

Diversité et inégalités

Culture et citoyenneté québécoise

C1 Étudier des réalités culturelles

Niveau :

5^e secondaire

Durée :

4 périodes

Thème, concepts principaux et particuliers :

Groupes sociaux et rapports de pouvoir

- **Inégalités sociales** : sexisme et autres inégalités en lien avec le genre et la sexualité, racisme et colonialisme, inégalités socioéconomiques
- **Égalité et inclusion sociale**
- **Mouvement social**



Intention d'apprentissage

Au terme de cette situation d'apprentissage, l'élève sera en mesure d'exposer une compréhension enrichie face aux inégalités basées sur les caractéristiques physiques et d'identifier des stratégies issues des mouvements sociaux pour favoriser l'inclusion.

Cet atelier fait partie de **Bien dans sa tête, bien dans sa peau** (BTBP), un programme composé d'ateliers clés en main qui a pour objectif de favoriser le développement d'une image corporelle positive et l'adoption d'attitudes et de comportements sains et sans stéréotypes à l'égard du corps, de l'alimentation et de l'activité physique chez les jeunes.

Visitez www.equilibre.ca/btbp pour plus d'informations.



Sommaire

Amorce

Les élèves analysent une illustration représentant la diversité corporelle, culturelle, fonctionnelle, de genre et d'âge. Ils s'interrogent ensuite sur la réalité des personnes qui évoluent avec des caractéristiques physiques qui s'éloignent des normes sociales au Québec.

Tâche 1	Tâche 2	Tâche 3
<p>Les élèves explorent les inégalités subies par les personnes dont le corps s'éloigne des normes sociales, les privilèges qui accompagnent le fait de correspondre à ces normes ainsi que les facteurs qui influencent ces inégalités et privilèges.</p> <p>C1 Circonscrire l'objet d'étude</p> <ul style="list-style-type: none"> Formuler des réponses provisoires Mobiliser des concepts pertinents dans la formulation de réponses provisoires Mobiliser des concepts pertinents en cours d'analyse et d'interprétation <p>C1 Évaluer les savoirs</p> <ul style="list-style-type: none"> Considérer des effets des biais sociocognitifs <p>C1 Exposer une compréhension enrichie</p> <ul style="list-style-type: none"> Tenir compte de sa compréhension initiale 	<p>Les élèves explorent diverses formes de discrimination basées sur les caractéristiques physiques (capacitisme, grossophobie, racisme, colorisme, transphobie*, âgisme) et leurs conséquences. Ils formulent des constats sur les effets dans différents domaines de la vie sociale et se questionnent sur les effets qu'ont ces inégalités dans la poursuite du bien commun.</p> <p>C1 Circonscrire l'objet d'étude</p> <ul style="list-style-type: none"> Mobiliser des concepts pertinents en cours d'analyse et d'interprétation <p>C1 Analyser les relations sociales</p> <ul style="list-style-type: none"> Caractériser des relations entre des personnes, des groupes et des institutions Situer les relations dans le temps et l'espace Comparer diverses significations en faisant ressortir des distinctions et en dégageant des variations et des récurrences Formuler des constats <p>C1 Exposer une compréhension enrichie</p> <ul style="list-style-type: none"> Intégrer différentes perspectives dans son interprétation 	<p>Les élèves se questionnent sur les moyens de remédier aux inégalités qui affectent les personnes dont le corps s'éloigne des normes. Ils s'intéressent aux mouvements sociaux en étudiant plus attentivement le mouvement de lutte contre la grossophobie. À travers celui-ci, ils identifient les stratégies utilisées et les barrières potentielles auxquelles les acteur.rice.s du mouvement peuvent être confronté.e.s.</p> <p>C1 Circonscrire l'objet d'étude</p> <ul style="list-style-type: none"> Formuler des réponses provisoires Mobiliser des concepts pertinents en cours d'analyse et d'interprétation <p>C1 Évaluer les savoirs</p> <ul style="list-style-type: none"> Établir la pertinence des informations recueillies

*Le terme *transphobie* est utilisé dans cet atelier pour répondre directement aux notions et aux exemples associés au concept particulier de *Sexisme et autres inégalités en lien avec le genre et la sexualité* du cours Culture et citoyenneté québécoise. Cependant, le terme *cissexisme* est généralement privilégié. Il se définit par des systèmes comme des règles, des normes et des cultures qui favorisent les personnes cisgenres (dont l'identité de genre correspond au sexe assigné à la naissance) et réfère à la discrimination vécue par les personnes trans ou de genres divers.

Tâche intégratrice

En tenant compte de leur compréhension initiale, les élèves expliquent la réalité de s'éloigner des normes sociales au Québec en intégrant différentes perspectives à leur interprétation. Ils analysent une situation potentielle d'inégalité basée sur les caractéristiques physiques présente dans leur environnement puis proposent des actions pour favoriser l'inclusion.

C1 Circonscrire l'objet d'étude

- Mobiliser des concepts pertinents en cours d'analyse et d'interprétation

C1 Exposer une compréhension enrichie

- Tenir compte de sa compréhension initiale
- Intégrer différentes perspectives dans son interprétation

C1 Analyser les relations sociales

- Caractériser des relations entre des personnes, des groupes et des institutions
- Formuler des constats

C2 Élaborer un point de vue

- Identifier des réponses possibles

Contenus de formation

Contenus prescriptifs liés à la thématisation

Thème

Groupes sociaux et rapports de pouvoir

Concepts principaux et particuliers

Inégalités sociales

- Sexisme et autres inégalités en lien avec le genre et la sexualité
- Racisme et colonialisme
- Inégalités socioéconomiques

Égalité et inclusion sociale

Mouvement social

Contenus liés aux compétences, au dialogue et à la pensée critique

- Relation sociale
- Jugement
- Sociologie
- Norme
- Perspective
- Biais d'essentialisme

Notions spécifiques à la situation d'apprentissage

- Diversité corporelle, fonctionnelle, d'origine ethnique, de genre et d'âge
- Préjugés
- Normes sociales
- Discrimination

Liens avec le Programme de formation de l'école québécoise

Domaines généraux de formation

- Santé et bien-être
- Médias
- Vivre-ensemble et citoyenneté

Compétence transversale principale

- Exploiter l'information

Référent ÉKIP

Savoirs

5.4 Connaître les droits et les responsabilités liés à sa santé et à son bien-être dans divers milieux de vie :

- Conditions favorables dans les milieux de travail ou d'études (climat de travail, ambiance)
- Harcèlement physique et psychologique
- Façons d'affirmer ses besoins et ses droits lorsque son intégrité (physique ou psychologique) est menacée, capacité d'agir pour modifier ces conditions

→ **Compétences :** demande d'aide, choix éclairés en matière d'habitudes de vie, gestion des influences sociales, engagement social

Compétence numérique

Mettre à profit le numérique en tant que vecteur d'inclusion et pour répondre à des besoins diversifiés

Mise en contexte

Les individus dont le corps s'éloigne des normes sociales sont fréquemment confrontés à de l'exclusion et à de la stigmatisation en lien avec leur réalité. Les normes sociales et la discrimination rendent ces personnes plus vulnérables aux inégalités sociales. La compréhension des sources de ces inégalités et de leurs impacts permet de remettre en question certaines croyances et certaines pratiques en vigueur au Québec.

Ressources

- Le site web [Equitas](#)
- Le site web [Altergo](#)
- Balado [Au-delà du miroir : réflexions sur l'image corporelle](#) :
 - Épisode 6 [Mieux comprendre la grossophobie \(1^{re} partie\)](#)
 - Épisode 7 [Mieux comprendre la grossophobie \(2^e partie\)](#)
 - Épisode 13 [La grossophobie, ça suffit : comment devenir un.e bon.ne allié.e?](#)

Planification détaillée de l'enseignement

Amorce

Note à l'enseignant.e

Pour le bon déroulement de cette situation d'apprentissage, **il est essentiel de mettre en place un climat de classe favorable en établissant certaines règles :**

- Faire preuve de respect envers les autres pendant et après l'activité; toutes les idées, les partages et les questions sont valables.
- Éviter de nommer des personnes ou des exemples précis afin de favoriser un échange respectueux et constructif.
- Exprimer son opinion et être ouvert.e à écouter celle des autres.
- Se rappeler qu'en aucun cas, il ne sera nécessaire de parler de ses expériences personnelles.

Le but de cette activité n'est pas de susciter des émotions négatives chez les élèves. Cependant, en raison de la sensibilité du sujet, il se pourrait que des jeunes éprouvent un certain malaise. Il est donc essentiel de souligner l'importance d'en parler à un adulte de confiance et de leur indiquer les ressources disponibles à l'école pour les soutenir.

Voici d'autres ressources à partager avec les jeunes :

- [Anorexie et boulimie Québec \(ANEB\)](#)
- [Jeunesse, J'écoute](#)
- [Tel-jeunes](#)

L'image suivante est présentée à la classe :



En groupe, les élèves analysent l'illustration en répondant à ces questions :

- Qu'est-ce que vous observez sur cette illustration?
- Quelles caractéristiques physiques variées sont illustrées ici?
- Quelles caractéristiques physiques sont moins souvent représentées dans la société (réseaux sociaux, publicités, télévision)?

Pistes de réponse : Personnes grosses*, personnes racisées, personne vivant avec un handicap, personne avec vitiligo (décoloration de la peau à certains endroits), personne très petite, une fille avec des poils sous les bras, etc.

- Selon vous, quelles sont les caractéristiques physiques qui sont concernées ou régies par des normes sociales?

Pistes de réponse : Poids, couleur de la peau, format corporel, grandeur, traits du visage, dentition, cheveux, handicap visible, etc.

- Est-ce que ces normes peuvent être différentes selon les régions du Québec?
- Quel climat semble régner dans cette illustration, qu'est-ce qui s'en dégage et quelles valeurs semblent en ressortir?

Pistes de réponse : Harmonie, respect, inclusion, etc.

- Qu'en est-il dans la vraie vie?

1. Dans leur cahier, les élèves formulent une hypothèse quant à la question suivante :

- Qu'est-ce que ça implique, au quotidien, d'avoir un corps qui s'éloigne des normes sociales de la société québécoise?

*Dans cet atelier, le terme *gros.se* est utilisé comme un qualificatif descriptif pour désigner la grosseur sans connotation péjorative.

Déroulement

Tâche 1 : Être différent.e, est-ce dérangement?

Note à l'enseignant.e

Voici quelques exemples de caractéristiques physiques qui sont régies par les normes sociales dans la société québécoise :

- La taille (être très grand.e ou très petit.e)
- Le format corporel (être gros.se ou très mince)
- La couleur de peau
- Les traits du visage (cicatrices, asymétrie ou particularité physique, forme des yeux et du nez)
- La dentition
- La texture ou la couleur des cheveux
- Un handicap visible (l'usage d'une prothèse, une mobilité réduite, etc.)
- Des marques de naissance, le vitiligo, etc.
- Une pilosité excessive ou faible
- Les signes de vieillissement

Les élèves explorent comment la façon de percevoir les caractéristiques physiques qui s'éloignent des normes sociales et la façon d'agir face à celles-ci peuvent mener à des inégalités.

 Qu'est-ce que l'égalité de droit et l'égalité de fait?

Note à l'enseignant.e

Voici un rappel des définitions :

- **Égalité de droit** : Lorsque l'égalité se rapporte au fait d'avoir les mêmes droits et libertés que les autres.
- **Égalité de fait** : Lorsque l'égalité se rapporte aux conditions de vie ou aux conditions sociales qui influent sur l'exercice des droits.

Il est possible d'illustrer les concepts à l'aide de cet exemple sur l'accès aux études supérieures :

- Tout le monde peut s'inscrire au cégep et à l'université. (Égalité de droit)
- Les frais élevés peuvent influencer l'accès réel aux études supérieures pour les étudiant.e.s issu.e.s d'un milieu à plus faible revenu. (Obstacle à l'égalité de fait)

2. a) En t'appuyant sur l'article 10 de la *Charte des droits et libertés de la personne du Québec* ci-dessous, dirais-tu qu'il existe une **égalité de droit** pour les gens qui vivent avec des caractéristiques physiques qui s'éloignent des normes sociales au Québec?

ARTICLE 10 : Toute personne a droit à la reconnaissance et à l'exercice, en pleine égalité, des droits et libertés de la personne, sans distinction, exclusion ou préférence fondée sur la race, la couleur, le sexe, l'identité ou l'expression de genre, la grossesse, l'orientation sexuelle, l'état civil, l'âge sauf dans la mesure prévue par la loi, la religion, les convictions politiques, la langue, l'origine ethnique ou nationale, la condition sociale, le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap.¹

Trace un X sur le continuum suivant à l'endroit où se positionne ta réponse et explique pourquoi.



Pistes de réponse : Les individus qui vivent avec des caractéristiques physiques qui s'éloignent des normes sociales telles que l'origine ethnique, la couleur de peau, l'identité ou l'expression de genre, la grossesse ou un handicap ont les mêmes droits que ceux qui se rapprochent davantage des normes sociales. Cependant, l'apparence physique (taille, format corporel, etc.) n'est pas mentionnée explicitement. L'absence d'une mention claire du format corporel peut rendre plus difficiles la reconnaissance et la dénonciation de certaines formes de discrimination.

- b) À l'aide de la définition de l'**égalité de fait**, dirais-tu que les conditions sociales sont les mêmes pour les gens qui vivent avec des caractéristiques physiques qui s'éloignent des normes sociales au Québec? Trace un X sur le continuum suivant à l'endroit où se positionne ta réponse et explique pourquoi.



Pistes de réponse : Non, car les normes sociales hiérarchisent certaines caractéristiques physiques, ce qui crée une inégalité d'accès aux ressources, aux opportunités et à la reconnaissance sociale.

Note à l'enseignant.e

Il est aussi possible de réaliser cette activité en groupe en traçant une ligne droite au tableau et en invitant les élèves à coller un post-it à l'endroit qui correspond à leur choix.

3. Dans leur cahier, les élèves décrivent une situation où des inégalités pourraient être vécues pour chacune des caractéristiques physiques suivantes :

Pistes de réponse :

Exemple : Le fait d'être gros.se	Une personne grosse qui n'est pas en mesure d'assister à un spectacle en raison de la largeur des sièges.
La présence d'un handicap	Une personne en fauteuil roulant peut être exclue d'une activité en raison du manque d'accessibilité d'un lieu (p. ex. escaliers seulement).
La couleur de la peau	Une personne racisée peut être injustement surveillée dans un magasin à cause de préjugés ou de stéréotypes.
Les signes de vieillissement	Une personne âgée pourrait être rejetée pour un emploi nécessitant des capacités en informatique si l'employeur.euse suppose qu'elle n'a pas ces capacités vu son âge.

¹Charte des droits et libertés de la personne, RLRQ c C-12, art. 10. Québec : Gouvernement du Québec; 1975 [cité le 14 février 2025]. Disponible sur : <https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/C-12>

4. Les élèves émettent une hypothèse sur les avantages procurés par le fait de correspondre aux normes dans leur cahier :
- À l'inverse, le fait de présenter des caractéristiques physiques qui correspondent aux standards de beauté peut-il procurer des avantages ou des privilèges?
5. Les élèves lisent le dossier documentaire n° 1 **Quand diversité rime avec inégalités**. Ils répondent ensuite aux questions de compréhension suivantes dans leur cahier :
- a) Selon toi, parmi les facteurs qui influencent les normes sociales, lequel (ou lesquels) semble avoir le plus d'impact? Explique pourquoi.
 - a) Histoire et héritage colonial
 - b) Idéologies sociales
 - c) Représentations médiatiques
 - d) Individus et milieux de vie
 - b) Comment ta compréhension des privilèges dont peuvent bénéficier les personnes qui correspondent aux standards de beauté a-t-elle évolué par rapport à ta réponse à la question 4?
 - c) Rapporte une situation d'inégalité basée sur les caractéristiques physiques dont tu as déjà été témoin et identifie la forme d'inégalité en cause à l'aide de la liste disponible dans le dossier documentaire.
6. En s'aidant des informations dans le dossier documentaire n° 1 **Quand diversité rime avec inégalités**, les élèves s'interrogent quant à l'influence de certains facteurs concernant les inégalités basées sur les caractéristiques physiques. Ils répondent à ces questions dans leur cahier :
- a) Comment les normes sociales peuvent-elles contribuer aux inégalités basées sur les caractéristiques physiques?

Pistes de réponse : Les normes sociales influencent la manière dont on perçoit les caractéristiques physiques qui s'en éloignent. En effet, à force d'être exposé.e à un modèle unique de beauté et à la tendance collective à valoriser la santé, on en vient à intérioriser qu'il s'agit de la norme et que, plus on s'en écarte, moins c'est « souhaitable ». Cela attribue une valeur morale moindre aux gens qui s'en écartent et peut donc légitimer la stigmatisation et la discrimination envers ces personnes. Par conséquent, les normes sociales influencent les jugements des individus, leurs comportements et les opportunités offertes aux personnes qui s'en éloignent.
 - b) En quoi le milieu de vie d'une personne peut-il influencer sa position au sujet de la diversité?

Pistes de réponse : Le milieu de vie exerce une influence importante. Les normes et les valeurs qui sont véhiculées dans l'environnement familial, scolaire ou communautaire façonnent la perception de la diversité, favorisant ou défavorisant l'inclusion.
 - c) Comment les préjugés et les stéréotypes peuvent-ils contribuer aux inégalités basées sur les caractéristiques physiques?

Pistes de réponse : Les préjugés et les stéréotypes font en sorte que l'on attribue injustement certaines caractéristiques à un individu ou à un groupe d'individus. Ces suppositions influencent notre façon d'agir et d'interagir, ce qui peut mener à des inégalités.



7. Les élèves explorent les raisons pour lesquelles une personne peut adopter un préjugé. Ils discutent en grand groupe afin de ressortir les diverses pistes de réponse à la question suivante :

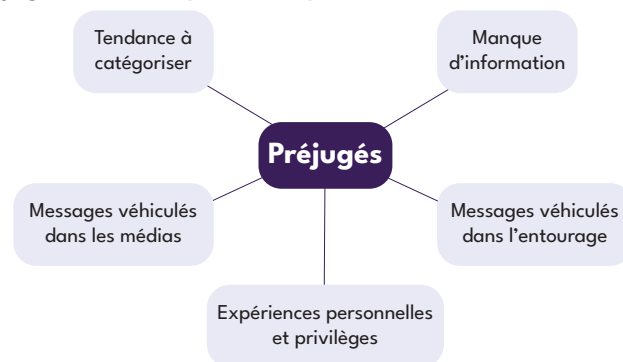
- Qu'est-ce qui peut pousser certaines personnes à adopter des préjugés?

Ensuite, les élèves notent deux éléments de réponse dans leur cahier.

Pistes de réponse :

- Les individus ont naturellement tendance à catégoriser et à regrouper les informations pour faciliter la compréhension de leur environnement. Cependant, cette tendance peut parfois les amener à généraliser, ce qui peut mener aux préjugés.
- Une personne peut adopter des préjugés par manque d'information ou parce qu'elle n'a pas été exposée à différentes perspectives. Cela engendre donc de fausses croyances qui affectent sa façon de percevoir les choses.
- Les médias traditionnels et numériques, les différentes institutions sociales (l'état, les entreprises, le milieu de la santé) ainsi que le milieu de vie (l'école, la communauté) véhiculent des messages qui influencent les opinions. Il arrive que ces messages soient empreints de stéréotypes. Sans s'en rendre compte, il est possible d'adopter de telles perceptions qui viennent de l'extérieur.
- Les gens qui composent l'entourage d'une personne lui transmettent des messages et des apprentissages. Sans en avoir conscience, il peut arriver que certaines informations manquent de nuances et transmettent des préjugés et des stéréotypes. Comme il s'agit de personnes significatives, il se peut qu'elles amènent une personne à adhérer plus facilement à leurs croyances et à leurs valeurs.
- Les perceptions d'une personne sont influencées par ses expériences personnelles, donc elle peut avoir tendance à penser que ce qui est possible pour elle l'est aussi pour les autres, sans considérer les effets de ses privilèges potentiels.

Lors de la discussion en grand groupe, il est possible de créer un schéma afin d'illustrer d'où viennent les préjugés. Un exemple est disponible ci-dessous :



Note à l'enseignant.e

Il est intéressant d'introduire le biais d'essentialisme comme jouant un rôle clé dans l'adoption de préjugés. Voici un rappel de sa définition :

Consiste en voir des groupes sociaux comme naturellement et essentiellement distincts. Ce biais incite à surestimer à quel point une personne est définie par la catégorie sociale à laquelle elle appartient, en pensant qu'on peut déduire beaucoup d'informations sur quelqu'un selon son appartenance à un groupe social².

²Shortcogs. Biais d'essentialisme [Internet]. [cité le 12 décembre 2024]. Disponible sur : <https://www.shortcogs.com/biais/biais-d-%27essentialisme>

Tâche 2 : Le coût des inégalités

8. Les élèves explorent différents types d'inégalités basées sur les caractéristiques physiques. En équipe, ils se font attribuer un type de discrimination puis cherchent à devenir « experts » de ce phénomène. Il est possible de proposer les types de discrimination suivants ou d'en sélectionner quelques-uns qui seront à l'étude pour cette activité :

Grossophobie

Capacitisme

Colorisme

Racisme

Âgisme

Transphobie

Les élèves cherchent à répondre aux questions suivantes en effectuant des recherches sur Internet ou à la bibliothèque et notent le résultat de leur travail dans leur cahier :

Type de discrimination basée sur l'apparence attribué :

Qu'est-ce que ça signifie?

Nomme les perspectives de deux personnes qui ont déjà vécu cette discrimination.
(façon de voir de quelqu'un qui vit cette forme d'inégalité)

À quel point ce type de discrimination est-il répandu? Est-ce fréquent?

Quels sont les effets sur la santé physique et mentale des gens qui en sont victimes?

Quels sont les effets sur leurs relations sociales?
(interactions, isolement, expériences, etc.)

Quels sont les effets économiques?
(revenus, niveau d'éducation, accès au logement, accès à l'emploi, etc.)

Note à l'enseignant.e

Selon le temps disponible en classe, il est possible que les élèves effectuent leur recherche à l'extérieur du cours.

Il n'est pas attendu que chaque équipe trouve des réponses à toutes les questions. La mise en commun au numéro 9 permettra de trouver les informations importantes.

Voici une liste de ressources pour orienter les élèves dans leurs recherches en cas de besoin :

Grossophobie	<p>Série de capsules vidéo sur la grossophobie, Arrimage</p> <p>Page web Enjeux liés au poids, ASPQ</p> <p>Contes d'une grossophobie ordinaire de Josiane Blanc, Office national du film du Canada</p> <p>Trop gros pour être soignés, Le Journal de Montréal</p> <p>Les personnes grosses, <i>Des bons mots</i>, MAtv</p>
Racisme	<p>Le racisme systémique, avec Nicolas Ouellet, Maj</p> <p>De 5 à 75 ans, ils nous expliquent c'est quoi le racisme au Québec, Rad</p>
Capacitisme	<p>L'ABC Handicaps, Maj</p> <p>Des personnes en situation de handicap/sourdes racontent quand ça « gosse », Rad</p> <p>Les personnes qui vivent avec un handicap visible, <i>Des bons mots</i>, MAtv</p>
Âgisme	<p>Guide de discussion sur l'âgisme au Canada, Forum des ministres fédéral, provinciaux et territoriaux responsables des aînés</p> <p>Aînés sur la route, Émission <i>Banc public</i></p> <p>Vieillir, Émission <i>Kebec</i></p> <p>Les personnes âgées, <i>Des bons mots</i>, MAtv</p>
Colorisme	<p>Différence entre racisme et colorisme, Radio-Canada</p> <p>Bande-annonce T'es belle pour une Noire, Tou.tv</p>
Transphobie	<p>Guide La transphobie, c'est pas mon genre, p. 6 à 8, Gris Montréal</p> <p>La lutte contre l'homophobie et la transphobie loin d'être gagnée au Québec, Noovo Info</p> <p>Montée de l'intolérance dans les écoles : le GRIS-Montréal et la FCPQ lancent un appel à l'action, GRIS Montréal</p> <p>Les personnes de la pluralité des genres, <i>Des bons mots</i>, MAtv</p>

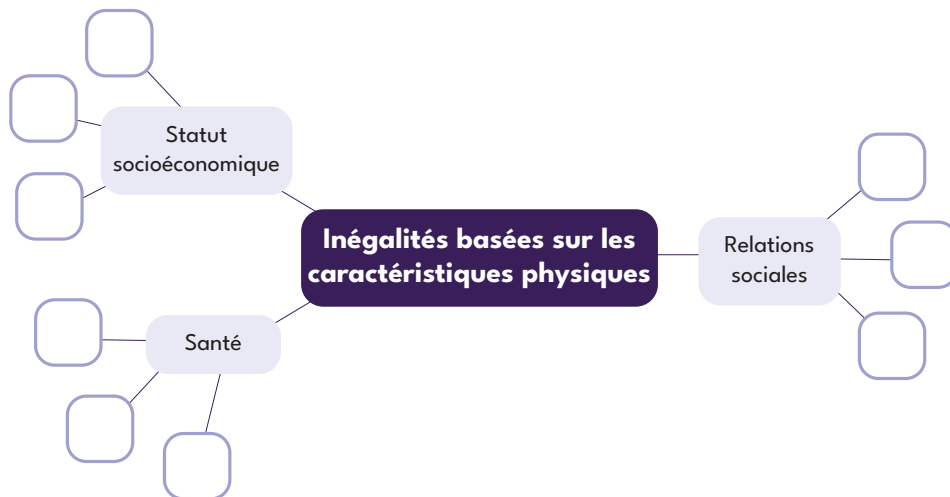
9. Une fois que les élèves sont devenus des « experts » d'un type d'inégalité, ils sont à nouveau divisés en équipes en s'assurant que celles-ci soient composées d'au moins un « expert » de chaque type d'inégalité. Ils mettent en commun leurs réponses aux questions du numéro précédent puis identifient les similitudes entre les divers types d'inégalités ainsi que les distinctions. Ils formulent ensuite 4 à 5 constats.

Voici des exemples de ce que peuvent contenir leurs constats :

- Ce que les types de discrimination ont en commun et leurs différences
- Une observation sur les relations sociales (dynamique entre les individus, cohésion, structures sociales)
- Une observation sur les effets économiques
- Une observation sur les conditions de santé
- Une tendance générale qui se dégage lors de l'analyse

10. En grand groupe, les élèves font un retour sur l'activité.

- a) Ils partagent leurs constats afin de créer une carte conceptuelle. Il est possible de s'inspirer de cette structure et de la compléter avec les élèves.



- b) Ils répondent à la question suivante dans leur cahier :

- Comment les inégalités basées sur les caractéristiques physiques affectent-elles le bien commun dans notre société?

Bien commun

Fait référence à ce qui vise le mieux-être collectif. Le bien commun tient compte des liens entre les individus, les groupes et l'environnement. Il repose sur le dialogue, le respect des différences et la participation à la vie démocratique. Il vise à trouver des compromis face aux désaccords.

Pistes de réponse :

- Perte de cohésion sociale et division en classes sociales.
- Sentiment de méfiance et perte de confiance envers les institutions.
- Sous-utilisation de talents et perte de productivité, ce qui comprend des coûts économiques importants.

- c) Les réponses à la question 10 b) sur le bien commun sont partagées en groupe. Les concepts qui n'avaient pas été nommés lors de la création de la carte conceptuelle y sont ajoutés.

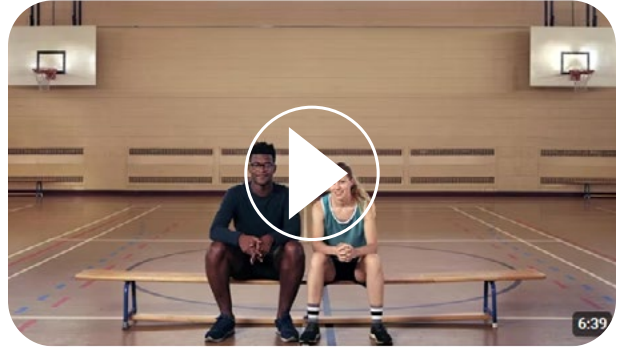
Tâche 3 : Niveler les inégalités

En grand groupe, les élèves se questionnent sur les stratégies qui favorisent l'équité :

- Qu'est-ce qui peut être entrepris collectivement pour remédier aux inégalités basées sur les caractéristiques physiques?

11. Les élèves visionnent la vidéo [Équité vs égalité](#) de *Les Brutes* disponible sur Télé-Québec en classe :

- a) La vidéo est interrompue à 03:34 afin que les élèves répondent à la question suivante dans leur cahier. Ils font un retour en groupe par la suite.
 - Quelle est la différence entre égalité et équité?
- b) Les élèves poursuivent le visionnement de la vidéo puis répondent en groupe à la question suivante :
 - Pourquoi est-il important de voir les inégalités basées sur les caractéristiques physiques?Ils notent ensuite, dans leur cahier, ce qu'ils retiennent de la discussion.



Note à l'enseignant.e

Il est possible d'aborder ici les politiques publiques égalitaires en expliquant les mesures suivantes :

- Mesures d'action positive, fiscales, d'accessibilité universelle et d'accommodement raisonnable
- Politiques de lutte contre les violences
- Plans d'action et stratégies politiques

12. Les élèves consultent le dossier documentaire n° 2 **La lutte contre la grossophobie**, permettant d'explorer et de caractériser un mouvement social luttant contre une discrimination basée sur les caractéristiques physiques. Ils répondent ensuite aux questions de compréhension suivantes :

a) Quel est l'objectif du mouvement de lutte contre la grossophobie?

Pistes de réponse :

- Dénoncer la discrimination subie par les personnes grosses.
- Combattre les préjugés et les stéréotypes à l'égard de ces personnes.
- Promouvoir l'égalité et le respect de tou.te.s, peu importe leur format corporel.
- Valoriser la diversité corporelle.
- Faire reconnaître la grossophobie comme une forme de discrimination, au même titre que les autres mieux connues.

b) Où et quand le mouvement a-t-il pris naissance?

Exemple de réponse : Le mouvement de lutte contre la grossophobie existe depuis les années 1960 et a pris naissance aux États-Unis.

c) Nomme deux individus ou groupes au Québec impliqués dans ce mouvement.

Exemples de réponse :

- Louise Turcotte
- Diane Lesage
- Gabrielle Lisa Collard
- Edith Bernier
- Le Collectif Vital
- L'organisme Équilibre

13. Les élèves explorent les stratégies employées par le mouvement social de lutte contre la grossophobie. Ils explorent également les barrières auxquelles les mouvements sociaux peuvent faire face.

- a) En équipe, ils se font attribuer 4 contenus différents liés au mouvement de lutte contre la grossophobie parmi les suivants. Ils déterminent les stratégies auxquelles les acteur.rice.s du mouvement ont recours pour faire entendre leurs messages et faire changer les pratiques en remplissant le tableau suivant dans leur cahier :
([Lien vers le document](#))

Pistes de réponse :

Contenu	Stratégies utilisées
La web-série Le GROS talk-show d'ÉquiLibre	<ul style="list-style-type: none"> • Informer • Déconstruire les fausses croyances pour diminuer les préjugés • Intéresser les gens via l'humour
Banque photo Place à la diversité corporelle d'ÉquiLibre	<ul style="list-style-type: none"> • Normaliser et représenter la diversité corporelle • Présenter des personnes grosses de manière positive
Extrait de <i>Corps rebelle – Réflexions sur la grossophobie</i> de Gabrielle Lisa Collard	<ul style="list-style-type: none"> • Déconstruire les normes sociales et les préjugés • Valider et valoriser les possibilités des personnes grosses • Mettre en lumière les injustices • Appeler à la lutte contre la grossophobie
Infographie Le poids dépend-il seulement de la volonté? de l'Association pour la santé publique du Québec et ÉquiLibre	<ul style="list-style-type: none"> • Informer, rétablir les faits • Apporter des nuances
Aperçu de l'exposition Gros.se de Marion Desjardins	<ul style="list-style-type: none"> • Présenter des personnes grosses de manière positive • Sensibiliser et toucher les gens
Compte Instagram de @coeurdartacho	<ul style="list-style-type: none"> • Donner de la visibilité/représenter différents types de corps sur les plateformes numériques • Inciter à se libérer de la pression de correspondre à un seul type de silhouette
Compte Instagram de @jessbrod_fit	<ul style="list-style-type: none"> • Dénoncer la culture des diètes • Valoriser l'amour de soi • Inciter à bouger dans le plaisir plutôt que dans l'objectif de modifier son corps
Publicité télévisée Les petits commentaires peuvent avoir de grosses conséquences d'ÉquiLibre	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibiliser à la grossophobie • Présenter un exemple de commentaire grossophobe • Démontrer que tout le monde peut avoir des préjugés
L'article de journal La vie en gros : deux poids, deux mesures de Mickaël Bergeron dans <i>Le Devoir</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser des mots neutres, comme le mot <i>gros</i>, pour décrire les personnes grosses • Partager son vécu • Sensibiliser à la réalité des personnes grosses • Mettre en lumière les injustices
Le site web Grossophobie.ca d'Edith Bernier	<ul style="list-style-type: none"> • Informer et fournir des ressources • Inciter à intégrer le mouvement et à être un.e allié.e
Épisode 1 et épisode 2 de la websérie <i>Poignées d'amour</i> d'Urbania	<ul style="list-style-type: none"> • Informer • Partager son vécu • Sensibiliser à la réalité des personnes grosses
Extrait d'un épisode de balado de Rad La grossophobie avec la créatrice de contenu Sonia Tremblay 16:10 à 18:38 et 38:09 à 40:36	<ul style="list-style-type: none"> • Informer • Partager son vécu • Sensibiliser à la réalité des personnes grosses
Billets de blogue La société est-elle grossophobe? de Joanie Pietracupa, Qu'est-ce que les microagressions grossophobes? de Marie-France Goyer	<ul style="list-style-type: none"> • Informer • Sensibiliser • Proposer des pistes de solution

- b) En groupe, les élèves mettent en commun les stratégies ressorties afin de produire une liste de moyens utilisés par les mouvements sociaux pour changer les mentalités. Ils notent dans leur cahier les stratégies qu'ils n'avaient pas nommées au numéro 13 a) et peuvent ajouter d'autres moyens non représentés par les extraits.

Pistes de réponse supplémentaire :

- Manifestations
- Lobbyisme



- 14) En grand groupe, les élèves s'interrogent sur les barrières auxquelles peuvent être confrontés les mouvements sociaux. En s'appuyant sur les divers contenus vus au numéro 13, ils partagent différentes barrières avec la classe, puis les listent dans leur cahier.

Pistes de réponse :

- Violence et commentaires haineux
- Messages entourant la santé qui attribuent parfois l'entière responsabilité de la santé aux individus sans tenir compte des facteurs qui dépassent leur pouvoir (conditions de vie, discrimination vécue, etc.)
- Normalisation des préjugés
- Influence des normes esthétiques dominantes
- Culture des diètes, messages véhiculés par l'industrie de l'amaigrissement et du *fitness*
- Fermeture et résistance des gens face aux messages véhiculés, souvent causées par des préjugés
- Difficulté à rejoindre les gens hors de la chambre d'écho, c'est-à-dire à rejoindre ceux qui ne sont pas déjà convaincus
- Manque de ressources
- Manque de compréhension vu les nombreuses nuances qui s'imposent

Note à l'enseignant.e

Il est possible d'aborder ici le rôle des médias numériques dans les mobilisations sociales, leurs aspects positifs et négatifs, les notions de polarisation et de chambre d'écho, etc.

Tâche intégratrice : Vers l'équité

15. Les élèves s'interrogent à nouveau sur la réalité d'évoluer avec des caractéristiques physiques qui s'éloignent des normes sociales au Québec. Ils reviennent ensuite sur leur point de vue initial en se questionnant sur l'évolution de celui-ci.

- a) Qu'est-ce que ça implique, au quotidien, d'avoir un corps qui s'éloigne des normes sociales de la société québécoise?

As-tu pensé à inclure les éléments suivants dans ta réponse?

- Les différentes perspectives des individus concernés
- Les potentielles inégalités et leurs effets

- b) Comment ta compréhension a-t-elle évolué par rapport à ta réponse à la question 1?

16. Les élèves analysent une situation potentielle d'inégalité basée sur une ou des caractéristiques physiques.

Note à l'enseignant.e

L'objectif n'est pas de cibler une mauvaise pratique ni de pointer du doigt une instance ou un groupe, mais bien de réfléchir collectivement à l'accessibilité et à l'inclusion dans notre environnement. Dans cette optique, il peut être suggéré de ne pas nommer l'instance responsable afin de se concentrer sur les pistes d'amélioration plutôt que sur la critique.

- a) En petites équipes, ils sélectionnent une situation potentielle d'inégalité basée sur une ou des caractéristiques physiques qu'ils observent dans l'école ou dans un milieu qui leur est proche (centre communautaire, centre sportif, etc.). Ils analysent cette situation en remplissant le tableau présenté à la page suivante selon ces indications :
1. Ils décrivent la situation qui engendre un risque d'inégalité basée sur les caractéristiques physiques à l'école ou dans un milieu dans lequel ils gravitent.
 2. Ils explorent les causes potentielles de cette situation. Des préjugés ou des stéréotypes sont-ils à l'origine de cette situation? Est-ce plutôt causé par des angles morts ou d'autres raisons logistiques?
 3. Ils précisent les effets possibles de cette situation pour :
 - a. Les personnes directement touchées par la situation d'inégalité
 - b. L'ensemble de la communauté
 4. En s'appuyant sur les stratégies nommées au numéro 13, ils identifient les actions et les leviers possibles pour désamorcer cette situation et favoriser l'inclusion.

Exemple d'analyse :

1. Décrivez la situation potentielle d'inégalité basée sur une ou des caractéristiques physiques sélectionnée.	Les uniformes des équipes sportives de l'école n'offrent pas un éventail de tailles diversifiées, ce qui peut empêcher certains élèves ayant un format corporel plus petit ou plus gros d'intégrer facilement ces équipes.
2. Quelles en sont les causes potentielles (préjugés, stéréotypes, angles morts, logistique, etc.)?	<ul style="list-style-type: none"> • Préjugés sur les corps : Il est possible que des gens croient que les personnes avec un corps plus gros ou plus petit ne sont pas sportives ou ont moins leur place dans une équipe. • Angle mort : Les responsables n'ont peut-être jamais eu à penser à des tailles différentes de la leur, donc il.elle.s ne le considèrent pas. • Raison économique : L'éventail de tailles est réduit dans le but d'économiser. • Raison logistique : Ces tailles ne sont pas offertes par le fournisseur habituel.
3. Quels sont les effets possibles de cette situation?	<p>Pour les personnes directement touchées par cette situation d'inégalité :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se sentir exclu.e, différent.e et moins important.e • Honte de son corps et baisse de l'estime de soi • Évitement des entraînements sportifs ou abandon de l'activité • Adoption de la croyance qu'il n'est pas possible de faire certaines activités sportives à cause de son corps
	<p>Pour l'ensemble de la communauté :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Moins de variété dans les formats corporels dans les équipes sportives • Privation de certains talents et de certaines aptitudes • Manque d'accès équitable au sport et à ses bienfaits • Climat moins inclusif • Création de préjugés
4. Quels sont les leviers et les actions possibles pour désamorcer cette situation et favoriser l'inclusion?	<ul style="list-style-type: none"> • Offrir un large éventail de tailles et de styles d'uniformes • Sensibiliser les intervenant.e.s en sports et loisirs aux enjeux liés à l'image corporelle et à l'inclusion • Choisir des fournisseurs engagés dans la diversité des tailles • Changer le discours autour du sport : valoriser la participation, le plaisir et la santé plutôt que la performance ou l'apparence

 b) Les élèves sont invités à présenter leur analyse à la classe.

Note à l'enseignant.e

Il est possible d'inciter les élèves à réellement mettre en pratique leurs idées d'actions nommées au point 4 de leur analyse.

Cliquez ici pour donner votre rétroaction sur cette situation d'apprentissage.

Crédits

Conception

Andréanne Poutré

Diététiste-nutritionniste, cheffe de projets pour ÉquiLibre

Émilie Breton-Gagnon

Kinésiologue, agente de développement pour ÉquiLibre

Révision

Alexandra Bernier

Enseignante en Culture et citoyenneté québécoise en 5^e secondaire, Centre de services scolaire du Fleuve-et-des-Lacs

Andrée-Ann Dufour-Bouchard

Diététiste-nutritionniste, cheffe de projets pour ÉquiLibre

Isabelle Gauthier-Mayers

Diététiste-nutritionniste, agente de développement pour ÉquiLibre

Jean-Philippe Audet

Animateur en milieu scolaire, Ensemble pour le respect de la diversité

Julia Lévy-Ndejuru

Diététiste-nutritionniste, Pratique Inclusive

Julie April

Conseillère pédagogique, Service national du Récit, et enseignante en Culture et citoyenneté québécoise en 5^e secondaire, Centre de services scolaire de la Capitale

Édition graphique

Pro-Actif

Révision linguistique

Julie Laporte

Nous remercions le Récit de nous avoir accordé la permission de nous inspirer de leur modèle d'activités d'apprentissage pour le cours Culture et citoyenneté québécoise.

En partenariat avec :

Québec  équilibre 