

Module d'appoint sur les relations saines – PPVJ

10^e année

Bureau de santé du district de Thunder Bay

Programme des écoles saines

Année scolaire 2024-2025

Le présent guide d'animation a été créé dans le cadre du programme des écoles saines. Le Bureau de santé du district de Thunder Bay détient la propriété intellectuelle de ce guide. Il peut être utilisé en classe seulement et ne remplace pas les conseils de professionnels ou de médecins. Le présent guide d'animation peut être redistribué ou adapté uniquement si une autorisation de reproduction des documents du Bureau de santé du district de Thunder Bay a été accordée. Les documents sur Canva ne peuvent pas être redistribués ou adaptés.



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada



Thunder Bay District
Health Unit

Objectifs d'apprentissage :

Les participants étudieront l'effet des médias et de la société sur notre compréhension des relations et nos attentes à ce sujet, et développeront des habiletés essentielles pour nouer des relations saines tout au long de leur vie. Ils comprendront mieux les caractéristiques des relations saines et des relations malsaines, et feront des exercices pratiques sur le consentement et la façon d'établir des limites saines.

Fin de l'atelier (Partie 1 – Les relations dans la société) :

Papier et crayon

Fin de l'atelier (Partie 2 – Développer des habiletés pour nouer des relations saines) :

Papier et crayon

PARTIE 1 : Les relations dans la société

Aperçu de l'atelier :

	Programme	Durée
1	Présentations	5 minutes
2	Médias, normes propres au genre et stéréotypes	15 minutes
3	Dynamique du pouvoir	10 minutes
4	Caractéristiques des relations saines et des relations malsaines	15 minutes
5	Violence fondée sur le genre	15 minutes
6	Ressources et soutiens	10 minutes
	Total	70 minutes

Liste de vérification :

- Canva : [lien](#)
- Fiche sur les relations saines

COMMENCEZ ICI SUR CANVA

PRÉSENTATIONS

5 minutes

ANIMATION : Bonjour, mon nom est _____. Je suis infirmier.ère en santé publique et je travaille pour le programme des écoles saines. (Possibilité de personnaliser les présentations, de mentionner un fait amusant, de parler de ses antécédents professionnels, etc.) Le personnel infirmier du programme des écoles saines fait la promotion de la santé et des relations saines auprès des élèves. L'atelier sur les relations saines comprend deux parties. Il a été créé dans le cadre du Projet de prévention de la violence chez les jeunes financé par l'Agence de la santé publique du Canada. L'atelier porte sur la dynamique des relations saines et des relations malsaines. Il a pour but de vous aider à développer les habiletés qui vous permettront de nouer des relations saines et de vous épanouir. Il vise également à vous aider à réfléchir aux nombreux types de relations que vous nouerez au cours de votre vie, notamment avec des ami.e.s, des membres de votre famille, des collègues de travail, des camarades de classe et des coéquipiers sportifs. La présentation aborde également la question des relations romantiques. Il est important de garder ces renseignements à l'esprit, même si vous n'êtes pas dans une relation amoureuse en ce moment, car vous le serez probablement un jour.

À *mon avis*, cette présentation est particulièrement importante parce que

_____.

PROCHAINE DIAPO

Directives sur les espaces sûrs

ANIMATION : Avant d'entreprendre notre discussion, je tiens à préciser que nous allons aborder des sujets sensibles. Il est important que vous vous sentiez à l'aise.

- Lors de la présentation, nous allons parler des caractéristiques des relations saines et des relations malsaines, ainsi que de la violence fondée sur le genre. Il se peut que vous ayez du mal à parler de ces questions si elles vous rappellent des expériences difficiles que vous-mêmes ou une personne chère avez vécues. C'est tout à fait normal. N'hésitez pas à me demander de l'aide ou à vous adresser à une autre personne adulte digne de confiance comme votre conseillère ou conseiller en orientation scolaire ou un membre du personnel enseignant si vous trouvez que la discussion d'aujourd'hui est éprouvante.
- Il est important de prendre soin de soi, que ce soit en faisant une pause ou en demandant l'aide de votre enseignante ou enseignant.
- Je vous invite à faire preuve de respect envers vous-mêmes et envers autrui pendant la séance d'aujourd'hui.
- Pendant les discussions, je vous prie de ne pas révéler l'identité de qui que ce soit. Utilisez plutôt des tournures comme « je connais une personne qui ».

- Il est important de communiquer ouvertement et de prendre la parole une personne à la fois.
- N'hésitez pas à poser des questions, quelles qu'elles soient.
- Avez-vous d'autres suggestions pour créer un espace sûr et inclusif?

PROCHAINE DIAPO

Vue d'ensemble de la 1^{re} séance

ANIMATION : Aujourd'hui, nous allons parler des relations dans la société et des facteurs qui influencent notre compréhension et nos attentes, dont les suivants :

- Façons dont les médias présentent les relations
- Dynamique du pouvoir
- Caractéristiques des relations saines et des relations malsaines
- Violence fondée sur le genre
- Ressources et soutiens

ANIMATION : À la fin de la présentation, je vous remettrai un document où vous trouverez une liste de soutiens et de ressources d'apprentissage. De plus, je vous demanderai de remplir une courte évaluation pour nous aider à améliorer la présentation et en faire profiter la prochaine cohorte.

PROCHAINE DIAPO

MÉDIAS, NORMES PROPRES AU GENRE ET STÉRÉOTYPES

15 minutes

Nous allons commencer la séance d'aujourd'hui en discutant des façons dont les médias et la société présentent les relations. Pensez au dernier film romantique que vous avez vu ou à la toute dernière controverse sur les médias sociaux. Ces histoires ne sont pas que du divertissement. Elles montrent ce qui est considéré comme cool dans la société en ce qui concerne l'amour.

PROCHAINE DIAPO

Question (pour la discussion en groupe)

ANIMATION : Examinons l'influence que les normes propres au genre, les attentes et les stéréotypes exercent sur notre compréhension de nous-mêmes et des autres.

Exemples d'images provenant des médias

Médias sociaux : Taylor Swift et Travis Kelce, Kim K et Kanye West, Gabby Potito

Télévision : Never have I ever, The summer I turned pretty, Reservation Dogs,

Wildhood, 13 reasons why, On my block

Films : The Notebook

Vous pouvez présenter les prochaines diapos ou poser les prochaines questions à l'aide de kahoot ou en discuter brièvement avec les élèves :

- Pouvez-vous me donner des exemples de ce qu'on nous apprend au sujet du rôle des filles et des femmes, des attentes envers elles et des stéréotypes dont elles font l'objet?
- Qu'est-ce que la société considère comme un « vrai homme »?
- Qu'est-ce que la société considère comme un « bon gars »?
- Comment sommes-nous exposés à ces messages?
- Selon vous, quels sont les effets de ces messages de la société sur les garçons et les hommes?
- Selon vous, quels sont les effets de ces messages de la société sur les filles et les femmes?

Après chaque question, faites un suivi de quelques réponses. Vous pouvez souligner les réponses qui reviennent plusieurs fois.

PROCHAINE DIAPO

Établir des liens

ANIMATION : Pourquoi les médias et notre perception du genre et des relations sont-ils importants? Vous avez peut-être constaté que les médias peuvent influencer considérablement nos perceptions...

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : particulièrement notre perception et notre compréhension de la dynamique des genres...

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : ainsi que nos comportements et la façon dont nous traitons les autres.

PROCHAINE DIAPO

DYNAMIQUE DU POUVOIR

10 minutes

ANIMATION : Les médias influencent nos perceptions. La dynamique du pouvoir a elle aussi une influence sur les relations. Nous allons maintenant examiner les effets de l'autorité, des forces personnelles et des structures de la société sur les liens que nous tissons.

La dynamique du pouvoir est comme un courant invisible qui façonne les relations. Ce peut être la capacité de persuasion d'un ami ou l'autorité exercée par une enseignante dans la classe. La dynamique du pouvoir se manifeste de façon subtile et est influencée par les forces et les capacités des personnes en cause. Elle peut être équilibrée et respectueuse, mais, dans une relation malsaine, elle prend la forme de contrôle exercé par une personne sur l'autre. C'est comme si un joueur décidait d'établir ses propres règles pendant un match ou essayait de contrôler le jeu de ses coéquipiers. Lorsqu'une personne obtient toujours ce qu'elle veut, n'écoute personne ou essaie de contrôler tout, la dynamique du pouvoir est malsaine. C'est comme un joueur qui garde la manette pour lui et ne laisse personne d'autre jouer.

Dans une relation saine, les deux personnes sont conscientes de leur pouvoir et de la façon dont elles le partagent. Elles prennent les décisions ensemble et chacune se sent respectée et entendue.

Examinons quelques types de pouvoir qui façonnent les relations.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Le pouvoir positionnel provient d'un poste de direction ou d'autorité.

Vous pouvez demander aux élèves de vous donner des exemples ou, si vous manquez de temps, dites-leur de réfléchir au pouvoir positionnel qu'ils détiennent. Ce pouvoir peut provenir d'un emploi qu'ils occupent ou de responsabilités qu'ils assument comme être entraîneur pour une équipe, faire du tutorat, garder des enfants ou avoir des frères et sœurs plus jeunes.

Voici des exemples de pouvoir positionnel : entraîneur.se, enseignant.e, superviseur.e, parent, médecin, vedette, politicien.ne, chef.fe religieux.se, etc.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Le pouvoir personnel provient des habiletés, des forces et des capacités d'une personne, ainsi que des privilèges dont elle jouit, et peut être exercé même si la personne n'est pas en position d'autorité.

Vous pouvez demander aux élèves de vous donner des exemples ou, si vous manquez de temps, dites-leur de réfléchir au pouvoir personnel qu'ils détiennent. Ils peuvent avoir un pouvoir personnel parce qu'ils sont athlétiques, parce qu'ils sont grands, parce qu'ils jouent d'un instrument, parce qu'ils ont de bonnes notes à l'école ou parce qu'ils possèdent certaines qualités qui leur viennent en aide.

Voici d'autres exemples de pouvoir personnel : confiance en soi, capacité d'influencer les autres, courage, liens sociaux nombreux, etc.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Le pouvoir systémique est un peu plus complexe. Il provient d'avantages ou d'obstacles historiques et sociaux souvent invisibles liés à des préjugés sociaux en ce qui concerne le genre, la richesse, la taille corporelle, le logement, l'autorité, la couleur de la peau, la neurodiversité, la santé mentale, la sexualité, les capacités physiques, le niveau d'instruction et la langue.

Par exemple, réfléchissez aux avantages dont jouit une personne non handicapée lorsqu'elle marche sur le trottoir à Thunder Bay en hiver – les trottoirs sont souvent enneigés – comparativement à la situation d'une personne en fauteuil roulant. Ou encore aux avantages dont jouit une personne qui maîtrise l'anglais par rapport à la situation d'une personne qui ne maîtrise pas cette langue. Nous sommes tous différents. Le pouvoir systémique renvoie à la façon dont les préjugés de la société découlant de ces différences avantagent ou désavantagent certaines personnes.

Vous pouvez demander aux élèves de réfléchir aux avantages dont ils ont joui ou aux obstacles auxquels ils ont été confrontés en raison de leurs caractéristiques personnelles. Vous pouvez leur donner un exemple si vous avez assez de temps.

PROCHAINE DIAPO

Réflexion sur le pouvoir

ANIMATION : Il est important de comprendre que vous n'avez peut-être pas choisi certains des privilèges dont vous jouissez ou des pouvoirs que vous possédez, mais que vous êtes responsables de la façon dont vous les utilisez et de votre impact sur d'autres personnes. C'est pour cette raison qu'il est utile de réfléchir aux types de pouvoir que nous détenons et à leurs effets possibles sur autrui. Par exemple, si vous êtes grands et bâtis, vous pourriez être plus intimidants qu'une personne plus petite que vous.

Le fait d'avoir divers types de pouvoir n'est pas nécessairement mauvais. Cela dit, il ne faut jamais utiliser notre pouvoir pour causer du tort ou contrôler une personne. C'est ce qu'on appelle un abus de pouvoir.

PROCHAINE DIAPO

RELATIONS SAINES ET RELATIONS MALSAINES 15 minutes

Spectre des relations

ANIMATION : Toutes les relations s'inscrivent dans un spectre allant des relations saines aux relations violentes. La dynamique du pouvoir détermine en grande partie où une relation se situe dans ce spectre. À une extrémité du spectre, il y a les relations saines où chaque personne est sur un pied d'égalité et respecte l'autre, ce qui en fait une relation fructueuse et agréable. C'est ce genre de relation que nous voulons avec nos amis, nos collègues, nos coéquipiers, notre famille et notre partenaire romantique. Au milieu du spectre se trouvent les relations malsaines, qui sont caractérisées par une lutte pour le pouvoir et le contrôle. Il nous arrive tous d'adopter des comportements malsains, mais, idéalement, nous nous en rendons compte et y mettons fin. À l'autre extrémité du spectre se trouvent les relations violentes, qui sont caractérisées par un déséquilibre du pouvoir et le contrôle. Il faut savoir où se situent vos relations afin de déterminer si elles sont sur la bonne voie ou si vous devez y apporter des changements ou y mettre fin.

PROCHAINE DIAPO

Caractéristiques des relations saines et des relations malsaines

ANIMATION : Pour prendre conscience de la dynamique d'une relation, il faut pouvoir cerner ses caractéristiques saines et malsaines. On se dotera alors d'une boussole qui aidera à se diriger vers une relation plus saine.

Présentez la vidéo « *Unhealthy Connections: they're not your friends* » <https://www.youtube.com/watch?v=cQW8OwP1iBs>

PROCHAINE DIAPO

Jeu-questionnaire

ANIMATION : Qu'est-ce qu'on entend par une relation saine et une relation malsaine? Qui dans la relation décide ce qui est sain et ce qui ne l'est pas? C'est ce que nous allons examiner.

Demandez aux élèves de se rendre au point A (à gauche), B (au centre) ou C (à droite) de la classe pour répondre aux questions suivantes à choix multiples. (Sur la diapo, A, B et C illustrent les endroits où les élèves doivent aller. Vous pouvez également demander aux élèves de répondre aux questions en levant la main.)

PROCHAINE DIAPO

Diapos du jeu-questionnaire (présentez toute la série)

PROCHAINE DIAPO

VIOLENCE FONDÉE SUR LE GENRE

15 minutes

Question

ANIMATION : Après avoir examiné des exemples de relations saines et de relations malsaines, nous allons nous pencher sur l'autre extrémité du spectre des relations, soit les relations violentes.

Selon vous, qui est plus à risque d'être victime de violence dans une relation?

Posez la question et discutez-en brièvement avec les élèves.

PROCHAINE DIAPO

Statistique Canada

ANIMATION : La violence n'épargne personne. Toutefois, selon Statistique Canada :

- 44 % des Canadiennes ont déclaré avoir fait l'objet de violences.
- Les femmes sont cinq fois plus susceptibles d'être agressées sexuellement que les hommes.
- Le risque est encore plus grand pour les femmes autochtones, les femmes 2SLGBTQIA+, les immigrantes et les femmes handicapées.

PROCHAINE DIAPO

Statistiques pour Thunder Bay

ANIMATION : À Thunder Bay, la violence conjugale a été déclarée récemment une épidémie en raison de ses taux élevés. En effet, le nombre de cas de violence conjugale à Thunder Bay est une fois et demie supérieur au nombre enregistré au pays et deux fois supérieur au nombre enregistré dans la province. Toujours à Thunder Bay, 86 % des victimes sont des femmes. Comme vous pouvez le voir, la violence conjugale est un grave problème à Thunder Bay. C'est pour cette raison qu'il est si important d'apprendre à reconnaître les signes d'une relation malsaine ou violente, et de développer les habiletés permettant de nouer et de maintenir des relations saines et gratifiantes.

PROCHAINE DIAPO

Violence dans les fréquentations chez les jeunes au Canada

ANIMATION : Nous allons maintenant examiner la violence dans les fréquentations chez les jeunes au Canada. Chez les élèves du secondaire au Canada :

- les taux de violence chez les jeunes femmes dans une relation sont dix fois plus élevés que chez les jeunes hommes;
- 43 % des cas de violence dans les fréquentations mettent en cause des jeunes de 15 à 24 ans;
- 28 % des jeunes canadiens ont déclaré que leur partenaire avait essayé de les contrôler ou de leur causer des blessures émotionnelles;
- de 10 à 30 % des jeunes canadiens ont déclaré avoir été victimes de cyberviolence dans leurs fréquentations.

ANIMATION : Comme vous pouvez le constater, la violence dans les fréquentations est malheureusement fréquente chez les élèves du secondaire. Il se peut que vous en ayez été victimes vous-mêmes ou que vous connaissiez quelqu'un qui en a été victime ou qui en a été l'auteur. J'insiste sur le fait que cette violence n'est jamais acceptable. Comme je l'ai mentionné plus tôt, à la fin de la présentation, nous discuterons des personnes à qui vous pouvez vous adresser si vous croyez que votre relation est malsaine ou violente et je vous présenterai des sources d'information à ce sujet.

PROCHAINE DIAPO

Question (pour une courte discussion d'introduction)

ANIMATION : Qu'est-ce que la « violence fondée sur le genre »?

Posez la question pour amorcer une courte discussion en groupe.

PROCHAINE DIAPO

Violence fondée sur le genre

ANIMATION : Les Nations Unies définissent la violence fondée sur le genre comme suit :

- Tout acte préjudiciable commis à l'encontre d'un individu sur la base de son genre.
- Ces violences sont ancrées dans les inégalités de genre, l'abus de pouvoir et les normes pernicieuses.
- Elle a un impact disproportionné sur les femmes, les filles et les personnes bispirituelles, trans et non binaires.

PROCHAINE DIAPO

La violence fondée sur le genre est une expression générale

ANIMATION : La violence fondée sur le genre englobe plusieurs types de violence. Nous allons discuter de certains d'entre eux et en donner des exemples pour vous aider à les reconnaître dans vos propres relations et celles de vos ami.e.s, le cas échéant.

[Document d'information préparé par les Nations Unies](#)

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La violence physique est une forme de violence que nous connaissons tous. Elle comprend l'usage intentionnel de la force physique ou la menace d'y avoir recours.

En voici des exemples : frapper, donner des coups de pied, brûler, empoigner, pincer, pousser, gifler, tirer les cheveux, mordre, cracher, empêcher d'obtenir des soins médicaux, forcer une personne à consommer de l'alcool ou des drogues et faire usage de force physique, et peut comprendre les dommages matériels.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La maltraitance financière renvoie au contrôle ou au mauvais usage de l'argent, ou aux gestes qui empêchent le ou la partenaire d'aller à l'école ou au travail. Si votre partenaire vous dit qu'il ou elle ne veut pas que vous alliez travailler parce qu'il ou elle est jaloux.se de vos collègues de travail, ou si cette personne insiste pour que vous n'alliez pas à l'école afin que vous restiez avec elle, il s'agit d'un type de maltraitance financière, car il nuit à votre capacité de gagner votre vie, de faire des études et d'obtenir votre diplôme, ce qui limiterait vos débouchés à l'avenir.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La violence spirituelle consiste à utiliser les croyances spirituelles d'une personne pour la manipuler ou la contrôler. Par exemple, si quelqu'un a recours aux enseignements religieux, à la culpabilité et à la honte pour forcer une personne à faire quelque chose et lui dit qu'il y aura des conséquences négatives si elle refuse de la faire, il s'agit de violence spirituelle.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La violence psychologique consiste à insulter une personne, à la rabaisser, à l'intimider ou à la menacer. En voici des exemples : menacer de faire du mal à l'animal de compagnie d'une personne, faire en sorte qu'elle se sent mal dans sa peau ou miner son estime de soi.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : On entend par harcèlement ou traque un comportement répété et non désiré qui fait en sorte qu'une personne ne se sent pas en sécurité ou craint pour la sécurité d'un être cher. Il peut s'agir d'une personne qui se présente à plusieurs reprises à votre lieu de travail, vous téléphone ou vous envoie des messages textes constamment même si vous lui avez demandé de cesser de le faire, qui utilise un traqueur ou les services de localisation pour vous suivre ou qui consulte votre téléphone sans votre autorisation.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Malheureusement, la violence sexuelle est un aspect fréquent de la violence fondée sur le genre. Il s'agit de tout acte sexuel auquel on n'a pas consenti, comme le sextage, le harcèlement sexuel ou tout autre comportement sexuel auquel une personne n'a pas consenti, même si elle se trouve dans une relation intime.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La cyberviolence consiste à utiliser la technologie pour causer des méfaits en ligne ou en personne. En voici des exemples, l'envoi de messages d'intimidation ou de menaces, le sextage et la divulgation malveillante d'informations personnelles.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Le contrôle coercitif est un ensemble de comportements de contrôle ou de violence qui sèment la peur ou créent un déséquilibre de pouvoir dans une relation. Il peut être difficile de se sortir de ce genre de situation de violence. C'est pour cette raison que les personnes qui en sont ou qui croient en être victimes devraient immédiatement demander les conseils et le soutien de quelqu'un digne de confiance.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La dernière forme de violence dont nous allons parler est la coercition reproductive. On entend par là le fait de contrôler les choix d'une personne en matière de reproduction ou l'issue d'une grossesse comme forcer une personne à avoir un enfant ou à mettre fin à une grossesse.

PROCHAINE DIAPO

RESSOURCES ET SOUTIENS

10 minutes

ANIMATION : Quand on parle de ressources et de soutiens, on se concentre généralement sur les personnes maltraitées. Toutefois, il est tout aussi important de s'assurer que les personnes qui causent les méfaits reçoivent le soutien dont elles ont besoin pour mettre fin au cycle de la violence. Pour ce faire, il faut apprendre des façons plus saines d'entretenir une relation.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Si vous constatez que vous maltraitez votre partenaire, vous devez faire ce qu'il faut pour apporter des changements positifs.

- Confiez-vous à une personne digne de confiance. Parlez-lui de votre comportement et de votre volonté sincère de changer.
- La prochaine fois où vous serez sous le coup de l'émotion, faites une pause et prenez le temps de réfléchir à votre situation avant d'agir.
- Prenez vos distances pendant un certain temps pour faire le point sur votre relation.

- Plus important encore, trouvez de nouvelles façons de maîtriser et d'exprimer vos émotions. Demandez des services de counseling, adoptez des stratégies pour composer avec vos émotions ou efforcez-vous d'accroître votre estime de soi afin de rendre votre relation plus saine. Il n'est jamais trop tard pour adopter des changements positifs.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Si votre relation est malsaine :

- Sachez que vous avez absolument le droit d'être en sécurité. Même si vous aimez l'autre personne et souhaitez qu'elle soit heureuse, votre sécurité et votre bien-être sont primordiaux.
- Confiez-vous à une personne digne de confiance, que ce soit un.e ami.e, un membre de la famille ou un.e enseignant.e.
- Demandez l'aide d'experts comme des conseillers ou des professionnels des relations, qui pourront vous fournir de précieux conseils et vous faire part de leur point de vue. Les relations malsaines peuvent être complexes et susciter des sentiments difficiles à comprendre. Les experts vous aideront à comprendre ce que vous ressentez en toute sécurité.
- Si vous vous sentez dépassés par les événements et ne savez pas quoi faire, téléphonez à un service d'écoute. Il pourra vous aider à composer avec votre situation et à prendre des décisions qui placent votre sécurité et votre bien-être au premier rang. N'oubliez pas que vous n'êtes pas seuls. Vous pouvez demander de l'aide et faire appel aux ressources à votre disposition.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Que vous soyez la personne qui fait du mal ou celle à qui on fait du mal dans une relation, n'oubliez pas que nous méritons tous d'être traités avec respect! Dans une relation saine, les deux personnes ont à cœur le bonheur de l'autre, se font confiance, croient l'une en l'autre, se soutiennent dans leurs intérêts, respectent la vie privée et les limites de l'autre et comprennent que leur partenaire a une vie en dehors de la relation. Toujours dans une relation saine, votre partenaire vous écoute, n'exerce pas de pression sur vous, ne vous punit pas, ne vous menace pas et ne vous fait pas de mal. Cette personne veut que vous soyez vous-même.

PROCHAINE DIAPO

Questions sur les relations saines et les relations malsaines (Assis/Debout)

Si vous n'avez pas le temps, passez aux trois dernières diapos.

ANIMATION : Nous avons discuté de questions complexes et délicates. La séance tire à sa fin et je vous remercie de votre attention. Avant de récapituler le tout, nous allons faire une courte activité pour évaluer vos connaissances des impacts des relations saines et des relations malsaines.

Dites aux élèves de se lever s'ils croient que la réponse à la question est Vrai, et de s'asseoir s'ils croient que la réponse est Faux.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : La victime de violence fondée sur le genre est la seule dont la santé mentale pourrait être affectée.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Faux.** Des recherches ont démontré que la violence a des effets négatifs majeurs sur la santé mentale des personnes qui commettent ces actes, y compris la dépression, l'anxiété et une faible estime de soi.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : La violence dans les fréquentations chez les jeunes peut avoir un impact négatif sur les relations futures.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Vrai.** Il a été démontré que la violence dans les fréquentations chez les jeunes accroît le risque de nouer ou de maintenir une relation malsaine ou de violence à l'avenir.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : La violence dans les fréquentations chez les jeunes accroît le risque de grossesse non désirée.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Vrai.** Le risque de grossesse non désirée est six fois plus élevé chez les adolescentes ayant subi des violences physiques ou sexuelles.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : Les garçons ne sont pas victimes de violence dans les fréquentations chez les jeunes.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Faux**. Deux cas sur dix de violence dans les fréquentations chez les jeunes touchent des garçons.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : Il est illégal de partager des photos d'une personne nue sans sa permission.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Vrai**. Au Canada, le *Code criminel* interdit de montrer, ou de menacer de montrer, une photo intime d'une personne sans sa permission.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : La violence dans les fréquentations est un problème qui touche surtout les personnes hétérosexuelles. Elle ne touche pas les relations des personnes LGBTQIA2S+.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Faux**. Les taux de violence dans les fréquentations des personnes LGBTQIA2S+ sont semblables à ceux des personnes hétérosexuelles.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux. Un conflit est toujours malsain.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Faux**. Il nous arrive tous d'être froissés ou en désaccord avec quelqu'un. Un conflit peut être sain si les deux personnes s'écoutent et respectent les sentiments et les besoins de l'autre.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Vrai ou faux : Les relations saines peuvent aider à allonger l'espérance de vie.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : **Vrai**. Selon certaines recherches, les personnes qui ont une relation saine, quelle qu'en soit la nature, sont plus heureuses et vivent plus longtemps.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : La bonne nouvelle est que nous pouvons tous contribuer à bâtir un avenir sans violence :

- Premièrement, nous pouvons remettre en question les normes malsaines concernant le genre, les stéréotypes et les attentes afin de contribuer à bâtir une société où les relations saines et égales deviennent la norme.
- Deuxièmement, cela peut sembler simple, mais en prenant conscience de nos sentiments et en apprenant à en parler de façon saine, il nous sera beaucoup plus facile de nouer des relations saines. Nous en reparlerons lors de la prochaine séance.
- Troisièmement, en unissant nos efforts, nous pourrions instaurer une culture axée sur le consentement et le respect où nous nous sentirions tous en sécurité.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Lors de la prochaine séance, nous parlerons des habiletés essentielles pour nouer des relations saines. Nous aborderons les sujets suivants :

- l'intelligence émotionnelle;
- comment établir des limites et les respecter;
- le consentement – comment l'obtenir et le donner, et les lois qui le régissent;
- comment composer avec un refus;
- comment aider une personne qui est dans une relation malsaine.

Partie 2: Développer des habiletés pour nouer des relations saines

Aperçu de l'atelier :

	Programme	Durée
1	Présentations	5 minutes
2	Intelligence émotionnelle	10 minutes
3	Limites	15 minutes
4	Consentement	20 minutes
5	Composer avec un refus	10 minutes
6	Ressources et soutiens	10 minutes
	Total	70 minutes

Liste de vérification :

- Canva : [lien](#)
- Fiche sur les relations saines

COMMENCEZ ICI SUR PREZI

PRÉSENTATIONS

5 minutes

ANIMATION : Bonjour, mon nom est _____. Je suis infirmier.ère en santé publique et je travaille pour le programme des écoles saines. (Possibilité de personnaliser les présentations, de mentionner un fait amusant, de parler de ses antécédents professionnels, etc.) Le personnel infirmier du programme des écoles saines fait la promotion de la santé et des relations saines auprès des élèves. Lors de la séance précédente, nous avons parlé des relations dans la société, des caractéristiques des relations saines et des relations malsaines et de la réalité malheureuse de la violence fondée sur le genre. Aujourd'hui, dans le cadre de la seconde moitié de l'atelier, nous allons parler des habiletés qui sont essentielles pour nouer des relations saines et sûres.

À *mon avis*, cette présentation est particulièrement importante parce que _____.

PROCHAINE DIAPO

Directives sur les espaces sûrs

ANIMATION : Avant d'entreprendre notre discussion, je tiens à préciser que nous allons aborder des sujets sensibles. Il est important que vous vous sentiez à l'aise.

- Lors de la présentation, nous allons parler du consentement sexuel et d'agression sexuelle. Il se peut que vous ayez du mal à parler de ces questions si elles vous rappellent des expériences difficiles que vous-mêmes ou une personne chère avez vécues. C'est tout à fait normal. N'hésitez pas à me demander de l'aide ou à vous adresser à une autre personne adulte digne de confiance comme votre conseillère ou conseiller en orientation scolaire ou un membre du personnel enseignant si vous trouvez que la discussion d'aujourd'hui est éprouvante.
- Il est important de prendre soin de soi, que ce soit en faisant une pause ou en demandant l'aide de votre enseignante ou enseignant.
- Je vous invite à faire preuve de respect envers vous-mêmes et envers autrui pendant la séance d'aujourd'hui.
- Pendant les discussions, je vous prie de ne pas révéler l'identité de qui que ce soit. Utilisez plutôt des tournures comme « je connais une personne qui ».
- Il est important de communiquer ouvertement et de prendre la parole une personne à la fois.
- N'hésitez pas à poser des questions, quelles qu'elles soient.
- Avez-vous d'autres suggestions pour créer un espace sûr et inclusif?

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Aujourd'hui, nous allons parler de ce qui suit :

- l'intelligence émotionnelle;
- les limites;
- le consentement;
- comment composer avec un refus;
- comment aider une personne qui est dans une relation malsaine.

PROCHAINE DIAPO

INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

10 minutes

ANIMATION : Comme je l'ai mentionné la semaine dernière, je sais que vous n'êtes pas nécessairement dans une relation romantique ou que ce genre de relation ne vous intéresse peut-être pas pour l'instant ou ne vous intéressera peut-être jamais. C'est correct.

Ce dont nous parlerons aujourd'hui peut être utilisé pour les relations que vous avez nouées avec vos ami.e.s, votre famille, vos camarades de classe et vos collègues.

Nous allons commencer par parler de l'intelligence émotionnelle.

PROCHAINE DIAPO **Qu'est-ce que l'intelligence émotionnelle?**

Vous pouvez demander aux élèves s'ils savent ce qu'est l'intelligence émotionnelle.

ANIMATION : L'intelligence émotionnelle regroupe plusieurs notions :

- Conscience de soi : la capacité de comprendre et de reconnaître nos émotions (p. ex., dire ce qu'on ressent) et ce qu'elles nous disent (être à l'écoute).
- Autorégulation : développer les habiletés permettant de gérer nos sentiments. Nous avons tous appris à gérer nos émotions selon la situation dans laquelle nous nous trouvons afin d'adopter un comportement approprié. Par exemple, vous êtes tous en train d'écouter la présentation, quels que soient les sentiments que vous éprouvez en ce moment. L'intelligence émotionnelle peut nous aider à gérer nos émotions, même dans une situation très difficile, afin de garder notre calme malgré la pression et de nous adapter à l'évolution de la situation.
- Empathie : la capacité de reconnaître et de comprendre les émotions et les sentiments d'une autre personne en nous mettant à sa place.
- Habiletés sociales : la capacité de nous adapter à une situation sociale, ainsi que de nouer et de maintenir des relations positives.
- Motivation : le fait de comprendre l'effet de nos valeurs et de nos sentiments sur notre comportement, ainsi que la capacité de prendre soin de nous-mêmes lorsque nous vivons des moments difficiles afin de pouvoir relever les défis auxquels nous serons confrontés tout au long de notre vie.

Linsey B, Kidshealth.org

PROCHAINE DIAPO **Roue des émotions**

ANIMATION : Je vais maintenant vous présenter des outils qui vous aideront à comprendre et à développer votre intelligence émotionnelle, en commençant par la roue des émotions.

Laissez les élèves examiner la roue pendant une minute, puis demandez-leur ce qu'ils en pensent.

ANIMATION : Réfléchissez à un moment qui vous a marqué au cours de la dernière semaine. Regardez au centre de la roue et déterminez quelle section correspond à ce que vous avez ressenti. Dans la deuxième section de la roue, déterminez l'émotion exacte que vous avez ressentie. Enfin, choisissez deux mots dans la troisième section qui décrivent ce que vous avez ressenti.

Quels problèmes pourriez-vous éprouver si vous utilisiez uniquement les émotions générales inscrites au centre de la roue pour décrire ce que vous avez vécu?

PROCHAINE DIAPO

Roue des émotions et des comportements

ANIMATION : Examinons maintenant la roue des émotions et des comportements. Cet outil nous aide à comprendre le lien entre les émotions et les comportements. La façon dont nous nous comportons sous l'effet d'une émotion varie d'une personne à une autre. Si nous remplissions tous une roue des émotions et des comportements, il y aurait probablement de nombreuses différences entre chacune. Par exemple, certaines personnes se rongent les ongles lorsqu'elles sont nerveuses, d'autres ne tiennent pas en place. Nous allons examiner la roue pour vous aider à réfléchir à vos émotions et à la façon dont elles influencent vos comportements.

Examinons la partie extérieure de la roue pour analyser un comportement comme lever les yeux au ciel en signe d'exaspération ou hausser la voix. La partie intérieure de la roue nous aidera à déterminer l'émotion qui explique ce comportement.

Vous pouvez également commencer par consulter la partie intérieure de la roue pour trouver l'émotion que vous ressentez puis déterminer ses effets sur votre comportement ou celui d'une autre personne.

Examinons de plus près l'importance de comprendre nos émotions et celles d'autres personnes pour nouer des relations saines.

PROCHAINE DIAPO

L'intelligence émotionnelle et les relations saines

ANIMATION : Une intelligence émotionnelle élevée a de nombreux effets bénéfiques dans une relation. En effet, lorsque nous sommes conscients de nos émotions :

- Il est plus facile pour les deux personnes de communiquer de façon ouverte et honnête et d'exprimer leurs sentiments.
- Lorsque la relation est tendue, les deux personnes peuvent s'assurer que leur conflit est sain et trouver des solutions plutôt que d'aggraver la situation.
- Les deux personnes doivent apprendre à reconnaître et à respecter les sentiments de l'autre et les comprendre. Quand nous faisons preuve d'empathie, nous prenons conscience de l'effet de nos comportements sur autrui.
- L'intelligence émotionnelle nous aide également à comprendre ce dont nous avons besoin dans une relation (comme nous l'avons décrit au début de la séance) et à établir des limites saines basées sur nos besoins et sur l'impact qu'ont d'autres personnes sur nous. Par exemple, si votre partenaire vous juge lorsque vous lui parlez de vos sentiments, vous déciderez peut-être d'être moins vulnérables à ses côtés la prochaine fois et de vous confier à quelqu'un d'autre qui vous comprend mieux et qui vous procure un sentiment de sécurité.

PROCHAINE DIAPO

LIMITES

15 minutes

Que sont les limites?

Présentez la vidéo intitulée « *That's Not Cool TV* ».

<https://youtu.be/hLvcSVgNqpk>

ANIMATION : C'est un très bon exemple de l'importance d'établir une limite, et aussi peut-être d'une limite qui n'a pas été respectée. Toute relation doit comporter des limites en ce qui concerne les comportements qui nous mettent mal à l'aise ou qui sont indésirables. Les limites nous permettent de déterminer ce que nous acceptons et ce que nous n'acceptons pas en ce qui concerne notre corps, nos émotions, notre vie privée, notre espace personnel et notre présence numérique. Il faut discuter des limites pour s'assurer de répondre aux besoins des deux personnes dans la relation et veiller à ce que chacune soit à l'aise et se sente respectée. (*Love is Respect*, s.d.)

Quand une personne dit ou fait quelque chose qui vous bouleverse, comme diffuser une photo embarrassante de vous sur les médias sociaux, ce peut être une bonne occasion de vous demander si le fait d'établir une limite avec une personne empêchera que ce genre de situation ne se reproduise.

Il faut donc être conscient de ses propres limites et se sentir à l'aise de les exprimer, par exemple en refusant carrément de faire quelque chose au lieu de dire oui pour rendre l'autre personne heureuse. De plus, nous devons tous être conscients des limites de l'autre et ne pas hésiter à lui demander ce qu'elles sont si nous n'en sommes pas certains.

PROCHAINE DIAPO

Types de limites

ANIMATION : Quels types de limites sont importants dans une relation, que ce soit avec des ami.e.s, la famille, un ou une partenaire romantique, etc.?

En discuter brièvement.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION :

- Limites émotionnelles : Limites concernant les sentiments, la vulnérabilité et la confiance.
Par exemple, vous vous demanderez peut-être si vous voulez révéler des détails personnels à une personne dont vous venez tout juste de faire la connaissance, ou quelle sera votre réaction si quelqu'un fait une blague raciste, sexiste ou homophobe. Nous sommes tous libres de fixer nos limites, même si elles peuvent mettre d'autres personnes mal à l'aise. Par exemple, vous pourriez dire à une

personne que vous ne voulez pas qu'elle vous raconte d'autres blagues de ce genre.

- **Limites physiques :** Limites concernant votre corps, votre demeure et les endroits où vous allez régulièrement comme votre lieu de travail. Par exemple, vous pouvez déterminer si vous voulez qu'une personne vous serre dans ses bras, si vous acceptez qu'on utilise vos biens personnels sans vous le demander, ou si vous êtes à l'aise dans un vestiaire public. Les activités tactiles et sexuelles que nous acceptons et celles qui nous mettent mal à l'aise sont des exemples de limites physiques.
- **Limites numériques :** Limites concernant votre ordinateur, les médias sociaux, votre téléphone cellulaire et vos profils en ligne. Il peut être difficile de déterminer si une relation nouée en ligne est saine ou malsaine, car on ne sait pas exactement ce à quoi elle devrait ressembler. De plus, ce genre de relation varie considérablement d'une personne à l'autre. Tenez compte des facteurs suivants pour fixer des limites concernant vos relations en ligne :
 - Allons-nous afficher le statut de notre relation sur les médias sociaux?
 - Est-ce que mon ou ma partenaire peut être ami.e avec des personnes que je connais sur les médias sociaux?
 - Y a-t-il des cas où mon ou ma partenaire ne doit pas m'envoyer de textos? Est-ce que cette personne s'attend à ce que je réponde à ses textos immédiatement?
 - Est-ce que mon ou ma partenaire peut utiliser mes appareils électroniques? Est-ce que je peux utiliser les siens?
 - Est-ce que mon ou ma partenaire et moi pouvons parler de notre relation sur les médias sociaux?
 - Allons-nous échanger nos mots de passe?
 - Est-ce que je serai mal à l'aise si on affiche une photo ou une vidéo de moi sur les médias sociaux?

ANIMATION : Réfléchissez également aux personnes qui peuvent prendre connaissance de vos messages sur les médias sociaux, comme vos ami.e.s et votre patron, et aux effets de ces messages sur divers aspects de votre vie comme votre travail, vos études ou vos amitiés.

PROCHAINE DIAPO **Quelles sont mes limites?**

ANIMATION : Nous fixons des limites tout au long de notre vie, car nos valeurs, nos besoins et notre compréhension de nous-mêmes changent constamment. Nos relations changent elles aussi. Il se peut qu'une chose qui vous mettait mal à l'aise au début de votre relation ne vous mette plus mal à l'aise à mesure que la relation se développe. L'inverse est aussi vrai. Ce n'est pas parce que vous étiez à l'aise avec une chose au début de votre relation que vous ne pouvez pas changer d'idée.

Voici des exemples de limites :

- Je vais envoyer des textos à mes ami.e.s, mais pas toutes les cinq minutes.
- J'ai besoin de passer un peu de temps seul.e tous les jours.
- Nous pouvons nous embrasser et nous tenir la main, mais pas en public.
- Quand je suis à la maison, je ne veux pas répondre aux textos de mon patron.
- Nous pouvons nous toucher, mais je ne suis pas prêt.e à avoir des relations sexuelles.

PROCHAINE DIAPO **Comment établir des limites**

ANIMATION : Dans toute relation, il faut établir des limites et les respecter. Il est important que les deux personnes, particulièrement si elles sont dans une relation amoureuse, se sentent à l'aise de parler de ce qu'elles veulent, de leurs objectifs et de leurs peurs. Cela veut dire qu'elles doivent être à l'aise de parler de leurs besoins, sans craindre la réaction de l'autre.

Il faut apprendre à établir des limites et s'y exercer. Voici comment faire, quel que soit le genre de relation.

1. Il faut d'abord prendre conscience de ce que vous voulez, de vos besoins, de vos sentiments et de vos valeurs, ainsi que de leur évolution. C'est comme vous géolocaliser pour comprendre ce dont vous avez besoin.
2. Communiquez clairement et ouvertement vos limites. Vous pourriez devoir le faire quelques fois avant que l'autre personne les comprenne bien.
3. Faites le point sur vos limites régulièrement et apportez les changements nécessaires à votre relation. Êtes-vous toujours à l'aise, en sécurité, respecté.e, heureux.se et valorisé.e dans votre relation?
4. Soyez à l'affût des sonnettes d'alarme, comme les situations ou les comportements qui vous mettent mal à l'aise ou qui suscitent une insécurité en vous. Il peut s'agir d'un comportement associé à une relation malsaine dont nous avons parlé lors de la séance précédente.
5. N'hésitez pas à dire non. Il est important de vous affirmer. De plus, votre bien-être personnel doit être votre priorité. Vous pouvez envisager les choses comme suit : parfois, lorsque vous dites non à quelqu'un, vous dites oui à vous-même, à ce que vous voulez et à ce dont vous avez besoin. Vous devrez vous exercer à dire non. Faites-le dans des situations moins difficiles afin d'être en mesure de dire non quand une situation l'exige.

PROCHAINE DIAPO **Comment établir les limites de son espace personnel**

ANIMATION : Nous allons nous exercer brièvement à définir et à communiquer nos limites.

Demandez aux élèves de former deux rangées, espacées de 10 à 15 pieds. Ils doivent être face à face. Assurez-vous qu'ils ont tous quelqu'un en face d'eux. À tour de rôle, les élèves avancent vers la personne en face d'eux, qui leur dit d'arrêter.

Donnez les explications suivantes : Les élèves de la rangée 1 doivent choisir une ligne imaginaire sur le plancher qu'ils ne veulent pas franchir. Ne dites pas à votre camarade

où est cette ligne. Quand je dirai « allez-y », les élèves de la rangée 2 s'approcheront de vous. Lorsqu'ils seront arrivés à la ligne imaginaire que vous avez choisie, faites-leur signe, sans rien dire, que vous ne voulez pas qu'ils la franchissent. Comment pourriez-vous le leur montrer? Demandez des suggestions aux élèves et faites-en la démonstration : lever la main, croiser les bras, tourner le dos aux élèves qui approchent, etc. Lorsque les élèves de la rangée 2 découvrent la limite établie par leur camarade de la rangée 1, ils doivent la respecter et s'arrêter.

Laissez les élèves des deux rangées s'exercer à établir une limite.

Si vous avez assez de temps, demandez aux élèves ce qu'ils ont ressenti lorsqu'ils ont défini une limite et lorsqu'ils ont pris connaissance de la limite de leur camarade.

PROCHAINE DIAPO

Comment respecter les limites

ANIMATION : Vous avez peut-être l'impression que ce qu'il y a de plus important, c'est de savoir ce que vous acceptez et n'acceptez pas de faire. Mais vous devez également savoir ce que votre partenaire accepte et n'accepte pas de faire. Si nous connaissions tous les limites des personnes avec lesquelles nous interagissons et respectons ces limites, la société serait plus bienveillante et plus sûre pour nous tous. Que doit-on faire pour respecter les limites?

- Soyez proactifs : pour assumer ses responsabilités au sein d'une relation, il faut s'efforcer de comprendre les besoins de l'autre personne en usant de son intelligence émotionnelle. Si vous ne savez pas ce que ressent la personne, demandez-lui.
- Acceptez son choix, même si ce n'est pas ce que vous souhaitez. Nous avons tous le droit d'établir nos limites. Acceptez le choix de la personne en lui disant « D'accord » ou « Je comprends parfaitement », car vous voudrez probablement qu'elle en fasse autant.
- Ne faites pas de compromis sur ce que vous acceptez de faire. Si votre partenaire a fixé une limite, mais que vous voulez aller plus loin, arrêtez-vous. Ce n'est pas le moment de négocier. Nous méritons tous d'être à l'aise et en sécurité.
- Vous n'avez pas à justifier vos limites. Votre partenaire doit accepter votre choix et peut vous demander des précisions. Il peut être difficile de s'expliquer et de dire ce qu'on ressent dans un moment intense. Par respect et pour des raisons de sécurité, il faut accepter la limite fixée par l'autre personne.
- Il faut être à l'écoute de l'autre, non seulement ses paroles, mais aussi son langage corporel. Si elle vous dit que ça va d'un ton incertain, il faut supposer qu'elle est mal à l'aise et que vous devez vous arrêter.
- Soyez conscients de la dynamique du pouvoir. Même si vous n'avez pas l'impression d'exercer un pouvoir ou d'intimider, mettez-vous à la place de l'autre personne. Par exemple, si vous êtes corpulents ou grands, prenez conscience des effets que cela pourrait avoir sur l'autre personne. Assurez-vous que la personne se sent à l'aise d'établir des limites.

- Assumez vos responsabilités. Nous faisons tous des erreurs. Si vous avez dépassé une limite, reconnaissez-le, excusez-vous et, plus important encore, modifiez votre comportement afin d'éviter toute erreur de communication à l'avenir ou tout sentiment de trahison chez votre partenaire.

Joinonlove.org

PROCHAINE DIAPO

CONSENTEMENT

20 minutes

ANIMATION : Nous allons maintenant parler du consentement. Malheureusement, moins de la moitié des Canadiens savent ce qu'est le consentement sexuel. (*Fondation canadienne des femmes)

À quoi pensez-vous quand on vous parle de consentement?

Écoutez les réponses des élèves, puis dites : « Nous allons regarder la vidéo suivante sur le consentement ».

PROCHAINE DIAPO

Vidéo

Présentez la vidéo « Consent is like riding a bike ».

https://www.youtube.com/watch?v=FgU2_UwScNw (4 minutes)

PROCHAINE DIAPO

Âge de consentement

ANIMATION : L'âge de consentement est l'âge prévu par la loi pour consentir à une activité sexuelle. Savez-vous quel est l'âge de consentement aux activités sexuelles au Canada?

- Au Canada, l'âge de consentement aux activités sexuelles est 16 ans.

ANIMATION : Toutefois, il y a des « exceptions de proximité d'âge ». Cela signifie que les jeunes de moins de 16 ans qui choisissent de se livrer à des activités sexuelles n'enfreignent pas la loi.

- Les jeunes de 12 et 13 ans peuvent consentir à des activités sexuelles seulement SI leur partenaire est de moins de deux ans leur aîné et qu'il n'y a PAS de relation d'autorité (p. ex., gardien.ne d'enfant, entraîneur.euse, patron.ne, etc.).
- Les jeunes de 14 et 15 ans peuvent consentir à des activités sexuelles seulement SI leur partenaire est de moins de cinq ans leur aîné et qu'il n'y a PAS de relation d'autorité (p. ex., gardien.ne d'enfant, entraîneur.euse, patron.ne, etc.).
- Au sens de la loi, les jeunes de moins de 12 ans ne peuvent pas consentir à des activités sexuelles, quelles qu'elles soient.

En vertu du *Code criminel* du Canada, une personne de moins de 18 ans ne peut pas consentir à une activité sexuelle avec une personne en position d'autorité comme un.e enseignant.e, un fournisseur de soins de santé, un.e patron.ne, un.e superviseur.e ou

un membre de la famille. De plus, une personne de moins de 18 ans ne peut pas consentir à une activité sexuelle qui relève de l'exploitation (p. ex., pornographie, commerce du sexe).

PROCHAINE DIAPO

Pourquoi y a-t-il un âge de consentement?

ANIMATION : Je tiens à préciser que même si on dit qu'une personne ne peut pas « légalement donner son consentement », cela ne signifie pas qu'il lui est interdit de se livrer à des activités sexuelles ou qu'elle est responsable dans ce scénario. Cela signifie plutôt que l'autre personne, qu'elle soit plus âgée ou en position d'autorité, commet un crime si elle se livre à des activités sexuelles avec une personne qui ne peut pas légalement donner son consentement.

Les lois régissant le consentement aux activités sexuelles ont pour but de protéger les enfants et les jeunes contre l'exploitation et les méfaits sexuels perpétrés par une personne qui est en position d'autorité ou qui exerce un contrôle ou une influence sur leur vie.

Renseignements supplémentaires :

Depuis 2008, l'âge de consentement aux activités sexuelles est de 16 ans au Canada. Il s'agit de l'âge auquel une personne peut légalement se livrer à des activités sexuelles.

Le Code criminel prévoit une exception de « proximité d'âge ». Elle y a été ajoutée afin que les jeunes qui se livrent à des activités sexuelles n'enfreignent pas la loi. Par exemple, une personne de 19 ans peut avoir des relations sexuelles avec une personne de 15 ans sans faire l'objet d'accusations criminelles pourvu qu'il n'y ait pas de relation de confiance ou d'autorité entre elles ni aucune forme d'exploitation de la personne plus jeune. (« Toute activité sexuelle liée à la prostitution, à la pornographie, ou lorsqu'il y a une relation de confiance, d'autorité, de dépendance ou toute autre situation dans laquelle la jeune personne est autrement exploitée. »)

PROCHAINE DIAPO

Une personne n'a pas donné son consentement si :

ANIMATION : Une personne n'a pas donné son consentement si :

- ses paroles ou son langage corporel signifient « non »;
- elle retire son consentement verbalement ou par ses gestes;
- elle dit « oui » pour une chose, mais « non » pour une autre;
- ses facultés sont affaiblies par l'alcool ou les drogues;
- elle a perdu connaissance ou s'est endormie;
- elle fait l'objet d'intimidation, de pressions, de menaces ou de coercition;
- elle semble incertaine (p. ex., elle semble nerveuse, prend ses distances, etc.);
- elle retire un condom ou refuse d'en mettre un contrairement aux volontés de l'autre personne.
- Si toutes les personnes en cause n'ont pas donné leur consentement, il s'agit de violence sexuelle.

PROCHAINE DIAPO

N'oubliez pas

ANIMATION : N'oubliez pas : Ne rien dire ne signifie PAS qu'on a donné son consentement.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Si toutes les personnes en cause n'ont pas donné leur consentement, il s'agit de violence sexuelle.

PROCHAINE DIAPO

Caractéristiques du consentement

ANIMATION : Pour qu'il soit donné, le consentement doit être :

- **Mutuel** – Les deux personnes sont d'accord et savent sur quoi porte leur consentement.
- **Permanent** – Si les activités se poursuivent ou changent, il faut continuer de parler du consentement. Le fait de dire « oui » à une chose ne signifie pas que l'on dit « oui » à autre chose.
- **Volontaire** – Les deux personnes donnent leur consentement librement, sans pression ni coercition et sans y être forcées. Une personne qui a peur de dire « non » ne peut pas donner son consentement.
- **Enthousiaste** – Le consentement doit être donné clairement et avec enthousiasme, et exprimé tant par le langage corporel que par le langage verbal.
- **Sobre** – Les personnes qui sont ivres, sous l'influence de la drogue, endormies ou sans connaissance ne peuvent pas donner leur consentement. Pour parler clairement du consentement, il faut être sobre et alerte.

(National Domestic Violence Hotline, s.d.)

(Teaching Sexual Health, s.d.)

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Que doit-on faire pour obtenir le consentement?

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : IL FAUT LE DEMANDER! Chaque fois.

- Vous voulez serrer la personne dans vos bras? – DEMANDEZ-LUI LA PERMISSION!
- Vous voulez mettre votre main sur son genou? – DEMANDEZ-LUI LA PERMISSION!
- Vous voulez mettre votre bras autour de son épaule? – DEMANDEZ-LUI LA PERMISSION!
- Vous voulez l'embrasser? – DEMANDEZ-LUI LA PERMISSION!
- Vous voulez...? – DEMANDEZ-LUI LA PERMISSION!

PROCHAINE DIAPO

Demander le consentement

ANIMATION : Voici quelques exemples...

PROCHAINE DIAPO

- Je veux vraiment t'embrasser. Est-ce que ça te va?
- Est-ce que je peux continuer?
- Est-ce que ça va si je...?
- Est-ce que ça te convient?
- Veux-tu que j'arrête?

ANIMATION : Il est important d'obtenir le consentement, même si la situation n'est pas de nature sexuelle. Par exemple, il faut obtenir le consentement de la personne avant d'afficher sa photo sur les médias sociaux ou d'aller chez elle. Pour s'exercer à obtenir le consentement tous les jours, on peut par exemple frapper à la porte avant d'entrer.

PROCHAINE DIAPO

COMPOSER AVEC UN REFUS

10 minutes

Question (pour une courte discussion)

ANIMATION : Pouvez-vous me donner des exemples de gestes et de paroles qui indiquent un refus?

PROCHAINE DIAPO

Comment respecter un « non »

ANIMATION : La dernière étape consiste à respecter la décision de l'autre. Plus on demande quelque chose, plus il est probable d'obtenir des réponses positives et des réponses négatives. Il peut être décevant ou frustrant de se faire dire non, que ce soit verbalement ou d'une autre façon. Il est normal de se sentir ainsi. Toutefois, il faut respecter la décision de la personne, même si son refus est ambigu ou n'a pas été énoncé clairement. Comment peut-on faire preuve de respect quand on se fait dire « non »?

*(Asking for What You Want, Sexual Assault Resource Centre)
(Virginia Sexual and Domestic Violence Action Alliance, 2014)*

PROCHAINE DIAPO

- Je t'aime quand même.
- Tu ne m'as pas dit oui clairement. Je vais donc supposer que c'est non.
- Je suis heureux.se de savoir quelle est ta limite.
- Je comprends parfaitement.

PROCHAINE DIAPO
Question (pour une courte discussion)

ANIMATION : En général, comment se sent-on lors d'un refus? Comment réagit-on?

PROCHAINE DIAPO
Comment composer avec un refus

ANIMATION : Le refus n'est jamais agréable. Comment peut-on composer avec cette situation?

- Il nous arrive tous d'être embarrassés ou froissés.
- Si vous avez essuyé un refus, cela ne signifie pas que vous êtes une mauvaise personne.
- N'oubliez pas que, pour avoir des amitiés avec une personne, il faut également que celle-ci en ait pour vous.
- Prenez soin de vous-mêmes et demandez de l'aide. De nombreuses personnes pensent que vous êtes formidables.
- Réorientez votre dialogue intérieur et félicitez-vous d'avoir tenté d'établir un lien avec quelqu'un.
- Soutenez vos ami.e.s qui se sentent rejeté.e.s.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : N'oubliez pas que vous méritez de l'amour et du plaisir sexuel, mais que ce n'est pas un droit!

PROCHAINE DIAPO
Risques...

ANIMATION : Il peut être gênant de demander un consentement sexuel. Quels sont les risques de ne pas le demander? C'est ce que nous allons étudier.

Si vous avez le temps, vous pouvez demander aux élèves quels sont les risques de demander et de ne pas demander un consentement.

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Voici des exemples des risques de demander un consentement :

- Essuyer un refus et se sentir rejeté.e
- Apprendre que la personne ne veut pas de relation intime
- Avoir l'impression de ne pas être cool ou d'être étrange
- Être gêné.e ou mal à l'aise

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : Il est beaucoup plus risqué de ne pas demander un consentement. Cela peut avoir les conséquences suivantes :

- Agression sexuelle
- Intervention de la police
- Effets négatifs sur les études ou le travail
- Culpabilité et remords persistants

PROCHAINE DIAPO

ANIMATION : En fin de compte, le consentement consiste à respecter les limites de l'autre personne et à ne rien supposer à son sujet. De cette façon, les deux personnes seront sur la même longueur d'onde et pourront s'amuser ensemble!

PROCHAINE DIAPO

Questions

ANIMATION : Avant de terminer notre discussion et de parler des ressources à votre disposition, je vais vous poser quelques questions sur le consentement pour m'assurer que vous avez bien compris le sujet.

Lien vers Menti

PROCHAINE DIAPO

RESSOURCES ET SOUTIENS

10 minutes

Aider un.e ami.e qui se fait du mal

ANIMATION : Examinons ce qu'on peut faire pour aider un.e ami.e qui se fait du mal. Il se peut que, s'il s'agit d'un.e ami.e intime, vous ayez du mal à admettre que cette personne se fait du mal. Toutefois, n'oubliez pas que le silence et les excuses ne font que l'encourager à se maltraiter. Voici ce que vous pouvez faire :

- Renseignez-vous sur les signes avant-coureurs afin d'aider la personne à reconnaître les gestes malsains qu'elle pose ou les mauvais traitements qu'elle inflige.
- Croyez la victime. Si vous ne dites rien, vous renforcerez le déni de la personne en ce qui concerne les mauvais traitements qu'elle subit.
- Aidez votre ami.e à se mettre à la place de l'autre et à reconnaître les effets négatifs de ses comportements.
- Demandez les conseils et le soutien d'une personne adulte digne de confiance. Elle vous aidera à déterminer ce que vous devez faire.
- Rappelez à la personne que les changements qu'elle apportera l'aideront à nouer des relations plus saines.
- Donnez l'exemple en nouant des relations saines dans votre vie.

PROCHAINE DIAPO

Aider un.e ami.e dont la relation est malsaine

ANIMATION : Il n'est pas toujours facile de savoir comment soutenir un.e ami.e dont la relation est malsaine, mais il faut essayer. Si vous craignez pour sa sécurité, demandez des conseils à une personne adulte, un membre du personnel enseignant ou un ou une professionnel.le. Chaque situation est unique, mais voici ce que vous pouvez faire pour aider la personne :

- Amorcez une conversation – Si vous croyez que la personne est maltraitée par son ou sa partenaire, prenez-la à part et demandez-lui si tout va bien ou si elle a besoin d'aide. Vous pouvez également lui faire part de vos observations, lui parler des caractéristiques d'une relation saine et lui mentionner vos inquiétudes.
- Écoutez la personne sans porter de jugement – Réfléchissez à ce qui conviendrait le mieux à la personne. Vous pouvez lui dire que vous croyez qu'elle est maltraitée et lui faire part de vos inquiétudes, mais restez neutre et abstenez-vous de faire des commentaires négatifs au sujet de son ou sa partenaire. Il se peut que la personne aime toujours son ou sa partenaire, même si elle subit de mauvais traitements.
- Encouragez la personne à évaluer sa situation – Aidez-la à dresser une liste des avantages et des inconvénients de sa relation (ce qui fonctionne et ce qui ne fonctionne pas) afin de l'amener à reconnaître les signes de mauvais traitements. Cela vous permettra de rester neutre.
- Renseignez-vous sur les services d'aide et partagez le fruit de vos recherches avec votre ami.e. – Vos recherches peuvent porter sur les services de soutien offerts près du domicile de votre ami.e destinés aux personnes victimes de violence (p. ex., refuges, groupes de soutien, etc.). Ainsi, vous aiderez la personne à comprendre les choix qui s'offrent à elle.
- Encouragez votre ami.e à se confier à une personne adulte avec qui il ou elle se sent en sécurité – Même si vous écoutez votre ami.e et lui parlez, vous ne savez peut-être pas quoi faire d'autre. Si cette personne souhaite obtenir de l'aide, encouragez-la à se confier à un ou une adulte avec qui elle se sent en sécurité (p. ex., un parent, une personne qui prend soin d'elle, un membre du personnel enseignant, un.e conseiller.ère, un.e chef.fe spirituel.le, etc.) ou aidez-la à trouver d'autres sources de soutien. Vous pouvez lui offrir de l'accompagner à ses rencontres avec une personne pouvant lui venir en aide pour que votre ami.e se sente plus à l'aise. N'oubliez pas que seul.e votre ami.e peut décider si le moment est venu de se confier et d'obtenir de l'aide. Si votre ami.e ne se sent pas prêt.e et que vous vous inquiétez de sa relation, vous pouvez demander à une personne adulte avec qui vous vous sentez en sécurité ce que vous devriez faire.

ANIMATION : Nous méritons tous une relation saine. Dans ce genre de relation, les deux personnes se préoccupent du bonheur de l'autre, se font confiance, croient ce que l'autre dit, soutiennent ses intérêts, respectent sa vie privée et ses limites et comprennent que leur partenaire a une vie à l'extérieur de la relation. Votre partenaire doit vous écouter, ne pas exercer de pression sur vous et ne jamais vous punir, vous menacer ou vous faire du mal, car il ou elle veut que vous soyez vous-mêmes.

ANNEXE A : RESSOURCES ET SOUTIENS

HEALTHY Relationships & Consent

HEALTHY

relationships are based on equality & respect.

HONESTY
TRUST
COMMUNICATION
INDEPENDENCE
FUN

UNHEALTHY

relationships are based on struggles over power & control.

INTENSITY
JEALOUSY
PRESSURE
INCONSIDERATE
DISHONEST

ABUSIVE

relationships are based on an imbalance of power & control

ISOLATION
MANIPULATION
BLAME SHIFTING
POSSESSIVENESS
VIOLENCE

Remember to **ASK!**

CONSENT MUST BE...

MUTUAL

Consent is agreed upon by all partners, with a clear understanding of what they are agreeing to.

ONGOING

Consent is an ongoing conversation; saying yes to one act doesn't mean consent has been given for other acts or future acts.

VOLUNTARY

Everyone involved freely consents without being pressured, coerced, or forced; it's not consent if someone is afraid to say no.

ENTHUSIASTIC

Consent is affirmative and enthusiastic and both body language and verbal language should give the same affirmative message.

SOBER

People who are drunk, high, asleep or unconscious cannot give consent - everyone should be sober and alert.

Consent is a skill

YOU GET BETTER AS YOU PRACTICE!

Scan the code to access the Healthy Relationships presentation

Thunder Bay District Health Unit

RESOURCES & SUPPORT

Assaulted Women's Helpline
(24/7) Multilingual assistance available
1-866-863-0511 | awhl.org

Crisis Response Services TBay
(24/7) 1-807-346-8282
District/Toll Free: 1-866-888-8988

Crisis Services Canada
(24/7) Suicide Support & Resources 1-833-456-4566
TEXT: 45645 (4PM – 12AM ET)
crisiservicescanada.ca

Femaidé for Francophone Services (24/7)
1-877-FEMAIDE (336-2433)
TTY: 1-866-860-7082 | femaide.ca

Good2Talk
(24/7) 1-866-925-5454 | good2talk.ca

iHEAL app
multi lingual support & safety planning
ihealapp.ca & in the app store

Kids Help Phone
(24/7) 1-800-668-6868
kidshelpphone.ca

LGBT Youth Line
1-800-268-9688 | youthline.ca
TEXT: 647-694-4275

Need Help Now
helps teens stop the spread of sexual pictures or videos
needhelpnow.ca

Nisa Helpline
(M-F 10am – 10pm EST)
peer-to-peer counselling helpline for Muslim women of all ages
1-888-315-NISA (6472)
nisahelpline.com

Shelter Safe
Online map of closest shelter
sheltersafe.ca

Support Service for Male Survivors of Sexual Assault
(24/7) 1-888-887-0015

Talk4Healing
(24/7) Services offered in Ojibway, Oji-Cree & Cree
talk4healing.com
1-855-554-HEAL (4325)

Think Superior
Thunder Bay & District Resources
thinksuperior.ca

Trans Lifeline
(Every 10am – 4am EST)
Staffed by & for transgender people.
1-877-330-6366 | translifeline.org

Learn More About Healthy Masculinity & Creating a Culture of Consent

White Ribbon Campaign

Love is respect.com

That's Not Cool.com

Kids Help Phone

Learn More About Bystander Intervention

One Love Student Leadership

Bystander Intervention 101

Teens for Courage

Right to Be

Sources:

joinonlove.org | loveisrespect.org | prevnet.ca
paveuniversity.thinkific.com | gbvllearningnetwork.ca

Financial contribution from

Public Health Agency of Canada

Agence de la santé publique du Canada

ANNEXE B : ATTENTES ET CONTENUS D'APPRENTISSAGE

Le curriculum de l'Ontario, exploration de carrière

10^e année

À la fin du cours, l'élève doit pouvoir :

B2. Se préparer aux possibilités futures

élaborer un profil personnel en explorant ses champs d'intérêt, ses valeurs, ses compétences, ses points forts et ses besoins, et examiner les divers facteurs susceptibles d'influencer ses perspectives scolaires, professionnelles et personnelles.

- B2.2. déterminer les facteurs et les conditions, autres que les points forts, les champs d'intérêt et les besoins individuels, guidant les options d'apprentissage, de carrière et de vie, qui peuvent influencer ses décisions.
- B2.3 expliquer de quelle façon l'utilisation des médias numériques et une présence dans les médias sociaux peuvent influencer ses perspectives scolaires, professionnelles et personnelles, tout en démontrant une compréhension de l'importance de gérer ses renseignements personnels et de protéger sa vie privée en ligne.

A1. Compétences, stratégies et habitudes contribuant à la réussite

décrire des compétences, des stratégies et des habitudes qui peuvent contribuer à la réussite dans sa recherche de possibilités d'apprentissage, de carrière et de vie ainsi qu'à l'atteinte d'un équilibre sain entre l'école, le travail et la vie personnelle.

- A1.1 expliquer l'importance de la résilience et de la persévérance à l'école, au travail et dans la vie quotidienne – la valeur d'acquérir des compétences pour s'adapter au changement, pour persévérer dans l'adversité, pour tirer des leçons des erreurs et pour garder un état d'esprit positif face aux revers – ainsi que les façons de mettre en pratique la résilience et la persévérance dans tous les aspects de sa vie.
- A1.2 mettre en pratique une série de stratégies qui contribuent à gérer le stress et à atteindre un équilibre sain entre l'école, le travail et la vie personnelle, à présent et à l'avenir.

A2. Stratégies décisionnelles et établissement d'objectifs

mettre en pratique diverses stratégies en matière de prise de décisions pour faciliter l'établissement d'objectifs, tout en réfléchissant au processus utilisé pour les établir et en le documentant.

- A2.1 mettre en pratique diverses stratégies décisionnelles lors de l'établissement d'objectifs personnels, sociaux, scolaires, professionnels et de vie, qui peuvent être évaluées et adaptées tout au long du cours.

B1. Exploration des tendances liées au marché du travail et importance des compétences transférables

décrire, en se basant sur des recherches, diverses tendances locales et mondiales liées au marché du travail et aux emplois, y compris les effets de certaines de ces tendances sur les droits et les responsabilités des travailleurs et sur le rôle des compétences transférables dans le développement de carrière de nos jours.

- B1.2 expliquer comment les compétences transférables sont développées au moyen d'expériences scolaires, parascolaires et communautaires, et analyser de quelle façon elles contribuent au degré de préparation d'une personne quant à ses perspectives scolaires, personnelles et professionnelles ainsi qu'à son développement de carrière.
- B1.3 déterminer de quelle façon les compétences transférables développées jusqu'à maintenant ont été utiles dans son apprentissage et dans sa vie personnelle, et cerner les compétences qu'elle ou il devrait ou souhaiterait développer.

Le curriculum de l'Ontario, enseignement religieux

10^e année

Le Christ et la culture

FL1. Living in Relationship: Examine healthy patterns of relating with a focus on friendship, intimacy, sexuality, communication, boundaries, consent, and having a healthy sense of self; ; [CCC nos. 1822-1832; 2093-2094; 2196; 2288- 2291; 2302-2306; 2337-2347; 2351- 2356; 2443-2449; 2475-2487; 2514- 2527]

- FL1.1 articulate the qualities which are essential to the building of healthy relationships, with a particular focus on the positive impact of friendship and intimacy (e.g., emotional, intellectual, work, common-cause, spiritual, aesthetic) [CCC nos. 1822- 1832]
- FL1.2 evaluate healthy and unhealthy attitudes to the human body, and physical appearance, keeping in mind Christian principles and values [CCC nos.2351- 2356]
- FL1.3 with a basic understanding of natural law, explain what it means to have a healthy and holy sexuality, including a respectful expression of it, and how that connects with a healthy and holy sense of self [CCC nos. 2337-2347; 2514-2527]
- FL1.4 explain strategies, rooted in Christian principles that can be used to deal with unhealthy relationships [CCC nos. 2302-2306; 2475-2487]

FL3. Created Sexual: Explain the place of sexuality in God's plan for humanity and the various ways its role or expression may be distorted. [CCC nos. 355; 369; 589; 1427- 1428; 2331-2356; 2514-2526]

- FL3.2 explain the factors, responsibilities and commitments that must be considered before engaging in the marriage act (sexual intercourse) [CCC nos. 2514- 2526]

- FL3.4 describe the ways in which human growth is distorted by relationships that involve exploitative harassing or abusive behaviours (note: anti-bullying behaviour, respectful attitude/behaviour, consent can be examined here as well) [CCC nos. 2351-2356]
- FL3.5 explore the effects of sexualisation and pornography on human growth and healthy living [CCC no. 2354]

ANNEXE D : FACTEURS DONT IL FAUT TENIR COMPTE POUR PRÉPARER LES SÉANCES

Facteurs dont il faut tenir compte pour préparer les séances du module d'appoint du PPVJ pour les élèves de 10^e année

Chaque conseil scolaire dispose de ressources pouvant aider le personnel enseignant et les élèves à composer avec certains des sujets délicats abordés lors des séances du module d'appoint. Voici d'autres facteurs dont il faut tenir compte avant de présenter les séances aux élèves de 10^e année :

- Est-ce le bon moment pour discuter de sujets délicats?
- Y a-t-il eu des événements traumatisants dans la communauté qui pourraient avoir un impact sur les discussions?
- Avez-vous établi des normes au sujet des discussions portant sur des sujets délicats en classe?
- Pouvez-vous éviter de discuter de sujets délicats le vendredi et le lundi afin que les élèves puissent se prévaloir des services d'aide à l'école et que ceux qui ont passé une fin de semaine difficile aient une journée de répit pour reprendre leur routine scolaire?
- Êtes-vous prêt.e à animer une discussion sur des sujets délicats?
- Êtes-vous prêt.e à aider à animer ces discussions?
- Qui peut vous aider à donner les leçons?
- Que ferez-vous pour répondre à vos besoins en lien avec les sujets délicats abordés?
- Comment encouragerez-vous les élèves à demander de l'aide et leur présenterez-vous les services de soutien à leur disposition?
- Connaissez-vous les services de soutien pour les élèves offerts à votre école?
- Savez-vous à qui vous adresser à votre école si un ou une élève vous inquiète?
- Quelles lignes d'assistance téléphonique présenterez-vous aux élèves?
- Vous sentez-vous en mesure d'utiliser les méthodes tenant compte des traumatismes et de la violence pour réduire le plus possible le risque de méfaits supplémentaires et accroître la sécurité et la résilience des élèves, ainsi que le contrôle qu'ils peuvent exercer?
- Que ferez-vous pour que les élèves se sentent en sécurité sur le plan affectif et physique?
- Quelles mesures prendrez-vous pour offrir plus de choix aux élèves, favoriser la collaboration entre eux et les aider à tisser des liens?
- Que ferez-vous pour utiliser une approche de soutien des élèves axée sur les forces et le renforcement des capacités?

Nous sommes là pour vous aider à présenter le module d'appoint destiné aux élèves de 10^e année de la façon qui vous convient le mieux, vous et vos élèves. Pour obtenir des suggestions ou de l'aide à ce sujet, veuillez téléphoner au coordonnateur ou à la coordonnatrice du Projet de prévention de la violence chez les jeunes au 807 625-8452 ou envoyer un courriel à

ANNEXE E : RÉFÉRENCES

- 10 Signs of an Unhealthy Relationship*, One Love Foundation, 13 avril 2020. <https://www.joinone-love.org/signs-unhealthy-relationship/>.
- A Crash Course in Handling Rejection*, One Love Foundation, 9 mai 2023. <https://www.joinone-love.org/learn/rejection/>.
- Aider quelqu'un dans une relation violente*, Jeunesse, J'écoute, 1^{er} mars 2023. <https://jeunessejecoute.ca/information/aider-quelquun-dans-une-relation-violente/>.
- Barkan, S.E. *Sociology: Understanding and changing the social world*, 2016. <https://doi.org/10.24926/8668.2401>.
- Betker, L. *Rejection Resilience*, Sexual Assault Centre of Edmonton, 2023. www.sace.ca. <https://www.sace.ca/learn/rejection-resilience/>.
- Braman, L. *Emotion Behavior Wheel: Linking Feelings, Behaviors, & Empathy*, LindsayBraman.com, 16 août 2023. <https://lindsaybraman.com/emotion-behavior-wheel/>.
- Butler, A. « Creating safer spaces for LGBTQ Youth: A Toolkit for Education, Healthcare, and Community-Based Organizations », dans *Advocates for Youth*, 2020. <https://www.advocatesforyouth.org/>.
- Comment faire une différence*, Violence dans les fréquentations chez les jeunes, 6 octobre 2021. <https://youthdatingviolence.prevnet.ca/fr/en-savoir-plus/tout-le-monde/comment-faire-difference/>.
- Consentement : Comment vous pouvez aider les élèves à tout savoir du consentement et des limites*, s.d. <https://youthdatingviolence.prevnet.ca/wp-content/uploads/2021/12/Consentement-fr.pdf>.
- Consent*, PAVE University, s.d.-b. <https://paveuniversity.thinkific.com/courses/consent>.
- Consent*, Teaching Sexual Health, s.d. <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/sexual-health-education/information-by-topic/consent/>.
- Contrôle coercitif*, fiche d'information, PrevNet, s.d. <https://youthdatingviolence.prevnet.ca/fr/>.
- Drawing the Line on Sexual Violence | A Guide for Ontario Educators Grades 9-12*, Ruban blanc, 2017. <https://www.dtl.whiteribbon.ca/secondary-guide>.

Exner-Cortens D, E. Baker et W. Craig. « The National Prevalence of Adolescent Dating Violence in Canada », *J Adolesc Health*, 69(3), 2021, p. 495-502.

Explorer mon pouvoir et privilège – Trousse d'outils, Centre canadien pour la diversité et l'inclusion, 2016. <https://ccdi.ca/nos-trousses/>.

Fondation canadienne des femmes. « Relations saines 101 – Tour d'horizon des programmes sur les relations saines offerts en milieu scolaire », Fondation canadienne des femmes, 2012. <https://canadianwomen.org/fr/notre-travail/ressources/>.

For youth - youth dating violence, Youth Dating Violence, 21 novembre 2022. <https://youth-datingviolence.prevnet.ca/learn-more/youth/>.

Frequently asked questions: Types of violence against women and girls, siège d'ONU Femmes, s.d. <https://www.unwomen.org/en/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>.

Gaslighting in Intimate Relationships: A Form of Coercive Control That You Need to Know More About, Learning Network – Université Western, CREVAWC, s.d. https://gbvlearningnetwork.ca/our-work/backgrounders/gaslighting_in_intimate_relationships/Gaslighting-in-Intimate-Relationships.pdf.

Gouvernement du Canada, ministère de la Justice – Centre de la politique concernant les victimes – *La définition de consentement à l'activité sexuelle*, communications électroniques, 7 juillet 2021. <https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/victimes-victims/def.html?wbdisable=true>.

Gouvernement du Canada, ministère de la Justice, *L'âge de consentement aux activités sexuelles*, communications électroniques, 2 février 2023. <https://www.justice.gc.ca/fra/pr-rp/autre-other/clp/faq.html>.

Helping friends who abuse, Love Is Respect, 11 mai 2022. <https://www.loveisrespect.org/resources/helping-friends-who-abuse/>.

Howard, J. *La violence fondée sur le genre : les faits*. Fondation canadienne des femmes, 14 septembre 2023. <https://canadianwomen.org/fr/les-faits/violence/>.

How to create boundaries in romantic relationships, Love Is Respect, 24 février 2021. <https://www.loveisrespect.org/resources/creating-boundaries-in-romantic-relationships/>.

Infographie : Les femmes et les médias, siège d'ONU Femmes, s.d. <https://www.unwomen.org/fr/digital-library/multimedia/2015/11/infographic-women-and-media>.

Jeu-questionnaire : que sais-tu sur le consentement?, Jeunesse, J'écoute, 13 janvier 2023. <https://jeunessejecoute.ca/information/jeu-questionnaire-consentement/>.

Kaufman, I. *City declares intimate partner violence an epidemic*, TBNewsWatch.com, 26 septembre 2023. <https://www.tbnewswatch.com/local-news/city-declares-intimate-partner-violence-an-epidemic-7598756>.

Kelly, T., et K. Scott. *Engaging Men in Conversations About Family Violence*, Université Western - Centre for Research & Education on Violence Against Women & Children, s.d. <https://training.learningtoendabuse.ca/enroll/index.php?id=20>.

La violence dans le cadre des fréquentations intimes déclarée par la police au Canada, 2008, 29 juin 2010. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/85-002-x/2010002/article/11242-fra.htm>.

Le consentement et pourquoi il est si important, Jeunesse, J'écoute, 13 janvier 2023. <https://jeunessejecoute.ca/information/consentement-et-pourquoi-si-important/>.

Litviniuc, A., et L. Wells. *A case for leveraging informal supporters and bystanders for primary prevention of domestic and sexual violence*, Calgary, Alberta, Université de Calgary, Shift: The Project to End Domestic Violence, 2022.

Montesanti, S. *Connecting the Social and Structural Determinants of Health and Primary Prevention of Domestic and Family Violence*, Edmonton, Alberta, Université de l'Alberta, CARE Research Lab, 2023.

Next Gen Manual: A Guide For Engaging Boys in Positive Masculinity, 2023. <http://nextgenmen.ca>.

One Love. *10 Signs of a Healthy and Unhealthy Relationship*, édition numérique, One Love, s.d. <https://www.joinonelove.org>.

One Love. *Boundaries: Compromise or Deal-breaker?*, One Love, (n.d.-b). <https://www.joinonelove.org/>.

One Love. *How To Respect Boundaries - A Guide*, One Love, 2021. <https://www.joinonelove.org/>.

Relations saines versus relations malsaines, Jeunesse, J'écoute, 29 août 2023. <https://jeunessejecoute.ca/information/relations-saines-versus-relations-malsaines/>.

Sexual Violence | Culture of respect, s.d. <https://cultureofrespect.org/sexual-violence/>.

Shift: The project to end domestic violence | MEN AND BOYS, s.d. <https://preventdomesticviolence.ca/our-work/men-and-boys/>.

SIECCAN. *Guidelines for integrating gender-based violence prevention within school-based comprehensive sexual health education*, Toronto, ON, Sex Information & Education Council of Canada (SIECCAN), 2023.

Signs of love bombing, Love is Respect, 29 septembre 2023. <https://www.loveisrespect.org/resources/signs-of-love-bombing/>.

Suis-je violent·e dans mes relations?, Jeunesse, J'écoute, 20 mars 2023. <https://jeunessejecoute.ca/information/suis-je-violent%c2%b7e-dans-mes-relations/>.

Support a friend or roommate experiencing abuse, Love is Respect, 9 août 2021. <https://www.loveisrespect.org/supporting-others-dating-abuse/support-a-friend-or-roommate-abuse/>.

Taquette, S.R., et D. Monteiro. « Causes and consequences of adolescent dating violence: a systematic review », *Journal of injury & violence research*, 11(2), 2019, p. 137-147.

That's not cool TV [vidéo], That's not cool, YouTube, 10 février 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=hLvcSVgNqpk>.

The Gender + Equality Center at the University of Oklahoma [GEC4OU]. *Consent is Like a Bike Ride* [vidéo], YouTube, septembre 2021. https://www.youtube.com/watch?v=FgU2_UwScNw.

Types of violence against women and girls, siège d'ONU Femmes, s.d. <https://www.unwomen.org/en/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>.

UNHCR – L'agence des Nations Unies pour les réfugiés. *Violence sexuelle et sexiste*, UNHCR, s.d. <https://www.unhcr.org/fr/nos-activites/sauvegarder-les-droits-humains/protection/violence-sexuelle-et-sexiste>.

Violence dans les fréquentations chez les jeunes. *Ressources – Prévenir la violence dans les fréquentations chez les jeunes*, 21 novembre 2022. <https://youthdatingviolence.prevention.ca/fr/en-savoir-plus/jeunes/ressources/>.

What are my boundaries?, Love Is Respect, 23 février 2023. <https://www.loveisrespect.org/resources/what-are-my-boundaries/>.

What consent does—and doesn't—look like, Love Is Respect, 23 mars 2022. [https://www.loveisrespect.org/resources/what-consent-does-and-doesnt-look-like/#:~:text=Consent%20means%20respecting%20boundries%20and,%2C%20sexual%20acts%2C%20etc.\)](https://www.loveisrespect.org/resources/what-consent-does-and-doesnt-look-like/#:~:text=Consent%20means%20respecting%20boundries%20and,%2C%20sexual%20acts%2C%20etc.)).

What is Gender-Based Violence?, La Coalition d'Ottawa contre la violence faite aux femmes. <https://www.octevaw-cocvff.ca/what-is-gbv>.

Wright, J. « Trauma-informed Consent Education: Understanding the grey area of consent through the experiences of youth trauma survivors », *Atlantis: Critical Studies in Gender, Culture & Social Justice*, 43(1), 2023, p. 19-31. <https://doi.org/10.7202/1096954ar>