

Soutenez les personnes trans

Un guide pour
passer de la
solidarité à l'action

Ce guide est produit par Lush Cosmétiques en solidarité avec les personnes trans aux quatre coins du monde. Grâce à nos campagnes et à nos pratiques d'entreprise, nous nous efforçons de donner l'exemple en étant un milieu de travail inclusif et diversifié. Ce livret est une ressource ouverte et nous vous invitons à le partager, à le copier ou à le reproduire librement.

Ce qui suit contient des mentions de violence, de suicide et d'intolérance. Ce matériel peut être difficile, alors consultez-le quand vous vous sentez capable. Nous préférons vous en avertir.



Scannez et inscrivez-vous avant le 13 août 2024 pour recevoir un colis de soins gratuit de Lush.

*Canada et États-Unis seulement.

Les droits des personnes trans sont des droits fondamentaux.

Maintenant et toujours.

Les personnes trans sont...

... nos camarades de classe, nos collègues, nos voisin.e.s, notre famille, nos modèles et nos ami.e.s.

Il y a des millions de personnes à travers le monde avec une expérience trans vécue, ce qui fait en sorte qu'il est très probable que vous connaissez, aimez ou avez au moins rencontré une personne trans.

Pourtant, de 2021 à 2023, la législation (adoptée et proposée) qui vise à limiter les droits des personnes trans a augmenté en intensité et en nombre. Cela comprend la restriction ou la dissolution de l'accès aux soins de santé nécessaires et à la participation au sport, ainsi que le blocage du droit légal d'être appelé.e par le bon nom. Et le nombre des lois oppressives proposées ou adoptées ne fait qu'augmenter.

Aujourd'hui, plus que jamais, nous devons nous battre pour les droits fondamentaux de chaque personne afin de créer un monde dans lequel nous pouvons tou.te.s prospérer.

Si nous voulons tou.te.s vivre dans un monde où

chacun.e est libre d'être soi-même, c'est le moment de nous serrer les coudes. Ce guide s'adresse à toutes les personnes qui veulent en savoir plus sur la communauté trans et sur la violence et l'oppression systémiques qui touchent de manière disproportionnée les personnes en dehors de la binarité de genre.

Partagez cette information avec vos ami.e.s et votre famille. **Faites savoir à vos élu.e.s que vous appuyez les droits des personnes trans et la liberté pour tou.te.s.** Soyez présent.e avec amour pour célébrer les victoires avec votre communauté et vous soutenir les un.e.s les autres dans les moments difficiles.

« **Mon amour est politique. Mon corps est politique. Je parle même quand je ne parle pas.** »

–Indya Moore, actrice, mannequin, l'une des personnes les plus influentes de 2019 de Time Magazine.

« **Même si je savais que j'étais différente, je suis toujours restée moi-même.** »

–Shea Coulé, drag queen, musicienne, actrice, animatrice de balado et figure incontournable de la vie nocturne de Chicago.

« **Vous n'êtes jamais loin d'une personne trans ou d'une personne qui se soucie profondément de nous.** »

–La représentante Zoey Zephyr, la première personne ouvertement trans à être élue à la législature de l'État du Montana.

« **Je n'ai plus peur de ma vérité et je ne vais pas cacher des parties de moi pour vous mettre à l'aise.** »

–Schuyler Bailar, auteur, militant et premier athlète masculin trans de la Division I (NCAA).

Que signifie être une personne trans ou non binaire?

Le terme **transgenre (ou trans)** désigne les personnes dont l'identité de genre diffère du genre qui leur a été assigné à la naissance.

Le terme **non binaire** désigne les personnes qui ne s'identifient pas comme homme ou femme ou qui s'identifient à un mélange des deux.

Pour beaucoup de personnes trans et non binaires, les pronoms qu'elles utilisent sont une partie importante de la façon dont elles se présentent. L'une des façons les plus élémentaires de respecter l'identité trans d'une personne est de respecter ses pronoms.

Pour plus d'information à propos des termes associés à l'identité de genre, consultez le lexique aux pages 17-20 de ce livret.

En juillet 2023, le recensement des États-Unis a révélé qu'il y avait

2,6 millions de personnes

avec une expérience trans vécue au pays.¹

En mai 2021, le recensement canadien a révélé qu'il y a plus de

100 815 personnes

ayant vécu une expérience trans au Canada.²

LES DROITS TRANS, ÇA VEUT DIRE VIVRE À L'ABRI DE LA VIOLENCE.

Partout dans le monde, les personnes trans sont confrontées à des niveaux plus élevés de violence sexuelle et physique que les autres communautés. Chaque année le 20 novembre, les personnes trans et leurs allié.e.s célèbrent une Journée du souvenir pour observer le nombre souvent sous-estimé de décès causés par des l'incompréhension, de la haine et de nombreuses autres raisons tragiques et inhumaines.

En 2023, au moins 54 personnes trans et non conformes dans le genre ont perdu la vie par des moyens violents, y compris par des armes à feu et de la violence interpersonnelle aux États-Unis et au Canada^{3,4,16}.

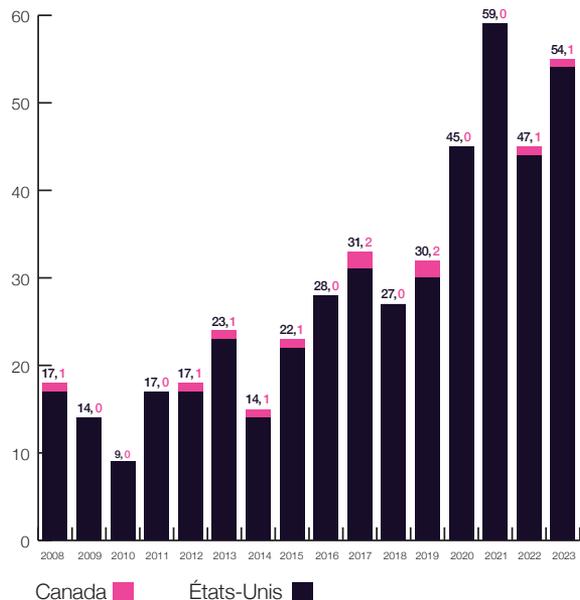
En 2022, près de 500 crimes haineux motivés par l'identité de genre ont été enregistrés aux États-Unis, soit une augmentation de plus de 30 % par rapport à l'année précédente. Ce nombre est sous-estimé⁵.

Les écoles se classent au troisième rang pour les crimes haineux aux États-Unis, avec pas moins de 10 % de tous les crimes haineux signalés en 2022 dans les écoles du pays, y compris 342 infractions contre les personnes LGBTQ+.⁶

Aux États-Unis, plus de 432* personnes trans et non conformes dans le genre ont perdu la vie à la suite de violences mortelles depuis 2008^{3,4,16,17}.

Au Canada, plus de 11* personnes trans et non conformes dans le genre ont perdu la vie à la suite de violences mortelles depuis 2008⁴.

NOMBRE DE DÉCÈS ENREGISTRÉS POUR CHAQUE ANNÉE CIVILE



*Ces chiffres ne sont que ceux qui ont été **déclarés**. Les chiffres réels sont probablement beaucoup plus **élevés**.

LES DROITS TRANS, ÇA VEUT DIRE METTRE FIN AU RACISME ET À LA MISOGYNIE.

La violence contre les personnes trans ne se limite pas à leur identité de genre. Les gens commettent fréquemment des actes de violence contre les personnes trans en raison de leur intolérance envers certaines autres identités³.

Les femmes trans racisées, en particulier les femmes trans noires, sont touchées de façon disproportionnée par la violence fatale, représentant 75 % de toutes les victimes trans et non conformes dans le genre. Aux États-Unis, 206 femmes trans noires ont été identifiées comme victimes depuis 2013³.

Plus de 85 % des personnes trans assassinées aux États-Unis sont des personnes racisées³.

Lorsqu'on les accepte, qu'on les appuie et qu'on leur permet de s'épanouir, les personnes trans mènent une vie heureuse, dynamique et riche.

Comme tout le monde.

LES DROITS TRANS, ÇA VEUT DIRE PROTÉGER LES ENFANTS TRANS.

Les lois anti-LGBTQ+ adoptées et proposées ciblent directement les jeunes trans et ont un impact critique sur leur résilience et leur santé mentale et physique.

Près d'un jeune LGBTQ+ sur trois aux États-Unis a déclaré que sa santé mentale était mauvaise la plupart du temps ou toujours en raison de politiques et de lois oppressives.⁹

À l'inverse, dans le sondage national de 2023 du Trevor Project, près de 80 % des jeunes LGBTQ+ aux États-Unis ont déclaré que le fait d'entendre parler des lois locales et étatiques qui tentent d'interdire les thérapies de conversion les rassure un peu ou beaucoup.⁹

Parmi tous les jeunes LGBTQ+ aux États-Unis, 81 pour cent voulaient des soins de santé mentale, mais plus de la moitié n'ont pas pu l'obtenir, dont près de trois jeunes trans et non binaires sur cinq et plus de deux jeunes cisgenres sur cinq⁹. Au Canada, près des deux tiers des personnes trans et non binaires ont déclaré avoir une santé mentale médiocre ou passable, soit cinq fois plus que les personnes cisgenres¹⁰.

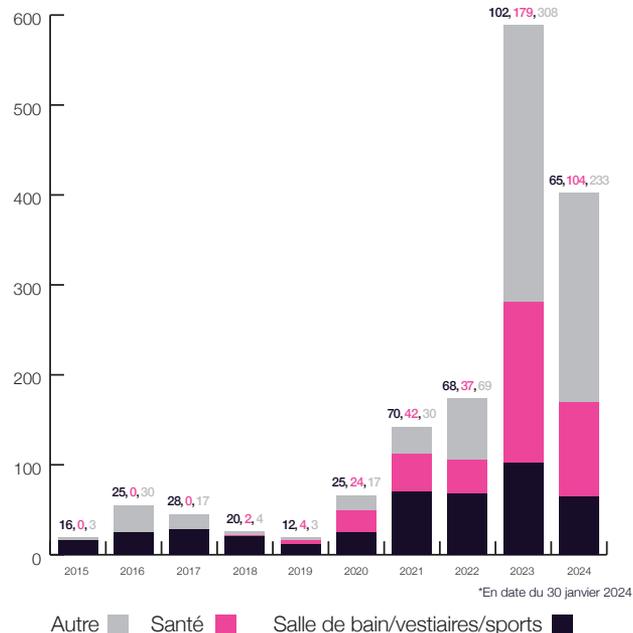
Pour les enfants et ados trans et non binaires, l'affirmation précoce du genre est cruciale pour tous les aspects de la santé et du bien-être.

LES DROITS TRANS, ÇA VEUT DIRE DES DROITS LÉGISLATIFS

De plus en plus, les jeunes se sentent plus à l'aise de dévoiler leur orientation sexuelle ou identité plus tôt dans la vie. Cependant, en même temps, il y a eu une augmentation du sentiment anti-trans et anti-LGBTQ+ dans une variété d'espaces, y compris dans les écoles, les sports et les soins de santé⁷.

Près de 50 % des personnes trans et non binaires aux États-Unis ont déclaré avoir envisagé de déménager dans un autre État en raison de l'adoption ou de la proposition de lois visant à traiter les personnes transgenres de manière inégale, et 5 % des personnes interrogées ont effectivement déménagé en raison d'une telle action de l'État.⁸

LES ÉTATS-UNIS ONT CONNU UNE HAUSSE À LONG TERME DE LA LÉGISLATION ANTI-TRANS. MAINTENANT, ELLE EST À SON APOGÉE.



Aux États-Unis, plus de 40 % des jeunes LGBTQ+ ont envisagé sérieusement le suicide⁹.

Au Canada, 45 % des personnes trans et non binaires étaient plus susceptibles d'avoir envisagé sérieusement le suicide au cours de leur vie¹⁰.

LES DROITS TRANS, ÇA VEUT DIRE DES SOINS D’AFFIRMATION DE GENRE.

Les soins d’affirmation de genre pour les personnes trans et de diverses identités de genre sont essentiels pour permettre aux individus d’aligner leur corps avec leur propre sens de soi¹².

98 % des personnes trans et non conformes dans le genre ont déclaré que le fait de recevoir un traitement hormonal médicalement nécessaire entraînait une plus grande satisfaction de vivre, et 94 % ont déclaré être plus satisfait.e.s de leur vie après avoir fait la transition vers leur genre véritable⁸.

Parmi les personnes qui ont consulté un.e fournisseur.euse de soins de santé au cours des 12 derniers mois, près de 50 % ont déclaré avoir au moins une expérience négative en raison de leur transidentité. Les expériences allaient du refus d’offrir des soins de santé, du mégenrage, de l’utilisation d’un langage dur ou abusif lors de la visite, ou d’un comportement dur ou physiquement violent lors de la visite.⁸

LES DROITS TRANS, ÇA VEUT DIRE : LIBERTÉ, JUSTICE, LIBÉRATION.

Malgré les obstacles aux soins et les attaques politiques incessantes, les jeunes trans et non binaires font preuve d’optimisme et de résilience.

Il est temps pour nous de nous unir pour soutenir la communauté queer afin que nous puissions démanteler les structures et les institutions qui perpétuent l’inégalité.

Si vous croyez que tout le monde a le droit d’être soi-même, alors il est temps de défendre les droits des personnes trans et de défier bruyamment la transphobie partout où elle apparaît. Exigez que vos représentant.e.s à tous les niveaux du gouvernement défendent et protègent les droits des personnes trans.

Si vous voulez vivre dans un monde où tout le monde, en particulier les jeunes, a accès à l’amour, au soutien et aux soins nécessaires pour s’épanouir, et où personne ne peut entraver l’autonomie corporelle et l’expression de soi, joignez-vous à nous pour partager les connaissances et les leçons de ce guide.

Conseils pour agir en solidarité avec les personnes trans et non binaires

Agir en solidarité signifie soutenir et défendre l'égalité d'une communauté autre que la vôtre.

Cela signifie que vous reconnaissez le caractère destructeur de l'oppression pour toute l'humanité. Vous reconnaissez que notre bien-être collectif est interrelié.

Voici quelques conseils que vous pouvez utiliser pour devenir un.e meilleur.e allié.e. Cette liste n'est pas exhaustive, mais vous fournira un point de départ lorsque vous en apprendrez davantage sur les identités et les présentations de genre¹⁴.

La langue évolue rapidement, tout comme les communautés. Cela peut donc sembler difficile à suivre. Rappelez-vous qu'il ne s'agit pas d'atteindre la perfection, mais de faire des efforts.

C'est normal de faire des erreurs.

Ce n'est pas normal d'utiliser l'habitude ou l'ignorance comme excuse. Excusez-vous lorsque vous faites une erreur et faites un effort conscient pour apprendre et utiliser une terminologie respectueuse.

Ne pas tolérer le manque de respect et sensibiliser les gens

Que ce soit un langage blessant, des remarques ou des blagues, dites-le si c'est inapproprié. Construisez votre communauté et cherchez d'autres allié.e.s qui vous soutiendront dans cet effort. Chaque fois que vous le pouvez, éduquer les personnes responsables du comportement nocif est un excellent moyen de s'assurer que les personnes trans et non binaires ne sont pas responsables de ce travail émotionnel.

Écouter les personnes trans

Écoutez avec un esprit et un cœur ouverts les expériences des personnes trans et non binaires. Il est très important pour un.e allié.e de pratiquer l'écoute active et de démontrer de la compréhension.

Respecter et utiliser les pronoms

Les pronoms sont une fonction normale du langage et tout le monde les utilise. Vous ne savez pas quels pronoms quelqu'un utilise? Il suffit de leur demander, ce n'est pas plus compliqué que ça! Il n'y a pas de problème si vous faites une erreur, assurez-vous simplement de la corriger et de passer à autre chose.

Faire preuve de patience avec les personnes qui remettent en question leur identité de genre

Lorsqu'une personne remet en question son identité de genre, elle peut faire des allers-retours pour déterminer ce qui est le mieux pour elle. Faites preuve de gentillesse et de compréhension – cela comprend le respect de son nom, de ses pronoms et du processus.

Ne pas présumer que vous êtes capable de deviner si une personne est trans

Il n'y a pas de manière unique d'être trans ou non binaire. Chaque personne a une expression de soi qui lui est propre.

Ne pas jouer à la police des toilettes publiques

Faites preuve d'inclusion afin que tout le monde se sente à l'aise d'utiliser les toilettes publiques. Vous pouvez également militer pour des salles de bain non genrées dans votre école, votre lieu de travail ou tout autre espace public en demandant à votre administration d'en créer une.

Respecter les limites

Ne posez pas de questions aux personnes trans sur leurs organes génitaux, leur état chirurgical ou leur vie sexuelle. Conclusion : si vous ne le demanderiez pas à une personne cisgenre, ne le demandez pas non plus à une personne trans!

Respecter la confidentialité

Si quelqu'un vous a fait part de son identité de genre avec vous, ne le dites pas aux autres sans leur permission. Dévoiler l'identité de genre ou l'orientation sexuelle d'une personne sans son consentement est une atteinte à la vie privée, mais cela peut aussi avoir des conséquences dévastatrices dans un monde qui peut être intolérant aux différences.

Utiliser un langage épïcène

Nos mots et expressions de tous les jours sont souvent genrés inutilement. En nous adressant à un groupe avec des expressions comme « bienvenue, mesdames et messieurs », nous présumons l'identité de genre de notre public et nous excluons les gens. Envisagez plutôt d'utiliser un langage inclusif comme « salut les ami.e.s » ou « bienvenue tout le monde ».

Glossaire

Bispirituel.le

Une identité culturelle et spirituelle utilisée par certains peuples autochtones pour décrire une personne qui incarne à la fois un esprit féminin et un esprit masculin. Il peut s'agir de personnes gaies, lesbiennes, bisexuelles, trans ou intersexes. Pour certaines personnes, ce terme décrit un rôle sociétal et spirituel que les gens ont joué dans les sociétés traditionnelles, comme les médiateur.ice.s ou les gardien.ne.s de certaines cérémonies, transcendant les rôles traditionnels des hommes et des femmes et jouant un rôle de genre intermédiaire établi. Une personne qui n'est pas autochtone ne devrait pas utiliser ce terme pour se décrire.

Chirurgie de confirmation/ affirmation du genre

Désigne l'altération chirurgicale de l'anatomie pour affirmer l'identité de genre. Ce n'est qu'une des nombreuses voies de transition. Que ce soit pour des raisons financières, médicales ou personnelles, beaucoup de gens n'optent pas pour la chirurgie. Ce terme est en évolution et certain.e.s activistes appellent ces chirurgies « puberté assistée ».

Cisgenre (non transgenre)

Cisgenre ou cis est utilisé pour décrire les personnes dont l'identité de genre est en alignement avec le sexe qui leur est assigné à la naissance. Cis signifie « en harmonie avec » ou « du même côté ». Les préfixes cis et trans fonctionnent ensemble comme des termes généraux pour classer toutes les identités de genre afin qu'aucune identité ne soit normalisée ou acceptée par rapport à une autre.

Dysphorie de genre

La détresse, la douleur ou l'inconfort qui découlent de l'incongruité entre le sexe assigné à la naissance et l'identité de genre. Toutes les personnes trans et non binaires n'éprouvent pas les mêmes degrés ou le même type de dysphorie.

Euphorie de genre

Terme utilisé pour décrire les émotions puissamment positives qui peuvent résulter d'un sentiment d'alignement avec son genre/sexe. Les expériences d'euphorie de genre peuvent être externes, internes et/ou sociales. Il s'agit de trouver de la joie dans la façon dont votre genre est exprimé et perçu. L'euphorie de genre n'est pas exclusive à l'expérience trans. Les personnes cisgenres peuvent également éprouver une euphorie de genre.

Expression de genre

Caractéristiques et comportements qui peuvent être perçus comme masculins

ou féminins, généralement en ce qui concerne l'apparence, les vêtements, la coiffure, les manières, la façon de parler et les interactions sociales.

Femme trans et homme trans

Il est toujours préférable de demander aux gens quels sont les termes qu'ils préfèrent utiliser pour se décrire, c'est-à-dire comment une personne s'identifie et vit aujourd'hui. Par exemple, une personne assignée homme à la naissance qui s'identifie comme une femme est une femme trans ou une femme.

Genre

La classification sociale des personnes comme homme et/ou femme. Alors que le sexe est une classification attribuée de l'extérieur, le genre est quelque chose qui devient évident dans un contexte social.

Identité de genre

Le sentiment interne profond d'une personne d'être un

homme ou une femme ou un autre genre, quel que soit le sexe qui lui a été assigné à la naissance. C'est la personne concernée qui détermine son identité de genre.

LGBTQ+

L'abréviation générique pour la communauté lesbienne, gaie, bisexuelle, trans, queer/en questionnement et plus. Le « + » signifie que les définitions du genre et de la sexualité sont fluides et sujettes à changement, et que les personnes qui s'interrogent ou qui ne s'intègrent pas carrément dans une identité sont les bienvenues dans la collectivité.

Non binaire

Certaines personnes ne s'identifient pas comme des hommes ou des femmes, mais plutôt comme ni l'un ni l'autre ou comme une combinaison des deux. Ces personnes peuvent s'identifier comme non binaires, non conformes dans le genre, ou de genre queer (genderqueer)

et utiliser des pronoms considérés comme neutres de genre tels qu'iel /ellui. Il existe également une variété de néopronoms que certaines personnes non binaires utilisent, comme ol, ul, ælle, al, ille, ael.

Orientation sexuelle

Il ne faut pas confondre l'orientation sexuelle et l'identité de genre. Ce ne sont pas les mêmes. L'orientation sexuelle décrit l'attrance physique, romantique et/ou émotionnelle persistante d'une personne envers une autre personne. Comme tout le monde, les personnes trans ont une orientation sexuelle — elles peuvent être hétérosexuelles, lesbiennes, gaies, bisexuelles, pansexuelles, queers, asexuelles, etc.

Personne intersexe/ personne intersexuée

Terme générique utilisé pour désigner les corps dont le développement n'est pas conforme à

la binarité médicale des corps sexués masculins et féminins. Le terme décrit un large éventail de variations sexuelles manifestées dans les configurations, les combinaisons et parfois les absences de certains organes, les organes génitaux doubles, les organes génitaux fusionnés, les variations chromosomiques, les hormones et/ou la capacité de reproduction. Ces corps sont souvent soumis à des interventions médicales non consensuelles et sont par ailleurs marginalisés au sein de la société.

Sexe biologique ou assigné

Le sexe biologique est le plus souvent utilisé pour désigner le genre assigné à la naissance, qui est souvent déduit en examinant les organes génitaux externes d'un fœtus ou d'un nouveau-né. Bien que largement considéré comme binaire, le sexe biologique est, en fait, un spectre. Il n'y a pas un seul facteur qui définit le sexe

biologique non plus.

Thérapie de conversion

La thérapie « réparatrice » ou « de conversion » est une pratique dangereuse qui cible les jeunes LGBTQ+ et cherche à changer leur identité sexuelle ou de genre. Il s'agit d'une gamme de pratiques dangereuses et discréditées qui prétendent faussement changer une personne, ce qui peut entraîner la dépression, l'anxiété, la consommation de drogues, le sans-abrisme et le suicide. En 2022, le Canada a interdit la pratique de la thérapie de conversion.

Traitement hormonal substitutif (THS)

Un traitement médical où l'on reçoit des hormones sexuelles comme moyen de soulager la dysphorie, généralement avec un objectif de masculinisation ou de féminisation.

Transgenre

Terme générique désignant les personnes dont l'identité

de genre, l'expression ou le comportement est différent de ceux habituellement associés à leur sexe assigné à la naissance. Une multitude d'expériences et d'identités différentes sont regroupées sous ce terme.

Transitionner/Transition

Toute mesure prise par une personne pour affirmer son identité de genre. Il n'y a pas « une » ou « la bonne façon » de faire une transition. La transition peut comprendre le « coming out » en informant la famille, les amis ou les collègues, en changeant le nom, en changeant les pronoms (il/elle/iel), en changeant de vêtements ou d'apparence, la thérapie et/ou un traitement médical comme une hormonothérapie substitutive ou différents types de chirurgie. Toutefois, aucune de ces étapes n'est obligatoire.

Transphobie

Une peur ou une haine irrationnelle des personnes

trans. Cela s'exprime souvent sous forme de harcèlement, de violence, de désinformation ciblée, de discrimination institutionnalisée et de meurtre.

Les personnes ont leur place.

Remerciements

Écrit et conçu par Lush Cosmétiques avec le soutien de Nikki Mia et le National Center for Transgender Equality. Pour en savoir plus, visitez transequality.org.

Imprimé en 2024, le 25e anniversaire de la création du drapeau trans par Monica Helms, dont l'espoir était que lorsqu'un.e membre de la communauté trans regardera le drapeau de haut en bas ou de bas en haut, iel pourra trouver son espace sur la bannière et se sentir inclus.e. Pour en savoir plus, visitez dayofpink.org/trans-flag.

Pour une version téléchargeable de ce guide et consulter les sources, visitez :

FRANÇAIS : lush.com/ca/fr_ca/a/trans-rights

ANGLAIS : lush.com/ca/en_ca/a/trans-rights