

La

# RÉCOLTE



Automne 2022

## La diversité

Comment ne pas penser à cette grande richesse que nous offre la vie.

Tant de facettes à ce trésor.

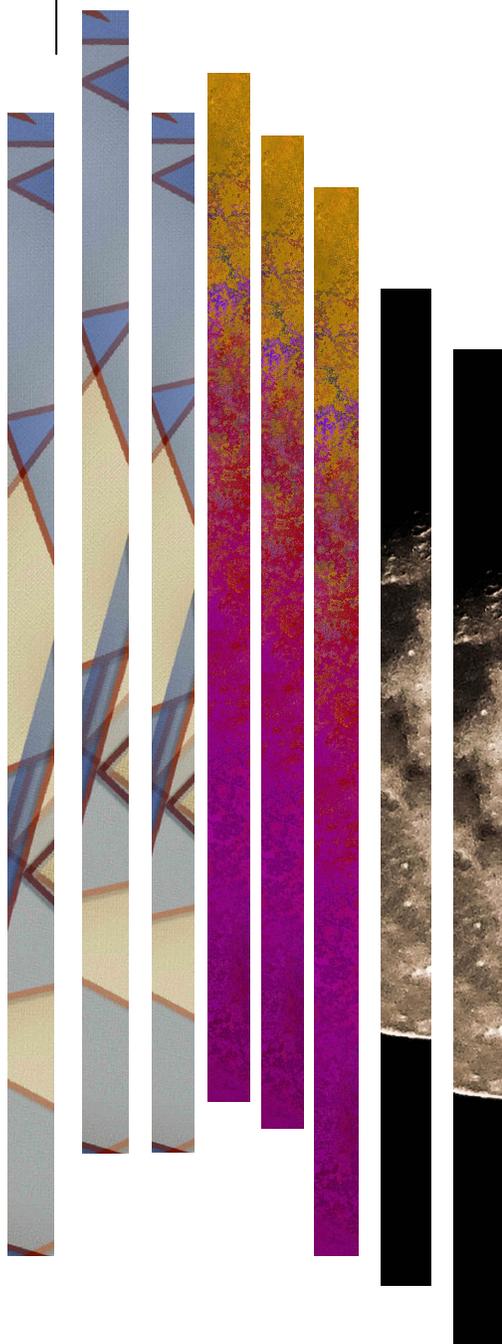
Quelle belle invitation à se compléter, à partager, à donner, à s'apprécier.

La diversité n'est-elle pas stimulante en sollicitant notre ouverture à l'autre, à l'inconnu?

N'ayons pas peur de la diversité car au-delà des différences, des divergences, l'essentiel nous habite et nous réunit.

L'amour et la vérité nous transcendent au coeur même de la Vie.

Par Maureen O'Farrell, 18 août 2022



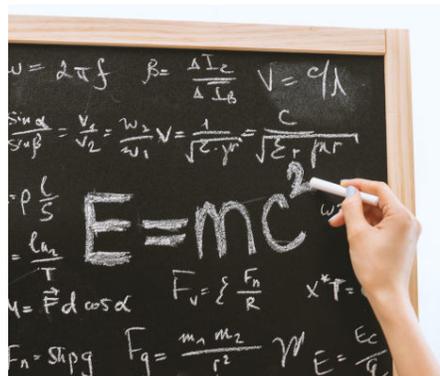
Le comité journal du Verger est fier de vous présenter l'édition de l'automne 2022.



Notre nouveau directeur se présente

Regroupé sous le thème général de la diversité vous y trouverez des articles et illustrations qui présentent différents types de diversité.

Tout d'abord la diversité des formes d'intelligence sera abordée.



Puis, la diversité de la sexualité des corps, des identités de genre, des préférences sexuelles et du cœur.

**Bonjour à toutes et à tous,**

C'est avec enthousiasme et humilité que je me joins à la merveilleuse équipe du Verger comme directeur général, prenant la suite de Christophe qui a tenu, avec l'aide des autres membres de l'équipe, notre organisme pendant deux années difficiles, celles de la pandémie. D'ailleurs, n'ayez crainte pour Christophe, il reste parmi nous afin de développer le nouveau volet de psychothérapie qui sera effectif dès janvier et, je l'espère pour encore longtemps!

Cela fait que deux semaines que je suis en fonction, mais je constate déjà des aspects particuliers du Verger comme les membres présents et impliqués, les intervenantes dévouées et engagées et une énergie qui donne envie de poursuivre notre belle mission dans la communauté.

Je souhaite m'inscrire dans la continuité de ce que Christophe et tous les prédécesseurs ont commencé, je souhaite poursuivre notre développement en collégialité avec les membres et les intervenantes.

Mon bagage professionnel additionné aux forces de chacune et de chacun d'entre nous portera l'organisme pendant encore plusieurs décennies.

Nous travaillons déjà sur plusieurs idées de développement et de consolidation de service, mais je compte sur votre opinion et vos idées afin d'orienter au mieux nos objectifs.

Ma porte vous sera toujours ouverte.

Raphaël



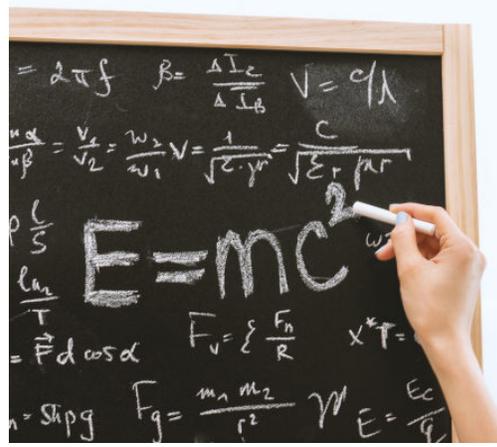
# L'intelligence sous toutes ses formes

par Caroline Filion-Morin

Les théories au sujet de l'intelligence ont évolué avec les années. Encore aujourd'hui, nous sommes loin de connaître tous les secrets à propos du cerveau humain et il n'y a pas de consensus unique au sein des scientifiques dans ce domaine. Pour cause, il s'agit d'un concept complexe et difficile à définir. Voici comment ce dernier est défini dans le dictionnaire Le Robert : Faculté de connaître, de comprendre, qualité de l'esprit qui comprend et s'adapte facilement. Mais celle-ci est la plus généralement admise. C'est bien sûr assez subjectif comme concept, mais, avec la théorie du QI, les scientifiques ont voulu tenter de mesurer le niveau d'intelligence des gens.

Finalement, cette définition laisse beaucoup de place à l'interprétation et suscite plusieurs questionnements. Pour ma part, la première question qui m'est venue à l'esprit après avoir lu cette définition est la suivante : Comment pouvons-nous objectivement évaluer ces facultés chez une personne?

Après avoir jonglé avec cette dernière, je me suis alors demandé : Est-ce vraiment possible, vu, entre autres, les nombreux domaines de connaissances et de compétences existant ainsi que les différences individuelles face aux stratégies d'adaptation et d'apprentissage? Enfin, je me suis finalement questionné sur la pertinence d'évaluer l'intelligence d'une personne?



## On peut tous être égaux

D'ailleurs, c'est au XXe siècle que l'on commence à s'intéresser à la classification de l'intelligence des individus. C'est Alfred Binet (1857-1911) et Théodore Simon (1873-1961) qui ont travaillé à l'élaboration de la première « échelle métrique de l'intelligence », dont l'ambition était d'établir un « diagnostic scientifique des états inférieurs de l'intelligence » ou encore d'évaluer le niveau intellectuel des « anormaux ». Celle-ci a vu le jour en 1905 et a posé les bases au concept de quotient intellectuel (Q.I.). Au cours des années, ce dernier a beaucoup évolué. Entre autres, il a été établi que celui-ci n'est pas seulement déterminé par la génétique, comme nous le pensions au début, mais également par la stimulation et l'environnement.

Il a également essuyé de nombreuses critiques. Il a même été remis en cause par certains spécialistes. Cependant, les tests de QI sont toujours utilisés par plusieurs d'entre eux à ce jour, mais doit faire l'objet d'une analyse qui tient compte de la personne dans sa globalité avec ses forces et ses faiblesses ainsi que des différents facteurs dont entre autres, le stress, la fatigue et la perception qu'à la personne de ses capacités, susceptibles d'influencer la performance de la personne au test. D'ailleurs, plusieurs psychologues affirment qu'il faut percevoir ces tests comme une photographie du fonctionnement intellectuel d'une personne dans certaines sphères et à un moment précis.

En plus, selon les récentes recherches, comme l'environnement a également une influence sur le QI, ce dernier peut augmenter ou à l'inverse diminuer au fil des années. Donc, un degré élevé de stimulation risque de favoriser une amélioration des facultés liées au quotient intellectuel.

Au fil des années et des recherches, de nouvelles théories au sujet de l'intelligence se sont développées. Parmi celles-ci, il y a celle de l'intelligence émotionnelle.

Le terme d'intelligence émotionnelle (IE) a été proposé et défini en 1990 par les psycho-logues Salovey et Mayer. Ils définissent l'intelligence émotionnelle comme « une forme d'intelligence qui suppose la capacité à contrôler ses sentiments et émotions ainsi que ceux des autres, à faire la distinction entre eux et à utiliser cette information pour orienter ses pensées et ses gestes ».

Ces auteurs ont par la suite révisé leur définition de l'intelligence émotionnelle. Selon leur nouvelle définition, qui est aussi la plus généralement acceptée, l'intelligence émotionnelle désigne « l'habileté à percevoir et à exprimer les émotions, à les intégrer pour faciliter la pensée, à comprendre et à raisonner avec les émotions, ainsi qu'à réguler les émotions chez soi et chez les autres » (Mayer & Salovey, 1997). Il y aurait 5 composantes de l'intelligence émotionnelle, la conscience de soi, la maîtrise de soi. Quel est l'impact de l'intelligence émotionnelle sur notre vie personnelle ?



L'intelligence émotionnelle affecte notre attitude et notre vision de la vie. Elle peut aussi aider à soulager l'anxiété et à éviter la dépression et les sautes d'humeur. Un niveau élevé d'intelligence émotionnelle est en corrélation avec une attitude positive et une vision plus heureuse de la vie. Plusieurs auteurs mentionnent que ces facultés sont des atouts positifs dans le monde du travail à plusieurs niveaux, dont entre autres, les relations harmonieuses, l'efficacité du travail en équipe, la confiance en soi, la gestion du stress, etc. Autre avantage, c'est une sorte d'intelligence qui peut évoluer tout au long de notre vie.

Parmi les autres théories, il y a également celle des intelligences multiples. Celle-ci gagne en popularité et suggère qu'il existe plusieurs types d'intelligence chez l'enfant et chez l'adulte. Selon Garner, nous les possédons tous à des degrés différents, mais nous n'en développerions davantage que 2 ou 3 de celles-ci. Cette théorie fut proposée pour la première fois par Howard Gardner en 1983, et enrichie en 1993.

Selon ce concept, il y aurait:

## 1. L'intelligence verbale linguistique

Cette intelligence touche tout ce qui a trait au langage, écrit ou oral et est donc régulièrement employée dans la vie courante. Elle rejoint l'aptitude à penser, avec des mots et à utiliser sa langue maternelle ou autre, pour partager et exprimer des idées parfois complexes.

Cette intelligence est utile pour communiquer, mais aussi pour résoudre des problèmes et créer. Les écrivains en sont bien sûr dotés, mais aussi les journalistes, traducteurs, professeurs et avocats pour ne nommer que ceux-ci.

## 2. L'intelligence logico-mathématique

Les personnes qui ont une intelligence logico-mathématique développée possèdent la capacité de penser de manière abstraite et de calculer, de mesurer, mais aussi de faire preuve de logique. Si vous n'étiez pas bons à l'école pour résoudre des problèmes mathématiques, ça ne veut pas dire que vous ne détenez pas la capacité à faire des liens logiques spontanément. Cette intelligence est somme toute reliée à la capacité d'analyser les causes et les conséquences d'un phénomène et d'expliquer le pourquoi des choses.

Les personnes qui en sont dotées aiment souvent les chiffres, l'analyse et le raisonnement. On retrouve cette intelligence dans une panoplie de métiers, notamment chez les programmeurs, les scientifiques, les ingénieurs et les électriciens.

## 3. L'intelligence corporelle kinesthésique

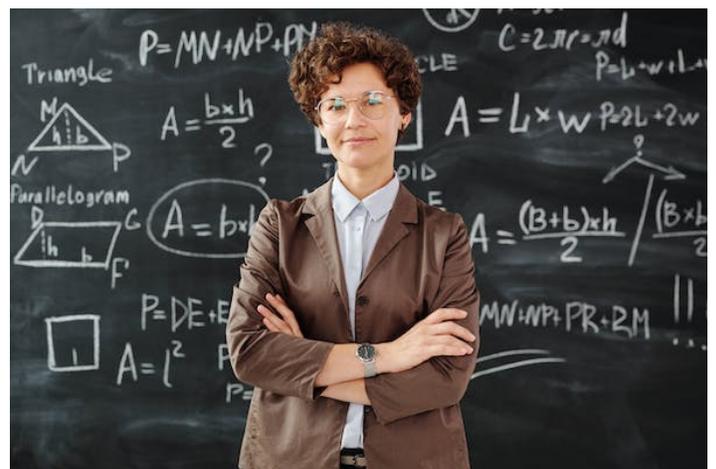
Ce type d'intelligence, vous l'aurez compris, est liée aux habiletés physiques ou à utiliser son corps. On retrouve notamment cette intelligence chez les athlètes, les danseurs, mais aussi les chirurgiens ou des gens qui emploient leur corps pour réaliser ou maximiser une action ou un mouvement.

Pensez-y, l'agilité et la coordination sont utiles dans bien des domaines et demandent une compréhension, ainsi qu'une appréhension des conséquences de chaque mouvement.

## 4. L'intelligence spatiale

Cette intelligence retrouvée fréquemment chez les artistes est caractérisée par la capacité à mémoriser et à visualiser des images.

L'intelligence spatiale permet ainsi de se faire une représentation mentale du monde et de se repérer dans l'espace, une capacité qui s'avère fort pratique dans bien des domaines, comme l'architecture, la direction photographique ou même la conception de jeux vidéo.



## 5. L'intelligence interpersonnelle

Les personnes qui ont beaucoup d'empathie sont dotées de cette intelligence. Elle permet d'identifier et de comprendre ce que les autres vivent et permet à un individu d'agir et de réagir de manière adaptée. L'intelligence interpersonnelle (ou sociale) fait ainsi appel à la coopération, la tolérance et le discernement. Elle permet également de détecter les intentions d'autrui sans qu'elles soient exprimées clairement.

Les personnes qui ont ce type d'intelligence font notamment d'excellents travailleurs sociaux, enseignants, commerçants et médiateurs.

## 6. L'intelligence musicale rythmique

Ce type d'intelligence est caractérisé par la capacité à apprendre le langage musical, ainsi qu'à penser en rythmes et en mélodies. Elle permet aussi de distinguer et d'apprécier les subtilités de la musique.

Évidemment, ce type d'intelligence ou de sensibilité est retrouvé chez les musiciens, mais aussi chez tous ceux qui travaillent de près ou de loin avec la musique et le son.

## 7. L'intelligence intra personnelle

L'intelligence intra personnelle est centrée sur l'intérieur et la connaissance de soi. Détenant la capacité à décrypter ses propres émotions, c'est l'intelligence de l'introspection et de la psychologie analytique. Ces personnes sont également dotées d'une capacité à éprouver une vaste gamme de sentiments et de réfléchir sur leurs actions. Cette intelligence sert entre autres à se connaître, à orienter sa propre vie et à évoluer.

## 8. L'intelligence naturaliste

Ceux qui sont pourvus d'intelligence naturaliste aiment observer la nature et les choses qui les entourent. Ils et elles détiennent aussi souvent une facilité à apprendre, classer et différencier les choses en catégories. C'est aussi la capacité d'apprécier et de se montrer sensible à la nature et au vivant.

Ces personnes se passionnent souvent pour l'environnement et les choses concrètes et observables. Les zoologistes, les botanistes, les jardiniers et les vétérinaires comptent parmi ceux qui présentent ce type d'intelligence.



## 9. L'intelligence existentielle

Bien que Gardner ne considérait pas cette intelligence comme une intelligence à part entière, elle n'en demeure pas moins pertinente. Cette intelligence, qui est celle des penseurs et des philosophes, pousse les gens à se questionner sur le sens et l'origine des choses. Elle peut autant servir dans les débats moraux que dans la vie de tous les jours.

Selon Gardner, nous possédons toutes ces formes d'intelligences à des degrés différents, mais 1 ou 2 ou 3 qui sont plus développées que les autres.

Et vous, quelle intelligence possédez-vous? Est-ce que plusieurs types d'intelligence vous font penser à vous?

\* Pour découvrir vos types d'intelligences dominantes, je vous invite à faire le test à cet effet.

Selon Howard Gardner, les intelligences multiples sont combinées et utilisées à différents degrés, de manière personnelle et unique. Donc, chaque personne a son propre profil intellectuel, c'est-à-dire qu'elle est plus compétente dans certaines disciplines et moins dans d'autres. De plus, cet auteur postule que chacune des intelligences exprime en son sein la créativité elle-même.

Par conséquent, lorsqu'il s'agit de comprendre l'éducation, il faut le faire dans une perspective globale et inclusive dans laquelle tous les domaines d'apprentissage sont travaillés.



Pour ma part, j'adhère beaucoup au concept des intelligences multiples. Pour moi, ce dernier tient compte de la personne dans sa globalité et de la richesse que constitue la diversité. Je me dis que si chacun possède une personnalité unique, la même règle doit s'appliquer pour l'intelligence. J'aime beaucoup également les idées avancées au sujet de l'intelligence émotionnelle. Celle-ci est directement reliée à l'intelligence interpersonnelle et intrapersonnelle décrites dans le concept des intelligences multiples. Selon ma perception, cette dernière est importante dans plusieurs dimensions de la vie, dont la communication, la résolution de problèmes, le jugement et la capacité d'adaptation. Dans le monde du travail, elle est de plus en plus valorisée, car favorise les relations harmonieuses, la capacité de travailler en équipe de manière efficace, la résolution de problème, l'autocritique et la capacité de s'adapter aux nouvelles situations.

En revanche, je ne pense cependant pas qu'il faille discréditer complètement les théories entourant la notion de QI. Cependant, je trouve qu'il est réducteur et parfois destructeur d'évaluer l'intelligence des gens sur la base d'un résultat d'un de ces tests.

En effet, ces tests n'évaluent pas tous les types d'intelligences et plusieurs facteurs peuvent influencer les résultats, dont, entre autres, la perception que nous avons de nos capacités, le stress et la fatigue. En revanche, je pense que ceux-ci peuvent être des outils pertinents dans certaines situations, mais ne doivent pas être pris, comme une évaluation complète et sans faille de l'intelligence d'une personne.

En fin de compte, peu importe les différentes théories sur l'intelligence, je crois qu'il faut se rappeler qu'il est impossible d'évaluer avec exactitude l'intelligence d'une personne. De plus, à ce jour, nous n'avons pas réussi à percer tous les mystères du cerveau. Par ailleurs, est-ce vraiment nécessaire de le faire? Faire des recherches, dans l'optique de mieux cerner ce concept abstrait peuvent être pertinentes. Par contre, le plus important n'est-il pas d'apprendre les uns des autres, en reconnaissant les diverses richesses générées par les différentes manières dont l'intelligence s'exprime d'un individu à l'autre. Si nous jugeons hâtivement une personne, que ce soit sur son intelligence ou d'autres facettes, nous risquons de passer à côté des richesses de cette dernière.

De plus, ces jugements hâtifs peuvent avoir un impact négatif important sur la confiance d'un individu et ainsi affecter négativement le développement de son potentiel. Il y a d'ailleurs plusieurs exemples de personnes aujourd'hui reconnues pour leurs exploits et qui ont déjà été considérées comme « stupides » parmi ceux-ci, il y a Thomas Edison, cet illustre scientifique et inventeur. La mère de ce dernier, a un jour reçu une lettre de l'école de son fils, stipulant qu'il n'avait pas les capacités intellectuelles pour être scolarisé.

Elle décida donc de le faire elle-même à la maison et lui fit croire que la lettre stipulait qu'il était préférable que sa mère lui enseigne à la maison puisqu'il était un génie et que l'école n'avait pas les ressources pour un élève comme lui. Ce n'est que beaucoup plus tard qu'il découvrit la vérité en tombant sur cette fameuse lettre. Sa confiance n'a donc pas été affectée par cet événement. Il va sans dire que sans l'intervention de sa mère, l'humanité aurait passé à côté de quelque chose. Finalement, au lieu de s'évertuer à faire entrer les gens dans des moules et de les catégoriser, le mieux ne serait-il pas d'aider et d'encourager chaque personne, à devenir la meilleure version d'elle-même?

Références:

- Wikipedia et RTL info (la théorie du Q.I.)
- Wikipedia et [intelligence-multiples.org](http://intelligence-multiples.org) (théorie des intelligences multiples),-(théorie de l'intelligence émotionnel)
- Wikipédia et <https://www.intemotionnelle.com> ( Le web pédagogique (test intelligences multiples)
- Wikipedia, (L'exemple de Thomas Edison)



## QUESTIONNAIRE

### QUELLES SONT VOS INTELLIGENCES MULTIPLES?

Ce questionnaire a pour objet de vous aider à cerner les formes d'intelligence qui sont particulièrement développées chez vous, selon la théorie du psychologue américain Howard Gardner.

Pour chacun des énoncés, cochez la case appropriée selon l'échelle suivante :

1. Pas du tout comme moi
2. Un peu comme moi
3. Moyennement comme moi
4. Beaucoup comme moi
5. Tout à fait comme moi

Puis, faites le total de vos points pour chaque catégorie. Vous trouverez ainsi vos quatre formes d'intelligence principales.

INTELLIGENCE VERBALE/LINGUISTIQUE	1	2	3	4	5
1- J'aime les jeux de mots et autres blagues du genre.					
2- Je me sens à l'aise dans le monde de la langue et des mots et j'en tire un renforcement positif.					
3- J'aime faire des mots croisés et jouer à des jeux comme ScrabbleMC.					
4- Je me rappelle mot pour mot ce que les gens me disent.					
5- J'aime participer à des débats ou à des discussions.					
6- Je préfère les questions à développer que les questions à choix multiples.					
7- J'aime tenir un journal ou écrire des histoires ou des articles.					
8- J'aime beaucoup lire.					
<b>Mon intelligence verbale/linguistique – Total</b>					

INTELLIGENCE LOGIQUE/MATHÉMATIQUE	1	2	3	4	5
1- Je travaille mieux quand mon plan de travail est bien organisé.					
2- J'aime les mathématiques et les sciences.					
3- Je garde une liste des choses à faire.					
4- J'aime jouer à des jeux de réflexion ou qui font appel à la pensée logique comme JeopardyMC et ClueMC.					
5- J'aime savoir le pourquoi des choses et chercher des éclaircissements aux questions qui m'intéressent.					
6- Je travaille mieux avec un agenda ou un calendrier.					
7- Je saisis rapidement les relations de cause à effet.					
8- Mes estimations sont souvent bonnes.					
<b>Mon intelligence logique/mathématique – Total</b>					

INTELLIGENCE VISUELLE/SPATIALE	1	2	3	4	5
1- Je comprends les combinaisons de couleurs et vois quelles couleurs vont bien ensemble.					
2- J'aime faire des puzzles, des labyrinthes ou des jeux de patience.					
3- Je n'ai pas de mal à lire les cartes.					
4- J'ai un bon sens de l'orientation					
5- Dans les films, je m'intéresse particulièrement aux scènes et aux activités.					
6- Quand je dors, mes rêves me paraissent très réels.					
7- Je peux prévoir les mouvements et les conséquences dans un plan de jeu (par exemple au hockey, aux échecs).					
8- J'ai une mémoire surtout visuelle.					
<b>Mon intelligence visuelle/spatiale – Total</b>					

INTELLIGENCE INTERPERSONNELLE	1	2	3	4	5
1- Je travaille mieux quand j'interagis avec les autres.					
2- Je préfère les sports d'équipe aux sports individuels.					
3- La présence des autres me donne de l'énergie.					
4- Je préfère faire des choses en groupe plutôt qu'être seul.					
5- J'aime apprendre à connaître les autres cultures.					
6- J'ai l'habitude de parler de mes problèmes personnels avec mes amis.					
7- J'aime partager mes idées et mes sentiments avec d'autres.					
8- Je travaille mieux au sein d'un groupe où je peux discuter avec les autres de diverses questions.					
<b>Mon intelligence interpersonnelle – Total</b>					

<b>INTELLIGENCE INTRAPERSONNELLE</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1- J'aime ma solitude et avoir un monde à moi.					
2- J'ai quelques amis proches.					
3- J'ai des opinions bien arrêtées sur des questions controversées.					
4- Je travaille mieux quand je peux le faire à mon rythme.					
5- Je ne me laisse pas influencer facilement par les autres.					
6- Je comprends bien ce que je ressens et comment je réagis aux circonstances.					
7- Je soulève souvent des questions sur les valeurs et les croyances.					
8- Je me sais responsable de mon comportement.					
<b>Mon intelligence intrapersonnelle – Total</b>					

<b>INTELLIGENCE CORPORELLE/KINESTHÉSIQUE</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1- J'aime bouger, taper du pied ou me remuer quand je suis assis.					
2- J'aime les sports aux sensations extrêmes (comme le kayak de mer, la planche à neige, le vélo de montagne).					
3- Je suis curieux sur le plan des sensations et j'aime toucher les objets pour en sentir la texture.					
4- J'ai une bonne coordination.					
5- J'aime le travail manuel.					
6- Je préfère participer physiquement plutôt que de rester assis et de regarder.					
7- Je comprends mieux les choses si je les fais (les touche, les bouge ou interagis avec elles).					
8- J'aime créer, faire des choses avec mes mains.					
<b>Mon intelligence corporelle/kinesthésique – Total</b>					

<b>INTELLIGENCE MUSICALE</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1- Je joue de la musique dans ma tête.					
2- Pour me rappeler des choses, je compose des comptines.					
3- Il m'est facile de suivre le rythme d'une musique.					
4- J'aime mettre une musique à des chansons ou des poèmes.					
5- Quand une musique joue, je bats la cadence.					
6- Je perçois les fausses notes.					
7- Je trouve facile de m'engager dans des activités musicales.					
8- Je suis fier de mes réalisations musicales.					
<b>Mon intelligence musicale – Total</b>					

<b>INTELLIGENCE NATURALISTE</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1- J'ai une collection de coquillages, de tasses, de pierres, de cartes de hockey, etc.					
2- Je remarque les similarités et les différences dans les arbres, les fleurs et autres objets de la nature.					
3- Je contribue activement à la protection de l'environnement.					
4- J'aime faire des fouilles et découvrir des objets et d'autres choses inhabituelles.					
5- Je préfère être à l'extérieur qu'à l'intérieur.					
6- J'aime faire des plantations et prendre soin d'un jardin.					
7- J'aime pêcher et suivre des animaux à la piste.					
8- La meilleure façon d'apprendre pour moi est d'aller en excursion, de voir des expositions sur la nature, etc.					
<b>Mon intelligence naturaliste – Total</b>					

**Mes quatre formes d'intelligence les plus importantes sont les suivantes :**

- 1- \_\_\_\_\_
- 2- \_\_\_\_\_
- 3- \_\_\_\_\_
- 4- \_\_\_\_\_

## QUEL EST VOTRE ÉVENTAIL D'APTITUDES?

Selon le psychologue Howard Gardner, les individus disposent d'un répertoire de compétences pour résoudre différents types de problèmes. Ses travaux font état de plusieurs formes d'intelligence humaine (IM), alors qu'à ce jour, la plupart des psychologues croyaient qu'il existait un seul type d'intelligence générale, mesurée à l'aide du quotient intellectuel (QI).

Gardner et ses collègues ont répertorié huit formes d'intelligence différentes, dont généralement trois ou quatre plus développées que les autres chez une personne. Ceci permet de mieux comprendre ses points forts et de les mettre en lien avec des possibilités de carrières.

Le tableau qui suit décrit brièvement chacune d'entre elles ainsi que des professions correspondantes. Attention, toutefois, les activités professionnelles des professions requièrent habituellement des aptitudes dans plus d'une forme d'intelligence. Par exemple, un architecte doit disposer, à des degrés divers, de compétences d'ordre spatial, logico-mathématique, kinesthésique et interpersonnel; un danseur aura surtout des capacités kinesthésiques, musicales, interpersonnelles et spatiales; un politicien utilisera ses compétences interpersonnelles, langagières et peut-être logiques; un médecin généraliste possèdera une bonne intelligence logico-mathématique et de fortes compétences interpersonnelles, alors qu'un chirurgien aura aussi besoin de dextérité kinesthésique; un metteur en scène d'opéra devra faire preuve d'intelligence spatiale, personnelle et langagière autant que musicale.

En définitive, un même domaine peut solliciter plusieurs intelligences et une intelligence donnée peut se développer dans plusieurs domaines.

Si vous désirez obtenir des références supplémentaires sur les intelligences multiples, nous vous invitons à lire les ouvrages principaux d'Howard Gardner et consulter les sites Internet suivants :

- Les intelligences multiples – Pour changer l'école : la prise en compte des différentes formes d'intelligence, Édition Ritz, 1996, 236 pages. Traduction de la version originale anglaise (1993).
- Multiple Intelligence. The Theory in Practice.
- Frames of Mind : The theory of Multiple Intelligence.

LES HUIT FORMES DE L'INTELLIGENCE MULTIPLE	QUELQUES PROFESSIONS À TITRE INDICATIF
1- <b>Verbale/linguistique</b> : capacité d'utiliser les mots efficacement, oralement ou par écrit. Aimer écrire, lire, parler, expliquer, comprendre les consignes, convaincre.	Enseignant, rédacteur, avocat, historien, animateur d'émissions-débats, journaliste, écrivain, politicien, interprète, secrétaire, bibliothécaire, comédien, poète, etc.
2- <b>Logique/mathématique</b> : capacité de déduction, d'utiliser les nombres efficacement et de bien raisonner. Aimer classer, catégoriser, observer, résoudre des problèmes, calculer, quantifier.	Scientifique, comptable, économiste, médecin, mathématicien, programmeur-analyste, actuaire, informaticien, ingénieur, etc.
3- <b>Visuelle/spatiale</b> : capacité de bien percevoir le monde spatiovisuel, de se faire une image mentale juste des choses, de penser en trois dimensions. Aimer travailler avec des objets, construire, assembler, fabriquer, imaginer.	Artiste, architecte, pilote, guide de plein air, inventeur, designer, marin, ingénieur, sculpteur, chirurgien, topographe urbaniste, cartographe, peintre, joueur d'échecs, etc.
4- <b>Interpersonnelle</b> : capacité de comprendre les motivations, les sentiments des autres et d'entrer en relation avec eux; empathie, sensibilité aux expressions verbales et non verbales d'autrui. Aimer aider, enseigner, influencer.	Psychologue, acteur, travailleur social, conseiller touristique, enseignant, thérapeute, vendeur, guide spirituel, politicien, infirmier, sociologue, administrateur, médiateur, récréologue, etc.
5- <b>Intrapersonnelle</b> : capacité de se comprendre et d'utiliser cette compréhension pour mieux vivre. Aimer résoudre ses problèmes personnels, aider à résoudre ceux de l'humanité.	Philosophe, chercheur, conseillers, consultants, thérapeute, psychologue, théologien, planificateur, entrepreneur, etc.
6- <b>Corporelle/kinesthésique</b> : capacité d'apprendre par la pratique, de bien manipuler les objets, d'utiliser le corps pour exprimer ses émotions comme en danse ou en sport; habileté à manipuler et bonne coordination de tout le corps (visuo-motrice, dextérité manuelle, motricité fine, etc.).	Inventeur, athlète, mécanicien, danseur, menuisier, acteur, mime, chirurgien, sculpteur, artisan, chorégraphe, massothérapeute, bijoutier, entraîneur, etc.
7- <b>Musicale</b> : capacité de comprendre la musique et de s'exprimer par elle, c'est-à-dire une aptitude à produire et à apprécier un rythme, une tonalité et un timbre; appréciation des formes d'expression musicale.	Musicothérapeute, présentateur de disques, critique musical, musicien, parolier, chef d'orchestre, ingénieur du son, etc.
8- <b>Naturaliste</b> : capacité de comprendre, de classer et d'expliquer la nature (plantes, animaux, phénomènes naturels); être capable de reconnaître, classer les individus, les espèces; intérêt pour l'écologie et l'environnement.	Botaniste, vétérinaire, anthropologue, météorologue, physicien, biologiste, explorateur, géologue, etc.

Odette Garceau, conseillère d'orientation  
Août 2001

Septembre 2010 - AP



# La diversité dans ma vie

*par Lucie Forest*



J'écris sur mes amies transgenres qui démontrent tant de courage. Elles sont les personnes qui m'enseignent l'acceptation de ce que je suis moi-même et que je n'ai jamais pu admettre ; mon image corporelle a été une risée tout au long de ma vie. Comme elles, durant mon enfance, j'ai été victime de méchanceté et sarcasmes de toutes sortes. Délaissée pour les jeux, je n'étais aucunement souple pour les sports en général. Enfant, j'ai appris à me divertir toute seule; la lecture aura été salvatrice pour moi et surtout le goût m'est venu par mon grand-père et ma mère.

Maintenant, retour à mes amies qui sont mégenrées et secouées de toutes parts. La richesse que m'apportent ces amies est inestimable. Enseignement de l'acceptation et aussi du respect, le grand, le vrai, auquel tout être vivant a droit.

Durant ma vie et mes rencontres, j'ai connu des gens précieux qui sont hors normes dans leurs préférences et leurs façons d'être. J'ai écouté et entendu des personnes qui sont nées dans le mauvais corps, d'autres qui sont divisés entre les attentes et leur bien-être. Mais toutes prêtes à faire changer ce qui les dérange en elles et sur elles pour acquérir une part de bien-être et de bonheur.

Oui, j'accepte les différences : des hommes qui préfèrent les vêtements féminins, etc.

Et voilà, une partie de la diversité dont nous pouvons parler, à connaître, et estimer la valeur de la richesse qui nous est offerte à travers ces personnes magnifiques. Sachons que la diversité se retrouve dans toutes les sphères de notre société et de notre vie. Accueillons sainement toutes les différences et surtout n'oublions pas que nous sommes tous et toutes uniques dans l'immensité de notre planète.





photos de Facebook GuildaQC

# Guilda, l'homme et l'artiste

*par Lucie Forest et Amy Bienvenu*

Je retourne dans mes souvenirs d'enfance. Avec ma mère, j'ai assisté à un spectacle qui m'a fait découvrir, sans le savoir, la diversité, sa beauté et sa richesse. J'ai assisté au premier spectacle d'un travesti au Québec.

Nom de scène: Guilda, de son vrai nom Comte Jean Guida de Mortellaro. Né en Juin 1924 à Paris, il devient danseur et apprend le maquillage, la cascade et la figuration. Il a été remarqué par Mistingett, chanteuse et actrice française, pour sa facilité à imiter les femmes, et devient sa doublure dans plusieurs spectacles partout à travers le monde. De retour en France, il monte son propre spectacle et connaît suffisamment de succès pour partir en tournée solo en Amérique du Nord.

En 1955, il s'établit à Montréal. Son spectacle est remarqué par l'animatrice de télévision Andréanne Lafond et lui vaut une entrevue dirigée par le journaliste René Ferron lors de l'émission Carrefour du 26 janvier 1962 qui crée un engouement pour celui-ci, malgré la réprobation du clergé catholique qui régit la morale au Québec à cette époque.

Marié trois fois, il s'avoue publiquement bisexuel. Il a été invité aux célébrations de la fierté de Montréal le 14 août 2010. Il a été un pionnier, le premier travesti à se montrer au Québec dans les années 60. Il est mort d'une crise cardiaque à l'âge de 88 ans le 27 Juin 2012.

Guilda était l'une des plus grandes vedettes québécoises reconnues à travers le monde, un artiste transformiste aux costumes extravagants et une présence inoubliable.

Références :

- Guilda - Elle est bien dans ma peau, Documentaire par Julien Cadieux, 2014.
- Entrevue avec Jean Guida et son personnage, L'émission Carrefour du 26 janvier 1962. Archives Radio-Canada.
- Il était une fois... Guilda, Autobiographie par Jean Guida, mai 2009.

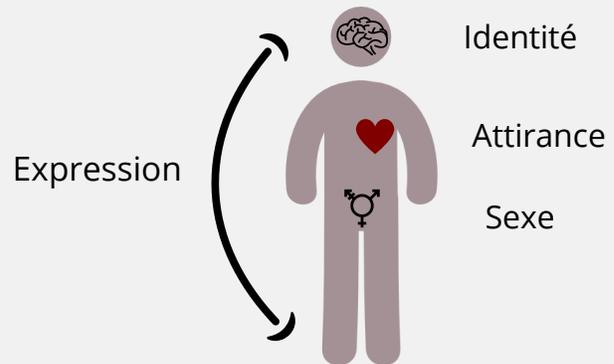
# Une personne Gingenre

par Philippe Charest

## La personne Gingenre

La personne Gingenre, (*figure 1*), est une illustration couramment utilisée pour expliquer les subtilités de la diversité sexuelle et de genre. Elle permet de mettre en image les concepts de sexe assignés à la naissance, de l'identité de genre, de l'expression de genre, ainsi que de l'attraction.

## La personne Gingenre, *figure 1*



## Le sexe assigné à la naissance

Pour y aller dans l'ordre, commençons avec le sexe assigné à la naissance. Vous, à votre naissance, on vous a regardé de haut en bas, puis on a décrété que vous êtes une femme, ou un homme. On vous a donc assigné un sexe à la naissance.

Mais qu'en est-il de la case "autres"? Elle désigne ceux et celles qui n'ont pas des attributs sexuels uniquement masculin ou féminin.

Pour des raisons biologiques et naturelles (les hormones, les chromosomes, les gonades, etc.), certaines personnes naissent avec des "morceaux" masculins, des "morceaux" féminins, et/ou des "morceaux" masculins et féminins à la fois.

### Premier exemple, Martine

Quand elle est née, Martine avait une ouverture du vagin plus petite que les autres bébés. Martine a aussi un clitoris plus long que la moyenne. Intriguée par la situation, la médecin lui fait passer un scan, et on se rend compte que les ovaires de Martine sont positionnés entre la place habituelle des ovaires et la place habituelle des testicules.

### Deuxième exemple, Paul

Paul s'est fait assigner le sexe homme à la naissance. Cependant, à la puberté, il se rend compte qu'il ne prend pas une carrure semblable à ses amis garçons. Pour une raison hormonale, au lieu de prendre des épaules, il prend plutôt des hanches et un peu de poitrine.

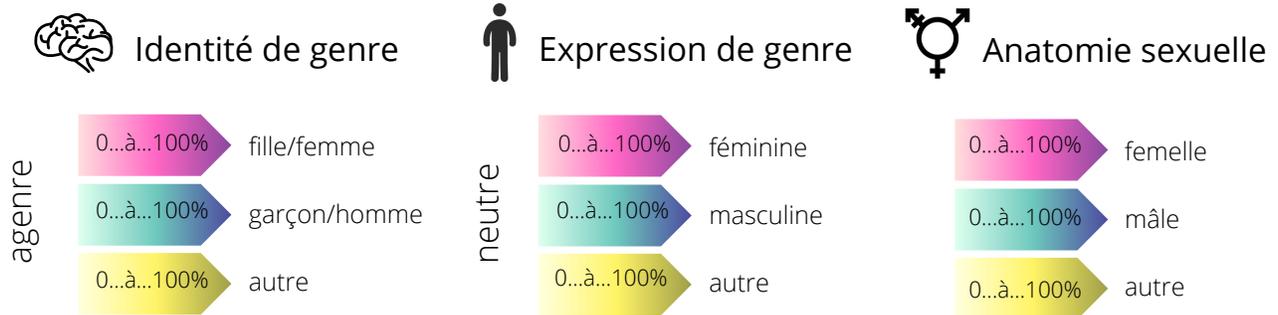
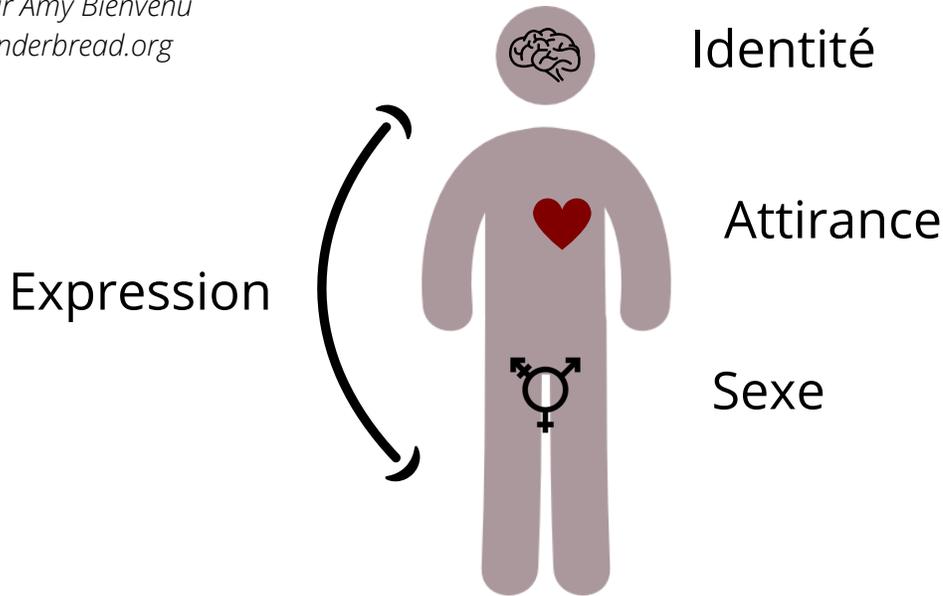
### Troisième exemple, Maxime

Maxime s'est fait assigner le sexe homme à la naissance, il a eu une puberté caractéristique masculine, et tous ses appareils génitaux fonctionnent très bien. Seulement voilà, les chromosomes de Maxime ne sont pas XY, ils sont XYY. Chez lui, il n'y a pas vraiment de manifestation. Maxime n'aura pas conscience de ses chromosomes, à moins qu'il fasse un test médical. Il vivra probablement toute sa vie sans savoir qu'il fait partie de la catégorie "autre".

Au lieu de les appeler "les autres", les personnes comme Martine, Paul et Maxime sont désignées par le mot **intersexe**. Il y a toute une histoire à leur identité, c'est très intéressant, je vous conseille de faire des recherches sur le sujet.

# Personne Gingenre

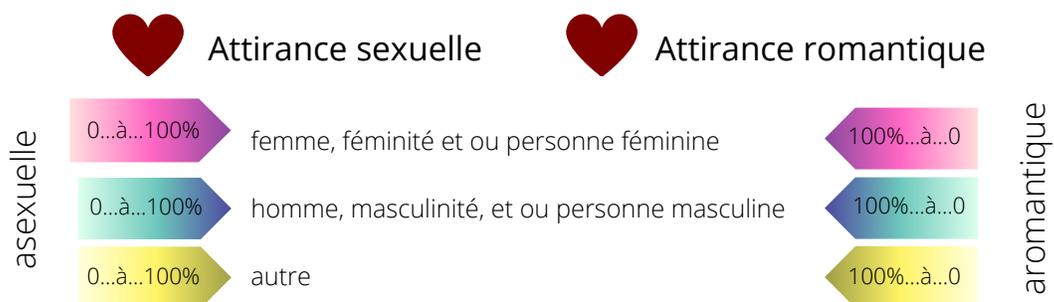
Outil pédagogique Personne Gingenre  
 Adapté par Amy Bienvenu  
 Source genderbread.org



transgenre : identité de genre qui ne correspond pas au sexe assigné à la naissance.  
 non-binaire : identité de genre ni exclusivement masculine, ni exclusivement féminine.

Identité ≠ Expression ≠ Sexe  
 Genre ≠ Orientation Sexuelle

Sexe assigné à la naissance  
 féminin  intersexe  masculin



# L'identité de genre

## La transidentité

Attaquons maintenant l'identité de genre.

### Je suis cisgenre

Je vais me prendre comme exemple : à la naissance, on m'a regardé de haut en bas et on a décrété que j'étais un garçon. Aujourd'hui, quand je m'assois pour y penser, je me sens aussi comme un homme. On appelle ça **cisgenre**.

### Je suis transgenre, femme trans, homme trans

Mon amie Alex, à sa naissance, s'est aussi fait assigner le sexe homme à la naissance. Aujourd'hui, quand Alex s'assoit pour y penser, elle se sent plutôt comme une fille. Depuis qu'elle s'en est rendu compte, Alex utilise des pronoms féminins. Elle m'a déjà raconté que, à bien y penser, elle ne s'était jamais vraiment sentie garçon. Plus jeune, elle imitait davantage sa mère que son père. Elle aimait bien jouer aux camions, mais avait aussi une collection de robes pour ressembler aux princesses à la télévision. Elle a même déjà demandé à sa mère "quand est-ce que mon pénis va tomber et que je vais devenir une fille?"

Ce n'est que plus tard qu'Alex a appris le mot **transidentité**, et qu'elle a donc pu s'identifier comme une **femme trans**.

Ainsi, Alex ne veut pas être considérée comme un homme qui veut être une femme, puisqu'elle est une femme.



Se refaire une image

Plusieurs scientifiques, comme la neurologue Ivanka Savic (Ouatik, 2018), affirment que les cerveaux des femmes trans, comme celui d'Alex, sont réellement plus semblables à un cerveau féminin qu'à un cerveau masculin. Car oui, il y a des différences morphologiques visibles entre les cerveaux des hommes et des femmes. Les personnes trans ont conscience de leur genre à un assez jeune âge, vers 2 ou 3 ans.

Lorsque nous parlions de sexe assigné à la naissance, je vous ai dit qu'une personne peut avoir des attributs à la fois masculins et féminins. C'est aussi vrai pour l'identité de genre.



## La non binarité

Je vous présente mon ami Gab. À sa naissance, on l'a regardé de haut en bas et on a décrété que Gab était une fille. En grandissant, Gab se sentait comme une fille, mais aussi comme un garçon. Gab me dit souvent « je n'ai jamais compris pourquoi les gens s'affirmaient comme homme ou femme. Qu'est-ce qui fait en sorte qu'on est un homme ou une femme, en dehors de notre physique ?

J'aime bien certaines parties de mon corps féminin et j'ai le goût de mettre des robes et de placoter avec mes amies filles. Mais il y a d'autres parties de mon corps que je trouve trop féminines, auxquelles je ne m'identifie pas. En plus, j'ai plein d'intérêts qui sont considérés "masculins", comme jaser de mécanique avec mes oncles autour d'un feu et d'une bière froide ».

Puisque Gab se sent à la fois masculin et féminine, certains pronoms ne lui ressemblent pas.

Gab aime bien le pronom iel, car c'est un pronom non binaire, c'est-à-dire qu'il sort de la binarité de genre. Pensez aux codes binaires où il n'y a que des 1 ou des 0 (1,0,1,0, femme, homme, femme, homme, elle, il, elle, il ...).

Gab est une personne **non binaire** et iel utilise des pronoms neutres. En gros, non-binaire signifie « qui ne s'identifie pas exclusivement femme, ou exclusivement homme ».

Comme vous pouvez le voir sur le graphique de la personne Gingembre (*figure 1*), l'identité de genre est en continuum.

Je vous disais tantôt que le cerveau d'Alex, la femme trans, est physiquement féminin. Alors qu'en est-il du cerveau de Gab, la personne non binaire? Si la neurologue regardait un scan de son cerveau, elle ne serait pas capable de le mettre dans la catégorie homme ou femme. Le cerveau de Gab est réellement non binaire. Ce n'est pas juste un choix, Gab est fait-e comme ça.

### Il y a toutes sortes d'identités de genre, en voici quelques exemples :

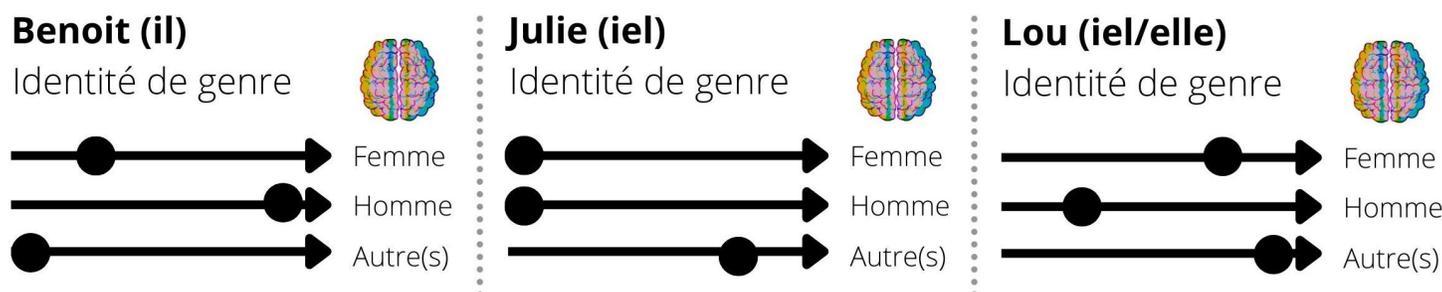


figure 2

## L'expression de genre

Passons maintenant à l'expression de genre. Cela concerne le style de vêtement, les manières de langage et les mimiques, le nom de la personne, etc.

Catherine exprime de la féminité grâce à son nom, aux colliers qu'elle porte, à sa coupe de cheveux, à sa manière de s'asseoir, à la manière qu'elle se colle sur son mari, au vélo qu'elle utilise, à sa tasse de café, et plus encore. Cependant, le terme pourrait porter à confusion. Le premier réflexe serait de penser que c'est simplement l'extériorisation de son genre.

Ainsi, une fille s'habille avec des robes, un homme avec une cravate, et une personne non binaire combine les deux. J'attire à nouveau votre attention sur l'image représentant la personne Gingembre remarquez comment chaque dimension de la personne est indépendante de l'autre (*figure 1*)



Prenons l'exemple de Jonathan, un homme cisgenre (qui s'identifie au sexe assigné à sa naissance). Bien qu'il soit un homme, il adore magasiner ses vêtements dans la section des femmes. Il prend des chemises professionnelles avec une ligne de dentelle au bout des manches, une blouse avec un motif de fleur rouge et noire, une belle veste bleue, un pantalon ligné et des boucles d'oreilles de perles. Malgré tout ça, Jonathan reste un homme qui aime jouer au hockey avec les gars du bureau.

Parfois, des étrangers qui le croisent de dos l'appellent "madame", mais il les corrige et les étrangers se reprennent.

Des fois, il rencontre des personnes qui lui disent qu'il est bizarre de s'habiller comme ça, alors il répond : « J'aime mes vêtements, alors je ne vais pas m'empêcher de les porter simplement parce que je les ai pris dans la section des femmes. Ce qui serait bizarre ça serait de porter seulement des chemises, même si j'aime pas ça, parce que quelqu'un à un moment donné a décidé que c'est ce que les hommes doivent porter ».

Il est très authentique, Jonathan.

Nath, iel, est une personne non binaire. Ça ne l'empêche pas d'avoir un faible pour la section des hommes. Iel porte souvent une casquette de baseball avec un T-shirt et des jeans.

## Les attirances L'attirance sexuelle

Et finalement, les attirances. C'est un sujet avec lequel les gens ont de plus en plus de facilité.

Thomas est hétérosexuel, il a une conjointe. Brigitte est homosexuelle, elle a aussi une conjointe. Olivier est bisexuel, il est présentement avec une conjointe, mais son ex est un homme.

Comme pour le reste des sujets abordés tout au long du texte, l'attirance est un continuum. Certaines personnes sont attirées par les hommes, par les femmes, et/ou par les personnes non binaires.

Édouard aime les femmes, les hommes, les personnes non binaires et en fait il se fout un peu de l'identité de genre ou du sexe de la personne. Il se considère pansexuel (pan, comme pandémie, signifie « tout ») puisqu'il ressent une attirance sexuelle peu importe l'identité sexuelle ou de genre. Mais ça ne veut pas dire que Édouard est attiré par tous ceux qu'il croise dans la rue. Comme tout le monde, il y a des types de personnes qui l'intéressent plus. Par exemple, il aime bien les femmes rousses, il préfère les hommes costauds et bruns et aime beaucoup les personnes tatouées.

Mireille, elle, n'est pas vraiment attirée par les hommes. Par les femmes et les personnes non binaires non plus à vrai dire. Mireille s'identifie comme une personne asexuelle, puisqu'elle ne ressent pas d'attirance sexuelle. Elle a été avec quelques hommes, dont une relation de 3 ans, avant de se rendre compte qu'elle n'éprouvait aucun désir sexuel à l'égard des hommes. Elle n'a pas eu besoin d'avoir d'expérience avec une femme pour savoir qu'elles ne l'intéressaient pas non plus. Mireille vit tout de même une vie remplie d'amour. Elle habite dans un magnifique condo avec son chien Bubule, et sa fille vit avec elle une semaine sur deux. Elle l'aime de tout son cœur. Mireille aime ses parents, son frère, ses ami(es), comme tout le monde, mais elle ne veut pas de conjoint(e).



Ne restez pas dans l'ombre

# RÉSUMÉ SUR LES SEXUALITÉS

Écrit par Amy Bienvenu

## ASEXUEL ET DEMISEXUEL

### **Asexualité**

Se définit par aucune ou peu d'attraction.

### **Demisexualité**

Se définit par l'attraction qui survient uniquement après création d'un lien spécial avec une seule personne.

## HOMOSEXUEL

### **Homosexualité**

Se définit par l'attraction exclusive envers le même genre.

### **Gay/Gai**

Désigne un homme attiré par les hommes.

### **Lesbienne/Gaie**

Désigne une femme attirée par les femmes.

## BISEXUEL

### **Bisexualité**

Se définit par l'attraction envers plus d'un genre.

*Note: une personne bisexuelle reste bisexuelle peu importe si sa relation actuelle est homosexuelle ou hétérosexuelle.*

## HÉTÉROSEXUEL

### **Hétérosexualité**

Se définit par l'attraction envers le genre opposé.

Les sexualités pansexuel, polysexuel et omnisexuel sont des variations de la bisexualité.

## L'attirance romantique

J'aimerais maintenant vous parler de l'attirance romantique qui, peu de gens le savent, n'est pas la même chose que l'attirance sexuelle. La romantique fait appel à un sentiment amoureux. C'est la connexion plus interpersonnelle entre deux personnes.

Paul a une attirance romantique envers les femmes. Il aime être en couple avec une femme et passer des moments romantiques avec elle. Il est aussi attiré sexuellement par les femmes. Quand il va à la plage, il jette des regards aux femmes en habit de bain. Mais parfois, Paul regarde aussi les hommes.

En fait, il a déjà eu une relation sexuelle avec un homme. Ça lui a plu, mais pourtant, il ne voudrait pas être en couple avec un homme ni passer des moments romantiques avec lui comme il le ferait avec une femme.

Si on sort les grands mots, on pourrait dire que Paul est bisexuel et hétéroromantique; il est attiré sexuellement par les hommes et les femmes et romantiquement par seulement les femmes.

Michelle, elle, est asexuelle et homoromantique. Cela veut dire que les relations sexuelles ne l'intéressent pas, mais qu'elle est intéressée à être en couple avec une femme.

Comme pour l'identité de genre, le curseur de l'attirance peut être placé n'importe où sur le continuum de la catégorie homme, de la catégorie femme ou de la catégorie autre. L'attirance sexuelle et l'attirance romantique sont entièrement indépendantes.

Référence:

Ouatik. (2018, octobre 20). Dans la tête d'une personne transgenre | ICI.Radio-Canada.ca. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelles/special/2018/10/transgenre-cerveau-corps-femme-homme-psychologie-sexe-biologie/> )



---

### Note de la fin

Vous voilà plus renseigné sur la diversité sexuelle et de genre. Toutefois, le but de ce texte n'est pas de répondre à toutes vos questions. Au contraire, il est fait pour en soulever. Si vous vous demandez « comment les personnes bisexuelles font pour choisir s'ils vont passer leur vie avec un homme ou une femme ? », ou « quelles sont les autres identités de genre que nous n'avons pas nommées ? », ou « comment les personnes intersexes ont été traitées dans l'histoire ? », ou « dans quelle salle de bain publique vont les personnes non binaires », ou « comment font les personnes asexuelles pour vivre en couple ? », ne vous en faites pas. Vous pouvez facilement trouver toutes ces informations sur internet. Faites tout de même attention d'utiliser des sites fiables. En voici quelques-uns.

- Interligne
- Tel-Jeune
- GRIS Québec
- Radio-Canada, pour de nombreux témoignages

Si vous vous êtes reconnus dans les exemples, si ce texte a provoqué des questionnements plus personnels, ou si vous vous inquiétez pour un proche, n'hésitez pas à en parler. Ça peut être à vos proches, à votre intervenant-e, ou à une ressource disponible et prête à parler avec vous (voir la page de références).

# Entrevue avec Kamille Painchaud-Lavallée

*Écrit par Lucie Forest et Amy Bienvenu*

Comment ça a commencé pour toi?

« Même au secondaire, quand je n'avais pas idée que je puis être trans, Je vivais de la dysphorie de genre. À la puberté, ça faisait "non, ça ne va pas là! Je ne veux pas ressembler à mon père, il faut que je ressemble à ma mère." Mon père c'est un homme beau et charmant [...] ressembler à mon père ça ne marchait pas.

Et comment s'est passé l'adolescence ?

« Je n'étais pas maniérée comme le stéréotype des homosexuelles. Depuis le secondaire, c'était une question de survie d'ajuster ma gestuelle et tout ça, pour ressembler le plus possible à un gars pour ne pas manger des volées. Dans les années 90, c'était une école très homogène au niveau de la population, et la différence est très difficile à vivre dans ce temps-là. Certains voyaient quand même ma féminité et pensaient que j'étais un homme gai, mais dans ma tête ce n'était pas ça. [...] Par la suite, quand j'ai fait ma transition, ça a fait "Oui, ils n'avaient pas tout à fait tort; je suis gaie, je suis aux filles, je suis lesbienne." »

Pourquoi avoir attendu tout ce temps pour faire ta transition ?

« J'avais trop peur de commencer une transition. Je craignais l'impact que ça allait avoir pour mes enfants, je craignais de les perdre. J'avais peur de me retrouver dans une situation où les relations avec l'école allaient devenir compliquées; ce qui s'est avéré être le cas même 15 ans plus tard. Je craignais de ne pas être belle, que ça ne vaille pas la peine. Au fil des années, le poil qui pousse, la calvitie qui commençait ; ça m'a donné une claque. Je me disais : "il est trop tard!" Je me suis regardée dans le miroir et je me demandais objectivement "est-ce qu'il y a quelque chose à faire?". J'ai gardé ça dans la tête pendant très longtemps. »

Quel a été l'élément déclencheur pour faire une transition?

« Après une relation très difficile, j'avais atteint le fond. C'est là que je me suis rendu compte que je ne réglerais rien tant que je n'aurais pas réglé la base de qui je suis. [...] Je ressentais ce besoin urgent d'être moi-même, et non de vivre dans un mensonge très lourd. [...] Et un jour, je me suis regardée dans le miroir et j'étais optimiste : oui, je peux, je vais faire ce qu'il faut pour que ça marche. Je suis allée chercher de l'aide; et à Québec, ce n'était pas facile parce qu'il n'y avait pas d'aide à Québec pour les personnes trans de mon âge. »

Quelle a été la réaction de la famille?

« Ma famille avait l'air de me supporter, mais n'était pas [réceptive] à ce que je vivais vraiment avec ma détresse face à mes traits masculins. Elle voulait m'imposer leur perception en me disant "être une femme ce n'est pas ça", "tu es déjà belle, tu n'as pas besoin de ça". Mon problème n'est pas de ne pas me trouver belle, c'est vraiment de la dysphorie de genre, une détresse par rapport à mes traits masculins. J'ai senti que mon dernier espoir était mort et je me suis mise à être suicidaire. »

Comment as-tu été reçue par le système de santé ?

« À l'hôpital, ils ne voulaient pas tenir compte du fait que j'étais trans dans leur diagnostic. Ils supposaient que j'avais un trouble de personnalité, que j'exagérais, je fabulais. Et le nombre de fois que j'ai été mégenrée et morinomée au masculin (deadnamée); c'était un manque de respect total. J'avais besoin de pouvoir me cacher le visage, car j'avais de la barbe. Je leur ai demandé plusieurs fois de faire attention et eux me disaient "on a l'habitude de même." [...] Je suis partie de là-bas en colère, et je voulais que les choses changent. »

Qu'as-tu fait pour changer les choses ?

« Aucun organisme existant à la ville de Québec ne pouvait m'aider au moment de mon coming-out. [...] J'ai vite appris par moi-même à me maquiller, à pratiquer ma voix, à m'habiller pour me mettre en valeur. [...] J'ai lancé mon propre organisme pour répondre à la demande. J'ai commencé des groupes de rencontres trans tous les jeudis, à la même heure, au même endroit; et ça tient depuis ce temps-là. [...] Je suis allée au défilé de la fierté à Montréal. Là, je suis montée sur une table avec un porte-voix pour dire ce que j'allais faire et j'ai parlé de mon organisme. [...] Peu de temps après, j'ai reçu une lettre de la direction du MSSS, me disant qu'il y aura des travaux concernant les personnes trans. J'ai alors redirigé mes efforts vers les autres personnes trans. »

Quelle a été la réaction de tes enfants face à ta transition ?

« Pour moi, c'était une grosse étape de le dire à mes enfants. Au moment où je commençais ma transition, il n'y avait que le deuxième qui était chez moi; il devait avoir 15 ans. Au début, c'était difficile de lui parler parce que j'avais peur de ce que ça allait faire à sa vie. Et lui, il a juste dit : "tu restes la même personne. Je vais continuer à t'aimer." Littéralement, il a été la meilleure personne de mon entourage; sa réaction a été très positive. Quant au plus jeune, c'était plus compliqué avec la covid; je ne pouvais pas le voir comme je le voulais. Son autre mère avait beaucoup de crainte, une personne très anxieuse, et l'exprimait par rapport à notre fils. [...] Et quand il est venu chez nous, son grand frère m'appelait déjà maman tous les jours; et pour lui, le switch s'était fait en même pas un jour. [...] Les enfants sont souvent beaucoup mieux que les adultes dans ces situations-là. »

Nous remercions Kamille pour son beau témoignage. <https://fb.com/ATAQ.Officiel>



# QUE VEUT DIRE LGBTQ?



L'acronyme peut être très long et compliqué, tel que LGBTQQIP2SAA+. Habituellement, on écrit LGBT ou LGBTQIA+. Au fédéral : 2SLGBTQI+

L	<i>Lesbienne</i>	Femme qui est attirée par des femmes.
G	<i>Gay</i>	Homme qui est attiré par des hommes.
B	<i>Bisexuel</i>	Personne attirée par plus d'un genre.
T	<i>Transgenre</i>	Aussi appelé "Trans", une personne du genre différent de celui assigné à la naissance. Rien à voir avec le travestisme qui est une forme de déguisement.
Q	<i>Queer</i>	Personne qui n'est pas cisgenre (non transgenre) et hétérosexuelle.
	<i>Questionning</i>	Personne qui est en questionnement face à son identité de genre ou orientation sexuelle.
I	<i>Intersexe</i>	Personne qui a des traits ou organes sexuels différents. Intersexe n'est pas une sexualité.
A	<i>Asexuel</i>	Personne qui éprouve peu ou pas d'attraction sexuelle.
	<i>Agenre</i>	Personne qui ne s'identifie à aucun genre.
	<i>Aromantique</i>	Personne qui éprouve peu ou pas d'attraction amoureuse.
2S	<i>Bispiritualité</i>	Personne d'une communauté autochtone qui remplit un rôle cérémoniel et social traditionnel de troisième genre.
+		Personne qui ne se retrouvent pas nécessairement dans les lettres de l'acronyme présenté. Plus inclusif.

# Champ Libre

*À chaque parution du journal, cette page sera offerte aux membres et intervenants-tes du Verger pour s'exprimer. Nous sélectionnerons, parmi les commentaires, les suggestions, les oeuvres d'arts et autres messages reçus, ceux qui apparaîtront dans la prochaine édition.*

*Bienvenue à tous.*



Le comité journal remercie tous ceux qui ont contribué à cette édition du journal soit par l'apport d'articles, de textes ou de schémas qui y ont été intégrés. Un merci tout particulier à Maureen, Raphaël, Caroline, Philippe, Lucie et Amy pour leurs textes et schémas et à Kamille pour son témoignage.

**Merci!**

*Le comité journal*

*Collaboration à la mise en page Paul Poirier et Amy Bienvenu*



## QUELQUES RÉFÉRENCES



**Aide aux trans du Québec** (ligne d'écoute sans frais 24/7) :  
1 855 909-9038 #1 <https://atq1980.org/>

### **Interligne** (ligne d'écoute)

Organisme de première ligne pour les personnes de la diversité sexuelle et la pluralité de genre offrant des services d'écoute, d'intervention et de sensibilisation.

Ligne d'écoute et texto (partout au Québec) : 1 888 505-1010 (24h/7jours)

Téléphone pour des questions juridiques (sans frais) : 1 888 970-2720 (mardi de 17h à 20h)

Courriel : [aide@interligne.co](mailto:aide@interligne.co). Site Web : [www.interligne.co/](http://www.interligne.co/)

→ Programme Alix : Plateforme sécuritaire pour parler ou déclarer anonymement les violences vécues par les personnes des communautés LGBTQ+.

Site Web : [www.alix.interligne.co/](http://www.alix.interligne.co/)

### **Gris Québec**

Organisme ayant pour but de sensibiliser la population au sujet des orientations sexuelles et d'identités de genre tout en apportant du soutien aux jeunes de la diversité.

Service L'Accès (milieu de vie) : Local libre, sain et sécuritaire ayant une programmation d'activités variées pour les jeunes de 14 à 21 ans de la diversité sexuelle, de genres et d'expression de genres.

Téléphone : 1 418 523-5572. Courriel : [info@grisquebec.ca](mailto:info@grisquebec.ca). Site Web : <https://grisquebec.org/>

### **MIELS-QUÉBEC**

625, avenue Chouinard, Québec (Québec) G1S 3E3

Téléphone : (418) 649-1720 (Sans frais : 1 855-649-1720)

Par texto : 581-705-6883

Courriel : [dgmiels@miels.org](mailto:dgmiels@miels.org)

### **Alliance Arc-en-ciel de Québec** 418 809-3383

[info@arcencielquebec.ca](mailto:info@arcencielquebec.ca)

274 rue Christophe-Colomb Est Québec, (QC) G1K 3T2

