d'une chance égale de mener une vie saine. Pour réaliser cet objectif, il est essentiel que toutes les élèves se sentent en sécurité, intégrées au groupe, et représentées dans les programmes d'activité physique (notamment les cours d'éducation physique et à la santé et les activités parascolaires). Malheureusement, les élèves **2SLGBTQ+**¹ continuent de faire face à des obstacles significatifs qui les excluent ou qui empêchent leur pleine participation—nuisant en même temps à leur volonté et leur motivation à participer—aux programmes d'activité physique à l'école.

En vue d'aider les éducateur·rices à écarter les obstacles et à renforcer l'engagement des élèves **2SLGBTQ+** aux programmes d'activité physique à l'école, EPS Canada a collaboré avec le Dr Travers de l'Université Simon Fraser et avec Sonali (Alyy) Patel, une chercheuse en intersectionnalité **2SLGBTQ+**, pour définir les lacunes majeures ainsi que les bonnes pratiques.

Dans le présent Guide, vous remarquerez que nous employons dans la mesure du possible des termes épiciènes ou non-genrés, aux fins de créer un texte représentant toutes les membres de la communauté **2SLGBTQ+**. Le point milieu permet de faire la « double flexion partielle », c'est-à-dire de fléchir un seul mot au « masculin » ET au « féminin » en écrivant seulement les terminaisons de chacune des flexions (ex: les étudiant·e·s). Cela permet notamment une économie d'espace, contrairement à la « double flexion totale » (ex: les étudiants et les étudiantes), qui renforce également une idéologie binaire des genres.

Les termes en rose dans ce guide sont définis dans le lexique en page 28.

Le présent guide fait un tour d'horizon des obstacles à la participation des élèves **2SLGBTQ+** aux programmes d'activité physique à l'école, et propose des recommandations aux éducateur·rices pour aborder ces questions et surmonter ces obstacles. Spécifiquement, le guide se penche sur trois types d'obstacles qui ont une incidence sur les élèves **2SLGBTQ+** :

- obstacles interpersonnels,
- obstacles socioculturels, et
- obstacles structurels.

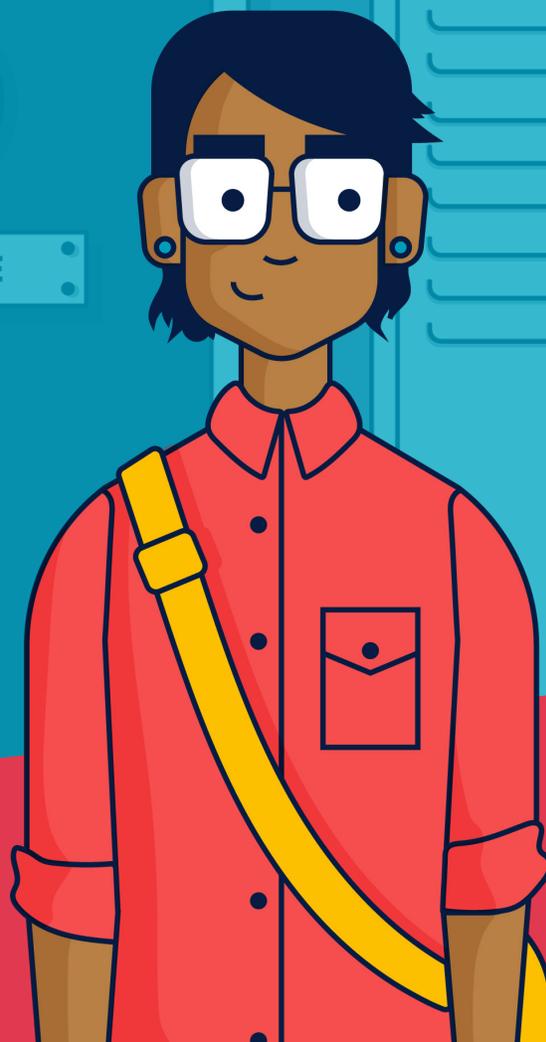
Pour chaque catégorie d'obstacle, le guide fournit une définition, des exemples, et des suggestions pour les éducateur·rices.

Ce guide est destiné aux éducateur·rices et aux administrateur·rices scolaires qui peuvent le consulter comme ressource de référence lors du développement de programmes, ou l'utiliser comme liste de contrôle pour confirmer ou évaluer les qualités inclusives de leurs programmes d'activité physique.

¹ Lesbienne, gai·e, bisexuel·le, transgenre, queer, bispirituel·le, non-binaire, et d'autres orientations sexuelles et identités de genre marginalisées.

Normes éthiques pour les éducateur·rices

Pour obtenir une participation réelle et efficace des élèves 2SLGBTQ+ aux programmes d'activité physique à l'école, il faut que les éducateur·rices comprennent et mettent en application les normes éthiques qui suivent.





VESTIAIRE

POSER UN REGARD CRITIQUE SUR VOUS-MÊME—RÉGULIÈREMENT. RÉFLÉCHIR AUX PRÉJUGÉS IMPLICITES, AUX VALEURS, OU AUX CROYANCES QUE VOUS AVEZ, ET QUI POURRAIENT POSER UN OBSTACLE À L'INTÉGRATION.

Toute personne a des partis-pris, des valeurs, et des croyances – implicites ou explicites – qui la définissent, et qui influencent ses pensées et ses comportements quotidiens. Réfléchissez à vos expériences professionnelles et personnelles, et aux manières par lesquelles ces expériences pourraient faire obstacle – même à votre insu – à vos projets de programmes inclusifs. Parfois, ces exercices de réflexion focalisée peuvent révéler des faits surprenants sur vos perspectives. Mais c'est un excellent point de départ pour affronter ces mêmes perspectives et vous assurer que les élèves apprennent et se développent dans un environnement plus accueillant et inclusif. Les éducateur·rices peuvent perdre la confiance en elleux-mêmes ou se décourager lorsqu'ils se rendent compte qu'ils propagent des stéréotypes ou qu'ils ont créé involontairement des obstacles à leurs élèves. Cette réaction est tout à fait normale, mais la notion la plus importante est de prendre des mesures pour apporter les changements nécessaires à vos programmes, au profit du bien-être de vos élèves.

ACCEPTER QU'ON N'A JAMAIS FINI D'APPRENDRE – ET PROFITER DE TOUTE POSSIBILITÉ DE VOUS RENSEIGNER.

La culture sociale est dynamique et fluide. Même les meilleures pratiques évoluent au fil du temps. Certaines normes, perspectives, et expressions, autrefois tout à fait acceptables et courantes, sont considérées comme oppressives et inappropriées à l'heure actuelle. À titre de professionnel·le de l'éducation, cherchez les articles, les recherches, et d'autres possibilités pour vous informer, en vue de créer un environnement plus inclusif pour les élèves **2SLGBTQ+**.

NE PAS ATTENDRE LA « SORTIE DU PLACARD » D'UN·E ÉLÈVE 2SLGBTQ+.

Prenez l'initiative et créez un programme d'activité physique qui est inclusif et accessible pour les élèves **2SLGBTQ+** même si aucun·e élève ne vous aura affirmé son orientation sexuelle ou son identité de genre. Les élèves **2SLGBTQ+** éprouvent des niveaux élevés de stress, d'anxiété, de peur, et de discrimination. Ces facteurs peuvent les rendre réticent·es à divulguer aux éducateur·rices leur identité de genre et/ou leurs besoins particuliers en ce qui concerne leur sexualité. Ainsi, il importe que les éducateur·rices aux niveaux primaire et secondaire développent leurs programmes en prenant pour hypothèse qu'ils ont déjà des élèves **2SLGBTQ+** dans leurs classes.

ATTENTION À NE PAS TRANSFÉRER LE FARDEAU AUX ÉLÈVES VULNÉRABLES.

Les élèves **2SLGBTQ+** font face à de la pression et au stress, autant à cause de leur visibilité que de leur invisibilité. Quand iels sont accueilli-es et ont le sentiment d'être accepté-es tel-les qu'iels sont, c'est bénéfique pour leur santé et leur bien-être. En revanche, bon nombre d'élèves **2SLGBTQ+** sont privé-es de cette sorte d'expérience dans leur classe et leur école. En plus, il est tout aussi important que les élèves disposent d'une autonomie totale en ce qui concerne la divulgation de leur identité personnelle, en d'autres mots, c'est à elleux de décider si, quand, et comment iels veulent partager leur identité **2SLGBTQ+** avec autrui. Certain-es élèves queer, trans, et non-binaires sont soumis-es à une pression d'être visibles (par exemple : devenir actif-ves avec l'Alliance gai-hétéro, participer aux efforts d'éduquer la communauté scolaire sur la diversité sexuelle et des genres). Beaucoup de ces élèves acceptent mal ce détournement de la responsabilité de la part des adultes, et l'insensibilité quant à la charge qui est placée en conséquence sur les élèves vulnérables. Ainsi, pour réussir à surmonter les obstacles et à concevoir des programmes inclusifs, il importe que les éducateur-rices **trouvent le juste équilibre entre l'amplification des voix des élèves et la part de la responsabilité qui relève des adultes.**



**DÉPARTEMENT
D'ÉDUCATION
PHYSIQUE**

ÉVITER DE « MÂCHER LES MOTS » SUR LES QUESTIONS ET DISCUSSIONS 2SLGBTQ+.

Soyez clair-e, direct-e, et explicite en discutant les questions 2SLGBTQ+. Si vous vous sentez mal à l'aise pour le faire, invitez un-e membre du personnel ou de l'administration pour vous aider à encadrer la discussion, ou demandez le soutien d'une organisation 2SLGBTQ+ locale. Beaucoup d'organisations auront des ressources portant sur l'intégration des personnes 2SLGBTQ+ dans le contexte spécifique de l'activité physique.

PERMETTRE AUX ÉLÈVES DE DIRIGER.

Créez des espaces inclusifs d'activité physique en coopération avec vos élèves. En donnant aux élèves la possibilité de choisir les activités auxquelles iels veulent participer, vous favorisez du coup un climat plus accueillant et plus positif pour toutes les élèves. Appréciez le fait que les élèves sont des expert-es sur leurs propres besoins et ceux de leurs pair-es. Tenez des conversations sincères avec vos élèves en y apportant l'intention d'écouter et d'apprendre d'elleux.

NE PAS FORMULER DE SUPPOSITIONS.

Il faut s'abstenir de formuler des suppositions à propos des besoins et des expériences des élèves 2SLGBTQ+. En cas d'incertitude, il vaut mieux poser la question directement à l'élève. Soyez sincère avec les élèves en ce qui concerne votre intention de vous renseigner sur les meilleurs moyens pour soutenir les élèves 2SLGBTQ+. Rappelez-vous que vous n'êtes pas seul-e dans cette mission. N'ayez

pas peur de demander conseil. Les élèves, les collègues, l'Alliance gai-hétéro de votre école et/ou des organisations 2SLGBTQ+ locales sont d'excellentes ressources communautaires qui sauront prêter leur soutien. **Évitez de faire des suppositions à savoir si une personne est 2SLGBTQ+.** Reportez-vous à la page 6 pour de plus amples renseignements sur la prise de conscience des intersectionnalités.

RECONNAÎTRE QUE LES IDENTITÉS SONT CHANGEABLES.

Il ne faut pas interpréter comme fixes et stables l'orientation sexuelle et l'identité de genre. Étant donné que le genre et la sexualité sont par nature fluides, il n'est pas du tout rare qu'un-e élève rapporte des identités qui se situent à différents points du spectre 2SLGBTQ+. Il ne faut toutefois pas présumer que ces changements se doivent au jeune âge des élèves. L'orientation sexuelle et l'identité de genre poursuivent leur évolution la vie durant.

S'ENGAGER À CRÉER DES ESPACES PLUS SÛRS.

Les élèves 2SLGBTQ+ ne se sentent ni en sécurité, ni les bienvenu-es dans bon nombre d'espaces, qui pourraient inclure les vestiaires, les salles de classe, ou l'école en général. Ces espaces ont été construits et sont dominés par les personnes **binaires** et **cisgenres**. Réfléchissez aux stratégies que vous pouvez déployer pour créer ou pour revendiquer des espaces physiques qui sont plus sûrs et plus accueillants aux élèves 2SLGBTQ+.

Prise de conscience des intersectionnalités

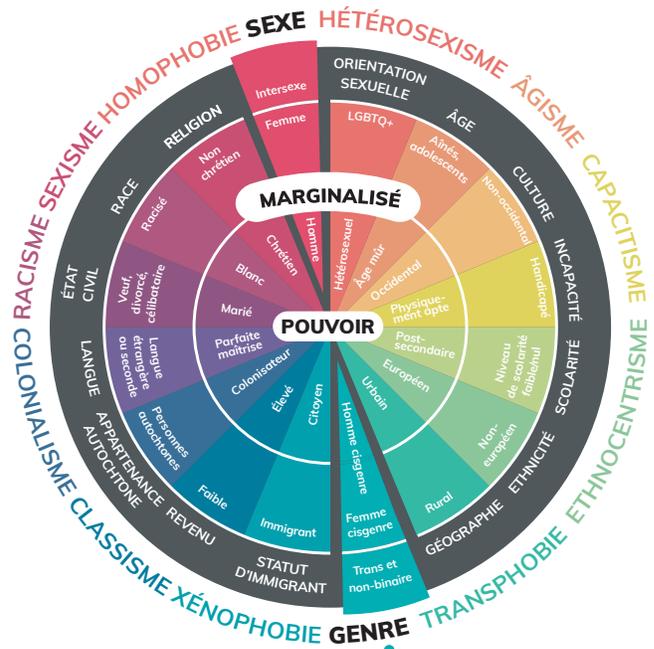
Il importe de rappeler que les élèves **2SLGBTQ+** sont issu·es d'une variété de contextes raciaux, ethniques, religieux, et socioéconomiques. Les expériences et les besoins des élèves **2SLGBTQ+** qui sont noir·es, autochtones, asiatiques, ou des personnes de couleur seront différents de ceux des élèves **2SLGBTQ+** qui sont blanc·hes, et chaque culture ou contexte présente son lot de besoins particuliers. Il importe également que les éducateur·rices écartent l'idée reçue selon laquelle les élèves issu·es de minorités raciales et religieuses perpétuent l'**homophobie**, la **biphobie**, la **lesbophobie**, la **queerphobie**, et la **transphobie**, puisque cette notion est carrément fausse. En revanche, les éducateur·rices sont encouragé·es à se prévaloir d'un large éventail de ressources dans le but de soutenir toutes les élèves **2SLGBTQ+**.



Pour mieux comprendre l'entrecroisement d'identités

La roue du pouvoir/de privilège illustrée sur cette page présente un schéma simplifié de l'entrecroisement d'identités. Chaque personne est multidimensionnelle, en ce sens que son caractère est composé de couches identitaires multiples. Chaque personne peut se localiser dans chaque segment de la roue. Ceux qui se placent vers le centre sont considéré-es comme ayant une identité plus privilégiée. Ceux qui se placent plus vers le pourtour ont une identité plus marginalisée.

Chaque identité recoupe les autres, d'où la notion d'entrecroisement. Cela dit, l'expérience spécifique d'une personne dépendra des quantités de pouvoir et de privilège qui s'associent à cette identité particulière. Par exemple, un-e immigrant-e racisé-e, **queer** et **non-binaire** vit une expérience différente de celle d'une personne blanche **queer** et **non-binaire** ayant droit du citoyen lui revenant dès sa naissance. Même si ces deux personnes partagent le même genre et la même marginalité sexuelle, leurs privilèges respectifs de race et de citoyenneté produiront deux réalités vécues assez différentes. Ainsi, chacune de ces deux personnes aura des besoins différents.



VOICI QUELQUES TERMES SE RAPPORTANT À L'IDENTITÉ SEXUELLE :
 agendre au genre fluide sans distinction de genre homme transgenre
 bigendre genderqueer non-binaire femme transgenre

Adapté à partir de la Roue de pouvoir/privilège de S Duckworth

Le développement et l'enseignement de programmes 2SLGBTQ+ sans barrières culturelles

Voici quelques conseils pour vous aider dans le développement et l'enseignement de programmes d'activité physique qui sont sans barrières culturelles et qui favorisent la pleine participation des élèves **2SLGBTQ+**.

ÉLARGIR VOS HORIZONS EN REGARDANT AU-DELÀ DES ACTIVITÉS QUI RELÈVENT DE LA CULTURE DU MONDE OCCIDENTAL :

incorporez des jeux et des activités traditionnelles des cultures autochtones, noires, asiatiques, hispaniques, des personnes de couleur, et d'autres cultures et groupes non-occidentaux.

- Incorporez des jeux autochtones aux programmes d'activité physique, sans oublier les aspects culturels et physiques, et toujours d'une manière appropriée et empreinte de respect.
- Incorporez des activités telles que le yoga d'une manière qui témoigne de respect envers les cultures de l'Asie du Sud, et dans un contexte qui reconnaît et explique les racines de cette activité.

RÉFLÉCHIR À LA POSSIBILITÉ DE DEMANDER LE CONSEIL DES COMMUNAUTÉS ET/OU ORGANISATIONS LOCALES D'AUTOCHTONES OU DE PERSONNES RACISÉES

pour un encadrement dans l'élaboration de programmes qui sont culturellement appropriés et adaptés aux différences culturelles.

EXPLIQUER LA SIGNIFICATION CULTURELLE ET L'HISTOIRE DES ACTIVITÉS CHOISIES

lors de l'enseignement de ces activités, pour favoriser un climat d'apprentissage positif et éviter en même temps de perpétuer le problème de l'appropriation culturelle.

REMETTRE EN QUESTION LES NORMES INSTITUTIONNELLES

associées aux thèmes inappropriés et/ou dépassés, par exemple en lien avec les mascottes de l'école ou les noms d'équipes, qui pourraient avoir une incidence négative sur les élèves autochtones et/ou **bispirituel·les**.

Autres ressources sur l'intersectionnalité

[Fiche technique de la Communauté de Pratique « Genre en pratique » : L'intersectionnalité](#) par le Comité québécois femmes et développement

[Présentation de l'approche intersectionnelle](#) par la Commission ontarienne des droits de la personne

[L'intersectionnalité selon Kimberlé Crenshaw](#) par la Ligue des droits et libertés

Obstacles interpersonnels

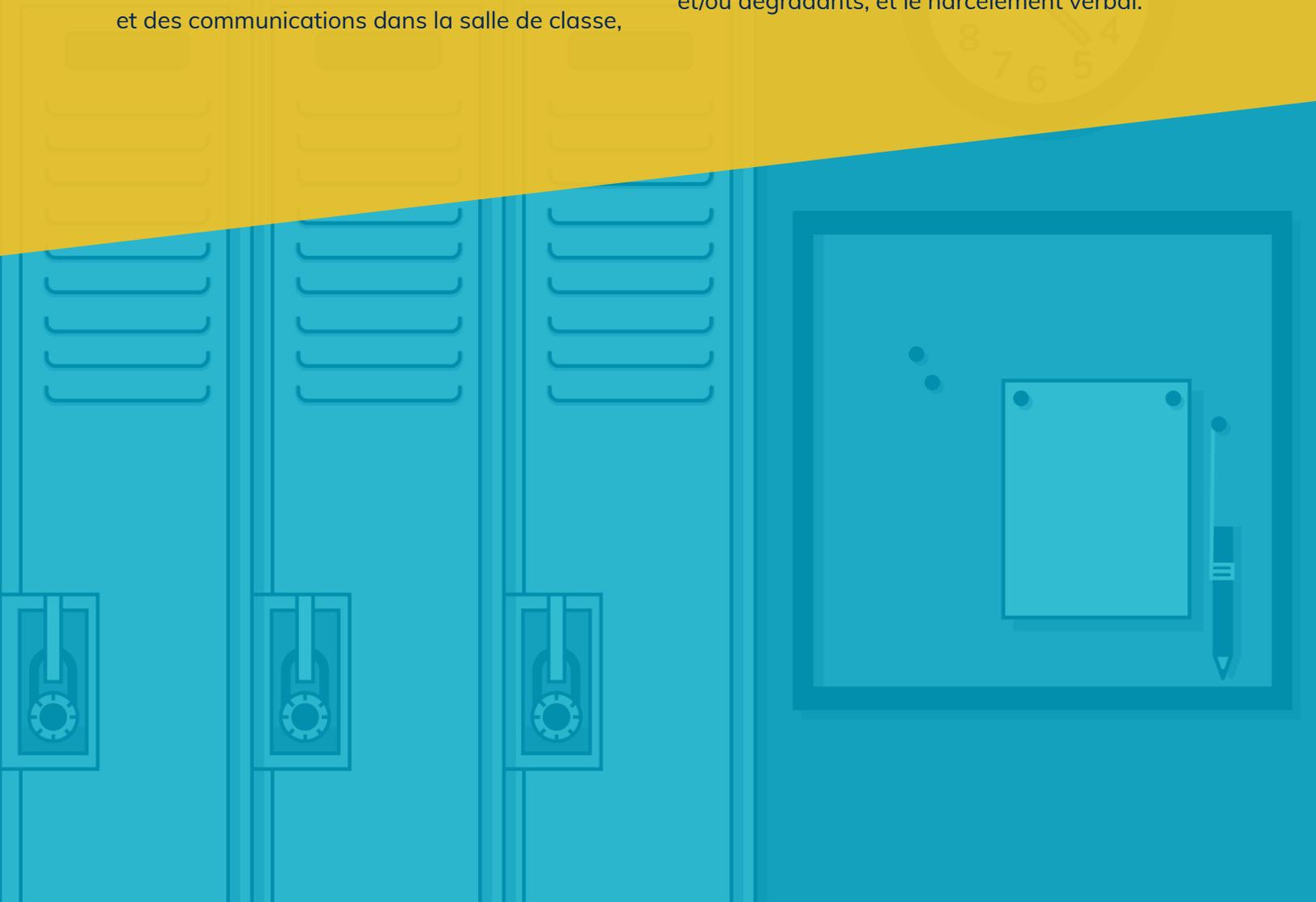


Définition d'obstacles interpersonnels

Les obstacles interpersonnels sont ceux qui entrent en jeu dans les relations entre des groupes de personnes similaires ou différents, où lesdits groupes sont définis par leur statut et leur pouvoir respectif (par exemple, entre le personnel scolaire et les élèves, entre le personnel administratif et les élèves, et entre les élèves).

Les obstacles interpersonnels peuvent se manifester dans le contexte des interactions et des communications dans la salle de classe,

dans les vestiaires, ou dans l'environnement scolaire au sens large. Ces obstacles surviennent le plus souvent à cause des comportements et des actions des personnes à l'égard des élèves **2SLGBTQ+**. Les obstacles peuvent inclure, sans toutefois s'y limiter—les **microagressions**, les **micro-invalidations**, la raillerie (notamment, se moquer d'une personne), les commentaires condescendants et/ou dégradants, et le harcèlement verbal.



Exemples d'obstacles interpersonnels dans les programmes d'activité physique

Violence interpersonnelle à l'égard d'élèves 2SLGBTQ+ :

- Divulgation non consensuelle de l'identité sexuelle (notamment, dévoiler ou discuter de l'identité sexuelle et/ou de genre d'une personne sans obtenir sa permission explicite)
- Des ingérences dans la vie privée d'un élève **2SLGBTQ+** (notamment les camarades de classe qui posent des questions trop personnelles ou indiscrètes qui mettent l'élève mal à l'aise)

La queerphobie dans les espaces de vulnérabilité :

- Humiliation, stigmatisation, ou **altérisation lesbienne, bisexuelle, et queer** dans les vestiaires des filles (commentaires tant personnels que généraux). Par exemple, les élèves ont fait état de filles qui ont fait des commentaires associant les **lesbiennes** avec des comportements prédateurs (par exemple, « J'espère qu'il n'y a pas de **lesbiennes** qui me regardent changer de vêtements. »), occasionnant des sentiments de honte et de malaise parmi les élèves queer, en questionnement, ou pas encore « sorti-es du placard ».
- Humiliation, stigmatisation, ou **altérisation gaie, bisexuelle, et queer** dans les vestiaires des garçons (commentaires tant personnels que généraux).
- Le dénigrement de l'apparence pratiqué par les élèves dans les vestiaires. Par exemple, les élèves **trans, non-binaires et en questionnement** se sentent inconfortables

et repoussé-es quand leurs camarades de classe font des remarques sur la taille des seins lorsque tout le monde est en train de se déshabiller.

Ignorance et invalidation :

- Les éducateur·rices qui guettent les toilettes pour contrôler qui utilise les toilettes cisgenres et qui utilise les toilettes non-genrées. Ce genre de comportement pourrait inclure une observation étroite des élèves qui entrent dans les toilettes et/ou une tentative de bloquer l'accès aux toilettes non-genrées si un·e élève n'a pas « l'air **2SLGBTQ+** » ou si l'éducateur·rice n'est pas au courant de l'identité de genre de l'élève.
- Les éducateur·rices qui font, qui laissent passer, ou qui supportent les remarques **homophobes, biphobes, queerphobes, ou transphobes** dans un contexte d'activité physique (notamment les éducateur·rices qui n'interviennent pas lorsqu'ils prennent conscience d'un tel comportement).
- Les éducateur·rices qui rejettent ou qui négligent l'existence des identités **2SLGBTQ+** et qui refusent de tenir des conversations sur les questions et les expériences des élèves **2SLGBTQ+**.
- La propagation du stéréotype selon lequel pour être **2SLGBTQ+**, il faut nécessairement « avoir l'air **2SLGBTQ+** » — une perspective qui est préjudiciable aux élèves qui ne sont pas encore sorti-es du placard ou qui sont en questionnement, et qui risque d'ailleurs d'exclure les élèves **queer** et les élèves de couleur.

En quoi les **obstacles interpersonnels** sont-ils problématiques?

Les obstacles interpersonnels sont un facteur important dans la chute de la motivation des élèves **2SLGBTQ+** à participer aux programmes d'activité physique. Spécifiquement, les obstacles interpersonnels amènent les élèves **2SLGBTQ+** à ne pas se sentir en sécurité dans les espaces d'activité physique.



VESTIAIRE

Suggestions pour les éducateur·rices

Les éducateur·rices peuvent prendre des démarches proactives pour écartier les obstacles interpersonnels existants et pour prévenir l'avènement d'obstacles additionnels dans les programmes d'activité physique à l'école.

Conception de programmes favorisant l'intégration

Voici quelques suggestions pour vous aider dans la conception de programmes d'activité physique et dans l'élimination et la prévention d'obstacles interpersonnels :

PRÉCISER CLAIREMENT LES ATTENTES—ENSEMBLE.

Établissez les attentes dès le début du trimestre ou de l'année scolaire : identifiez clairement les comportements qui ne seront pas tolérés dans les vestiaires, la salle de classe, les espaces d'activité physique, et ailleurs. Ces comportements incluent : les commentaires **lesbophobes** et **queerphobes**, le dénigrement de l'apparence, et les comparaisons des différents types de silhouettes. Puisque les normes de groupe devraient être le produit d'un effort de collaboration, réservez un créneau pour élaborer et développer les attentes en compagnie des élèves et en tenant compte de leurs conseils.

SOULIGNER L'IMPORTANCE DE L'INTÉGRATION DES PERSONNES 2SLGBTQ+.

Tenez des conversations régulières avec votre équipe/classe, en parlant franchement et en expliquant pourquoi les commentaires **lesbophobes**, **homophobes**, **queerphobes**, **biphobes**, et **transphobes** sont inappropriés et inacceptables. Cela pourrait inclure des commentaires en dehors du contexte scolaire,

notamment sur les médias sociaux. Quelle que soit la plateforme, quel que soit le contexte, ces commentaires sont intolérants et ont pour effet de marginaliser la/les personne(s) ciblée(s).

ÉDUCER LES AUTRES.

Si vous entendez des collègues ou des élèves qui font des commentaires discriminatoires ou intolérants, prenez le temps pour éduquer la personne en lui expliquant en quoi son comportement est préjudiciable. L'éducation est un mécanisme beaucoup plus efficace de prévention, et préférable à la confrontation, puisque l'éducation fait comprendre pourquoi la remarque ou le comportement est inacceptable.

ACCÉDER AUX DEMANDES D'INSCRIPTION D'AMI-ES AUX COURS D'EPS.

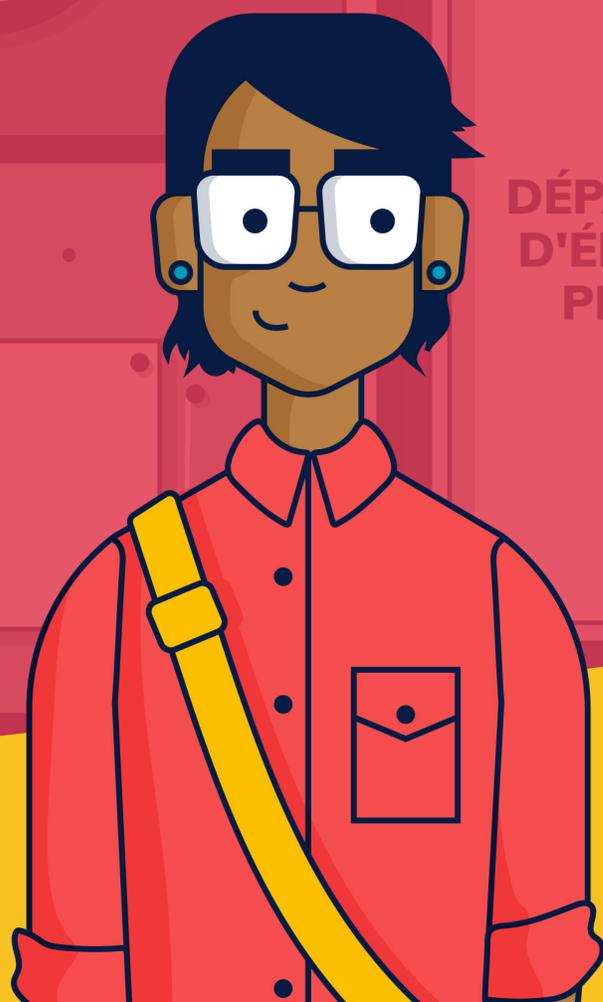
Certain·es élèves indiquent que le fait d'avoir un·e bon·ne ami·e dans le même cours ou programme d'EPS renforce les sentiments d'appartenance et d'interdépendance. Dans la mesure du possible, acceptez et encouragez les demandes d'inscrire des ami·es aux programmes d'activité physique à l'école.

Questions pour poser un regard critique sur soi-même

Voici quelques questions à vous poser lors de développer votre programme d'activité physique à l'école.

- Est-ce que vous présumez que les élèves sèchent les cours ou se dissocient de l'activité physique puisqu'ils n'ont pas d'égards? Ou est-ce que vous avez de la compassion et de l'empathie envers les élèves, en essayant de mieux comprendre les raisons pourquoi un-e élève pourrait être mal à l'aise dans un cours?
- Durant les discussions en classe abordant les thèmes **2SLGBTQ+**, est-ce que vous allez au-delà des contenus essentiels dans le but d'expliquer/souligner l'importance de l'intégration des personnes **2SLGBTQ+**?
- Est-ce que vous rappelez régulièrement aux élèves de ne pas humilier ni stigmatiser les élèves **lesbiennes, gai-es, bisexuel-les, trans, non-binaires**, et **queer**, en les encouragent à comprendre leurs pair-es, à sympathiser avec elleux et à les soutenir, peu importe les intersections identitaires?
- Est-ce que vos leçons font appel à une large variété de genres et de sexualités (par exemple, en donnant des exemples dans les médias, en tenant des conversations sur les expériences **2SLGBTQ+** et intersectionnelles)?
- Est-ce que vous demandez régulièrement aux élèves de vous donner leurs rétroactions et leurs suggestions pour rendre votre instruction plus inclusive?
- Est-ce que vous tenez des conversations sincères avec les élèves sur les démarches que vous pourriez prendre en tant qu'éducateur-riche, en vue de mieux soutenir les élèves **2SLGBTQ+**?

Obstacles socioculturels

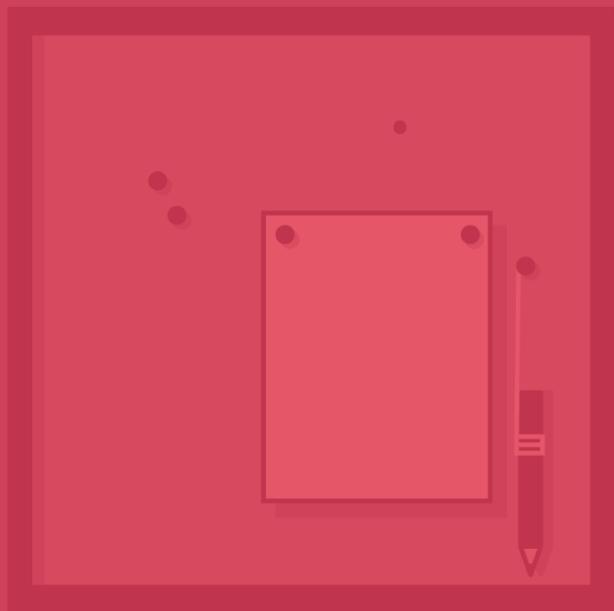


DÉPARTEMENT
D'ÉDUCATION
PHYSIQUE

Définition d'obstacles socioculturels

Les obstacles socioculturels sont les normes sociales, les attitudes, et les attentes implicites qui sont profondément enracinées dans la culture (à savoir, le contexte social) de l'activité physique. Ces normes, attitudes, et attentes sont définies et renforcées par les éducateur·rices, les

administrateur·rices, et les élèves. Il est capital de garantir que la culture de l'activité physique dans votre école soit inclusive et accueillante pour les élèves **2SLGBTQ+**, de telle sorte qu'ils se sentent en sécurité et qu'ils aient un intérêt réel pour y participer.



DÉPARTEMENT
D'ÉDUCATION
PHYSIQUE



Exemples d'obstacles socioculturels dans les programmes d'activité physique

Espaces compétitifs :

- La promotion d'attitudes compétitives (notamment les éducateur·rices qui donnent plus de poids aux habiletés athlétiques au détriment de la participation à l'activité physique pour les bénéfices à la santé et au bien-être).

La masculinité toxique et la misogynie :

- Les entraîneur·ses et les éducateur·rices qui font des commentaires sexistes et **misogynes** dans un contexte d'activité physique (par exemple, « faire une pompe en version fille » et « tu cours comme une fille »).
- Associer les qualités athlétiques avec le genre (à savoir, perpétuer l'idée reçue que les filles sont moins sportives que les garçons).

La normalisation de l'hétérosexualité et le cisgenrisme :

- Limiter les discussions à l'hétérosexualité et/ou présumer que toutes les élèves sont hétérosexuel·les et cisgenres.

Les éducateur·rices en tant que « maîtres du jeu » :

- La perpétuation de la norme culturelle selon laquelle les éducateur·rices sont les maîtres et les gardien·nes du savoir. Cela pourrait être intimidant pour les élèves marginalisé·es, et les éducateur·rices peuvent aggraver le problème quand iels ne demandent pas les réactions et commentaires des élèves, quand iels refusent d'apprendre des élèves et/ou d'actualiser les contenus enseignés, en perpétuant un environnement d'apprentissage hiérarchique, etc.

En quoi les obstacles socioculturels sont-ils problématiques?

Les obstacles socioculturels contribuent à la promotion d'une culture d'exclusion dans les contextes d'activité physique, notamment en perpétuant la notion que seuls les garçons **cisgenres** et hétérosexuels devraient faire l'activité physique. En d'autres mots, les obstacles socioculturels créent un environnement dans lequel les filles et les élèves **non-binaires** et **2SLGBTQ+** ne se sentent pas les bienvenu-es pour participer.

Les environnements d'activité physique à l'école peuvent jouer un rôle clé dans la définition du climat culturel de l'école dans son ensemble et ce, d'une manière qui est désagréable pour les filles, les jeunes femmes, et les élèves **2SLGBTQ+**. En ce sens, il est entendu que les obstacles socioculturels—notamment ceux qui relèvent de l'atmosphère compétitive des sports scolaires—ont une incidence qui se fait ressentir au niveau du climat général d'une école.

La culture qui sous-tend l'activité physique est plus enracinée, et en conséquence les interventions en vue d'éliminer les obstacles doivent être plus énergiques par rapport aux obstacles interpersonnels. En revanche, les éducateur-rices sont bien placés pour déclencher et mener la transformation en prônant en tout temps des attitudes et des normes sociales positives et inclusives.

Suggestions pour les éducateur·rices

Dans le but de favoriser la pleine participation de toutes les élèves, les éducateur·rices peuvent prendre des mesures pour surmonter certains obstacles socioculturels dans les programmes d'activité physique.

Conception de programmes favorisant l'intégration

Voici quelques suggestions pour vous aider dans la conception de programmes d'activité physique et dans l'élimination et la prévention d'obstacles socioculturels :

ÊTRE SOUCIEUX·SE DANS LE CHOIX DE VOCABULAIRE.

Évitez d'utiliser des termes sexistes/**misogyne**s pour décrire les activités physiques (par exemple, dites « pompe modifiée » et non pas « pompe version des filles »). En tant qu'éducateur·rice, vous avez des interactions avec les jeunes, qui sont les auteur·rices et les adaptateur·rices des nouvelles terminologies. Il est donc recommandé de tirer parti de votre situation pour vous informer auprès des élèves et vous tenir au courant des nouveaux termes et expressions qu'ils utilisent.

UTILISER LES BONS PRONOMS.

Normalisez la procédure de demander à toutes les élèves leur pronom au début du trimestre ou de l'année scolaire. Il est utile de vous présenter en incluant vos pronoms (à savoir, il/lui, elle/elle, ille/ellui, iel, etc.).

PROMOUVOIR UN ENVIRONNEMENT DE COOPÉRATION.

L'activité physique est souvent vue comme étant fondamentalement compétitive, même si beaucoup d'activités physiques mettent de l'avant la coopération et la récréation. Créez un environnement où les élèves voient la coopération comme primordiale. Pour les élèves qui aiment l'aspect compétitif, cet élément peut être intégré aux activités de leur choix. Il faut surtout promouvoir la joie du mouvement et le développement personnel dans les programmes d'activité physique

PROPOSER DES ACTIVITÉS ALTERNATIVES.

Les activités ayant un élément de saut ou de course peuvent entraîner des sentiments de **dysphorie de genre** chez les élèves **non-binaires** et **trans** parce que ces activités mettent l'accent sur des parties du corps en développement et pouvant être une source de honte ou de malaise (par exemple, la poitrine). En plus, ces activités pourraient poser des risques de sécurité ou être inconfortables pour les élèves qui **portent un binder** et/ou « **tuck** » à l'aide d'un gaff pour dissimuler le pénis et les testicules. Lors de l'élaboration de votre programme, incorporez des activités auxquelles vous pouvez recourir si l'activité prévue risque de mettre un·e élève dans une situation de **dysphorie de genre**. Offrez aux élèves un choix, que vous soyez conscient·e ou pas d'avoir un·e élève marginalisé·e sur le plan du genre dans votre classe

SOUTENIR LES ÉLÈVES QUI REVENDIQUENT LE CHANGEMENT, SANS POUR AUTANT S'EN REMETTRE À ELLEUX.

Il faut reconnaître que certain·es élèves sont des fers de lance et qu'ils se consacrent à ce rôle avec enthousiasme, cependant ils ne devraient pas être obligé·es d'être des défenseur·ses. Les élèves **2SLGBTQ+** ne doivent pas être contraint·es à porter à eux·elles seul·es le fardeau de la représentation. Il ne relève pas d'eux·elles d'éduquer les autres élèves et le personnel scolaire.

Questions pour poser un regard critique sur soi-même

Voici quelques questions à vous poser pour identifier et évaluer les obstacles socioculturels lors du développement de votre programme d'activité physique à l'école.

- Votre programme d'activité physique permet-il aux élèves de choisir parmi une grande variété d'activités?
- Votre programme d'activité physique promeut-elle la coopération et met-elle de l'avant la santé et le bien-être de toutes?
- Dans vos leçons, utilisez-vous un vocabulaire non sexiste et inclusif des personnes 2SLGBTQ+?
- Est-ce que vous vous renseignez sur les pronoms de vos élèves et utilisez-vous ces pronoms?
- Est-ce que vous associez – intentionnellement ou pas – les qualités athlétiques avec le genre?
- Est-ce que vous privilégiez et/ou vous concentrez – consciemment ou inconsciemment – sur les élèves sportif-ves plutôt que de donner une attention et un soutien égaux à toutes les élèves?
- Est-ce que vous incorporez dans vos programmes des mesures d'adaptation pour les élèves 2SLGBTQ+, même si aucun-e de vos élèves ne vous a divulgué son genre marginalisé? Ou réservez-vous les mesures d'adaptation aux seul-es élèves qui sont « sorti-es du placard » et visiblement fier-es et confortables de leur identité de genre ou leur identité sexuelle?

Obstacles structurels

ESP



Définition d'obstacles structurels

Les obstacles structurels sont des politiques et des pratiques qui désavantagent systématiquement un groupe marginalisé. Les obstacles structurels sont profondément enracinés dans la conception des programmes d'activité physique à l'école, rendant quasiment inaccessible la participation à ces activités pour

bon nombre d'élèves 2SLGBTQ+. Ces barrières sont d'ailleurs parmi les plus difficiles à briser. En revanche, les obstacles structurels sont parmi les plus importants à surmonter par les éducateur-rices, puisqu'ils entravent directement la participation des élèves 2SLGBTQ+.



Exemples d'obstacles structurels dans les programmes d'activité physique

Vestiaires :

- Une exigence obligatoire de changer de vêtements pour prendre part aux cours d'éducation physique ou aux programmes d'activité physique.
- Vestiaires ouverts (à savoir, sans cabines/postes).
- Vestiaires **binaires** (garçons et filles).
- Toilettes non genrées/vestiaires non genrés, éloignés des locaux d'activité physique, ou situés dans un espace administratif, ce qui oblige l'élève de « se dévoiler » ou s'isoler de ses camarades afin de se prévaloir des installations.

Ségrégation fondée sur le sexe/le genre :

- Ségrégation garçons/filles dans les cours d'éducation physique.
- Ségrégation garçons/filles dans les activités physiques et les équipes.

Discours anti-trans :

- Arguments anti-trans/misogynes prétendant que les filles trans ont un avantage physique par rapport à leurs paires cisgenres.

En quoi les obstacles structurels sont-ils problématiques?

Les obstacles structurels entravent la possibilité pour les élèves **2SLGBTQ+** de participer aux programmes d'activité physique. Notamment, les obstacles structurels ont un impact sur

les élèves non-binaires et trans, qui sont systématiquement exclus-es dès la conception des programmes d'activité physique à l'école.

Suggestions pour les éducateur·rices

Les éducateur·rices doivent réfléchir aux obstacles structurels qui existent dans les programmes d'activité physique à l'école, dans l'optique particulière de l'intégration d'élèves 2SLGBTQ+. En plus, les éducateur·rices peuvent prendre des démarches en vue de revendiquer l'élimination d'obstacles structurels à la participation des élèves 2SLGBTQ+ aux programmes d'activité physique à l'école.

Conception de programmes favorisant l'intégration

Voici quelques suggestions pour vous aider dans la conception de programmes d'activité physique et dans l'élimination et la prévention d'obstacles structurels :

PROPOSER DES ÉQUIPES ET DES PROGRAMMES NON GENRÉS.

Obliger les élèves à faire le choix garçons/filles pour les équipes et les cours est désagréable, contraignant, et traumatisant pour les élèves trans et non-binaires. En plus, soumettre les élèves à l'exigence obligatoire de s'insérer dans la binarité de genre efface et refuse l'existence d'élèves non-binaires. Plutôt que de répartir les élèves en équipes sur la base du genre, pensez à les diviser en fonction des niveaux de compétences ou du choix de l'élève de participer à un jeu compétitif/non-compétitif.

REVENDIQUER DES VESTIAIRES NON GENRÉS, ÉQUIPÉS DE CABINES/POSTES.

Les vestiaires sont un espace vulnérable et parfois traumatisant pour les élèves 2SLGBTQ+, spécialement quand ces élèves sont obligés de se déshabiller dans un espace ouvert, en compagnie de leurs pair·es. Des vestiaires équipés

de cabines/postes individuels rendraient l'activité physique plus confortable et plus accessible et ce, non seulement pour les élèves 2SLGBTQ+ mais pour toutes les élèves. Prenez contact avec vos administrateur·rices ou la direction de votre conseil scolaire en vue d'amorcer une conversation sur l'allocation de fonds pour remédier à cet obstacle structurel majeur.

PERMETTRE AUX ÉLÈVES DE PARTICIPER SANS CHANGER DE VÊTEMENTS.

Bon nombre d'élèves 2SLGBTQ+ sont réticent·es devant l'exigence de mettre des vêtements de sport (à savoir, un short et une chemise de sport), puisqu'ils veulent éviter à tout prix l'expérience des vestiaires. Pour renforcer l'engagement et rendre les activités physiques plus accessibles aux élèves 2SLGBTQ+, le port de vêtements de sport doit être facultatif.

Questions pour poser un regard critique sur soi-même

Voici quelques questions à vous poser pour identifier et évaluer les obstacles structurels lors du développement de votre programme d'activité physique à l'école.

- Quelles démarches prenez-vous en vue de vous assurer que toutes les élèves se sentent en sécurité et à l'aise dans les vestiaires?
- Revendiquez-vous les espaces d'activité physique qui favorisent la pleine participation des élèves 2SLGBTQ+ même en l'absence d'un-e élève ouvertement **queer**, **trans**, ou **non-binaire** dans votre classe/école?
- Est-ce qu'il y a de nombreuses opportunités pour les élèves d'offrir leurs réactions et conseils et s'exprimer sur les barrières et les défis auxquels ils font face dans le programme d'activité physique?
- Intégrez-vous des options d'activités non genrées dans votre programme d'activité physique?
- Est-ce que les élèves ont le droit/la possibilité de participer aux activités sans avoir à porter des vêtements de sport?

Vers la transformation de la culture et des politiques et l'intégration des personnes 2SLGBTQ+

Travers (2022, publication prochaine) fait la distinction entre les politiques d'intégration de personnes trans qui sont conformes au genre et les politiques d'intégration de personnes trans qui transforment la notion de genre :

- les politiques conformes au genre pour l'intégration de personnes **trans** visent à accommoder les personnes trans au sein des institutions et des cultures déjà en place
- Les politiques d'intégration de personnes trans qui transforment la notion de genre, appellent les institutions et les cultures à changer, à évoluer, et à s'adapter.

La première des deux options se réalise beaucoup plus facilement que la deuxième étant donné qu'il n'y a aucune perturbation des infrastructures physiques/organisationnelles, ni des convictions et comportements enracinés. En revanche, le maintien du statu quo – à savoir la ségrégation basée sur le sexe dans les espaces, les installations, les programmes et les activités – ne fait que renforcer et perpétuer des normes sexistes et anti-**2SLGBTQ+** qui ont pour effet de stigmatiser et exclure certain-es participant-es.

Évidemment, il importe de mettre en place des politiques appropriées d'intégration de personnes **2SLGBTQ+**. Mais ces politiques

doivent aller de pair avec un effort tout aussi important de changement de culture de la part des districts scolaires et des communautés scolaires, en vue d'éliminer les obstacles institutionnels et culturels. En l'absence d'un tel effort, les politiques sont vouées à l'échec, car elles ne réaliseront même pas les critères minimales en matière d'intégration.

À titre d'exemple, les recherches démontrent que même avec des politiques en place pour soutenir la pleine participation et la sécurité des élèves trans aux programmes d'activité physique où il y a une ségrégation basée sur le sexe, aucune des participant-es trans n'était au courant de l'existence de ces politiques. Les politiques d'intégration de personnes trans sont les plus efficaces pour l'amélioration de l'expérience des élèves trans aux programmes d'activité physique à l'école quand elles sont associées à une transformation culturelle parallèle. Si par contre la politique est mise en place sans être promue et sans être appliquée, elle n'aura guère d'effets sur l'expérience des élèves. Somme toute, il faut que le changement de politique s'inscrive dans un mouvement délibéré de changement institutionnel et culturel, et il faut être à l'écoute des élèves **2SLGBTQ+** à chaque étape du processus.

Conclusion

Les obstacles interpersonnels, socioculturels, et structurels ont une incidence négative significative sur la motivation des élèves **2SLGBTQ+** à participer aux programmes d'activité physique. Il importe que les éducateur-rices incorporent l'intégration de personnes **2SLGBTQ+** dans les programmes d'activité physique parce que les obstacles qu'affrontent les élèves **2SLGBTQ+** peuvent être traumatisants, et risquent de leur inculquer une aversion durable qui les détourne de la participation aux activités physiques.

En votre qualité d'éducateur-riche ou d'administrateur-riche d'école, il est essentiel de faire participer activement les élèves à leur propre apprentissage, autant en leur donnant la parole qu'en vous renseignant sur leurs expériences afin de mieux les comprendre. Ces éléments sont d'une importance capitale lorsque vous planifiez et mettez en œuvre vos programmes, pour garantir aux élèves **2SLGBTQ+** une chance égale pour mener une vie saine et physiquement active.

En plus, les éducateur-rices doivent prendre les démarches nécessaires pour revendiquer et promouvoir l'intégration des personnes **trans** et **non-binaires** dans les activités physiques à l'école. Puisque ces élèves sont exclus-es systématiquement, il importe de créer un environnement où les élèves **trans** et **non-binaires** reçoivent la motivation et les possibilités de participer aux programmes d'activité physique.

Dernier point mais pas le moindre : il est crucial que les éducateur-rices œuvrent pour l'intégration des personnes **2SLGBTQ+** et ce, qu'ils aient ou non un-e élève ouvertement

queer, **trans**, ou **non-binaire** dans leur programme. Il ne faut pas s'attendre à ce que les élèves « sortent du placard » ou prennent conscience elleux-mêmes de leur propre identité de genre ou identité sexuelle. À l'école primaire et même à l'école secondaire, beaucoup d'élèves sont toujours en train de définir leur identité sexuelle et leur identité de genre. Ainsi, il est très important de leur fournir un environnement sécuritaire pour cet exercice, où iels ne sont pas contraint-es à se conformer à une **binarité de genre** et où iels n'ont pas honte d'éprouver des sentiments **queer**. Qui plus est, les suggestions incluses dans le présent document présentent un modèle universel qui bénéficiera non seulement aux élèves **2SLGBTQ+** mais également à la population scolaire dans son ensemble.

Ces recommandations pour l'élaboration de programmes inclusifs ne sont pas considérées comme de meilleures pratiques, mais plutôt comme de « bonnes pratiques » — en harmonie avec le caractère essentiellement ouvert et évolutif de l'intégration **2SLGBTQ+**. Les démarches qui réussissent particulièrement bien au cours des cinq années à venir pourraient raisonnablement devenir obsolètes d'ici dix ans. Les bonnes pratiques évoluent pour correspondre aux catégories d'identité changeantes, et pour tenir compte des connaissances émergentes. La promotion d'opportunités de développer les connaissances fait partie intégrante du processus d'intégration de personnes **2SLGBTQ+**, et c'est un grand pas en avant vers la pleine participation des élèves **2SLGBTQ+** aux programmes d'activité physique à l'école.

Lexique

Terme	Définition
Binder	Également appelé la compression de la poitrine. Le binder est un article d'affirmation de genre utilisé pour dissimuler les seins. Certains hommes transgenres ou personnes de genre non conforme utilisent des camisoles de compression (des sous-vêtements élastiques ou non-élastiques) pour aplatiser les seins, et contrôler l'apparence de la poitrine.
Bisexual·le	Bisexual·le signifie une personne physiquement et/ou émotionnellement attirée par des personnes de plus d'un genre.
Cisgenre	Cisgenre signifie une personne dont l'identité de genre correspond au sexe qui lui a été assigné à la naissance.
Gai·e	Gai·e signifie une personne physiquement et/ou émotionnellement attirée par des personnes du même genre.
Binarité [du genre]	La binarité de genre est une structure binaire selon laquelle deux options de genre sont disponibles – homme ou femme – et toutes les deux options sont cisgenres.
Dysphorie de genre	Dysphorie de genre signifie la détresse psychologique éprouvée par une personne à cause du décalage entre son sexe assigné à la naissance et son identité de genre.
Lesbienne	Lesbienne signifie une femme physiquement et/ou émotionnellement attirée par d'autres femmes. Le sens du terme lesbienne vient de s'élargir pour inclure les personnes non-binaires.
2SLGBTQ+	Un acronyme recouvrant une gamme d'identités de genre et d'identités sexuelles. L'acronyme comprend les personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, queer, bispirituelles, et d'autres encore.
Micro-invalidations	Des commentaires verbaux ou des lignes de conduite qui excluent, nient, ou annulent les pensées, les sentiments, ou la réalité vécue d'une personne marginalisée.

Microagressions

Un commentaire, un geste, ou un incident jugé comme étant une instance de discrimination indirecte, voilée, ou non intentionnelle à l'égard des membres d'un groupe social marginalisé.

Misogynie

La misogynie signifie une aversion, un mépris, ou un préjugé profondément ancré, ciblant les femmes.

Non-binaire

Non-binaire est un terme général recouvrant les identités de genre qui ne se conforment pas à la binarité du genre femme/homme. Spécifiquement, cette gamme d'identités de genre comprend les identités non-binaires qui ne sont pas exclusivement masculines ou féminines.

Altérisation

L'altérisation signifie un stéréotype qu'on se fait ou une ligne de conduite à l'égard d'une personne ou d'un groupe de personnes en la/les considérant comme fondamentalement différente(s) de soi-même, et la volonté conséquente de la/les éloigner/aliéner.

Phob[i]e

Biphob[i]e : la biphobie est une aversion à l'égard de la bisexualité et des personnes bisexuelles, pouvant s'exprimer sous forme d'un refus de reconnaître la bisexualité comme une orientation sexuelle valide, ou la propagation ou le renforcement de stéréotypes négatifs à propos des personnes bisexuelles. Les autres formes que peut prendre la biphobie incluent la remise en cause de la bisexualité.

Homophob[i]e : l'homophobie comprend une variété d'attitudes et de sentiments négatifs à l'égard des personnes qui sont identifiées ou perçues comme étant lesbiennes, gaies, bisexuelles, ou queer.

Lesbophobi[i]e : la lesbophobie comprend une variété d'expressions de sentiments négatifs à l'égard des lesbiennes en tant qu'individus, en couple, ou en groupe social.

Queerphob[i]e/Altersexophob[i]e : la « queerphobie » est un terme plus inclusif dont l'emploi est préférable à « homophobie ». Se reporter à la définition d'homophobie.

Transphob[i]e : la transphobie signifie l'aversion, les préjugés, ou la haine à l'égard des personnes trans, pouvant se manifester sous forme de la discrimination, la propagation de stéréotypes négatifs à propos des personnes trans, l'invalidation de l'identité de genre, l'emploi d'un « morinom » (à savoir, le prénom natal ou un surnom qui n'est plus utilisé), le mégenrage, et plus encore.

Queer

Queer (ou allosexuel/altersexuel) est un terme général recouvrant toutes les identités sexuelles et de genre. Le terme queer signifie toute personne qui n'est pas hétérosexuelle et/ou cisgenre.

Questionnement

Le questionnement signifie l'état d'une personne qui est en train de formuler un genre et/ou une identité sexuelle.

Masculinité toxique

La masculinité toxique se rapporte à certaines normes du comportement masculin qui ont un impact négatif. Il s'agit d'une conception culturelle de la masculinité qui exalte les qualités stéréotypes d'un homme telles que le stoïcisme, la force physique, la virilité, et la dominance, et qui est socialement inadaptée ou nuisible à la santé mentale.

Transgenre

Une personne transgenre (ou « personne trans ») est une personne dont l'identité de genre ou l'expression du genre ne correspond pas au sexe qui lui a été assigné à la naissance.

Tucking

Le tucking est une technique pour dissimuler la bosse du pénis et des testicules dans le pantalon. Le tucking est une pratique répandue parmi les personnes trans, non-binaires, et androgynes.

Bispirituel-le

Un terme qui peut être utilisé par les Autochtones qui éprouvent de l'attraction sexuelle et de l'affection à l'égard d'une personne du même sexe et/ou du même genre. Ce terme s'emploie également pour caractériser l'équilibre entre les dimensions masculine et féminine d'une personne, ou pour exprimer la fluidité des frontières entre le masculin et le féminin.

Ressources

[2 Spirits in Motion*](#)

[Egale Canada*](#)

[LGBT Youthline*](#)

[Le Secrétariat LGBTQ2](#)

[Le Réseau Enchanté](#)

[Ressources éducatives pour les étudiants trans*](#)

[Le Centre canadien de la diversité des genres et de la sexualité](#)

* Site Web anglophone

