

Ressources  
de la  
responsable



Girl   
EMPOWER

challenge

DÉFI LE POUVOIR DES FILLES



Ontario



Girl Guides  
of Canada

Guides  
du Canada



Fais découvrir à d'autres leur pouvoir.

Découvre ton pouvoir.

**Le pouvoir d'agir des filles.**



Girl Guides  
of Canada

Guides  
du Canada

## Défi Le pouvoir des filles : Ressources de la responsable

Ce document a été réalisé en septembre 2009 dans le cadre d'un partenariat entre les Girl Guides of Canada – Guides du Canada (GGC) et le Metropolitan Action Committee on Violence Against Women and Children (METRAC) (comité métropolitain d'action contre la violence faite aux femmes et aux enfants) ([www.metrac.org](http://www.metrac.org)).

Une partie du matériel est une adaptation de *Jeu vidéo ReJouer : Manuel à l'intention des éducatrices et des éducateurs* (METRAC, février 2007), de l'information portant sur les enfants ayant une déficience publiée par l'organisme Right to Play (2008) et du document *Building Healthy Relationships: 10 Tips for Adult Mentors*, publié par le gouvernement de l'Ontario.

Ce document est protégé par les droits d'auteur des Girl Guides of Canada – Guides du Canada. Tous droits réservés. Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, en tout ou en partie, de quelque façon ou par quelque moyen que ce soit, électronique ou mécanique, à des fins autres que les activités guides au Canada sans l'autorisation écrite préalable des Girl Guides of Canada – Guides du Canada.

### Remerciements

Le projet Le pouvoir des filles a été financé par le gouvernement de l'Ontario. Le matériel du projet a été élaboré par Paola Jani (coordonnatrice du projet Le pouvoir des filles) et Andrea Gunraj (directrice des Relations avec la collectivité, METRAC). METRAC est un organisme communautaire à but non lucratif qui a pour vocation de prévenir et d'éliminer la violence envers les femmes, les jeunes et les enfants. Pour plus d'information, visitez [www.metrac.org](http://www.metrac.org).

Nous désirons souligner l'apport inestimable de Rebecca Tye (coordonnatrice – Programmes des filles, GGC) dans l'élaboration du matériel du projet Le pouvoir des filles et de Mary Vincent (coordonnatrice – Communications, GGC) pour la révision et de Louise Riel (trad.a.) pour la traduction, de même que celui d'autres membres du personnel et bénévoles des GGC qui ont contribué à sa réalisation. Nous tenons à remercier aussi les membres du comité consultatif sur Le pouvoir des filles pour leur contribution remarquable au projet :

- Dr. Helene Berman (Centre for Research and Education on Violence Against Women and Children)
- Jazmine Bouwmeester (Ranger, GGC)
- Elizabeth Buffett (conseillère nationale – Protection des filles, GGC)

- Dr. Wendy Craig (professeur de psychologie, Université Queen's)
- Joy Halbert (formatrice nationale, GGC)
- Rahma Hashi (Centre ontarien de prévention des agressions [COPA])
- Bethany James (Ranger, GGC)
- Fran Odette (Springtide Resources)
- Kayla McNeil-MacLean (Ranger, GGC)
- Michelle Pajot (Centre for Research and Education on Violence Against Women and Children)
- Pauline Paterson (chargée du programme Filles et femmes du YWCA)

Nous tenons à remercier tout particulièrement les centaines de jeunes membres et de responsables des GGC de partout en Ontario qui ont permis de mettre au point le matériel du projet Le pouvoir des filles en participant à des groupes de discussion et à des essais pilotes.

## Défi Le pouvoir des filles

### Au sujet du défi Le pouvoir des filles

Le défi Le pouvoir des filles enseigne aux filles ce que sont les relations saines, égales et non violentes. Il vise à aider les filles de tous les milieux à reconnaître les signes de relations malsaines, à comprendre en quoi consistent des relations saines, à combattre les diverses formes de violence et d'oppression dont sont souvent victimes les filles et les femmes, et à leur donner le pouvoir d'établir des relations saines et égales dans leur propre vie.

En 2008, les Girl Guides of Canada – Guides du Canada (GGC) ont reçu des fonds du gouvernement de l'Ontario afin de mettre en œuvre le projet Le pouvoir des filles en partenariat avec le Metropolitan Action Committee on Violence Against Women and Children (METRAC). Travaillant directement avec des centaines de jeunes membres et de responsables des GGC en Ontario, nous avons élaboré une formation pour les membres adultes et des activités et des ressources pour les filles, en anglais et en français. La trousse du défi Le pouvoir des filles comprend :

- un guide de formation complet pour les animatrices et des documents à distribuer pour les membres adultes;
- des activités et des ressources pour les Brownies, les Guides et les Pathfinders; et



- un badge Le pouvoir des filles, conçu par les filles des GGC elles-mêmes, qu'elles reçoivent après avoir participé avec succès aux activités du défi Le pouvoir des filles.

### Les buts du défi Le pouvoir des filles

1. Développer un solide sens de la valeur, du respect, des droits et des responsabilités chez les filles de tous les milieux âgées de 8 à 14 ans qui font partie des Brownies, des Guides et des Pathfinders.
2. Procurer aux filles membres les outils et l'espace dont elles ont besoin pour établir des relations saines, égales et non violentes dans leur propre vie.
3. Former les membres adultes afin qu'elles aient les compétences dont elles ont besoin pour susciter l'engagement des Brownies, des Guides et des Pathfinders et leur faire prendre conscience de leur pouvoir d'agir, de même que pour animer des activités promouvant les relations saines, égales et non violentes.

### Pourquoi le défi Le pouvoir des filles est-il nécessaire?

La violence contre les femmes et les filles est une réalité beaucoup trop courante au Canada. Les statistiques démontrent que les filles et les garçons apprennent souvent à interagir de façon malsaine à un très jeune âge et qu'ils sont susceptibles de perpétuer ce cycle de la violence dans leur vie adulte. En amenant proactivement les filles à apprendre comment établir des relations saines et à prendre conscience de leur pouvoir d'agir, on peut briser le cycle de la violence.

Le projet Le pouvoir des filles vise aussi à combler les besoins spécifiques des bénévoles des GGC. Dans le cadre d'un récent sondage sur leurs besoins en matière de formation, les responsables ont indiqué qu'elles désiraient avoir plus de formation pour animer les programmes des filles, faire face aux pressions exercées sur les adolescents et gérer les questions difficiles au sein de leur unité. Le guide de l'animatrice vise à fournir aux responsables et aux formatrices les outils nécessaires pour assurer une animation de groupe efficace et développer leur capacité de susciter l'engagement chez les jeunes. Les responsables apprennent aussi quelles sont les pressions exercées sur les filles de divers milieux ou les obstacles qu'elles rencontrent chez elles, à l'école, dans leur collectivité et dans leurs relations. Grâce à cette information, elles seront mieux outillées pour gérer les questions difficiles auxquelles elles auront à faire face dans le contexte des activités des GGC.

Qu'est-ce que le pouvoir d'agir?

Le pouvoir d'agir se définit comme étant le droit de faire ses propres choix et d'agir en conséquence. Il englobe la démarche de collectivités entières travaillant ensemble et partageant leurs connaissances, outils et techniques en vue de

changer et d'améliorer leur propre qualité de vie et celle de la société. En prenant conscience de leur pouvoir d'agir, les individus et les collectivités peuvent gérer leur vie et leur environnement, l'enrichir et y apporter des changements positifs. Selon vous, qu'est-ce que cela signifie pour les filles d'avoir et de sentir qu'elles ont le pouvoir d'agir?

## La violence envers les filles et les femmes

La violence faite aux femmes et aux filles (souvent appelée violence fondée sur le genre) est un problème grave au Canada. Les statistiques indiquent que ce type de violence survient en général entre des personnes qui se connaissent et qu'il s'agit d'actes de violence commis par des hommes et des garçons envers des femmes et des filles.

La violence fondée sur le genre survient parce que les femmes et les filles ne jouissent pas toujours du respect et des droits qu'elles méritent dans notre société. C'est la conséquence du sexisme (mauvais traitement, domination et discrimination à l'égard des femmes et des filles en raison de leur genre), qui existe dans la société et entre les individus. La violence faite aux femmes et aux filles peut prendre différentes formes :

- **La violence affective** : critiquer, insulter ou se moquer; rabaisser; maltraiter; intimider, ignorer ou harceler; menacer de révéler des secrets; manipuler l'autre pour obtenir ce que l'on veut.
- **La violence physique** : frapper, pousser, donner des coups de pied, tirer les cheveux, mordre; empêcher de bouger; ne pas s'occuper d'une personne qui dépend des autres; contraindre à prendre une drogue ou de l'alcool; menacer l'autre de faire mal à ses enfants (en pareil cas, la loi vous oblige à prévenir la société d'aide à l'enfance locale); menacer de maltraiter votre animal d'assistance (comme un chien-guide).
- **La violence sexuelle** : tout acte de nature sexuelle, comme des baisers ou des attouchements non désirés ou un viol; toute menace ou manipulation visant à imposer une participation à un acte sexuel; inceste (abus sexuel d'enfants de la famille); forcer à regarder un acte de nature sexuelle.
- **La violence financière** : empêcher une personne d'obtenir de l'argent pour la maintenir en état de dépendance; l'empêcher de travailler; la harceler pendant le travail; l'empêcher d'aller à son travail; prendre son argent; la forcer à payer toutes les factures.
- **La violence spirituelle** : manquer de respect envers les croyances



spirituelles ou religieuses de l'autre; l'empêcher d'exprimer des croyances; lui imposer des nourritures ou des actes contraires à ses croyances; lui imposer d'autres croyances.

- **La violence verbale** : utiliser le langage pour blesser, contrôler, manquer de respect, se moquer, ridiculiser et dévaluer une personne. La violence verbale peut s'exercer de vive voix ou par écrit (p. ex. : par courriel, messages textes, messages dans Twitter, Facebook, lettres).
- **La violence psychologique** : critiquer sans cesse une personne, parler en mal d'elle, l'insulter, l'humilier en public ou en privé, la manipuler, lui mentir et la ridiculiser de façon à miner son estime de soi et l'opinion positive qu'elle a d'elle-même. La violence psychologique affecte le bien-être mental d'une personne. Elle peut aussi s'exercer en faisant sentir à une personne qu'elle est incompétente, folle, stupide ou anormale, et perturber ainsi son esprit afin de la contrôler et de la blesser.

## La violence envers les femmes et les filles est-elle courante?

La moitié des femmes canadiennes de plus de 16 ans ont subi au moins un acte de violence physique ou sexuelle et quatre Canadiennes sur dix seront agressées sexuellement au cours de leur vie (Statistique Canada, 1993; Johnson, 1996). Ce sont les filles et les jeunes femmes qui courent le plus de risques. Ainsi, 61 % des agressions sexuelles concernent des enfants, dont 79 % sont des filles (Statistique Canada, 2004). D'après le rapport *La violence familiale au Canada : un profil statistique – 2006* de Statistique Canada :

- Près de 28 000 cas de violence entre conjoints mariés ou vivant ensemble ont été signalés à la police en 2004. Dans 84 % des cas, les victimes étaient de sexe féminin.
- Les femmes sont plus susceptibles que les hommes de déclarer avoir été la cible de 10 incidents de violence ou plus.
- Les rapports de police montrent que les hommes sont beaucoup plus susceptibles d'exercer de la violence envers leur partenaire. Les hommes sont également plus susceptibles d'agresser leur partenaire à répétition.
- Les femmes sont deux fois plus susceptibles que les hommes d'être blessées par suite de la violence conjugale.

Les statistiques montrent que la violence faite aux femmes et aux filles est une question de pouvoir et de contrôle. Il est courant d'accuser les femmes et les filles de provoquer la violence, mais elles ne sont pas responsables. La violence n'est pas seulement le fait d'un homme qui « s'est mis en colère », ni d'un

incident qui ne regarde que « elle et lui ». La violence blesse tout l'entourage – les enfants, la famille, les parents, les grands-parents et toute la collectivité.

Certaines femmes et filles sont particulièrement vulnérables à la violence et ont plus de difficulté à trouver de l'aide pour y faire face. Elles obtiennent encore moins de respect et de droits en raison d'autres caractéristiques, comme le statut d'immigrante, le revenu, l'âge, l'identité ou l'orientation sexuelle, une déficience, la surdité ou l'origine ethnoraciale. En plus d'être confrontées au sexisme parce qu'elles sont de sexe féminin, elles subissent d'autres formes de discrimination, fondées notamment sur **la race, la classe sociale, l'âge, le rejet de l'homosexualité ou des personnes transgenres**, qui peuvent aggraver la situation (voir Oppression et autres termes à la page 13 pour la définition de ces termes). Par exemple :

- On estime que 83 % des femmes ayant une déficience seront agressées sexuellement au cours de leur vie (Stimpson et Best, *Courage Above All: Sexual Assault against Women with Disabilities*, 1991).
- Jusqu'à 75 % des personnes ayant subi une agression sexuelle dans les collectivités autochtones sont des jeunes femmes de moins de 18 ans. La moitié d'entre elles ont moins de 14 ans et près de 25 %, moins de 7 ans (McIvor et Nahanee, « Aboriginal Women: Invisible Victims of Violence », 1998, in *Unsettling Truths: Battered Women, Policy, Politics and Contemporary Research in Canada*, dir. Bonnycastle et Rigakos).
- Les femmes de couleur sont peut-être plus susceptibles d'être agressées sexuellement en raison des stéréotypes sexuels et racistes. L'existence des mêmes stéréotypes dans le système judiciaire implique qu'elles ont aussi moins facilement accès à la justice (Institut canadien de recherche sur les femmes, 2002, *Feuilleton d'information : Vivre le racisme au féminin*).
- La pauvreté et le chômage rendent les femmes plus vulnérables à la violence, en particulier s'ils s'ajoutent à des stigmates, à des stéréotypes, à un contrôle exercé par les autorités et à un manque de soutien social comme le logement abordable (*Mapping Violence: A Work in Progress*, Jiwani, 2002).

## Jeu-questionnaire individuel sur la violence envers les femmes et les filles

Pouvez-vous répondre correctement aux questions suivantes? Vous trouverez les réponses à l'Annexe B.

1. Complétez la phrase : Moins de \_\_\_ de toutes les agressions sexuelles sont signalées à la police.



- a. 40%      b. 80%      c. 10%      d. 20%

2. Vrai ou faux : Les jeunes femmes courent plus de risques de subir une agression sexuelle ou physique et d'être tuées que les femmes plus âgées.

3. Complétez la phrase : Les statistiques indiquent que les femmes sont le plus souvent harcelées par leur ex-conjoint. Plus de 60 % des victimes de harcèlement ont été suivies pendant plus de \_\_\_\_\_.

- a. une semaine      b. un mois      c. une saison      d. une année

4. Quel pourcentage des victimes de violence conjugale déclare que leurs enfants ont été témoins des actes de violence?

- a. 11%      b. 24%      c. 37%      d. 18%

5. Complétez la phrase : La pauvreté et le manque de ressources financières sont des obstacles pour de nombreuses femmes qui essaient de quitter une relation de violence. Une femme canadienne sur \_\_\_\_\_ vit dans la pauvreté aujourd'hui.

- a. 7      b. 13      c. 25      d. 84

6. Quels sont les obstacles à la sécurité les plus courants pour les femmes vivant dans des régions rurales ou isolées?

- a. moyens de transport plus rares  
b. difficulté à s'isoler de l'agresseur  
c. moins de services offerts dans la région  
d. tout ce qui précède

## Qu'est-ce qu'une relation saine?

- Une relation saine peut impliquer différentes personnes, hommes ou femmes, que ce soient des amis, des membres de la famille, des connaissances, des collègues, des amoureux ou des conjoints. Toutefois, quand on parle de relations saines, on parle en général de personnes qui sortent ensemble, se voient régulièrement, ont des relations intimes, vivent ensemble ou sont mariés. Une personne qui vit dans une relation saine se sent respectée, aimée, appréciée et bien dans sa peau. Elle a conscience d'être digne et soutenue. Elle n'est pas nerveuse, peureuse, inconfortable, peu respectée, accusée ou contrainte. Une relation saine est caractérisée par les comportements suivants :
- **Dialoguer avec respect et égard pour les sentiments de l'autre.** Le ou la partenaire n'insulte pas, ne se moque pas et ne parle pas de manière à rabaisser l'autre. Même si les deux ne sont pas toujours du même avis, chaque partenaire traite l'autre comme un être humain digne de respect.
- **Être franc et ouvert.** Le ou la partenaire ne blesse pas, ne manipule pas et ne ment pas à l'autre pour obtenir ce qu'il ou elle souhaite.
- **Respecter les croyances spirituelles** et le groupe confessionnel de l'autre.
- **Être heureux que l'autre ait ses propres amis et famille.** Le ou la partenaire n'empêche pas l'autre de communiquer avec ses amis et amies ou sa famille, ni de sortir. Il ou elle ne s'isole pas et ne lui fait pas sentir qu'il n'y a personne d'autre au monde.
- **Respecter le corps et l'espace vital** de l'autre. Le ou la partenaire n'impose pas un comportement ou des actes sexuels à l'autre; ne refuse pas les méthodes de contraception ou de protection; ne frappe pas, ne pousse pas, ne gifle pas l'autre personne; ne l'empêche pas de bouger; ne harcèle pas en suivant et en appelant sans cesse son ou sa partenaire.
- **Respecter l'argent de l'autre.** Le ou la partenaire n'escroque pas l'autre en lui faisant renoncer à son propre argent et ne l'empêche pas d'accéder à l'argent qui lui est nécessaire. Il ou elle ne l'empêche pas de travailler ou de faire des dépenses pour ses enfants.
- **Prendre soin de l'autre.** Le ou la partenaire ne refuse pas à l'autre l'accès à des médicaments ou à des soins. Il ou elle ne profite pas d'une déficience ou de la surdité de l'autre personne pour l'abaisser ou la dominer.
- **Dire du bien de l'autre.** Le ou la partenaire ne fait pas courir de rumeurs et ne révèle pas de secrets sur l'autre pour lui faire du mal ou se venger.
- **Respecter la relation avec l'autre.** Le ou la partenaire n'a pas d'autre petit ami ou petite amie si l'autre partenaire n'est pas d'accord. Il ou elle ne se vante pas de pareilles relations et ne menace pas d'en avoir en vue de faire peur à l'autre ou de semer le doute.



Y a-t-il d'autres comportements caractérisant les relations saines? Énoncez-les ci-dessous :

---

---

---

---

## Quelles sont les caractéristiques d'une relation malsaine?

Une relation malsaine est caractérisée par les comportements suivants :

- **Infliger ou menacer d'infliger des mauvais traitements**, que ce soit de nature sexuelle, physique, psychologique, spirituelle ou financière (pour les définitions, voir La violence envers les femmes et les filles, à la page 5.)
- **Isoler**, y compris isoler sous l'effet de la force ou de pressions, l'une ou les deux personnes par rapport aux amis, à la famille, aux voisins et aux collègues de travail
- **Manifester un haut niveau de jalousie** ou de suspicion
- **Avoir des attentes irréalistes ou impossibles à combler** à l'égard de l'une ou des deux personnes
- **Avoir de la difficulté à accepter ou ne pas accepter ce qu'une personne est** (p. ex. : antécédents, personnalité, race, classe sociale, genre, identité sexuelle, capacités physiques et intellectuelles, âge, religion ou croyances religieuses, expériences)
- **Blâmer ou critiquer constamment**
- **Manipuler**, contrôler, intimider ou forcer
- Ressentir un sentiment d'inconfort ou de crainte
- **Injurier**
- **Menacer de révéler les secrets de l'autre**
- **Manquer d'intimité**, de temps pour soi et d'espace vital
- **Mentir**, ne pas communiquer des renseignements importants et exclure l'autre
- **Sacrifier ou négliger les besoins**, rêves et désirs d'une personne
- **Subir des pression pour changer** afin de répondre aux attentes et aux normes d'une autre personne

Y a-t-il d'autres comportements caractérisant les relations malsaines? Énoncez-les ci-dessous :

---

---

---

---

---

---

## Stéréotypes sexistes

Les études montrent toute l'utilité d'aborder les questions relatives à la violence et au sexisme avec les enfants et les jeunes. Dès leur plus jeune âge, les enfants apprennent ce que devrait être « un vrai homme » et « une vraie femme », et ces stéréotypes sexistes peuvent conduire à des actes de violence envers les femmes et les filles. La quasi-totalité de ce qui compose notre société – les médias, les écoles, les politiques, les gouvernements, les institutions, le monde des sports, les familles et les amis – inculque que les filles et les garçons doivent adopter un certain comportement en fonction de leur genre.

Un garçon ou un homme devrait :

- être fort, robuste, sportif
- être peu émotif, exprimant uniquement la colère
- être musclé, grand
- avoir les cheveux courts
- porter du bleu
- être agressif et maître de lui-même
- être hétérosexuel, sexuellement actif et « bon partenaire sexuel »
- Complétez : \_\_\_\_\_



## Une fille ou une femme devrait :

- être jolie, mince, avoir la peau claire
- avoir des cheveux longs
- être sexy, mais pas *trop*
- être soumise et bien élevée
- porter du rose
- être hétérosexuelle et physiquement séduisante aux yeux des hommes
- être une bonne maîtresse de maison, bonne mère et bonne cuisinière
- être intelligente, mais pas *trop*
- Complétez : \_\_\_\_\_

Ces stéréotypes sont si connus que beaucoup les croient normaux et sans importance. Mais ils affectent la manière dont les enfants se voient et grandissent. Les filles et les garçons **intériorisent** les stéréotypes sexistes véhiculés dans la société, tout comme ils intériorisent d'autres stéréotypes relatifs à la race, à la classe sociale, à la sexualité, à l'âge ou aux compétences. Malheureusement, les stéréotypes sexistes donnent à penser qu'il est naturel et acceptable pour les hommes d'exercer un contrôle sur les femmes en recourant à l'abus et à la violence. Ils font paraître les filles et les femmes moins importantes, moins intelligentes, moins précieuses et moins méritantes que les garçons et les hommes.

Avez-vous déjà entendu dire :

- « Conduis-toi comme un homme. »
- « Tu lances comme une fille! »
- « Les garçons seront toujours des garçons. »
- « Les filles sont tout sucre, tout miel. »
- « Les hommes viennent de Mars, les femmes viennent de Venus. »
- « Les bonnes petites filles font ceci. » « Les bonnes petites filles ne font pas ceci. »

Quel un lien existe-t-il entre ces expressions et les stéréotypes sexistes?

---

---

---

## Oppression et autres termes

### Qu'est-ce que l'oppression?

Le fait que certaines personnes aient plus de pouvoir que d'autres mène à l'oppression. Cela se produit lorsque des personnes ayant moins de pouvoir sont réduites au silence, ignorées, jugées en fonction de stéréotypes, traitées sans respect, exclues et rabaissées. L'oppression exercée au sein de la société engendre l'oppression entre les individus. Comme elle résulte de la façon dont notre monde est structuré, l'oppression n'est pas toujours intentionnelle et peut-être difficile à identifier puis à enrayer lorsqu'elle survient. L'oppression se manifeste sous plusieurs formes, notamment :

- **Le sexisme** est le traitement injuste et l'exploitation des femmes et des filles fondés sur l'idée voulant que les hommes et les garçons soient meilleurs que les femmes. Exemples : la plupart des œuvres littéraires que les étudiants lisent dans les classes de français ont été écrites par des hommes; on s'attend souvent à ce que les filles accomplissent davantage de tâches ménagères que leurs frères; au Canada, à travail égal, les femmes n'obtiennent que 75 % du salaire des hommes.
- **Le racisme** se produit lorsque des gens de couleur et des personnes autochtones font l'objet de discrimination fondée sur des caractéristiques considérées comme appartenant à leur race. Le racisme est basé sur la présomption voulant que les gens qui ne sont pas blancs soient inférieurs. Exemples : n'avoir droit qu'à l'enseignement de l'histoire occidentale ou européenne à l'école; les enfants et les jeunes appartenant à diverses communautés raciales sont souvent considérés comme des « fauteurs de troubles » par les personnes en autorité; au Canada, les gens de couleur et les personnes autochtones sont davantage surveillés par la police et reçoivent souvent des sentences plus sévères pour avoir commis les mêmes crimes que les personnes de race blanche.
- **Les préjugés de classe** sont le contrôle exercé sur des gens possédant moins d'argent et de ressources financières, associé à un manque de respect à leur égard. Les préjugés de classe découlent de l'idée voulant que les gens qui n'ont pas beaucoup d'argent soient moins bons que les autres. Exemples : les écoles situées dans des quartiers de gens à faible revenu ont souvent du matériel désuet et moins de programmes artistiques ou récréatifs; le mépris manifesté à l'égard d'une personne qui n'a pas les moyens de s'acheter des vêtements à la mode; des vedettes de cinéma obtiennent plus facilement l'attention des décideurs et des représentants politiques que le citoyen moyen.
- **La discrimination fondée sur l'apparence** consiste à distinguer à leur détriment et à critiquer les personnes qui ne correspondent pas aux stéréotypes ou aux idées reçues sur la beauté. Exemples : la pratique officieuse d'engager seulement des personnes « minces » et attrayantes





selon les stéréotypes courants pour combler certains postes, comme ceux de vendeuses et de serveuses; un père qui exerce constamment des pressions pour que sa fille perde du poids.

- **La discrimination fondée sur l'âge** est l'exclusion des enfants et des jeunes en raison de leur âge. Exemples : les jeunes qui se font sortir d'un magasin lorsqu'ils sont plus de deux; les enfants et les jeunes mineurs qui n'ont pas le droit de participer au processus politique.
- **La discrimination fondée sur les capacités physiques** consiste à exclure et à ignorer les personnes ayant des déficiences physiques ou développementales et les personnes n'ayant pas un corps « parfait ». Elle découle de l'idée fautive voulant que les personnes dites « en santé » (selon les stéréotypes) et mobiles soient supérieures. Exemples : les nombreux endroits et toilettes publiques qui ne sont pas accessibles en fauteuil roulant et encore moins sans obstacles; une jeune femme sourde qui fait l'objet de moqueries quand elle utilise le langage des signes pour communiquer.
- **Le rejet de l'homosexualité** s'appuie sur l'idéologie qui vise la promotion de la supériorité de l'hétérosexualité comme modèle relationnel entre un homme et une femme et qui prône qu'il vaut mieux être une personne hétérosexuelle que lesbienne, homosexuelle, bisexuelle, transgenre, bispirituelle, intersexuelle ou gaie. Cette idéologie est intimement liée au préjugé sexiste voulant que les hommes soient « meilleurs » que les femmes. Exemples : le grand nombre de comédies romantiques mettant en vedette un homme et une femme; l'interdiction dans de nombreuses juridictions des mariages entre gens de même sexe et la fréquente controverse soulevée par les droits des couples de même sexe.
- **Le rejet des personnes transgenres** est le fait de manifester de la haine et de la discrimination envers des personnes qui ne se conforment pas aux stéréotypes portant sur le genre et dont, la plupart du temps, l'identité sexuelle ne correspond pas au sexe qu'elles avaient à leur naissance (personnes transsexuelles ou transgenres). Exemples : un garçon qui se fait ridiculiser parce qu'il n'agit pas de manière assez « masculine »; le fait qu'au Canada, les personnes transgenres courent plus de risques d'être harcelées, agressées et tuées.

#### Qu'est-ce que la discrimination?

La discrimination se définit comme étant les comportements, les politiques et les pratiques qui entraînent le mauvais traitement d'une personne en raison de son appartenance à un groupe (p. ex. : groupe d'âge, groupe racial, groupe sexuel). Exemples : lorsqu'une personne en fauteuil roulant se rend à une entrevue d'emploi mais ne peut entrer parce que l'endroit n'est pas accessible aux personnes en fauteuil roulant; la colère manifestée par un membre de la famille lorsqu'un autre membre commence à sortir avec une personne de couleur; la façon dont les politiques de « tolérance zéro » sont appliquées à l'école qui entraîne la suspension d'un nombre disproportionné d'étudiants noirs et autochtones de l'école.



#### Qu'est-ce que le pouvoir?

Il s'agit des droits, des avantages et des privilèges que détiennent certaines personnes et que d'autres ne peuvent obtenir. Exemples : les étudiants qui ont de l'argent ont les moyens d'aller au collège ou à l'université, mais les autres ne le peuvent pas; habituellement les hommes n'ont pas peur d'être victimes d'agression sexuelle quand ils reviennent chez eux le soir à la noirceur, mais les femmes et les filles ressentent souvent cette crainte.

#### Qu'est-ce que le déséquilibre du pouvoir?

Il s'agit de la capacité de certaines personnes d'obtenir ce dont elles ont besoin et ce qu'elles désirent, alors que d'autres en sont empêchées par divers obstacles. Exemples : les femmes sont plus susceptibles que les hommes de vivre dans la pauvreté au Canada parce qu'elles n'ont pas accès aussi facilement aux possibilités d'emploi, au soutien et aux autres ressources financières; les parents qui exercent des pressions sur leur enfant pour qu'il ou elle choisisse un certain cheminement de carrière et menacent de le ou la mettre à la porte si il ou elle ne le fait pas.

#### Qu'est-ce qu'un cadre anti-oppression?

Le cadre anti-oppression permet de comprendre et d'identifier les problèmes d'oppression sociale et individuelle, et d'agir positivement pour changer les choses. C'est une façon de voir le monde et de reconnaître que le pouvoir n'est pas également partagé. Le cadre anti-oppression permet de lutter contre l'oppression et de poser des gestes pour y mettre fin. Il nous permet aussi de célébrer notre diversité en tant qu'êtres humains et encourage les interactions positives et justes entre les gens.

Il est important de travailler dans un cadre anti-oppression pour promouvoir les relations saines, égales et sans violence auprès des filles. En tant que responsables, nous devons tenir compte des réalités que vivent nos filles :

- Elles sont susceptibles d'être ou ont été victimes d'actes sexistes. D'après les statistiques, elles courent aussi un plus grand risque de subir toutes les formes de violence fondée sur le genre.
- Les filles auront à affronter des formes d'oppression différentes et multiples, selon leur identité particulière (p. ex. : les filles ayant une déficience physique sont susceptibles d'être victimes de discrimination fondée sur le sexe, l'âge et la capacité physique; les filles vivant dans la pauvreté sont susceptibles de faire face au sexisme, à la discrimination fondée sur l'âge et aux préjugés de classe; les filles de couleur qui sont lesbiennes risquent d'être confrontées au sexisme, au rejet de l'homosexualité et au racisme).
- Elles seront la cible d'idées oppressives, qui influenceront sur leurs capacités d'établir des relations saines avec les autres et sur la façon dont les autres les traitent (p. ex. : les enfants se font souvent dire que les filles sont « tranquilles » et « obéissantes », d'où le plus grand risque pour elles de



se trouver dans des relations où elles ne croient pas qu'elles peuvent communiquer leurs besoins et où elles se sentent contrôlées).

La connaissance de ces réalités nous aide à parler aux filles et à comprendre ce qu'elles vivent au quotidien, à mieux lutter contre les oppressions qu'elles affrontent et intériorisent, et à ne pas perpétuer sans le savoir les idées oppressives dans nos unités. Nos actions et attitudes anti-oppressives peuvent aider les filles à prendre conscience de leur pouvoir d'agir contre l'oppression qu'elles subissent ainsi que de leur propre valeur et de celle des autres – premier pas dans la promotion des relations saines, égales et sans violence.

Il est important de comprendre que l'accessibilité représente un facteur important de la lutte contre l'oppression pour les personnes ayant des capacités physiques et mentales différentes. C'est pourquoi vous trouverez à l'Annexe C des conseils sur la façon de modifier les activités afin de les rendre plus accessibles aux filles de votre unité, quelles que soient leurs capacités.

## Favoriser les relations saines : Conseils pour les responsables

Toutes les relations peuvent être compliquées, en particulier pour les adolescentes et les préadolescentes. La façon dont les enfants perçoivent les relations est influencée par un grand nombre de personnes : parents, amis, enseignants, responsables, entraîneurs, vedettes de cinéma, sœurs et frères aînés et d'autres encore. De multiples facteurs jouent aussi un rôle important à cet égard : le cinéma, Internet, les vidéo-clips, les journaux, la télévision, l'école, les institutions religieuses, etc.

En qualité de responsable, vous savez que les filles ont besoin de modèles de comportement positifs. Vous avez un rôle à jouer pour les aider à acquérir la confiance et l'esprit critique dont elles ont besoin pour établir des relations saines et égales. Vous pouvez créer la différence qui marquera toute leur vie.

**Influencez les filles dont vous vous occupez.** Donnez l'exemple. Prouvez que vous savez résoudre un conflit de manière calme et rationnelle, sans cris ni injures. Montrez aux jeunes en quoi consiste un comportement respectueux à l'égard des femmes et des filles, afin que les filles sachent comment elles devraient être traitées. Valorisez ce que vos filles ont à dire en les écoutant et en les prenant au sérieux. Ayez les mêmes exigences pour toutes et aidez-les à réaliser leur potentiel.



**Protégez-les.** Créez un environnement dans lequel les filles sont traitées sur un pied d'égalité. Adoptez envers les enfants un comportement respectueux et équitable, et aidez-les à se conduire entre eux de la même façon. Donnez aux filles des possibilités et des responsabilités égales, qu'il s'agisse d'apprendre le fonctionnement d'une voiture, de pratiquer un sport ou un art, de faire de la musique, de participer à des activités écologiques et à des projets de service communautaire ou de développer leurs compétences en matière de leadership et d'engagement civique.

**Il n'est jamais trop tôt.** Très jeunes, que nous le voulions ou non, les filles sont exposées à des problèmes sociaux complexes. Elles ont besoin de vos conseils pour acquérir des attitudes et des comportements qui les aideront à établir des relations saines et égales avant d'avoir des fréquentations amoureuses. Aux filles plus jeunes, vous pouvez parler de l'importance de traiter leurs amis en égaux.

**Les filles ont besoin de conseils.** Expliquez-leur la notion de relations saines et égales. Enseignez-leur qu'elles ont le droit d'être traitées de manière juste et équitable. Enseignez-leur que les garçons et les filles sont égaux et qu'ils ont le droit d'être traités comme des égaux. Remplacez les messages nocifs sur ce que signifie être « un vrai homme » et « une vraie femme » par des messages positifs sur les multiples possibilités offertes à chacun, garçon ou fille.

**Parlez-en souvent.** Guettez les occasions d'engager les filles dans des conversations sur les relations saines et égales. Transformez les activités quotidiennes en occasions d'apprentissage. Discutez des paroles de leurs chansons favorites et étudiez ensemble ce que ces textes disent des femmes, des hommes et de leurs relations. Aidez-les à exprimer les aspects positifs et à critiquer les aspects négatifs de ces messages. Faites-leur dessiner ou découper dans des magazines des images que vous examinerez ensemble pour déterminer si les hommes et les femmes de toutes origines sont représentés comme des égaux. Vous constaterez que les images en disent long sur les relations et les stéréotypes sexistes.

**Apprentissage actif.** Donnez à faire aux filles des exercices qui les aideront à améliorer les compétences nécessaires pour établir des relations saines et égales, comme la façon de réagir quand on se sent en colère ou blessée. Rappelez-vous qu'il ne s'agit pas simplement de « maîtriser la colère »; il s'agit de remettre en question la façon dont la société leur a appris à réagir. Invitez les filles à participer à des activités qui leur permettent d'exprimer leurs émotions, comme la musique, l'art, l'écriture ou le sport. Offrez-leur des occasions d'apprendre à résoudre un conflit de manière non violente et respectueuse de l'autre. Aidez les filles à travailler ensemble pour créer un code de comportement pour votre unité. Avec elles, imaginez des sketches qui abordent la question des mauvais traitements ou des sketches comiques illustrant les vieux clichés à propos des hommes et des femmes. Ce genre d'activités permet aux jeunes de réfléchir sur le sujet par le biais d'un apprentissage créatif.



**Faites passer le message.** Expliquez à toutes vos connaissances qu'elles peuvent prévenir la violence faite aux femmes et aux filles en favorisant l'égalité et le respect mutuel entre les deux genres. Faites profiter vos collègues et amis de ces conseils. Soulignez toute l'importance d'aider les jeunes à se libérer des idées nocives sur les hommes et les femmes et à acquérir les compétences nécessaires pour avoir des relations saines – cela pourrait leur sauver la vie. Organisez des initiatives de sensibilisation en mai, le Mois de la prévention de l'agression sexuelle, en novembre, le Mois de la prévention de la violence conjugale, ou encore le 6 décembre, Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes.

**Soyez à l'affût.** Guettez chez les filles les signes avertisseurs d'une relation violente. Faites-leur parler de leur relation et repérez tout ce qui indique un comportement dominateur, critique ou jaloux. Observez les changements dans leur comportement. Les filles qui se trouvent dans une relation violente deviennent souvent anxieuses ou déprimées, ou renoncent à leurs activités et à leurs amis habituels. Les garçons violents ont tendance à imputer leurs problèmes aux autres, se mettent souvent en colère et donnent souvent l'impression d'avoir une double personnalité.

**Un environnement favorable.** Dans les foyers affectés par la violence conjugale, les enfants et les jeunes sont souvent témoins de mauvais traitements. Même lorsque ce n'est pas le cas, ils sont généralement très conscients de ce qui se passe. Le fait d'assister à des scènes de violence au foyer a des effets dévastateurs sur les enfants, en particulier quand ils voient leur mère agressée par leur père ou par son partenaire masculin. Une telle expérience augmente les risques de voir les garçons devenir violents à leur tour et les filles, commencer à penser qu'elles ne méritent pas d'avoir des relations saines. Un environnement positif qui favorise l'égalité aide les jeunes à comprendre qu'ils sont les témoins de mauvais traitements et leur enseigne l'importance d'avoir des relations saines et égales pour faire toute la différence.

**N'hésitez pas à agir.** Si vous avez l'impression qu'une fille a une relation malsaine ou violente, n'ayez pas peur de lui en parler. Demandez-lui comment elle se sent au sein de sa relation et écoutez sans porter de jugement. Concentrez-vous sur ses sentiments. Proposez-lui de l'aider à trouver les ressources disponibles, comme des services de counseling confidentiels et des lignes d'écoute téléphonique d'urgence et procurez-vous ces renseignements à l'avance (Vous trouverez plus loin des renseignements importants pour obtenir de l'aide). N'oubliez pas que vous êtes en situation de confiance et que la loi vous oblige à déclarer tout soupçon de violence envers un jeune de moins de seize ans, quel que soit l'âge de la personne que vous soupçonnez. Communiquez avec votre société d'aide à l'enfance locale pour obtenir de plus amples renseignements et consultez le module Protection des filles des GGC.

## Renseignements importants pour obtenir de l'aide

Note : ATS est l'abréviation d'« appareil de télécommunication pour personnes sourdes ». L'ATS peut être utilisé par les personnes sourdes et malentendantes.

**Appelez le 911 ou le service de police local si vous êtes en danger immédiat.**

### Jeunesse, J'écoute

(Service de consultation, d'information et d'orientation bilingue et anonyme offert aux enfants et aux jeunes et accessible 24 heures sur 24 par téléphone ou par Internet)

1-800-668-6868 | [www.kidshelpphone.ca](http://www.kidshelpphone.ca) | [www.jeunessejecoute.ca](http://www.jeunessejecoute.ca)

### Ligne secours pour femmes violentées

(Ligne secours confidentielle pour les femmes et les filles victimes de violence, accessible 24 heures sur 24 et offrant des services dans 154 langues)

1-866-863-0511 | 1-866-863-7868 (ATS)

### Services à la famille – Canada

(Liste d'associations offrant des services de soutien aux familles et aux individus)  
[www.familyservicecanada.org](http://www.familyservicecanada.org)

### Femaid

(Ligne de soutien pour les femmes et les filles francophones victimes de violence)

1-877-336-2433 | 1-866-860-7082 (ATS)

### Lesbian Gay Bi Trans Youthline

(Ligne de soutien confidentielle et service de messagerie instantanée pour les lesbiennes, gais, bisexuels, transgenres, transsexuels, bispirituels et les jeunes qui s'interrogent sur leur identité sexuelle)

1-800-268-9688 | [www.youthline.ca](http://www.youthline.ca)  
(disponible en anglais seulement)

### 2-Spirited People of the 1st Nations (Toronto)

Organisme offrant des services d'éducation, de soutien et de counselling aux personnes autochtones à deux esprits atteintes du VIH/SIDA

416-944-9300

(disponible en anglais seulement)

### Les Services du triangle rose



Organisme offrant des services de soutien par les pairs, d'éducation, de recherche et de défense des droits  
613-563-4818

### **Association ontarienne des sociétés d'aide à l'enfance**

(information sur les mauvais traitements envers les enfants et les services locaux d'aide à l'enfance)

[www.oacas.org](http://www.oacas.org)

(information disponible en anglais seulement)

### **Sexual Assault Centres**

(Soins d'urgence et service de suivi; pour communiquer avec votre centre local, consultez votre annuaire téléphonique)

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

(disponible en anglais seulement)

### **Réseau ontarien des centres de traitement ou de soins en cas d'agression sexuelle ou de violence conjugale**

(Soins d'urgence et service de suivi)

[www.satontario.com](http://www.satontario.com)

### **Quelques centres locaux pour les victimes d'abus sexuels**

Amelia Rising Sexual Assault Centre (North Bay) : 705-476-3355 (disponible en anglais seulement)

Sexual Assault Care Centre/Partner Assault Clinic-Sault Area Hospitals : 705-759-5143 (disponible en anglais seulement)

Thunder Bay Sexual Assault/Sexual Abuse Counselling and Crisis Centre : 807-344-4502 (disponible en anglais seulement)

### **Maisons d'hébergement pour femmes et enfants**

(pour connaître les maisons d'hébergement locales, consultez votre annuaire téléphonique)

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

### **Quelques maisons d'hébergement locales :**

- YWCA Geneva House Shelter (Sudbury) : 1-800-461-0133
- Women in Crisis (Sault Ste. Marie) : 705-759-1230
- Ojibway Family Resources (North Bay) : 1-800-387-2465
- Beendigen Crisis Home (Thunder Bay) : 807-346-4357

## Ressources éducatives

### **Défi Filles unies**

(Défi conçu dans le but de prévenir l'intimidation entre les filles et réalisé par PrevNET et les Girl Guides of Canada – Guides du Canada)

[www.girlguides.ca/member\\_zone](http://www.girlguides.ca/member_zone)

### **Trousse de la Journée nationale de commémoration et d'action**

(Défi Journée d'action contre la violence des GGC visant à aider les filles à prendre les moyens pour éliminer la violence et les mauvais traitements faits aux femmes et aux enfants au Canada)

[www.girlguides.ca/member\\_zone](http://www.girlguides.ca/member_zone)

### **Module Protection des filles**

(Module expliquant quoi faire lorsqu'une fille de votre unité révèle qu'elle est victime d'actes de violence ou de négligence et comment les responsables doivent se protéger contre les allégations de mauvais traitements)

[www.girlguides.ca/member\\_zone](http://www.girlguides.ca/member_zone)

### **ReJouer : Où est Zoé/RePlay: Finding Zoe**

(Jeu vidéo interactif en ligne réalisé par METRAC et accompagné de matériel éducatif visant à aider les enfants et les jeunes à établir des relations saines et égales)

[www.metrac.org](http://www.metrac.org)

### **Egal-egale.ca**

(Site Web interactif conçu pour les enfants et les adolescents en vue de promouvoir les relations saines entre les jeunes, filles et garçons)

[www.egal-egale.ca](http://www.egal-egale.ca)



## Annexe A

### Modèle de lettre d'information à l'intention des parents et tuteurs

Cher parent ou tuteur,

Je suis très heureuse de vous annoncer que les Girl Guides of Canada – Guides du Canada (GGC) ont lancé le nouveau défi Le pouvoir des filles pour les Brownies, les Guides et les Pathfinders. Réalisé en partenariat avec le *Metropolitan Action Committee on Violence Against Women* (METRAC) (comité métropolitain d'action contre la violence faite aux femmes et aux enfants) et financé par le gouvernement de l'Ontario, le défi Le pouvoir des filles renforce le pouvoir d'agir des filles afin qu'elles puissent établir des relations saines, égales et non violentes. Plus particulièrement, le défi aide les filles à :

- prendre conscience de leur propre valeur, du respect qu'elles méritent, de leurs droits et de leurs responsabilités;
- acquérir les outils nécessaires pour établir des relations saines, égales et non violentes.

Le défi vise aussi à procurer aux responsables les compétences dont elles ont besoin pour amener les filles avec qui elles travaillent à prendre conscience de leur pouvoir d'agir.

Dans le contexte du défi Le pouvoir des filles, l'expression « relations saines » englobe toutes les nombreuses relations que les filles peuvent avoir, y compris avec leurs amis, les membres de leur famille, leurs frères et sœurs et leur copain. Les filles participeront à d'importantes activités qui leur permettront d'examiner les signes avertisseurs et les caractéristiques des relations saines et malsaines.

Nous sommes emballées par cette nouvelle aventure et ce nouveau défi. Si vous souhaitez vous joindre à nous pour célébrer et promouvoir les relations saines, n'hésitez pas à demander plus d'information et à nous faire savoir si vous désirez participer à l'une ou l'autre de nos activités.

En toute cordialité guide, je vous prie d'agréer mes meilleurs sentiments.

Votre nom

## Annexe B

### Réponses au jeu-questionnaire

**Question 1 :** c) Moins de 10 % de toutes les agressions sexuelles sont signalées à la police (*La violence faite aux femmes : tendances statistiques*, Statistique Canada, 2006).

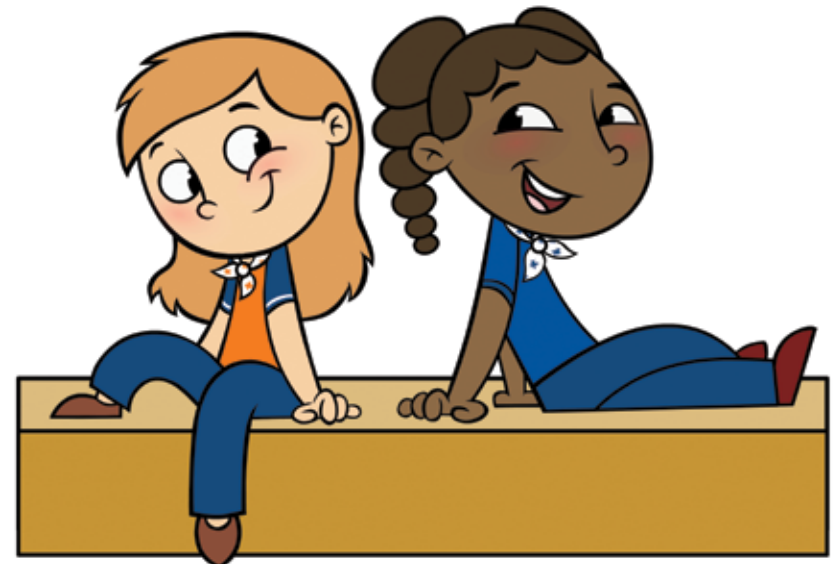
**Question 2 :** Vrai – Les rapports indiquent que les jeunes femmes risquent davantage de subir de nombreuses formes de violence (*La violence faite aux femmes : tendances statistiques*, Statistique Canada, 2006).

**Question 3 :** d) Les femmes disent être harcelées pendant un an en moyenne (*La violence familiale au Canada : un profil statistique*, Statistique Canada, 2005).

**Question 4 :** c) 37 % des victimes de violence conjugale signalent que les enfants ont été témoins de la violence (*La violence familiale*, Statistique Canada, 2005).

**Question 5 :** a) Une femme canadienne sur sept vit dans la pauvreté à l'heure actuelle (*Les femmes et la pauvreté*, Institut canadien de recherche sur les femmes, 2005).

**Question 6 :** d) Toutes les réponses précédentes sont des obstacles courants (*Rural Women's Justice Guide*, METRAC).



## Annexe C

Conseils pour travailler avec des enfants ayant une déficience

### TROUBLE DÉFICITAIRE DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ

*(trouble chronique caractérisé par la prédominance de l'impulsivité, de l'inattention et de l'hyperactivité)*

#### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- A de la difficulté à concentrer son attention et à écouter.
- Agit impulsivement.
- Remue et se tortille.
- A de la difficulté à suivre les consignes.
- A beaucoup d'énergie.

#### Suggestions pour modifier les activités

- Placez l'enfant où elle peut facilement entendre les consignes.
- Éliminez les distractions telles que les bruits excessifs ou inutiles, les lumières éclatantes ou clignotantes.
- Maintenez une routine et passez en douceur d'une activité à l'autre.
- Donnez à l'enfant des tâches supplémentaires, telles que préparer l'aire de jeu ou ranger après l'activité, pour la garder occupée.
- Décomposez les consignes en étapes concises et simples.

### AUTISME

*(trouble du développement caractérisé par des difficultés de communication et de socialisation et des comportements répétitifs ou l'inattention)*

#### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Porte peu ou pas d'attention aux autres.
- Refuse ou hésite à interagir avec les autres.
- Semble ne pas bien entendre.
- A de la difficulté à interagir avec les autres.
- Présente des comportements répétitifs.
- A des accès de colère et d'autres comportements agressifs.

#### Suggestions pour modifier les activités

- Utilisez les stimulus sensoriels, tels que le son, le toucher, l'odorat, le goût, lorsque vous expliquez les activités.
- Placez l'enfant où elle peut facilement entendre les consignes.
- Éliminez les distractions telles que les bruits. Expliquez-lui les consignes individuellement.
- Décomposez les consignes en étapes concises et simples.
- Maintenez une routine (c.-à-d. adoptez le même format pour chaque nouvelle activité) et passez en douceur d'une activité à l'autre.
- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant et de lui expliquer les consignes tout au long de l'activité.

### PARALYSIE CÉRÉBRALE

(trouble chronique affectant les mouvements du corps et la coordination des muscles)

#### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Présente un développement des habilités motrices différent de celui des personnes non handicapées.
- A une tonicité musculaire réduite ou différente de celle des personnes non handicapées.
- Favorise un côté de son corps ou un certain type de mouvement.
- A de la difficulté à se tenir.
- Ne voit que son environnement immédiat et non les espaces nouveaux plus grands.
- Marche sur la pointe des pieds ou en ouvrant les bras pour garder son équilibre.
- Fait des convulsions ou a des tremblements.

#### Suggestions pour modifier les activités

- Incluez de nombreuses occasions pour s'étirer les muscles.
- Soyez consciente des problèmes de sécurité pouvant surgir au cours des activités.
- Expliquez toutes les modifications des activités aux enfants de l'unité afin que toutes sachent quoi faire pour s'entraider et accroître la sécurité.

### DÉFICIENCE COGNITIVE

(Capacité intellectuelle réduite ou différente pouvant résulter d'un certain nombre de facteurs dont les anomalies congénitales ou génétiques, la maladie ou un accident)

#### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- A de la difficulté à comprendre les consignes.
- Est perturbée par les situations nouvelles ou inconfortables.
- A une déficience auditive ou un trouble de la parole.
- A une déficience motrice ou une tonicité musculaire réduite ou différente.
- A de la difficulté à s'adapter aux nouvelles situations.

#### Suggestions pour modifier les activités

- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant et de lui expliquer les consignes.
- Décomposez les consignes en étapes plus courtes et plus simples pour qu'elles soient plus faciles à comprendre.
- Fournissez une rétroaction immédiate à l'enfant pour lui permettre de bien comprendre l'activité.
- Encouragez l'enfant et aidez-la à se sentir en sécurité.
- Éliminez les distractions telles que les bruits excessifs ou inutiles.
- Faites des démonstrations le plus souvent possible.
- Maintenez une routine et passez en douceur d'une activité à l'autre.



## SYNDROME DE DOWN

(maladie chromosomique congénitale associée à une capacité cognitive réduite ou différente et à des caractéristiques physiques telles qu'un faciès distinctif et une tonicité réduite ou différente)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Refuse de participer ou d'écouter.
- A une capacité motrice ou une tonicité musculaire réduite ou différente.
- Se parle à elle-même.
- Doit s'en tenir à des activités exigeant moins d'effort physique en raison de problèmes cardiaques.
- A une déficience visuelle ou auditive.

### Suggestions pour modifier les activités

- Donnez des consignes claires et brèves.
- Placez l'enfant où elle peut facilement entendre les consignes.
- Éliminez les distractions telles que les bruits excessifs ou inutiles.
- Expliquez-lui les consignes individuellement.
- Utilisez des aides visuelles et faites des démonstrations.
- Maintenez une routine et une structure stables pour l'espace et les activités.
- Au besoin, modifiez les activités pour qu'elles conviennent mieux aux différents niveaux de capacités physiques du groupe.
- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant et de lui expliquer les consignes.

## ÉPILEPSIE

(trouble caractérisé par des crises récurrentes soudaines)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Fait périodiquement des crises ou des convulsions (peuvent être fréquentes ou rares).
- Perd conscience ou s'évanouit.
- A des périodes où son regard est fixe ou errant, ou où elle perd conscience du monde extérieur.
- A des pertes de mémoire ou de la difficulté à se concentrer.

### Suggestions pour modifier les activités

- Parlez avec l'enfant et ses parents ou tuteurs pour mieux comprendre ce qui peut provoquer les crises et ce qu'il faut faire lorsqu'une crise survient.
- Gardez l'enfant bien hydraté, au besoin.
- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant pour alerter une adulte si l'enfant fait une crise.
- Réduisez le plus possible les distractions et les déclencheurs, tels que les bruits excessifs ou inutiles, les lumières éclatantes ou clignotantes.

## SURDITÉ OU DÉFICIENCE AUDITIVE

(perte auditive totale ou partielle pouvant être héréditaire ou causée par de multiples facteurs, tels qu'une infection ou un accident)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Présente une perte auditive totale ou partielle.
- Communique peu ou pas verbalement.
- Utilise le langage des signes (ASL), lit sur les lèvres ou a recours à d'autres modes de communication par signes.
- Utilise des prothèses auditives.
- Est timide ou a des problèmes d'équilibre.

### Suggestions pour modifier les activités

- Utilisez des aides visuelles claires pour expliquer les activités, telles que des dessins et des gestes avec les mains.
- Fournissez des consignes écrites claires au groupe.
- Demandez aux participantes de faire le moins de bruit possible lorsque vous expliquez les consignes.
- Tenez-vous directement en face de l'enfant quand vous parlez pour qu'elle puisse lire sur vos lèvres ou voir ce que vous montrez; parlez clairement et lentement; ne parlez pas en mangeant ou en mâchant de la gomme.
- Donnez du papier à l'enfant pour qu'elle puisse communiquer ses besoins et ses questions par écrit ou en faisant des dessins.
- S'il y a lieu, demandez l'aide d'un interprète ASL ou d'un service de prise de notes afin de mieux inclure l'enfant.

## DIFFICULTÉ D'APPRENTISSAGE

(trouble neurologique caractérisé par une capacité de lire, d'écrire ou d'interpréter le langage réduite ou différente)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- A de la difficulté à comprendre les consignes.
- A un trouble de la parole.
- A de la difficulté à s'exprimer.
- Apprend différemment.
- Hésite à faire des activités par crainte que son style d'apprentissage différent ne soit pas compris ou respecté.

### Suggestions pour modifier les activités

- Demandez directement à l'enfant comment vous pouvez l'aider à participer et à se sentir à l'aise; dites-lui que tout le monde apprend de façon différente et qu'elle a le droit d'apprendre de la manière qui fonctionne le mieux pour elle.
- Décomposez les consignes en étapes plus courtes et plus claires.
- Éliminez les distractions telles que les bruits.
- Faites des démonstrations et utilisez le plus possible des aides visuelles et des exemples.
- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant et de lui expliquer les consignes.



## TROUBLE DE STRESS POST-TRAUMATIQUE (TSPT)

(trouble de l'anxiété pouvant survenir à la suite d'un ou de plusieurs événements traumatisants causant un grave risque pour la vie de l'enfant ou pour un de ses proches)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Est déprimée, désintéressée, irritable, triste ou en colère.
- A des sautes d'humeur soudaines.
- Se conduit mal ou a des comportements agressifs, désobéit, répond, s'automutile (se fait mal, se coupe).
- Manque de concentration, est distraite, a des difficultés d'attention ou est agitée.

### Suggestions pour modifier les activités

- Décomposez les consignes en étapes plus courtes et claires et gardez les consignes simples.
- Prévoyez plusieurs pauses durant la session.
- Donnez aux enfants des occasions de discuter librement, de partager et de travailler ensemble positivement.
- Rappelez à l'enfant qu'elle est dans un endroit sûr et soutenez-la activement en tout temps.

## SPINA BIFIDA

(malformation congénitale caractérisée par le développement incomplet du cerveau et de la moelle épinière)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Présente une faiblesse musculaire.
- Utilise des aides à la mobilité (p. ex. : fauteuil roulant, béquilles, appareil orthopédique)
- A de la difficulté à comprendre les consignes.
- A une coordination œil-main différente ou réduite.
- Ne peut pas contrôler sa vessie.
- A la bougeotte ou des comportements impulsifs.

### Suggestions pour modifier les activités

- Expliquez-lui les consignes individuellement.
- Décomposez les consignes en étapes plus courtes et claires et gardez les consignes simples.
- Le cas échéant, modifiez les activités physiques pour inclure à la fois les filles qui utilisent des aides à la mobilité et celles qui n'en utilisent pas.
- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant et de lui expliquer les consignes.

## DÉFICIENCE VISUELLE

(cécité ou vision partielle pouvant être causée par de multiples facteurs incluant la maladie, un accident ou l'hérédité)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Paraît maladroit, surtout dans les situations nouvelles.
- Tient sa tête dans des positions extrêmes pour voir les choses.
- Cesse de prêter attention lorsque l'information est écrite ou seulement visuelle.
- Manifeste des signes de fatigue et d'inattention.
- Demande fréquemment aux autres de lui dire ce qui se passe.
- Se frotte les yeux excessivement.
- A un retard dans son développement moteur ou des habiletés motrices différentes.

### Suggestions pour modifier les activités

- Utilisez d'autres stimulus sensoriels, tels que le son, le toucher, l'odorat, le goût, lorsque vous expliquez les activités.
- Placez l'enfant où elle peut facilement entendre les consignes et poser des questions.
- Utilisez des sources de son pour aider l'enfant à localiser les objets importants.
- Expliquez les jeux en faisant des gestes lents et clairs si l'enfant a une vision partielle.
- Demandez à une bénévole d'accompagner l'enfant et de lui expliquer les consignes.

## TRAUMATISME MÉDULLAIRE

(traumatisme de la moelle épinière entraînant souvent une diminution des fonctions motrices ou la paralysie, pouvant être causée par un accident, la maladie ou des facteurs héréditaires)

### Caractéristiques possibles chez l'enfant

- Souffre de diverses formes de paralysie (p. ex. : à partir du cou ou de la taille jusqu'en bas)
- A des engourdissements ou une perte de sensation des membres.
- Utilise des aides à la mobilité (p. ex. : fauteuil roulant, béquilles, appareil orthopédique)
- A un retard dans son développement moteur ou des habiletés ou une tonicité musculaire différentes.

### Suggestions pour modifier les activités

- Soyez consciente des problèmes de sécurité et demandez l'aide de toute l'unité pour vous assurer que l'espace et les activités sont sûrs.
- Agrandissez le matériel servant aux activités afin de mieux refléter les diverses habiletés motrices au sein du groupe.
- Le cas échéant, modifiez les activités physiques pour inclure à la fois les filles qui utilisent des aides à la mobilité et celles qui n'en utilisent pas.

