

FICHE D'ACTIVITÉ 1

Mais c'est quoi, le racisme ?



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide pour jeunes dégourdi-es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trente

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Causerie

Participation : En petit ou en grand groupe

OBJECTIF

Entamer une réflexion sur le racisme avec les jeunes et approfondir leur compréhension du sujet.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Idéalement, cette causerie de groupe se ferait en deux parties.

AVANT LA LECTURE

Interrogez d'abord les jeunes à propos de ce qu'ils savent du racisme avant la lecture du guide *Le racisme et toi*. Invitez-les à se questionner sur la signification de certains termes, posez-leur quelques questions et laissez-les s'exprimer librement (mais respectueusement!). Vous pouvez vous inspirer des questions suivantes :

1. En quoi les êtres humains sont-ils pareils ?
2. Est-ce que la couleur de la peau a une influence sur la personnalité des personnes ? Explique.
3. Selon toi, qu'est-ce que le racisme ? Comment pourrais-tu le définir ?
4. Toi, comment te sens-tu face à la différence ? Quelles émotions ça te fait vivre ?
5. As-tu déjà été victime ou témoin de comportements ou de propos racistes ? Si oui, que s'est-il passé ? Qu'as-tu ressenti ?
6. Selon toi, qu'est-ce que le racisme systémique ?
7. Est-ce que toi ou quelqu'un que tu connais avez déjà été victimes de racisme systémique ?

💡 Petit truc : prenez en note les réponses des jeunes pour pouvoir y revenir après la lecture du guide !

APRÈS LA LECTURE

Une fois la lecture terminée, prenez un moment avec les jeunes pour revenir sur les réponses fournies lors de la première causerie. Vérifiez si leurs perceptions ont changé et posez-leur de nouvelles questions, comme :

1. Que penses-tu de ce que tu viens d'apprendre dans ce livre/chapitre ?
2. Qu'est-ce qui t'a le plus étonné-e de ta lecture ?
3. Nomme quelque chose de nouveau que tu as appris lors de la lecture.
4. Est-ce que tes réponses précédentes concordent avec ce que tu as appris dans le livre ?
5. As-tu déjà eu des propos ou des comportements racistes ? Que s'est-il passé ? Qu'as-tu ressenti ? Qu'est-ce que tu pourrais faire comme geste réparateur ?

Au besoin, relisez certains passages du livre avec les jeunes. N'hésitez pas aussi à refaire les mini quiz à la fin de chaque section (pages 55, 80 et 100) pour consolider les apprentissages.

FICHE D'ACTIVITÉ 2

Ma fleur d'identité



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide pour jeunes dégourdi·es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trenté

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Création et causerie

Participation : Individuelle et en groupe

Matériel requis : Fleur et questions à imprimer, crayons de couleur, feutres

OBJECTIF

Amener les jeunes à mieux se connaître et à comprendre les aspects de leur identité pour qu'ils en soient fiers.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Distribuez une fleur à chaque participant. Les jeunes devront créer leur fleur d'identité en notant différents aspects de leur identité dans chacun des pétales. S'ils sont en panne d'idées, ils peuvent s'inspirer de la liste de questions proposées. Une fois les fleurs terminées, revenez en grand groupe pour découvrir les résultats de chacun et faire un retour sur l'activité.

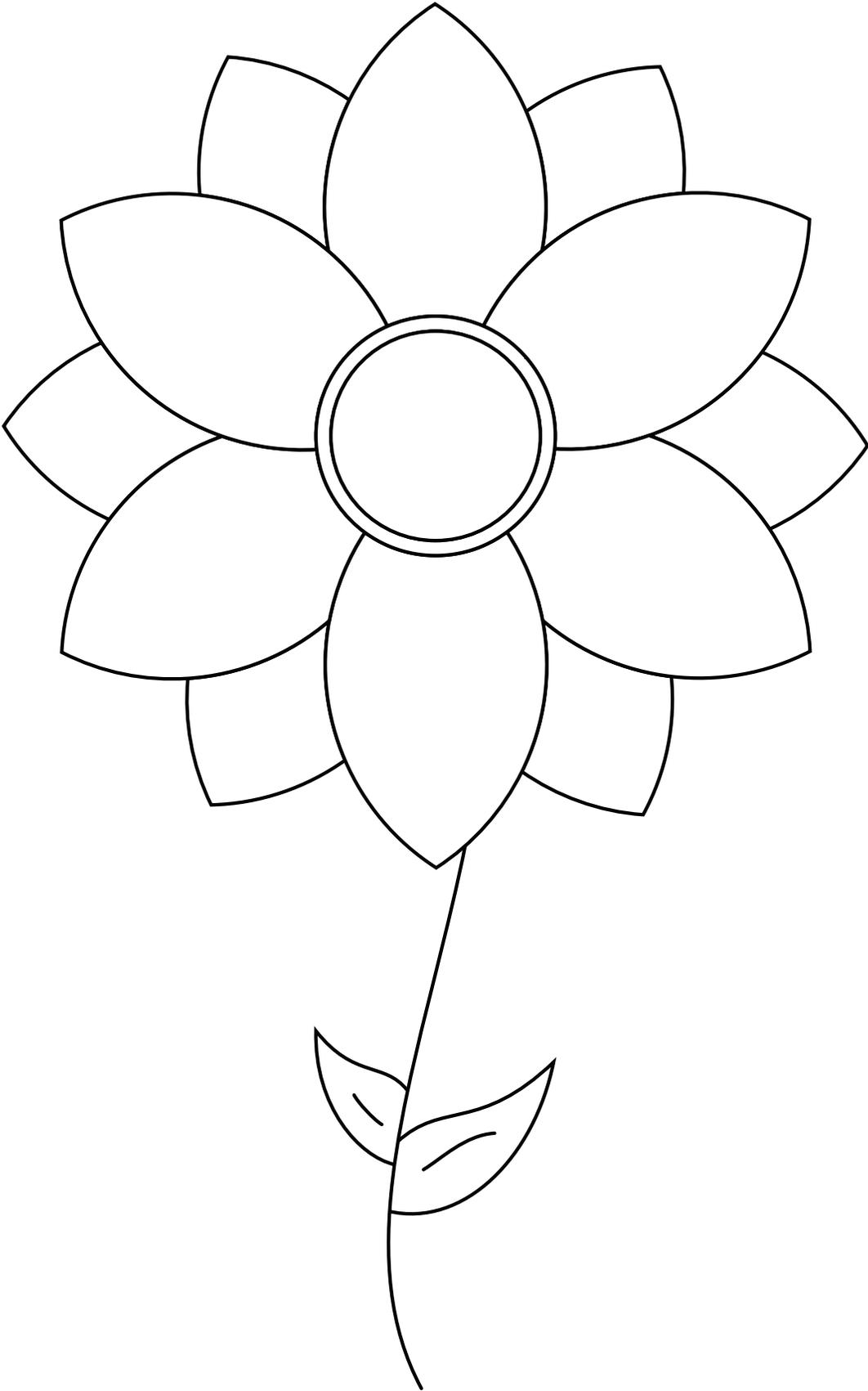
 **Petit truc** : préparez votre propre fleur d'identité à l'avance pour avoir un exemple concret à leur montrer !

Variante : Plutôt que d'utiliser le modèle de fleur fourni, vous pourriez proposer aux jeunes de dessiner leur propre fleur. Voilà une autre belle façon de mettre en valeur leur identité ! Vous pourriez également utiliser une autre image, par exemple un soleil, une constellation d'étoiles, etc.

RETOUR SUR L'ACTIVITÉ

1. Partages-tu certains points communs avec d'autres camarades ?
2. Y a-t-il deux fleurs identiques dans le groupe ? Pourquoi ?
3. Selon toi, qu'est-ce que l'intersectionnalité ?

Au besoin, relisez la section sur l'intersectionnalité (page 46). Rappelez aux jeunes que, même s'ils peuvent partager certains « pétales » avec leurs camarades, ils ont chacun une « fleur » unique, et c'est ce qui fait que chaque personne expérimente la vie de façon différente !



Où es-tu né-e ? Quel est ton lieu de naissance ?

Quel est ton sexe ? Ton genre ? Ton orientation sexuelle ?

Quelles sont tes passions ?

Quel est ton repas préféré ?

Quelle est ta couleur préférée ?

Quels sont tes passe-temps favoris ?

Quelle est ta religion ? Quelles sont tes croyances ?

Quel âge as-tu ?

Quelle est ta langue maternelle ?

Qu'aimes-tu le plus de ta personnalité ?

Quelle est ta plus grande qualité ?

Qu'est-ce qui te remplit de joie ?

FICHE D'ACTIVITÉ 3

Le racisme au quotidien



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide pour jeunes dégourdi-es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trente

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Causerie

Participation : En grand groupe

Matériel requis : Les exemples de microagressions prédécoupés

OBJECTIF

Amener les jeunes à mieux comprendre les microagressions et leurs conséquences dans la vie des personnes racisées.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

En grand groupe, ouvrez une discussion à propos des microagressions. Distribuez les exemples de microagressions aux jeunes. Demandez à chacun de lire la situation qu'il a reçue et, en groupe, tentez d'identifier en quoi il s'agit d'une microagression. Invitez ensuite les jeunes à partager leurs réflexions et à discuter des effets que ces gestes ou ces paroles peuvent avoir sur les personnes qui en sont victimes.

Avant de réaliser l'activité, n'hésitez pas à relire aux jeunes la section du livre qui porte sur les microagressions (page 38), et refaites l'exercice à la page 41.

Pistes de réponses

1. Ne pas reconnaître les différences ethniques.
2. Être surpris lorsqu'une personne sort de son stéréotype, c'est-à-dire qu'elle ne représente pas l'idée que tu avais de sa communauté.
3. Être surpris lorsqu'une personne sort de son stéréotype. Dans cette situation, le stéréotype est que les femmes noires ne sont pas jolies.
4. Être surpris lorsqu'une personne sort de son stéréotype.
5. Imposer un stéréotype racial. Ici, le stéréotype est que les personnes asiatiques sont bonnes en mathématiques, mais ça ne veut pas dire que c'est le cas de ton camarade.
6. Imposer un stéréotype.
7. Supposer le pire des gens, évitement physique.
8. Supposer le pire des gens.
9. Évitement physique.
10. Évitement physique.
11. Rendre exotique une personne, la ramener à sa différence.
12. Forcer une identité culturelle. Cela réduit la personne à sa différence.
13. Forcer une identité culturelle. Même si la personne a une apparence différente de la tienne, cela ne veut pas dire qu'elle vient d'un autre pays.
14. Rendre exotique une personne, la ramener à sa différence.
15. Ignorer autrui, le rendre invisible.
16. Ignorer autrui, le rendre invisible.
17. Généraliser et dénigrer une culture différente de la sienne.
18. Dénigrer une culture différente de la sienne.
19. Utiliser les personnes immigrantes comme bouc émissaire.
20. Forcer une identité culturelle.

- 1 « Ah, mais toi, tu n'es pas un vrai Noir! Je ne vois pas de couleur quand je te parle. »
- 2 « Wow, tu parles vraiment bien français pour une latino! »
- 3 « Tu es belle pour une Noire! »
- 4 « Comment se fait-il que tu sois si bon en science? »
- 5 « Puisque tu es asiatique, tu dois être bon en math... Tu peux m'aider, stp? »
- 6 « Ah! Les gens des Caraïbes sont toujours en retard. »
- 7 « Moi, je ne fais pas confiance à la gang d'Arabes devant nous, donc je vais changer de trottoir pour les éviter... Tu viens avec moi? »
- 8 « Le gars a l'air d'un gangster, il va essayer de me voler! »
- 9 « Je ne m'assoierai pas à côté de Nadia dans le bus, c'est une autochtone. »
- 10 Ne pas serrer la main d'une personne racisée.
- 11 « Trop cool ton afro, je peux le toucher? »
- 12 « D'accord, tu es née au Québec, mais d'où viens-tu vraiment? »
- 13 « Quelle est ta langue première? »
- 14 « Tu es tellement différent, je peux te prendre en photo? »
- 15 Un professeur qui ne donne pas la parole à un élève de la communauté arabe.
- 16 Une serveuse au restaurant ne prend pas la commande d'une personne racisée.
- 17 « La nourriture indienne, ça sent trop fort! »
- 18 « Cet exercice est facile, franchement, ce n'est pas du chinois! »
- 19 « C'est la faute des immigrants s'il y a une crise du logement. »
- 20 « Retourne dans ton pays! »

FICHE D'ACTIVITÉ 4

La course aux privilèges



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide pour jeunes dégourdi·es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trente

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Activité physique ou expérience

Participation : Groupe de minimum 10 jeunes

Matériel requis : Une corde ou des cônes pour marquer la fin de la course. Prévoir également un espace suffisamment grand (dehors ou dans un gymnase).

OBJECTIF

Amener les jeunes à comprendre la notion de privilège et leur faire prendre conscience de leurs propres privilèges.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Pour commencer, établissez une ligne de départ et une ligne d'arrivée. Séparez ensuite le groupe de manière aléatoire en deux équipes : équipe 1 et équipe 2. Demandez à tous les participants de se placer sur la ligne de départ. Lorsque tout le monde est prêt, annoncez que tous les membres de l'équipe 1 ont le droit d'avancer de 20 pas avant le début de la course, sans donner d'autres explications. Ensuite, donnez le signal du départ : à vos marques, prêts, partez !

RETOUR SUR L'ACTIVITÉ

Après la course, revenez en grand groupe pour discuter de ce qui s'est passé lors de la course.

Vous pouvez vous inspirer des questions suivantes pour animer la causerie.

1. Qu'est-ce qu'un privilège ?
2. Quelles émotions avez-vous ressenties, les membres de l'équipe 2 ?
3. Quelles émotions avez-vous ressenties, les membres de l'équipe 1 ?
4. Qui pense être privilégié·e dans la vie ? Qu'est-ce qui fait que tu te sens privilégié·e ?
5. Pense à des obstacles, à des situations, à des épreuves que tu ne vis pas en raison de tes privilèges. As-tu des exemples ?
6. Comment peux-tu aider les personnes moins privilégiées que toi ?

Au besoin, retournez lire la section du livre qui porte sur les privilèges (page 43).

FICHE D'ACTIVITÉ 5

Mon échelle de valeurs



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide pour jeunes dégourdi·es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trente

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Réflexion et causerie

Participation : Individuelle ou en groupe

Matériel requis : Liste des valeurs à imprimer (une par personne), crayon

OBJECTIF

Amener les jeunes à prendre conscience de leurs valeurs et les aider à mettre de l'avant des valeurs qui aident à vivre dans un monde plus ouvert et respectueux.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Cette activité peut se faire en deux étapes.

PREMIÈRE PARTIE

Pour commencer, demandez aux jeunes d'expliquer, dans leurs mots, ce qu'est une valeur. Ensuite, distribuez la liste des valeurs à chacun des jeunes et demandez-leur d'encercler les dix valeurs les plus importantes pour eux. Cette étape se fait de manière individuelle.

DEUXIÈME PARTIE

Une fois que tout le monde a terminé de choisir ses valeurs, revenez en grand groupe pour discuter des différents choix de chacun.

Variante : Vous pourriez, en groupe, établir votre propre échelle de valeurs pour la classe. Affichez ensuite ces valeurs bien en vue dans votre local.

RETOUR SUR L'ACTIVITÉ

1. Comment as-tu fait pour déterminer les dix valeurs les plus importantes pour toi ?
2. Est-ce que c'était difficile de faire un choix parmi toutes les valeurs proposées ?
3. Selon toi, pour réduire le racisme dans le monde, quelles valeurs serait-il souhaitable de prôner ? Pourquoi ?

- Tolérance
- Empathie
- Égalité
- Justice
- Inclusivité
- Ouverture d'esprit
- Famille
- Abondance
- Ambition
- Apprentissage
- Collaboration
- Créativité
- Éducation
- Excellence
- Fierté
- Gentillesse
- Harmonie
- Indépendance
- Inspiration
- Motivation
- Optimiste
- Originalité
- Perfection
- Ponctualité
- Rationalité
- Respect
- Santé
- Civisme
- Équité
- Curiosité
- Simplicité
- Spiritualité
- Amour universel
- Amitié
- Acceptation
- Amusement
- Authenticité
- Courage
- Discipline
- Équilibre
- Exploration
- Franchise
- Gratitude
- Humilité
- Innovation
- Joie
- Succès
- Organisation
- Passion
- Persévérance
- Propreté
- Résilience
- Responsabilité
- Science

FICHE D'ACTIVITÉ 6

Je m'intéresse à l'autre !



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide
pour jeunes dégourdi·es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trente

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Entrevue

Participation : Individuelle

Matériel requis : Questionnaire à imprimer

OBJECTIF

Amener les jeunes à comprendre la réalité des personnes racisées et les encourager à s'intéresser à d'autres cultures.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Expliquez aux jeunes qu'ils devront se transformer en journalistes le temps d'une entrevue ! Distribuez une copie du questionnaire à chacun des jeunes et invitez-les à interviewer un adulte racisé de leur entourage dans les prochains jours. Ils devront ensuite écrire un « article journalistique » ou faire une courte présentation orale pour parler de la personne interviewée et partager ce qu'ils auront appris lors de leur conversation avec elle.

1 Quel est votre nom ?

2 De quel pays êtes-vous originaire ?

3 Quelle est votre religion ?

4 Quelle est votre langue maternelle ?

5 Parlez-moi de votre pays d'origine.

6 Y a-t-il une musique typique de votre pays ?

7 Quel est votre plat préféré de votre pays d'origine ?

8 Y a-t-il certaines coutumes de votre pays d'origine que vous aimez beaucoup ?

9 Si vous êtes une personne immigrante, depuis combien de temps habitez-vous ici ? Voulez-vous me raconter votre arrivée ici ?

10 Avez-vous déjà vécu du racisme ici ? Si oui, pouvez-vous me raconter un événement ?

11 D'après vous, que pouvons-nous faire pour contrer le racisme ?

Merci beaucoup de votre participation !

FICHE D'ACTIVITÉ 7

Un monde de diversité



Pour approfondir la lecture du livre

LE RACISME ET TOI : Psychoguide pour jeunes dégourdi-es

Autrice : Hélène Bouzi

Éditeur : Éditions Midi trente

ISBN : 978-2-925213-89-5

Catégorie : Activité de groupe et causerie

Participation : En grand groupe

Matériel requis : Carte du monde à imprimer

OBJECTIF

Amener les jeunes à prendre conscience de la diversité de leur entourage.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Imprimez d'abord la carte du monde, puis invitez les jeunes à réfléchir aux origines des différentes personnes de leur entourage. Collectivement, amusez-vous à trouver des personnes pour couvrir chaque continent ! Faites un point de couleur pour chaque personne trouvée et constatez la beauté de la diversité !

RETOUR SUR L'ACTIVITÉ

1. Les résultats de l'activité te surprennent-ils ?
2. Quelles conclusions peux-tu tirer à la suite de l'activité ?
3. Aurais-tu besoin de mieux diversifier ton entourage ? Explique pourquoi.
4. Que pourrais-tu faire pour diversifier ton entourage ?
5. D'après toi, pourquoi est-ce important d'avoir un entourage diversifié ?

