

INtroduction à l'INclusion

Ressources et information pratique

Fourni à :

Natation Artistique Québec

Fourni par :

Fannie Smith, spécialiste en inclusion agréée Canada (SIAC)
INclusion INCorporated

INTRODUCTION À LA DIVERSITÉ ET À L'INCLUSION

Je ne sais où va mon chemin mais
je marche mieux quand ma main
serre la tienne.

Alfred de Musset

Par où commencer

Nous existons dans une société diverse où chaque personne a une expérience vécue différente, des perspectives variées et il faut reconnaître qu'avec ces expériences vécues différentes ça veut aussi dire que l'accès aux opportunités et à certains services ne sont pas là même pour tout le monde.

C'est entre vos mains d'avancer le travail d'inclusion de façon intentionnelle pour s'assurer que toutes les personnes dans vos programmes, sport et votre communauté se sentent la bienvenue, représentées et incluses.

Ce travail nous provoque à penser hors du cadre et de se demander...qui n'est pas dans nos programmes et pourquoi ?

Le sport que l'on choisit fait partie de notre identité et c'est important de s'assurer que ceux qui en font partie se sentent acceptés et inclus.

Reconnaissance du territoire traditionnel

La reconnaissance du territoire provient d'une ancienne coutume diplomatique autochtone. Lorsqu'un Autochtone se trouvait sur le territoire d'une autre nation, même de passage, il annonçait sa présence par une formule comme : « Je reconnais que je suis sur le territoire traditionnel de la Nation X. » C'était une façon de dire « Je reconnais que vous êtes la nation responsable de préserver ce territoire et, surtout, je viens en paix. »

« La reconnaissance du territoire est en elle-même une marque d'hommage et de respect envers les peuples autochtones. Elle atteste de leur présence tant historique qu'actuelle. La reconnaissance et le respect sont indispensables à l'établissement de relations saines et réciproques et à la poursuite du processus de réconciliation [...] »

– Cet extrait et les exemples donnés plus loin sont tirés du *Guide de reconnaissance des Premières Nations et des territoires traditionnels*

[Apprentissage sur le pouce : Savoir reconnaître le territoire traditionnel autochtone](#)

Les pronoms et le langage neutre

Bonjour Je M'appelle
-Name Tags-



- En partageant vos pronoms, ça l'aide à normaliser la pratique et aide à réduire la pression à une personne transgenre ou non-binaire de le faire au risque de se dévoilé sans être prêt.
- Cette petite action de partager à chacun ses pronoms respectifs, diminue la possibilité d'une personne d'être exclues involontairement.
- Ajoutez vos pronoms à votre courriel, vos profils sociaux et sur zoom
- Présentez-vous en incluant vos pronoms avant un meeting ou une conférence.
- Comme toute nouvelle chose, ça prend un peu de pratique et ça fait partie de votre langage et habitude

[Outils pour intégrer le langage neutre](#)

[L'importance des pronoms](#)

Inclusion, Diversité et l'appartenance




www.INclusionINcorporated.com

INCLUSION

ÉTAT DYNAMIQUE DE FONCTIONNEMENT DANS LEQUEL LA DIVERSITÉ EST MISE À PROFIT POUR CRÉER UN ORGANISME OU UNE COMMUNAUTÉ JUSTE, Saine ET TRÈS PERFORMANTE. UN MILIEU INCLUSIF ASSURE UN ACCÈS ÉQUITABLE AUX RESSOURCES ET LES MÊMES POSSIBILITÉS POUR TOUS. IL PERMET ÉGALEMENT AUX PERSONNES ET AUX GROUPES DE SE SENTIR EN SÉCURITÉ, RESPECTÉS, ENGAGÉS, MOTIVÉS ET VALORISÉS POUR CE QU'ILS SONT, ET D'ÊTRE RECONNUS POUR LEUR CONTRIBUTION AUX OBJECTIFS ORGANISATIONNELS ET SOCIÉTAUX.

traduit de: <https://www.aqc.cuny.edu/diversity/definition.html>


www.INclusionINcorporated.com

DIVERSITÉ

EXISTENCE D'UN LARGE ÉVENTAIL DE QUALITÉS ET DE CARACTÉRISTIQUES HUMAINES DIFFÉRENTES AU SEIN D'UN GROUPE. IL S'AGIT D'ACCEPTER QUE CHAQUE PERSONNE SOIT UNIQUE ET DE RECONNAÎTRE NOS DIFFÉRENCES INDIVIDUELLES. CES DIFFÉRENCES PEUVENT CONCERNER LA RACE, L'ORIGINE ETHNIQUE, LE SEXE, L'ORIENTATION SEXUELLE, LE STATUT SOCIOÉCONOMIQUE, L'ÂGE, LES CAPACITÉS PHYSIQUES, LES CROYANCES RELIGIEUSES, LES CONVICTIIONS POLITIQUES OU AUTRES IDÉOLOGIES.

traduit de: <https://www.aqc.cuny.edu/diversity/definition.html>

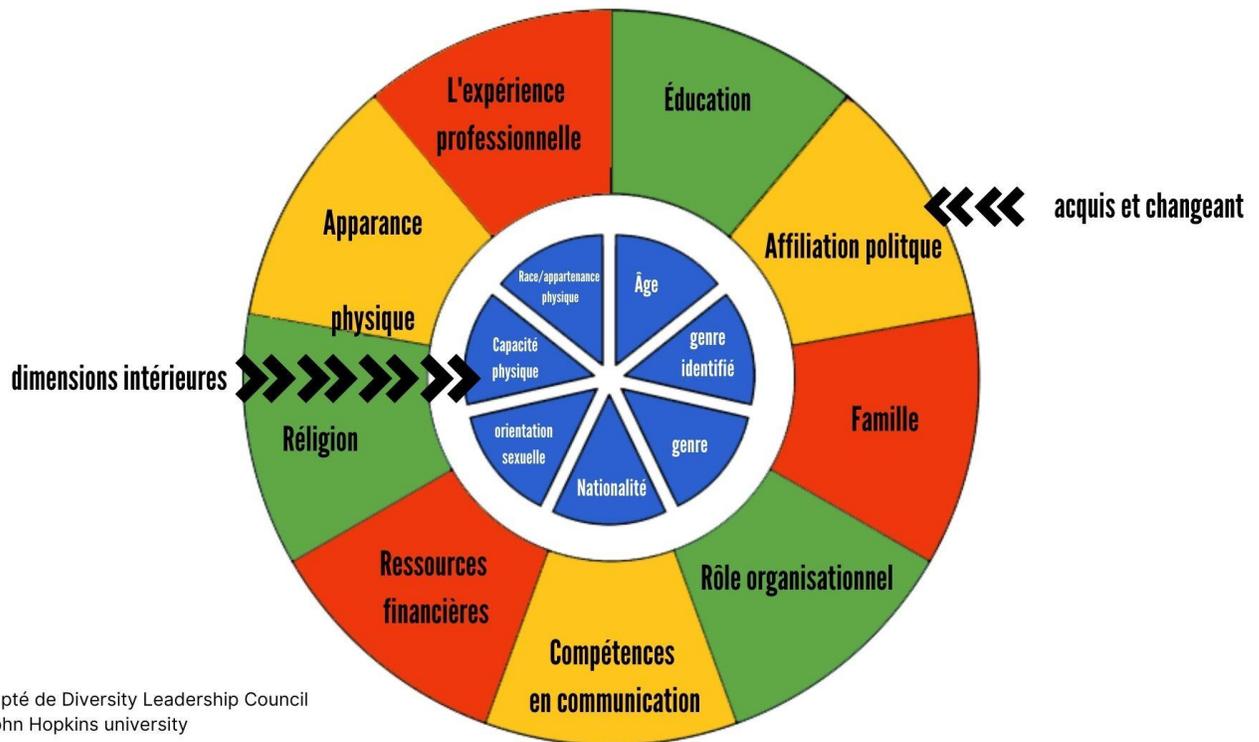

www.INclusionINcorporated.com

SENTIMENT D'APPARTENANCE

EXPÉRIENCE D'UN ENGAGEMENT PERSONNEL DANS UN SYSTÈME OU DANS UN MILIEU DE SORTE QUE LES PERSONNES SENTENT QU'ELLES FONT PARTIE INTÉGRANTE DE CE SYSTÈME OU DE CE MILIEU.

traduit de: <https://www.aqc.cuny.edu/diversity/definition.html>

Dimension de la diversité



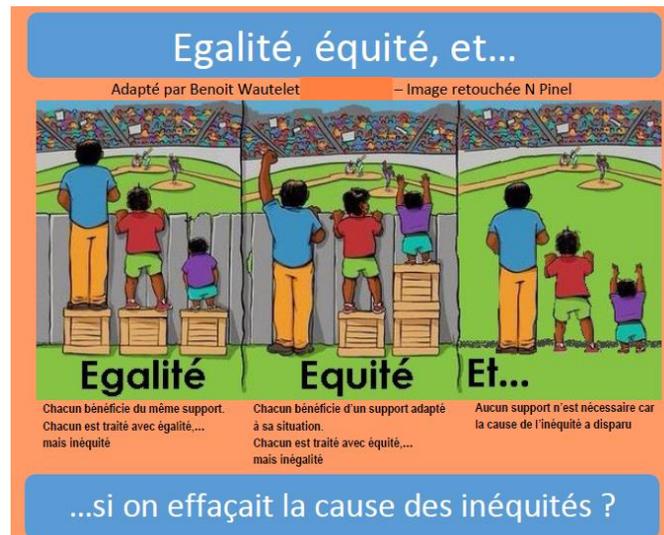
Intersections



Personne n'est qu'une dimension. Des fois nos intersections peuvent être très simple et des fois elles sont un peu plus complexes. Ces intersections peuvent créer des réalités de couche de discriminations de plus en plus épaisses.

L'intersectionnalité est un concept d'abord été décrit par la juriste afro-américaine Kimberlé Williams Crenshaw, en 1989, pour parler plus spécifiquement de la réalité des femmes noires qui subissaient à la fois les effets du sexisme et ceux du racisme.

Définition INTERSECTIONALITÉ de l'office Québécois de la langue française : Cumul de différentes formes de domination ou de discrimination vécues par une personne, fondées notamment sur sa race, son sexe, son âge, sa religion, son orientation sexuelle, sa classe sociale ou ses capacités physiques, qui entraîne une augmentation des préjudices subis.



Pyramide des besoins de Maslow



Le besoin d'appartenance se retrouve dans la pyramide des besoins de Maslow

On voit comment tout est inter relié est que le besoin de sécurité doit se retrouver dessous le besoin d'appartenance. Ça démontre comment c'est important de pensée à la sécurité physique et émotionnelle de nos athlètes, collègues et personnes qui nous entoure lorsque nous entreprenons ce travail. Si ces besoins ne sont pas pris en considération, l'inclusion, la diversité et le sens d'appartenance échoue.

‘L’appartenance ne vous oblige pas à change qui vous êtes, ça vous oblige à être qui vous êtes’

- Brene Brown

Extrait de son spécial sur Netflix, *The Call to Courage*

<https://www.youtube.com/watch?v=dWZa3wm1Nns>



Le sentiment d'appartenance est une conviction intime qui va de soi ; l'imposer à quelqu'un, c'est nier son aptitude à se définir librement.

(Fatou Diome)

qq citations

Quelques définitions clés

L'Inclusion des genres

- **Cisgenre:** Se dit d'une personne dont l'identité de genre (masculin ou féminin) correspond au sexe avec lequel elle est née.
- **Expression de genre:** La manière dont une personne exprime ouvertement son genre. Cela peut inclure ses comportements et son apparence, comme ses choix vestimentaires, sa coiffure, le port de maquillage, son langage corporel et sa voix. De plus, l'expression de genre inclut couramment le choix d'un nom et d'un pronom pour se définir.
- **Non-binaire:** Personne dont l'identité sexuelle ne correspond pas exclusivement au sexe féminin ou masculin, ou qui se définit en dehors de la dualité homme-femme.
- **Transgenre:** Une personne dont l'expression de genre et/ou l'identité de genre s'écarte des attentes traditionnelles reposant sur le sexe assigné à la naissance.

L'inclusion de la personne

- **Capacitisme:** Les attitudes négatives et les stéréotypes à l'endroit des personnes ayant des troubles mentaux ou des dépendances, et la stigmatisation de ces personnes reposent souvent sur des systèmes de croyances axés sur le capacitisme. Le « capacitisme » fait référence à des attitudes sociétales qui dévalorisent et limitent le potentiel des personnes handicapées.
- **Assimilation Culturelle:** Fait, pour une personne ou un groupe de personnes, d'adopter les éléments culturels et les comportements d'un autre groupe, qui est généralement majoritaire.
- **Appropriation Culturelle:** Utilisation, par une personne ou un groupe de personnes, d'éléments culturels appartenant à une autre culture, généralement minoritaire, d'une manière qui est jugée offensante, abusive ou inappropriée.
- **Discrimination:** Une action ou une décision qui a pour effet de traiter de manière négative une personne en raison, par exemple, de sa race, de son âge ou de sa déficience

Solution : Inclusion

- **Égalité:** Principe qui consiste à traiter tout le monde de la même façon, en supposant que tout le monde part sur un pied d'égalité ou a les mêmes possibilités.
- **Équité:** État qui résulte d'un traitement juste, inclusif et respectueux de toutes les personnes ou les groupes, et qui tient compte des différences individuelles.
- **Justice Sociale:** Concept basé sur la conviction que chaque individu et à chaque groupe d'une société donnée doit jouir des mêmes opportunités, de la même justice et des mêmes libertés civiques et des mêmes responsabilités et privilèges sociaux, éducatifs, économiques, institutionnels et moraux de cette société
- **Alliance Inclusive :** Association entre une personne se trouvant en position de privilège par rapport à un groupe minoritaire ou marginalisé et les membres de celui-ci afin de promouvoir l'inclusion et l'équité.

La personne établit et entretient avec les membres du groupe une relation durable fondée sur la confiance et la solidarité. Elle s'informe sur les besoins et les problèmes propres à ce groupe et s'exprime ou l'invite à s'exprimer afin de faire valoir ses droits ou de dénoncer tout cas de discrimination à son égard.

Une personne faisant partie d'un groupe donné peut former une alliance inclusive avec un autre groupe. Par exemple, une personne handicapée hétérosexuelle peut s'allier à la communauté LGBT.



En anglais, le mot utilisé est 'Allyship', ce qui est l'action d'être un/une allié(e).

- **UNE DÉMARCHE ACTIVE, COHÉRENTE ET ARDUE DE DÉSAPPRENTISSAGE ET DE RÉÉVALUATION PAR LAQUELLE UNE PERSONNE EN POSITION DE PRIVILÈGE ET DE POUVOIR CHERCHE À AGIR EN SOLIDARITÉ AVEC UN GROUPE MARGINALISÉ**
- Le point important est que le titre d'allié dans le contexte d'inclusion doit vous être donné par le groupe ou la personne marginalisé. Ce n'est pas à vous de présumer du titre.
- Faire partie d'une alliance, d'agir comme allié c'est un acte. Ce n'est pas un état passif.

La voie à suivre

Pensez à

- Qui vous êtes
- Qui vous entoure
- Tout le monde est différent
- Nous partageons notre besoin d'inclusion et d'appartenance
- Quelles politiques et structures sont vraiment nécessaires, et là où il y a place à l'évolution
- Une culture où les gens peuvent être eux-mêmes à tout moment

Prévoyez

- Ce dont vous avez besoin pour réussir
- Ce dont les autres ont besoin pour réussir
- Les opportunités de partager et d'en apprendre davantage sur les différences
- Être ouvert, accepter la différence
- Faire preuve de flexibilité et d'accommodement
- Si des frictions surviennent par rapport aux différences, créer des opportunités et trouver des moyens positifs de les surmonter

Liste de Lecture

- [Conscious Kid – How to talk to kids about race](#)
- [Creating cultures where everyone belongs](#)
- [Pronoms neutres en français](#)
- [Alliance Inclusive au milieu du travail](#)
- [Tourisme Autochtone Québec – trouvé votre territoire](#)