

Soutenir la communauté LGBTQIA+ : conseils pour devenir un(e) allié(e)

Même si vous ne vous identifiez pas comme faisant partie de la communauté LGBTQIA+*, vous pouvez soutenir des amis, des collègues, des êtres chers et la communauté dans son ensemble en devenant un allié ou une alliée. Voici comment.

Renseignez-vous sur les enjeux liés à l'orientation sexuelle et à l'identité de genre.

Familiarisez-vous avec les termes de base comme « sortir du placard », « homophobie », « orientation sexuelle » et « identité ou expression de genre ».

Informez-vous sur l'utilisation des pronoms. Les gens ont le droit de choisir le pronom par lequel ils veulent se faire désigner (elle, il, iel). Si vous ne savez pas quel pronom utiliser pour désigner quelqu'un, demandez-lui. Si vous vous trompez, présentez-lui des excuses et reprenez-vous. Indiquez votre pronom dans votre signature de courriel ou sur votre porte-nom lors d'événements où vous rencontrez de nouvelles personnes; ainsi, vous signalerez que vous comprenez et respectez l'importance de désigner les gens en utilisant le pronom qu'ils ont choisi.

Posez des questions. Soyez honnête, et si vous ne comprenez pas ce que signifie un mot ou dans quelles circonstances l'utiliser, dites-le. Ne laissez pas la crainte de vous tromper de terme vous empêcher d'interagir avec les membres de cette communauté. Si vous n'êtes pas certain des mots à utiliser ou de ce que vous devriez dire lorsque vous parlez avec un ami ou un proche LGBTQIA+, demandez-lui de l'aide ou faites une recherche en ligne pour connaître la définition du mot et son usage.

Donnez l'exemple. N'ayez pas peur de prendre la parole si vous êtes témoin d'actes discriminatoires envers les personnes LGBTQIA+, de blagues offensantes ou de comportements homophobes. N'utilisez pas d'épithètes injurieuses, même si vous entendez d'autres personnes les utiliser.

Respectez la vie privée des gens. Sachez que certaines personnes choisissent de ne pas divulguer leur information personnelle. Même si vous soupçonnez qu'une personne est gaie, bisexuelle ou transgenre, c'est à elle de décider si elle veut en parler. Il ne faut jamais « tirer quelqu'un hors du placard », car il s'agit d'un choix personnel, et un tel acte risque d'exposer la personne à des dangers.

Joignez-vous aux efforts de votre collectivité pour sensibiliser la population aux enjeux LGBTQIA+ et à la lutte pour l'égalité et contre la discrimination. Participez à des collectes de fonds en soutien aux droits des homosexuels ou à d'autres événements de la « Fierté », ou faites du bénévolat dans un groupe ou un organisme de soutien. Recherchez en ligne des associations comme [PFLAG Canada](#), qui appuient la communauté LGBTQIA+, viennent en aide aux personnes ayant du mal à comprendre leur identité de genre, et offrent du soutien à leur famille et aux proches.

Traitez les autres comme vous aimeriez être traité. Rappelez-vous que les actes sont plus éloquentes que les mots.

** L'acronyme LGBTQIA+, qui désigne les personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, queers, en questionnement, intersexes, asexuelles ou alliées, + toutes les autres personnes ne s'identifiant pas comme cisgenres ou hétérosexuelles, est un terme parapluie accepté par les organismes de défense des droits de ces personnes et qui vise à inclure tous ceux et celles qui revendiquent l'équité entre les genres.*

© LifeWorks 2023



Michel Arsenault

Directeur, Partenaires mondiaux et services cliniques numériques