



Sensibiliser à l'égalité, interpréter sans biais

MANUEL PÉDAGOGIQUE

2025



TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION	3
À PROPOS DE CE MANUEL PÉDAGOGIQUE	4
NOTRE DÉMARCHE MÉTHODOLOGIQUE	5
L'APPROCHE INTERSECTIONNELLE	6
QUELQUES PRINCIPES DE BASE	7
SÉANCES D'ANIMATION USAWA	10

1. Fiche d'animation – Séance 1 : Introduction aux Droits Humains
2. Fiche d'animation – Séance 2 : Stéréotypes, préjugés et discriminations
3. Fiche d'animation – Séance 3 : Introduction sur le genre
4. Fiche d'animation – Séance 4 : Les hommes et le féminisme
5. Fiche d'animation – Séance 5 : Récapitulatif et autoévaluation
6. Fiche d'animation – Séance 6 : Rumeurs, stéréotypes et héroïnes invisibilisées
7. Fiche d'animation – Séance 7 : l'outil USAWA
8. Fiche d'animation – Séance 8 : Masculinité positive et prévention des violences de genre
9. Fiche d'animation – Séance 9 : Vers l'égalité filles-garçons : comprendre et agir
10. Fiche d'animation – Séance 10 : Focus groupe de clôture – Liberté d'expression et évaluation du cycle



INTRODUCTION

Le Monde des Possibles est une association d'éducation permanente qui depuis plus de vingt ans, œuvre à l'inclusion des personnes migrantes et réfugiées à Liège. Dans ses nombreuses formations, les questions d'égalité de genres et de lutte contre les violences basées sur le genre sont présentes de manière transversale.

Au cours de ces années, les équipes de terrain ont observé une difficulté récurrente à aborder la thématique de la violence envers les femmes dans les groupes mixtes. Les résistances, parfois virulentes, à l'idée d'aborder le sujet des violences subies par les femmes témoignent d'une tension entre, d'une part, les vécus d'exil douloureux et violents des hommes et, d'autre part, la reconfiguration des rôles sociaux dans le pays d'accueil.

Bien que ce rejet concerne les groupes cibles de notre activité au sein du MDP, il est également observable au sein de la société en général. En effet, de manière récurrente, les hommes comme les femmes expriment une hostilité croissante envers les propositions en faveur du féminisme.

Depuis longtemps, les femmes subissent des inégalités structurelles. Même si un certain seuil d'égalité a été atteint dans nos sociétés occidentales, des inégalités persistent, parfois de manière peu visible, et la violence à l'encontre des femmes est en hausse. Cependant, un certain nombre de personnes, dont de nombreux hommes, ne perçoivent plus ces inégalités et se demandent pourquoi il faudrait continuer à parler de l'oppression des femmes.

Telle est la réalité de nos groupes. C'est la raison pour laquelle nous adoptons une approche méthodologique qui vise à démontrer, au cours de ce module que nous appelons Usawa, que le féminisme et les questions qu'il défend, comme les droits des femmes, l'égalité de genres, la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence sexiste, sont des questions qui nous concernent tous, hommes et femmes. Il ne s'agit pas seulement d'une oppression envers les femmes, mais d'une oppression patriarcale qui affecte les hommes et les femmes de différentes manières.

Le projet USAWA (qui signifie « équité » en swahili) est né de ce constat et vise à créer un espace de dialogue dans lequel les personnes migrantes ou participant·e·s à d'autres formations peuvent réfléchir ensemble aux rapports de pouvoir genrés et à leur impact dans l'accompagnement social et psychosocial des personnes, ainsi que dans la vie en général.

À PROPOS DE CE MANUEL PÉDAGOGIQUE

Ce document a pour objectif de fournir un soutien méthodologique et pratique aux personnes souhaitant travailler avec leur groupe sur les thèmes de l'égalité de genres et du féminisme. Il s'appuie sur notre expérience avec un groupe de personnes en formation pour devenir interprètes en milieu social. Il vise à soutenir ceux et celles qui sont convaincu-e-s que les questions d'égalité des genres et de féminisme doivent être abordées dans un esprit d'inclusion et non de confrontation, et que les hommes et les femmes doivent travailler ensemble pour construire une société plus juste, en reconnaissant les vulnérabilités de chacun-e.

Nous avons adopté une approche visant à mobiliser les outils déjà existants, produits par des associations engagées dans la lutte pour l'égalité, la lutte contre les violences faites aux femmes ou l'accompagnement des femmes d'origine étrangère dans leur processus d'insertion. Nous nous sommes inspirées de ces ressources pour nous appuyer sur ce qui existe déjà plutôt que de repartir de zéro.

Dans le cadre de ce manuel, dix séances d'animation de approx trois heures sont proposées. Celles-ci sont construites selon une progression thématique, commençant par une introduction aux droits humains, puis abordant des concepts clés tels que le genre, l'égalité, la violence et les inégalités sociales, pour n'en citer que quelques-uns. La séquence pédagogique est élaborée de manière à garantir une progression logique et systématique.

L'ensemble du module s'inscrit dans un rythme volontairement progressif. Certains contenus peuvent revenir sous des formes variées, mais cette récurrence fait partie intégrante du processus : les thèmes abordés, par leur complexité et leur portée, demandent du temps, de la réflexion et une véritable mise à distance pour être déconstruits. Les échanges en séance permettent d'enrichir ces perspectives et d'approfondir leur compréhension à travers différents angles d'approche. La sensibilisation et la déconstruction ne se résument pas à un exercice ponctuel : ce sont des démarches patientes, évolutives et toujours en mouvement.

Les séances d'animation ont été conçues pour offrir une certaine souplesse d'utilisation. Elles peuvent être déployées comme un module thématique complet, destiné à des groupes souhaitant explorer en profondeur les différentes dimensions du sujet à travers un parcours progressif. Elles peuvent aussi être mobilisées séparément, selon les besoins pédagogiques, pour aborder de manière ciblée une thématique particulière.



Notre objectif est de présenter notre démarche et d'offrir aux animateurs et animatrices qui le souhaitent des repères et une feuille de route pour explorer ces dimensions dans leurs propres groupes.

NOTRE DÉMARCHE MÉTHODOLOGIQUE

Dès le début, une question centrale nous a intéressées : comment montrer à nos groupes d'hommes et de femmes qu'il est pertinent, voire indispensable, de réfléchir aux questions d'égalité de genres ? Comment montrer aux hommes qu'ils ont intérêt à s'engager sur la question féministe, non seulement comme « alliés », mais aussi comme acteurs de transformation ?

Il ne s'agit pas de se positionner comme des féministes alliées, mais de trouver, dans les échos de ces luttes, la racine de leur propre souffrance, et ainsi de pouvoir réinventer leur cause. Pas uniquement afin de promouvoir les droits des femmes et éviter la violence contre les femmes — objectif essentiel — mais aussi afin de penser une répartition plus juste des rôles entre hommes et femmes, une libération des injonctions traditionnelles de genre qui enferment chacun-e. L'égalité de genres, en ce sens, ne constitue guère un sujet à « destination des femmes », mais bien une thématique sociétale, qui engage l'ensemble de la population.

Le sujet est passionnant et extrêmement vaste. Il existe une littérature abondante, tant associative (par exemple Soralia, La voix des femmes ou Le Monde selon les Femmes en Belgique) que théorique ou militante, qui est très inspirante. Il aurait été très intéressant de réaliser une bibliographie de référence, mais cela dépassait nos moyens. Cependant, deux références nous semblent indispensables pour aborder le féminisme intersectionnel et la question de l'inclusion des hommes dans les réflexions.

Nous avons notamment été inspirées par Bell Hooks, dont les écrits apportent une grande clarté sur le thème de l'oppression patriarcale envers les hommes, ainsi que par l'argentine Rita Segato, dont les travaux sont malheureusement moins traduits, mais qui propose une thèse intéressante sur la violence contemporaine associée aux normes de la masculinité patriarcale capitaliste, qui produit une violence brutale contre les corps des femmes, mais qui opprime et castre les hommes. Les ouvrages "*La Volonté de changer : les hommes, la masculinité et l'amour*" de Bell Hooks et "*L'Écriture sur le corps des femmes assassinées de Ciudad Juárez*" de Rita Segato peuvent être des ressources précieuses pour l'animateur-riche qui s'aventure dans ces domaines.

L'APPROCHE INTERSECTIONNELLE

Une piste d'approche que nous avons retenue à la suite de nos lectures est celle de l'intersectionnalité : on y repère comment différentes formes d'oppression ou de discrimination peuvent se croiser et se renforcer mutuellement, qu'il s'agisse du genre, de la race, de la classe sociale, de l'orientation sexuelle, du statut migratoire, du handicap, etc.

En adoptant cette posture, on évite de réduire la lutte à un face-à-face simpliste. On comprend ainsi que certains hommes peuvent ressentir une forte injustice s'ils sont socialement défavorisés, tandis que certaines femmes, appartenant à des classes ou à des statuts favorisés, peuvent bénéficier d'avantages, ce qui montre que l'enjeu dépasse la simple dichotomie « hommes vs femmes » et qu'il faut considérer les hiérarchies sociales internes.

Dans cette perspective, l'approche fondée sur les droits humains, telle qu'elle a été transmise par l'asbl « La voix des femmes », constitue un axe de réflexion d'une pertinence majeure. Elle représente un soutien et un cadre méthodologique précieux lorsque nous abordons ces thématiques avec des groupes mixtes.

Cette clarté permet de déconstruire une critique fréquente : « Et les hommes, alors ? », en montrant que la dynamique n'est pas uniquement binaire, mais qu'elle est traversée par des hiérarchies internes. La lecture intersectionnelle permet ainsi de clarifier pourquoi il est important d'engager tous les groupes et pourquoi l'égalité ne se décrète pas uniquement par le genre, mais aussi par le statut social.

Au cœur de notre démarche se trouve l'idée suivante : le féminisme n'est pas simplement un combat « pour les femmes », mais un projet d'égalité, de liberté et de justice pour toutes et tous. Un homme qui se dit « allié » ne doit pas seulement aider les femmes, mais aussi interroger sa propre condition patriarcale et envisager d'autres formes de masculinité.

L'enjeu est de rendre la lutte pour l'égalité non pas abstraite, mais vivante et partagée : non seulement pour les femmes, mais pour l'ensemble de la société. Et c'est dans cette dynamique que chacun·e peut se sentir concerné·e, interpellé·e, et acteur ou actrice du changement.



QUELQUES PRINCIPES DE BASE

Nous récapitulons ci-dessous quelques principes que nous estimons essentiels lorsque ces questions sont abordées avec un groupe

CRÉER UN CADRE SÉCURISANT ET BIENVEILLANT

- Installer un climat de confiance avant d'aborder les sujets sensibles : égalité, violences, rapports de genre.
- Poser des règles de respect et d'écoute mutuelle dès le départ : parler en "je", ne pas juger, ne pas interrompre.
- Accepter que les résistances fassent partie du processus : la déconstruction demande du temps et du cadre.
- Valoriser la diversité des vécus culturels comme richesse du groupe, sans les exotiser ni les hiérarchiser.

PARTIR DES DROITS HUMAINS ET DES VÉCUS

- Toujours commencer par un socle commun : les droits humains comme point de départ universel.
- Travailler à partir de situations concrètes, d'expériences vécues ou de récits personnels avant de théoriser.
- Relier les discussions à des réalités quotidiennes : travail, famille, éducation, rôles domestiques, relations homme/femme.
- Laisser le groupe nommer lui-même les injustices avant d'apporter des cadres théoriques.

ADOPTER UNE POSTURE D'ANIMATRICE/ANIMATEUR RÉFLEXIVE

- Se positionner avec clarté sur les valeurs d'égalité et de respect, tout en restant à l'écoute.
- Assumer sa subjectivité : reconnaître ses propres biais et les nommer si nécessaire.
- Savoir réagir avec calme face à une parole choquante (sexiste, stéréotypée...) : marquer le désaccord sans humilier, puis rouvrir la discussion : ("Qu'est-ce qui te fait penser ça ?").
- Accueillir la parole d'autrui avec compassion et curiosité : (« Qu'est-ce qui lui fait penser ça ? »)
- Favoriser la multipartialité : permettre l'expression de toutes les voix, sans qu'une voix domine les autres.

FAVORISER LE DIALOGUE ET LA PENSÉE COLLECTIVE

- Valoriser la prise de parole progressive : commencer par des activités d'observation ou de tri avant le débat.
- Laisser le silence et la réflexion avoir leur place — ne pas précipiter la parole.
- Inviter à reformuler : “Si je comprends bien, tu dis que...” pour aider à préciser la pensée et éviter les malentendus.

TRAVAILLER LA MIXITÉ ET LA PLURALITÉ DES POINTS DE VUE

- Accueillir les hommes comme alliés : leur place est d'écouter, soutenir, relayer, mais non de parler à la place des femmes. Cependant ils doivent pouvoir parler de leurs souffrances d'hommes, pour mettre en lumière que ces oppressions sont liées au même système patriarcal.
- Mettre en évidence les gains communs de l'égalité.
- Créer des espaces mixtes ou non mixtes selon les objectifs pédagogiques.
- Prendre en compte les rapports interculturels et les dynamiques d'exil : le choc culturel modifie les rôles et les repères familiaux.

TRAVAILLER LES RÉSISTANCES ET LES CONTRADICTIONS

- Identifier les stéréotypes intériorisés chez les femmes comme chez les hommes.
- Faire émerger les tensions entre valeurs, croyances et réalités vécues.
- Aider le groupe à analyser les contradictions plutôt qu'à simplement juger (“Pourquoi c'est difficile ? Qu'est-ce que ça te fait ?”).
- Encourager les hommes à analyser leurs privilèges et les femmes à reconnaître leurs forces et leurs marges d'action.

DÉVELOPPER UNE APPROCHE INTERSECTIONNELLE ET INTERCULTURELLE

- Prendre en compte les multiples discriminations (genre, origine, langue, statut, religion, etc.).
- Éviter toute hiérarchie entre les luttes : les discriminations se croisent, elles ne se comparent pas.
- Éviter le regard post-colonial : ne pas “sauver” ou “éduquer” les femmes d'ailleurs.
- Encourager l'échange horizontal : chaque expérience est une source d'apprentissage.



CULTIVER LA DISTANCE RÉFLEXIVE ET LA PENSÉE CRITIQUE

- Introduire des outils philosophiques : questionner les évidences, inviter à penser ensemble.
- Ne pas viser seulement la “déconstruction des stéréotypes”, mais l’observation fine des tensions sociales.
- Faire émerger la notion de système (patriarcal, économique, culturel) plutôt que d’individus “bons” ou “mauvais”.
- Terminer les ateliers sur des questions ouvertes : “Que pouvons-nous changer ensemble ?”.

INTÉGRER L'ÉDUCATION ÉMOTIONNELLE

- Accueillir les émotions sans les minimiser : colère, tristesse, malaise...
- Nommer les émotions collectivement (“ce que j’ai ressenti quand...”).
- Clôturer les séances par un retour de ressenti pour retisser du lien après les débats sensibles.

TRAVAILLER SUR LA TRANSMISSION ET L'EFFET PAPILLON

- Encourager les participant·e·s à relayer les réflexions dans leur entourage.
- Valoriser le rôle de “passeurs de transformation” : chacun·e peut contribuer à faire évoluer les mentalités.



SÉANCES D'ANIMATION USAWA

Fiche d'animation USAWA – Séance 1 : Introduction aux Droits Humains

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Faire émerger les représentations et expériences des participant·e·s sur les droits humains.
- Identifier ensemble les principes fondamentaux des droits humains.
- Créer un espace d'écoute et d'échanges respectueux.
- Relier ces droits aux expériences individuelles et collectives.
- Introduire une approche intersectionnelle et interculturelle des droits humains.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Une balle de gomme ou une boule de papier
- Une charte allégée des droits humains

Recommandations pour l'animation

L'animatrice veille à instaurer un climat bienveillant et sans jugement. Elle rappelle les règles de respect mutuel et garde le groupe centré sur les objectifs de la séance. Les critiques se formulent dans un but de compréhension et de changement social.

Déroulement de la séance

Activité 1 : “Nom et geste”

Les participant·es se placent en cercle. Chacun·e choisit un geste personnel (simple et expressif) qu'il ou elle réalisera en disant son prénom à voix haute. Le tour de présentation commence : chaque personne fait son geste et dit son nom. Lors du second tour, toutes répètent les prénoms et les gestes des autres, créant ainsi une dynamique collective, ludique et mémorable.

Objectif : apprendre les prénoms, détendre l'atmosphère et instaurer une première cohésion de groupe.

Durée : 10 minutes.

Activité 2 : Création d'une charte commune

Durée : 15 à 20 minutes

Objectif : instaurer un cadre collectif clair et partagé, garantissant la sécurité et la qualité des échanges.

Cette animation, proposée en début de parcours, permet au groupe de construire collectivement un cadre bienveillant et sécurisant. À partir d'un échange guidé, les participant·es formulent les règles de fonctionnement qui favoriseront l'écoute, le respect et la participation de toutes (ex. : ne pas couper la parole, parler en “je”, respecter la confidentialité, accepter la diversité des opinions). L'animateur·ice note les propositions sur un support visible, les reformule si nécessaire et les fait valider par le groupe. Ces règles deviennent la base commune du climat de confiance, à laquelle on pourra revenir tout au long des séances.

Activité 3 : Définitions – Les mots-clés des droits humains

Durée : 45 minutes

Objectif : clarifier les notions clés liées aux droits humains, favoriser l'expression plurilingue et créer un socle commun de compréhension autour des valeurs d'égalité et de dignité.

Cette activité est proposée dans le guide méthodologique droit des femmes et femme migrantes de « La voix des femmes » Animation 1- Présentation de la Déclaration Universelle des Droits Humains.

L'animateur·ice invite le groupe à réfléchir ensemble à quatre notions fondamentales inscrites au tableau : droit, devoir, liberté et dignité. À partir d'une discussion collective, les participant·es proposent leurs propres définitions et exemples concrets tirés de leur vie quotidienne. Les mots peuvent être traduits dans les langues d'origine, afin de faciliter la compréhension et de valoriser la diversité linguistique du groupe.

Il s'ensuit un brainstorming sur les droits connus par les participantes, avant la lecture d'une version simplifiée de la Déclaration universelle des droits humains (ONU, 1948).

L'animateur·ice apporte une courte mise en contexte historique pour relier ces valeurs universelles aux réalités vécues par les femmes aujourd'hui.

LES DROITS HUMAINS

- Connaissez-vous la Déclaration Universelle des droits de l'homme ? De quand date-t-elle ? Qui l'a rédigée ?

Déclaration Universelle des Droits de l'homme (homme blanc, hétérosexuel...)
-----> déclaration universelle des droits humains (DUDH)

- En fonction des informations données par le groupe, complétez.
- Pourquoi cette déclaration est-elle importante ?

En septembre 1948, 50 états se sont réunis pour parler des droits civils, politiques et sociaux. Le texte a été rédigé par des représentants de toutes les régions du monde, pour tenir compte de toutes les traditions juridiques. C'est le fruit de négociations entre les pays de différents continents, de différents statuts politiques.

Certains pays ont poussé vers les droits civils, d'autres vers les droits sociaux, mais le texte a été voté par la très grande majorité des membres de l'ONU (Organisation des Nations Unies, qui date de 1945, dans le but d'éviter une nouvelle guerre mondiale) à l'époque.

La déclaration des droits de l'homme forme un tout cohérent, où les droits sont liés entre eux. Les principes généraux sont : l'égalité, la dignité, l'universalité, l'interdépendance, l'indivisibilité. Si on retirait un principe, sous prétexte d'une différence de culture, de sexe, de régime politique, d'histoire, les autres seraient affaiblis dans leur globalité.

LES DROIS HUMAINS

Le 10 décembre 1948, une date historique, l'assemblée générale à Paris adopte la déclaration universelle des droits de l'homme. 8 pays s'abstiennent. C'est le document le plus universel au sujet des droits fondamentaux qui sont la base d'une société démocratique.

L'assemblée générale de Paris a demandé à tous les pays de diffuser, exposer, lire et expliquer cette déclaration dans leur système éducatif.

Ce texte n'oblige les États à rien, mais il inspire les États pour leurs lois. Il est vu comme un idéal à atteindre pour tous les peuples et toutes les nations.

Ce texte est intégré dans d'autres normes internationales qui obligent les états à le respecter, comme :

- Le pacte relatif aux droits civils et politiques
- Le pacte relatif aux droits économiques et sociaux en 1966
- La convention de Genève relative au statut des réfugiés en 1951

Activité 4 : Le mot "Équité"

Durée : 5 minutes

Objectif : introduire la thématique de l'égalité et de la justice de manière simple et participative, tout en valorisant la diversité des perceptions.

À l'aide d'une balle, les participant-es se la passent tour à tour. Chaque personne, en recevant la balle, dit ce que lui évoque le mot "équité", sans répéter les réponses déjà données. L'animatrice note les mots-clés au tableau, formant ainsi une première carte collective des représentations du groupe.

Activité 5 : Appropriation – Récits de vie

Cette activité est proposée dans le guide méthodologique droit des femmes et femme migrantes de « La voix des femmes » Animation 2- Travail sur le vécu des participant.e.s.

Durée : 1h15

Objectif : favoriser la prise de conscience des violations des droits, relier les notions théoriques aux réalités vécues et renforcer l'expression personnelle et collective.

Cette activité invite les participant-es à relier les notions de droits humains à leurs propres expériences. Le groupe est divisé en deux sous-groupes afin de faciliter la prise de parole et d'assurer un climat de confiance.

Chaque personne réfléchit d'abord individuellement à un exemple concret de droit non respecté, vécu personnellement ou observé, que ce soit dans le pays d'origine ou dans le pays d'accueil. Ensuite, dans chaque sous-groupe, les participant-es partagent leurs récits, dans une dynamique d'écoute active, de respect et de confidentialité.

En mise en commun plénière, chacun-e présente brièvement un exemple (± 2 minutes). Le groupe identifie collectivement le droit concerné et échange sur les contextes et les émotions associées.

Clôture et évaluation

Un tour de table final permet aux participantes d'exprimer un mot-clé ou un ressenti lié à la séance. L'animatrice peut noter les mots-clés pour une évaluation qualitative collective.

.

Déclaration Universelle des Droits Humains 1948 (Résumé)



Art 1. Tous les humains sont libres.

Art 2. Tous les humains sont égaux, malgré leur différence de sexe, de couleur de peau, de religion, de langue, d'origine.

Art 3 Tout le monde a droit à la vie et à la sécurité.

Art 4. Personne ne peut être traité comme esclave.

Art 5. Personne ne peut faire du mal à quelqu'un ou torturer une autre personne.

Art 6. Tous les humains sont égaux devant la loi.

Art 8. Tout le monde a droit à une aide juridique quand ses droits ne sont pas respectés.

Art 9. Personne ne peut être mis en prison sans raison valable, ni être expulsé de son pays.

Art.10. La justice doit être équitable et publique.

Art.12. Droit à la vie privée (domicile, courrier, atteintes à la réputation).

Art.13. Tout le monde a le droit de voyager quand il le veut.

Art.14. Tout le monde a le droit de quitter son pays s'il y est menacé.

Art.15. Tout le monde a droit à une nationalité, il a le droit d'en changer.

Art.16 . Tout le monde a le droit de se marier, de fonder une famille. Le mariage doit être librement accepté et les époux sont égaux devant la loi.

Art.18. Tout le monde a le droit de pratiquer sa religion ou de ne pas en avoir. Il est libre de changer de religion.

Art.19. Liberté d'opinion et d'expression.

Art.20. Liberté de manifester ou de se réunir.

Art.21. Tout le monde a le droit de choisir son gouvernement et de se présenter aux élections.

Art.22. Tout le monde a droit à une sécurité sociale pour assurer sa dignité.

Art.23. Tout le monde a le droit de travailler, de toucher un salaire juste et de participer aux activités d'un syndicat.

Art.24. Tout le monde a droit au repos et aux loisirs.

Art.25. Tout le monde a droit à un revenu suffisant et aux soins de santé.

Art.26. Tout le monde a le droit d'aller à l'école.

Art.29. Tout le monde doit respecter les droits des autres. Chacun a également des devoirs dans la société qui défend ces droits.

Fiche d'animation – Séance 2 : Stéréotypes, préjugés et discriminations

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les stéréotypes et préjugés liés au genre à travers l'analyse d'un film.
- Favoriser l'expression personnelle autour des émotions et représentations liées à la différence et au rôle de genre.
- Faire émerger les représentations sociales liées au genre.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Télé et/ou projecteur pour le film
- Film sélectionné
- Grille préremplie avec une sélection de situations selon le film

Recommandations pour l'animation

L'animateur·rice veille à garantir un climat de respect et d'écoute. Les débats autour des représentations de genre peuvent susciter des réactions fortes : il est essentiel de laisser place à la diversité d'opinions tout en rappelant notre charte. Encourager l'expression émotionnelle et la prise de distance critique « pourquoi cela me touche ? ».

Dans le cadre de cette séance, nous avons opté pour le visionnage du film « La plus belle pour aller danser » de Victoria Bedos. France, 2023, 1h30. L'animateur.ice est libre de sélectionner un autre film jugé utile, à condition de réaliser les adaptations nécessaires.

Activité 1 : Introduction au genre autour du film « *La plus belle pour aller danser* »

Durée : 1h

Objectif : amorcer une réflexion collective sur les représentations de genre, identifier les stéréotypes liés aux femmes et initier la distinction entre stéréotype, préjugé et discrimination.

Déroulement :

Premier temps : l'animation débute par un échange autour du titre du film « *La plus belle pour aller danser.* » Les participant-es notent individuellement ce que ce titre leur évoque : images, émotions, idées spontanées. Ensuite, en binômes, ils ou elles partagent leurs impressions avant une mise en commun collective. Le groupe identifie ensemble les stéréotypes associés aux femmes et aux hommes : apparence, beauté, rôles sociaux ou comportements attendus.

Deuxième temps : l'animateur-ice introduit ensuite une courte transition théorique expliquant la différence entre stéréotype, préjugé et discrimination.

LES STÉRÉOTYPES

Un stéréotype est une opinion, une image simplifiée ou une croyance généralisée à propos d'un groupe de personnes. Il s'agit d'une représentation figée, souvent transmise de manière inconsciente à travers la famille, l'école, la publicité, les médias ou les jouets.

Selon l'UNESCO (2019), les stéréotypes de genre « *assignent aux femmes et aux hommes des rôles, des caractéristiques et des comportements jugés appropriés à leur sexe, limitant ainsi leurs choix et leurs possibilités* ».

Les stéréotypes peuvent être positifs « les femmes sont attentionnées », « les hommes sont forts » ou négatifs « les femmes sont trop émotives », « les hommes ne savent pas s'occuper des enfants ».

Dans tous les cas, ils simplifient la réalité et contribuent à figer les rôles sociaux.

- Peu d'hommes deviennent puériculteurs, couturiers ou assistants sociaux.
- Peu de femmes exercent comme chauffeures, mécaniciennes, scientifiques ou électriciennes.

Ils véhiculent des rôles figés et imposent une vision hiérarchisée du monde, dans laquelle certaines activités, valeurs ou qualités sont jugées plus légitimes selon le genre. Ils se fondent sur différents critères : le sexe, l'âge, l'origine, la religion, la classe sociale ou encore l'orientation sexuelle.

Exemples :

- « L'homme doit travailler et ramener de l'argent au foyer. »
- « La femme est douce et gentille, elle s'occupe des enfants. »

Conséquences : Ces stéréotypes limitent les choix professionnels et personnels.

LES PRÉJUGÉS

Un préjugé est un jugement porté sur une personne ou un groupe avant de les connaître réellement, souvent sur la base d'un stéréotype. Il repose sur des idées reçues ou des croyances personnelles et peut conduire à des attitudes d'exclusion ou de rejet.

Exemple : « *Les femmes ne sont pas faites pour diriger* » ou « *les hommes étrangers sont plus machos* ».

Le préjugé agit comme un filtre cognitif : il influence la perception, l'interprétation et le comportement envers autrui, même sans intention consciente de nuire.

LA DISCRIMINATION

La discrimination est le traitement inégal ou défavorable d'une personne en raison d'un critère protégé par la loi (le sexe, l'origine, la religion, le handicap, l'âge, l'orientation sexuelle, etc.). Elle représente le passage à l'acte du préjugé, lorsqu'une opinion ou une croyance se traduit par un comportement injuste ou une exclusion.

Exemples :

- Une femme enceinte à qui l'on refuse une promotion.
- Une candidate portant le voile écartée d'un entretien.
- Un homme étranger jugé « trop autoritaire » pour un poste d'encadrement.

En Belgique, la loi du 10 mai 2007 interdit toute forme de discrimination fondée notamment sur le sexe, l'origine ethnique, la religion ou l'orientation sexuelle.

Troisième temps : pour terminer, un exercice créatif propose d'inventer un titre de film équivalent mais parlant des hommes, afin de comparer les perceptions et les normes de genre.

Les réflexions produites sont conservées pour être réutilisées dans la séance suivante consacrées à la déconstruction des préjugés et discriminations.

Activité 2 : Projection du film « La plus belle pour aller danser »

Durée : 1h30

Visionnage collectif du Film.

L'animatrice encourage une écoute sensible, sans prise de notes, pour favoriser la réception émotionnelle du film.

Activité 3 : Discussion post-film

Durée : 30 min

Cette activité est proposée par le livret de Anne Vervier 2023 « Un dossier pédagogique réalisé par le centre culturel Les Grignoux. » Activité 7 L'ÂGE DES PREMIÈRES AMOURS.

On s'est vraiment inspirés de l'animation telle qu'elle est proposée dans le livre pédagogique, en adaptant librement les 6 scènes de la grille proposée. Avec une lecture plus orientée vers l'acceptation de l'homosexualité, le contrôle du corps, les tabous et les normes sociales. Et en raccourcissant le temps d'animation pour les rendre plus fluides, histoire de pouvoir exprimer les émotions, les sensations ou les opinions qui ont surgi sans en faire un débat.

Déroulement :

Chaque participant.e reçoit une **grille de ressentis** comportant plusieurs catégories : *je n'ai pas compris / ça m'a étonné.e / ça m'a fait rire / ça m'a choqué.e / ça m'a ému.e / ça m'a mis.e mal à l'aise / autre* et six **scènes clés** du film :

1. Premier baiser entre deux hommes – réactions face à l'intimité masculine.
2. Le père interdit à sa fille de porter la robe de sa mère – entre deuil et contrôle du corps féminin.

3. Léo boit pour “faire homme” – critique des modèles virils.
4. Le père refuse de parler des règles – tabou et stéréotype de genre.
5. Marie-Luce dit “je suis nulle en fille” – intériorisation des normes sociales.
6. Le père pleure – réhabilitation des émotions masculines.

On laisse un peu de temps à chaque participant.e pour remplir sa grille et réfléchir (auto-évaluation). On partage ensuite nos impressions en groupe. À ce stade, on n'essaie pas de faire le lien avec la théorie des stéréotypes, des discriminations ou des préjugés. C'est juste un moment où les participant.e.s peuvent s'exprimer librement.

On note les réponses pour essayer plus tard de relier certaines phrases à la théorie.

Comme le propose le dossier pédagogique des Grignoux dans cette discussion, on veillera à :

- ce qu'on ne parle que du film et des personnages du film
- laisser la liberté de s'exprimer ou de se taire
- ce que la pudeur de chacun.e soit respectée
- ce que l'avis de chacun.e soit respecté

La grille utilisée :

Scènes du film	Je n'ai pas compris	Ça m'a étonné-e	Ça m'a fait rire	Ça m'a choqué-e	Ça m'a ému-e	Ça m'a mis-e mal à l'aise	Autre chose ?	Est-ce que j'ai envie d'en parler ?
1Premier baiser entre deux hommes – réactions face à l'intimité masculine.								
2. Le père interdit à sa fille de porter la robe de sa mère – entre deuil et contrôle du corps féminin.								
3. Léo boit pour "faire homme" – critique des modèles virils.								
4. Le père refuse de parler des règles – tabou et stéréotype de genre.								
5. Marie-Luce dit "je suis nulle en fille" – intériorisation des normes sociales.								
6. Le père pleure – réhabilitation des émotions masculines.								

La grille à adapter :

Scènes du film	Je n'ai pas compris	Ça m'a étonné-e	Ça m'a fait rire	Ça m'a choqué-e	Ça m'a ému-e	Ça m'a mis-e mal à l'aise	Autre chose ?	Est-ce que j'ai envie d'en parler ?

Fiche d'animation USAWA – Séance 3 : Introduction sur le genre

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Identifier et déconstruire les stéréotypes, préjugés et discriminations à partir du film et d'exemples culturels.
- Introduire la notion du genre
- Faire émerger les représentations sociales liées au genre.
- Favoriser une approche interculturelle et intersectionnelle de la question du genre.
- Créer un espace d'écoute, de dialogue et de respect mutuel.
- Donner la parole aussi aux hommes sur leurs expériences de violences et de stéréotypes.

Matériel :

- Tableau "Stéréotype / Préjugé / Discrimination" pré-dessiné ou sur une grande feuille à trois colonnes.
- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Matériel recueilli lors de la session précédente concernant les titres des films et les commentaires

Recommandations pour l'animation

Les animateur·rices veillent à préserver un cadre bienveillant et inclusif. Certaines discussions peuvent susciter des réactions émotionnelles fortes. Il est important d'accueillir la diversité des opinions et de rappeler les règles de respect mutuel. Accorder une attention particulière à la parole des hommes, souvent moins exprimée dans les discussions sur le genre, et encourager une réflexion commune sur les rôles sociaux dans différents contextes culturels.

Introduction

Durée : 30 minutes

Objectif : accueillir le groupe, rappeler le lien avec la séance précédente et introduire la réflexion sur la notion de genre et ses impacts dans la vie quotidienne.

Déroulement :

L'animatrice ouvre la séance en accueillant le groupe et en rappelant le lien avec la séance précédente autour du film. Les objectifs du jour sont présentés : comprendre ce que signifie "genre" et analyser comment les stéréotypes influencent nos comportements et nos choix quotidiens.

Un tableau collectif sert de support pour une brève explication des notions de stéréotype, préjugé et discrimination, introduisant les concepts-clés qui guideront les activités suivantes.

Activité 1 : Tableau des stéréotypes, préjugés et discriminations

Durée : 45 minutes

Objectif : différencier les notions de stéréotype, préjugé et discrimination et en comprendre les conséquences concrètes.

Déroulement :

L'animatrice affiche un tableau en trois colonnes (*Stéréotype, Préjugé, Discrimination*). Ensemble, les participant·es y classent différents exemples tirés du film et du quotidien. La discussion permet d'approfondir la différence entre discrimination positive, et d'identifier les effets concrets de ces mécanismes : violence, exclusion, ou encore privilèges.

Cette activité favorise la prise de recul critique et prépare la réflexion sur la construction sociale du genre.

Activité 2 : Les stéréotypes de genre dans les titres de films

Durée : 30 minutes

Objectif : mettre en évidence la construction sociale des représentations masculines et féminines à travers la culture populaire.

Déroulement :

L'animatrice reprend les titres de films inventés précédemment par les participant·es (Pour rappel, à la suite du film *La Plus Belle* pour aller danser, on avait demandé aux

participant-es d'inventer un titre de film dans lequel le protagoniste serait un homme. Le groupe discute de ce que ces titres révèlent sur les attentes sociales envers les hommes et sur les modèles de masculinité véhiculés par la culture. Cette activité met en lumière le fait que les représentations masculines aussi sont façonnées socialement, au même titre que celles des femmes.

Activité 3 : Théorie – Qu'est-ce que le genre ?

Durée : 30 minutes

Objectif : comprendre la notion de genre comme construction sociale et en percevoir la diversité culturelle.

Déroulement :

L'animateur·rice présente la définition du genre comme une construction sociale, qui varie selon les époques, les cultures et les contextes.

Repères théoriques : comprendre le genre

Le genre, qu'est-ce que c'est ?

Le genre désigne l'ensemble des rôles, comportements, représentations et attentes sociales associés au fait d'être perçu comme homme ou femme dans une société donnée.

Contrairement au sexe, qui renvoie aux caractéristiques biologiques (chromosomes, organes sexuels, hormones), le genre est une construction sociale et culturelle.

Cela signifie que ce que l'on considère comme « masculin » ou « féminin » n'est ni naturel, ni universel, mais dépend des époques, des cultures et des contextes sociaux.

Le genre change selon le temps et les cultures

Les codes du genre (apparence, vêtements, attitudes, rôles) ont beaucoup varié à travers l'histoire et le monde.

Quelques exemples illustrent cette diversité :

- Sous Louis XIV, les hommes de la cour portaient des perruques, des talons hauts et des dentelles : des signes de puissance et de prestige masculins à l'époque.

- Aux Samoa, les fa'afafine sont des personnes assignées hommes à la naissance mais qui adoptent des rôles féminins reconnus socialement. Elles occupent une place valorisée dans la société samoane, illustrant une vision plus fluide du genre.
- Au Mexique, les muxes de la région zapotèque (Oaxaca) sont considérés comme un troisième genre. Ils participent à la vie sociale et religieuse, souvent en combinant des rôles masculins et féminins.
- Chez les Bugis en Indonésie, on reconnaît cinq genres : les hommes (oroané), les femmes (makunrai), les calalai (femmes masculinisées), les calabai (hommes féminisés) et les bissu (êtres androgynes considérés comme médiateurs spirituels).

Ces exemples montrent que le genre n'est pas une donnée biologique, mais un système de représentations sociales qui varie selon les contextes et les époques.

Le genre et la société

Le genre agit comme un principe organisateur des sociétés :

il influence la division du travail (certains métiers associés aux hommes, d'autres aux femmes), il oriente la socialisation dès l'enfance (couleurs, jouets, émotions autorisées), il détermine souvent le pouvoir et les privilèges accordés à certains groupes.

Ces normes peuvent être limitatrices pour les individus : elles restreignent les choix, entretiennent les inégalités et nourrissent des stéréotypes (« les hommes ne pleurent pas », « les femmes sont faites pour s'occuper des enfants »).

Mais parce que le genre est construit socialement, il peut aussi évoluer. Parler du genre, c'est donc ouvrir la voie à des transformations possibles : plus de liberté, plus d'égalité et plus de reconnaissance des identités multiples.

Un lien est établi avec les droits humains – notamment l'article 1 de la Déclaration universelle affirmant l'égalité et la dignité de toutes et tous.

La séance se poursuit par une discussion ouverte sur les représentations et les réactions personnelles.

Activité 4 : Les stéréotypes de genre dans mon pays d'origine

Durée : 45 minutes

Objectif : comparer les stéréotypes de genre selon les contextes culturels et réfléchir à leur évolution après la migration.

Déroulement :

Les participant·es travaillent en binômes pour identifier un stéréotype positif et un stéréotype négatif concernant les femmes, puis les hommes, dans leur pays d'origine.

Une mise en commun en plénière permet de comparer les points communs et les différences entre cultures. La discussion finale invite à analyser l'influence actuelle de ces stéréotypes et les changements observés depuis l'arrivée en Belgique, en soulignant les dynamiques d'adaptation et de transformation.

Activité 5 : Clôture

Durée : 30 minutes

Objectif : synthétiser les apprentissages de la séance et encourager une réflexion personnelle sur le changement et la transmission.

Déroulement :

Un tour de parole final invite chacun·e à partager :

- ce qu'il ou elle a appris aujourd'hui ;
- ce qui l'a touché·e, surpris ou dérangé·e ;
- et une chose à déconstruire, changer ou transmettre.

Ce moment clôt la séance dans un esprit de partage, d'écoute et de valorisation individuelle.

Fiche d'animation USAWA – Séance 4 : Les hommes et le féminisme.

Cette animation a été proposée par Philocité.

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Questionner la place des hommes dans la lutte pour les droits des femmes et les effets du patriarcat sur eux.
- Identifier les tensions entre rôles sociaux imposés et bien-être personnel.
- Comprendre que le système de domination de genre prive aussi les hommes de certaines dimensions émotionnelles et relationnelles.
- Explorer des récits et représentations culturelles qui véhiculent ou déconstruisent les rapports de genre.
-

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Extraits du livre *The Will to Change: Men, Masculinity, and Love*. Bell hooks (2004).

Recommandations pour l'animation

Les discussions autour du féminisme et des rôles masculins peuvent susciter des réactions contrastées. L'animateur ou l'animatrice veille à accueillir toutes les opinions dans un cadre de respect, en distinguant les vécus personnels des discours culturels. Favoriser une expression équilibrée des femmes et des hommes, et encourager l'analyse des émotions, des résistances et des changements possibles.

Activité 1 : Lecture et discussion autour de Bell Hooks – La volonté de changer.

Durée : 45 minutes

Objectif : comprendre la vision de Bell Hooks sur les hommes et le patriarcat, et analyser les tensions entre domination, vulnérabilité et humanité.

Déroulement :

Les participant·es lisent collectivement des extraits choisis de Bell Hooks, portant sur la manière dont les hommes sont également affectés par le patriarcat. Dans un cercle de parole, chacun·e partage ses réflexions autour des questions : Qu'attend-on des hommes (comme pères, partenaires, travailleurs, citoyens) ?

**Traduction libre de "The Will to Change: Men, Masculinity, and Love,"
Bell Hooks (2004)**

« Pour créer des hommes aimants, nous devons aimer les hommes. Aimer la masculinité est différent de louer et de récompenser les hommes pour leur conformité aux notions sexistes de l'identité masculine. Se soucier des hommes pour ce qu'ils font pour nous n'est pas la même chose qu'aimer les hommes pour ce qu'ils sont. Lorsque nous aimons la masculinité, nous étendons notre amour, que les hommes soient performants ou non. La performance est différente du simple fait d'être. Dans la culture patriarcale, les hommes ne sont pas autorisés à être simplement eux-mêmes et à se réjouir de leur identité unique. Leur valeur est toujours déterminée par ce qu'ils accomplissent. Dans une culture anti-patriarcale, les hommes n'ont pas à prouver leur valeur et leur mérite. Ils savent dès leur naissance que le simple fait d'être leur confère une valeur, le droit d'être chéris et aimés. »

« Le premier acte de violence que le patriarcat exige des hommes n'est pas la violence envers les femmes. Au contraire, le patriarcat exige de tous les hommes qu'ils se livrent à des actes d'automutilation psychique, qu'ils détruisent la partie émotionnelle d'eux-mêmes. Si un individu ne parvient pas à se détruire émotionnellement, il peut compter sur les hommes patriarcaux pour mettre en œuvre des rituels de pouvoir qui porteront atteinte à son estime de soi. »

**Traduction libre de "The Will to Change: Men, Masculinity, and Love,"
Bell Hooks (2004)**

« Il existe une place créative, vitale et enrichissante pour la masculinité dans une culture non dominatrice. Et ceux d'entre nous qui se sont engagés à mettre fin au patriarcat peuvent toucher le cœur des hommes authentiques là où ils vivent, non pas en leur demandant de renoncer à leur virilité ou à leur masculinité, mais en leur demandant de permettre que leur signification soit transformée, qu'ils se détournent de la masculinité patriarcale afin de trouver une place pour la masculinité qui ne la rende pas synonyme de domination ou de volonté de violence. »

« Le premier acte de violence que le patriarcat exige des hommes n'est pas la violence envers les femmes. Au contraire, le patriarcat exige de tous les hommes qu'ils se livrent à des actes d'automutilation psychique, qu'ils détruisent la partie émotionnelle d'eux-mêmes. Si un individu ne parvient pas à se détruire émotionnellement, il peut compter sur les hommes patriarcaux pour mettre en œuvre des rituels de pouvoir qui porteront atteinte à son estime de soi. »

« Pour proposer aux hommes une autre manière d'être, nous devons d'abord remplacer le modèle dominateur par un modèle de partenariat qui considère l'interdépendance et l'interdépendance comme la relation organique de tous les êtres vivants. Dans le modèle de partenariat, l'individualité, que l'on soit une femme ou un homme, est toujours au cœur de l'identité. La masculinité patriarcale enseigne aux hommes à être pathologiquement narcissiques, infantiles et psychologiquement dépendants pour se définir eux-mêmes des privilèges (même relatifs) qu'ils reçoivent du fait d'être nés hommes. C'est pourquoi de nombreux hommes ont le sentiment que leur existence même est menacée si ces privilèges leur sont retirés. Dans un modèle de partenariat, l'identité masculine, comme son homologue féminine, serait centrée sur la notion d'une bonté essentielle qui est intrinsèquement orientée vers les relations. Plutôt que de supposer que les hommes naissent avec une volonté d'agresser, la culture supposerait qu'ils naissent avec une volonté inhérente de créer des liens »

Quelles tensions ressent-on entre force, responsabilité, domination et épanouissement personnel ? L'animateur ou l'animatrice guide ensuite une analyse collective sur la privation

émotionnelle et affective que les modèles virils imposent, ouvrant la discussion vers la possibilité d'une masculinité plus libre et empathique.

Il est recommandé que l'animateur ou l'animatrice prenne le temps de lire et de réfléchir aux extraits du livre avant la session.

Activité 2 : Récits et culture

Durée : 30 minutes

Objectif : observer comment les récits culturels participent à la construction des représentations de genre et identifier des modèles alternatifs.

Déroulement :

Le groupe analyse plusieurs récits culturels populaires (films, contes, séries, ex. : Harry Potter), afin d'identifier comment ces histoires renforcent ou transforment les stéréotypes de genre.

Les participant-es recherchent ensemble des contre-exemples positifs : personnages ou situations où les relations hommes-femmes s'organisent autrement, dans le respect, l'écoute ou la coopération. L'animation encourage la lecture critique des récits médiatiques et la reconnaissance de modèles inspirants.

Partie 3 : Débat collectif – “Les hommes sont-ils vraiment gagnants ?”

Durée : 30 minutes

Objectif : interroger l'idée que le patriarcat profite aux hommes et identifier les pertes symboliques et humaines qu'il engendre.

Déroulement :

Nous notons dans le tableau :

<i>Qu'est-ce qu'on attend des hommes ?</i>	<i>Que faut-il pour avoir une vie heureuse ?</i>
--	--

En grand groupe, on trouve des éléments à noter dans deux colonnes afin d'essayer de mettre en évidence les tensions existantes entre l'une et l'autre, démontrant que parfois, ce que l'on attend des hommes socialement n'est pas compatible avec ce qui est nécessaire pour mener une vie heureuse.

Ce partage a pour objectif de mettre en lumière les pertes symboliques souvent invisibles : limitation des émotions, absence de tendresse, injonction à la force et au silence, privation de liberté émotionnelle.

Une comparaison interculturelle suit, abordant les attentes masculines selon différents contextes (mariage, travail, religion, famille). Cette discussion ouvre à une prise de conscience partagée sur les contraintes imposées par les modèles de virilité.

Partie 4 : Utopies et perspectives

Durée : 20 minutes

Objectif : stimuler la pensée critique et créative autour des possibles transformations sociales vers plus d'égalité.

Déroulement :

Les participant·es répondent à la question :

« Peut-on atteindre l'égalité ? Qu'est-ce qui freine le changement ? »

Dans un atelier de projection, ils et elles imaginent des récits, images ou situations sociales où les relations de genre seraient plus équilibrées et coopératives.

L'activité se termine par l'identification de leviers individuels et collectifs : gestes, attitudes, initiatives qui peuvent contribuer au changement.

Fiche d'animation USAWA – Séance 5 : Récapitulatif et autoévaluation

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Évaluer collectivement les apprentissages et les ressentis de la séquence USAWA.
- Rappeler les apports théoriques et introduire la notion du féminisme universaliste.
- Renforcer le sentiment de pouvoir d'agir et l'implication des participant·es.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Power point illustratif récapitulant la matière. PP USAWA

Recommandations pour l'animation

Il est recommandé de présenter le féminisme comme un courant de pensée qui, depuis ses débuts, lutte pour l'obtention des droits refusés aux femmes et montre l'oppression qu'elles ont subie tout au long de l'histoire. Bien que le féminisme académique soit présenté comme une idéologie occidentale, la lutte des femmes pour obtenir une place politique et sociale a traversé d'autres peuples et ne concerne pas uniquement l'Occident. Il existe actuellement de nombreux courants féministes. Dans ce cadre, nous promouvons toutefois un féminisme universaliste qui lutte pour une société plus juste pour les hommes et les femmes, en identifiant les domaines dans lesquels les femmes doivent lutter contre une domination patriarcale systématique. Nous évitons de considérer la dichotomie homme-femme comme antagoniste et binaire. Le féminisme s'intéresse principalement à la condition des femmes dans toute la diversité de leurs luttes et de leurs besoins, sans pour autant négliger les combats parallèles, comme la masculinité non patriarcale. Si la lutte féministe ne concerne pas la condition masculine, elle s'intéresse à l'intersection d'interactions. C'est pourquoi, dans le féminisme que nous défendons, il n'y a pas d'opposition, mais une convergence des luttes pour obtenir les mêmes droits que les hommes, réduire les inégalités et accompagner de nouvelles formes d'être homme et d'être femme plus justes.

Activité 1. Récapitulatif des quatre premières séances

Durée : 40 minutes

Objectif : consolider les apprentissages précédents, revisiter les notions-clés et introduire la réflexion sur le féminisme.

Déroulement :

À l'aide d'un PowerPoint récapitulatif, l'animateur·ice revient sur les apports théoriques abordés jusqu'à présent : droits humains, liberté, dignité, stéréotypes, genre et rôles sociaux. La notion de féminisme est introduite de manière accessible, en lien avec les discussions antérieures. Le groupe identifie ensuite les liens entre les connaissances acquises et les expériences vécues par les participant·es, afin de faire émerger une compréhension partagée et ancrée dans le réel.

Activité 2. Évaluation individuelle et collective

Durée : 40 minutes

Objectif : recueillir les ressentis, évaluer les apprentissages et identifier les besoins pour la suite du projet.

Déroulement :

Chaque participant·e reçoit quatre post-its : deux pour des points positifs et deux pour des points négatifs ou à améliorer.

Après un temps d'écriture individuelle, chacun·e vient coller ses post-its sur un tableau collectif, suivi d'un partage oral des impressions principales.

L'animateur·ice synthétise les retours dans un tableau visible : points forts, aspects à améliorer, besoins et idées nouvelles.

Activité 3. Discussion collective et orientation

Durée : 40 minutes

Objectif : favoriser la réflexion critique sur la notion d'égalité et identifier les freins, les espoirs et les leviers de changement.

Déroulement :

Le débat s'ouvre sur la question-guide :

« Peut-on atteindre l'égalité ? Qu'est-ce qui freine ou décourage ? »

Les participant·es échangent leurs perceptions de l'égalité en Belgique et dans leurs pays d'origine, partageant expériences, comparaisons et constats.

La discussion se poursuit autour de la phrase :

« En Belgique, les femmes sont-elles mieux traitées que les hommes ? »

Ce débat permet d'explorer les freins structurels, les résistances culturelles et les inégalités persistantes, tout en mettant en lumière les espoirs et leviers de changement identifiés collectivement.

Activité 4. Choix participatif et conclusion

Durée : 40 minutes

Objectif : encourager la participation active du groupe dans la définition des priorités et clôturer le cycle de manière collaborative et positive.

Déroulement :

Une conclusion collective suit sous forme de tour de table : chacun·e partage ses ressentis, ses apprentissages marquants et ses attentes pour la suite. L'animateur·ice valorise la contribution du groupe.

Fiche d'animation USAWA – Séance 6 : Rumeurs, stéréotypes et héroïnes invisibilisées

Cette fiche d'animation est basée sur l'animation de Soralia avec deux de leurs outils.

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Explorer les stéréotypes et rumeurs liés au genre et à la culture.
- Identifier les mécanismes de jugement social, d'apparence et de double standard.
- Relier les apprentissages précédents à de nouveaux exemples (vêtements, argent, travail domestique, émotions, pouvoir).
- Découvrir des figures féminines historiques et contemporaines invisibilisées.
- Favoriser la prise de recul critique et le dialogue interculturel autour des inégalités de genre.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Outil pédagogique – [Le sexisme ? C'est pas not' genre !](#) et [Héroïnoscope](#)

Recommandations pour l'animation

Il est fortement recommandé de faire appel à Soralia pour soutenir l'animation. Dans l'éventualité où cette option ne serait pas réalisable, nous vous prions d'utiliser leurs outils pédagogiques mis à disposition sur leur site web, afin de mener les animations de manière autonome.

Activité 1: Introduction et brise-glace

Durée : 20 minutes

Objectif : favoriser la cohésion et la confiance au sein du groupe avant d'aborder des thématiques sensibles liées aux stéréotypes et aux représentations sociales.

Déroulement :

La séance débute par un tour de présentation : chaque participant·e partage un trait de personnalité ou un centre d'intérêt personnel. Cet échange permet d'installer une atmosphère conviviale et bienveillante.

L'animateur·ice lance ensuite une discussion introductive autour de la phrase : « Le cerveau aime mettre les gens dans des catégories. »

Les participant·es sont invité·es à réagir librement, ouvrant la réflexion sur la manière dont les stéréotypes s'ancrent dans nos perceptions et influencent notre rapport à l'autre.

Activité 2 : Images et stéréotypes

Durée : 40 minutes

Objectif : identifier et questionner les stéréotypes de genre véhiculés par la culture visuelle et les habitudes sociales.

Déroulement :

L'animateur·ice présente une série d'images illustrant des situations genrées (objets domestiques, vêtements, rôles sociaux, publicités, etc.) de l'outil [Le sexisme ? C'est pas not' genre !](#)

En binômes, les participant·es réagissent à des phrases provocatrices telles que :

« Les filles qui portent des jupes courtes sont des filles faciles. »

La discussion collective qui suit explore l'influence de la culture, des médias et du contexte local sur la formation des jugements et des normes.

La mise en perspective finale souligne un message clé : l'apparence ne détermine ni la valeur ni la moralité d'une personne.

Activité 3 : Argent, travail et inégalités domestiques

Durée : 30 minutes

Objectif : comprendre comment les inégalités économiques et domestiques traduisent des rapports de pouvoir genrés.

Déroulement :

Une discussion collective est menée autour des pratiques économiques dans les couples et les familles : argent de poche, gestion des dépenses, partage du travail domestique.

L'animatrice fait le lien avec l'histoire des droits économiques des femmes en Belgique : droit d'ouvrir un compte bancaire (1970), congé de paternité, évolution du droit au travail.

Année	Texte / événement	Signification pour les droits économiques ou professionnels des femmes
Vers 1900	Droit pour la femme mariée d'ouvrir un compte d'épargne et d'utiliser une partie de ses revenus sans autorisation du mari (dans certaines limites) (severine-evrard.be)	Première reconnaissance d'une autonomie financière limitée pour la femme mariée.
20 juillet 1932	Loi du 20 juillet 1932 sur le principe d'égalité entre époux et l'unité de direction des affaires du ménage (Wikipedia)	Évolution du statut juridique de la femme mariée : elle peut exercer des actes juridiques, travailler, posséder un patrimoine propre.
30 avril 1958	Loi du 30 avril 1958 relative aux droits et devoirs respectifs des époux (abolition de la « puissance maritale ») (severine-evrard.be)	Important tournant du statut civil : la femme mariée n'est plus juridiquement « sous l'autorité » de son mari.
1976 (vers)	Femme mariée en Belgique reconnue pouvoir ouvrir un compte bancaire en son nom propre sans autorisation du mari. (DAILY SCIENCE)	Généralisation de l'autonomie bancaire.
10 mai 2007	Loi du 10 mai 2007 tendant à lutter contre la discrimination entre les femmes et les hommes (loi « Genre ») (Infor Jeunes)	Mise en place d'un cadre juridique global de lutte contre les discriminations liées au sexe, y compris économiques et professionnelles.
22 avril 2012	Loi du 22 avril 2012 visant à lutter contre l'écart salarial entre hommes et femmes (modifiée le 12 juillet 2013) (emploi.belgique.be)	Instauration d'obligations pour entreprises et partenaires sociaux afin de réduire l'écart salarial et rendre la rémunération plus juste.

Les échanges visent à réfléchir sur le moment où la répartition genrée devient une forme de discrimination, et à mettre en lumière les inégalités encore persistantes aujourd'hui.

Activité 4 : Émotions et masculinités

Durée : 25 minutes

Objectif : interroger les stéréotypes liés à l'expression des émotions chez les hommes et réfléchir à leurs conséquences sur le bien-être individuel et collectif.

Déroulement :

Le groupe échange autour de la question :

« Pourquoi dit-on qu'un homme ne doit pas pleurer ? »

Les participant·es partagent leurs points de vue et expériences, avant une mise en perspective interculturelle : comment les émotions masculines sont-elles perçues dans d'autres contextes (Rwanda, Burundi, Europe, etc.) ?

La discussion se conclut sur un message universel : la capacité d'émotion est humaine, non genrée, et essentielle à l'équilibre psychique et social.

Activité 5 : Rumeurs et beauté

Durée : 25 minutes

Objectif : analyser la construction des normes esthétiques et leurs effets sur la perception du corps et la place des femmes dans différentes cultures.

Déroulement :

L'activité commence par un échange autour des critères de beauté selon les cultures : minceur, poids, âge, habillement, couleur de peau, etc.

Les participant·es comparent les modèles culturels (Mauritanie, Europe, Afrique centrale...) et discutent de la domination à travers le vêtement et la sexualisation du corps.

L'animateur·ice évoque l'exposition d'Amnesty International « Que portais-tu ce jour-là ? » pour ouvrir la réflexion sur la culpabilisation des victimes et la liberté vestimentaire.

Activité 6 : Héroïnoscope

Durée : 30 minutes

Objectif : valoriser les figures féminines oubliées de l'histoire et réfléchir à leur invisibilisation.

Déroulement :

Les participant·es découvrent, à travers des cartes ou fiches illustrées, plusieurs héroïnes méconnues : Hatshepsout, Wangari Maathai, Malala Yousafzai, Boadicée, entre autres.
[Héroïnoscope](#).

Une lecture partagée permet d'analyser pourquoi ces femmes ont été effacées de l'histoire et comment leurs luttes résonnent encore aujourd'hui.

La discussion relie cette activité aux précédentes : comment réhabiliter les récits féminins et donner une place à la mémoire des femmes dans nos sociétés ?

Le message final met en valeur que l'égalité se construit aussi par la mémoire et la reconnaissance des contributions féminines.

7. Conclusion et synthèse

Durée : 10 minutes

Objectif : clôturer la séance en recueillant les ressentis du groupe et rappeler le message central de la séance.

Déroulement :

Un tour de parole final permet à chacun·e d'exprimer ce qui l'a le plus surpris, dérangé ou inspiré durant la séance.

L'animateur·ice conclut en rappelant le message clé : déconstruire les rumeurs et les stéréotypes, c'est mieux comprendre la diversité et renforcer le respect mutuel.

Fiche d'animation USAWA – Séance 7 : l'outil USAWA

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Identifier et catégoriser différents types de stéréotypes et de situations en lien avec l'égalité de genre, les violences sur base de genre et les masculinités.
- Prendre conscience des mécanismes de reproduction des inégalités entre femmes et hommes, mais aussi entre genres, cultures et positions sociales.
- Favoriser la mise en mots et la discussion autour de vécus, d'attitudes ou de représentations sociales.
- Initier une réflexion sur la manière de combattre ces stéréotypes dans le quotidien et dans les pratiques professionnelles.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Outil USAWA : cartes avec des phrases contenant des stéréotypes, des idées reçues ou des faits. Roue ou affiche des thématiques USAWA (6 couleurs/catégories).
- Espace dégagé pour permettre les déplacements (débat mouvant).
- Feuilles avec les questions.

Recommandations pour l'animation

Dès le début de la séance, il est essentiel de créer un climat de confiance, où chacun·e se sent libre de s'exprimer sans jugement. L'animateur·ice veille à valoriser la diversité des points de vue, en encourageant l'écoute et le dialogue entre des expériences parfois très différentes. Le vocabulaire est adapté au niveau linguistique du groupe afin que toutes et tous puissent participer pleinement à la discussion. Tout au long de l'activité, il convient de rappeler que l'on parle d'idées, et non de personnes, et d'instaurer un respect mutuel dans les échanges. Des temps de pause peuvent être proposés pour permettre à chacun·e d'intégrer les émotions ou les réflexions suscitées. Enfin, la séance se conclut toujours sur une note positive, en rappelant que la déconstruction des stéréotypes est un chemin collectif, qui se construit dans le temps et grâce à la participation de toutes et tous.

Activité 1 – Trier pour comprendre

Durée : 30 minutes

Objectif : identifier les grandes thématiques liées aux stéréotypes de genre et amorcer la réflexion collective.

Déroulement :

L'animateur·ice présente brièvement les six thématiques de la roue USAWA, représentant les principaux axes de réflexion autour du genre et des rapports de pouvoir.

1. Stéréotypes et rôles traditionnels de genre – verte
2. Inégalités économiques et au travail - Orange
3. Éducation et socialisation genrée – Rose
4. Contrôle du corps des femmes et normes culturelles - Marron
5. Violences basées sur le genre – Violet
6. Masculinités et vulnérabilités – Jaune

Les participant·es reçoivent ou tirent au hasard des cartes illustrant des stéréotypes, des situations ou des opinions, puis doivent les classer dans la catégorie la plus pertinente.

Les participants reçoivent ou tirent au hasard des cartes illustrant des stéréotypes, des situations ou des opinions, puis doivent les classer dans la catégorie qu'ils trouvent pertinente et expliquer pourquoi. Le recto de la carte en cercle présente la catégorie principale dans laquelle la mention peut être classée. Il est important de garder à l'esprit que les éléments ne sont pas absolus. Dans certains cas, deux catégories peuvent s'appliquer à la fois, mais la catégorie attribuée reflète la catégorisation principale.

Le but n'est pas de débattre de la justesse des choix, mais de prendre conscience de la diversité des représentations et d'observer comment chacun·e perçoit les rôles et comportements associés au genre.

Les cartes sont ensuite affichées sous chaque thématique, afin de visualiser la répartition et de créer un premier panorama collectif des idées présentes dans le groupe.

Ces phrases permettent de nommer les réalités, d'identifier les mécanismes sociaux en jeu et d'amorcer une discussion ouverte sur les biais et représentations.

Activité 2 – Débat mouvant

Durée : 50 minutes

Objectif : explorer la complexité et les nuances des positions individuelles sur les questions de genre, de pouvoir et de représentations.

Déroulement :

L'animateur·ice sélectionne 4 à 6 cartes selon le temps disponible et lit chaque phrase à voix haute.

Les participant·es se positionnent physiquement dans l'espace selon leur avis :

L'animateur·ice montre les zones correspondant aux différentes positions. Il peut le faire visuellement en dessinant pour délimiter l'espace au sol, ou physiquement en utilisant trois zones de la salle.

Il est nécessaire de choisir les mentions en fonction du niveau de positionnement souhaité, en tenant compte des besoins pédagogiques du groupe, du niveau de français, de l'engagement et du temps disponible.



Ces variantes permettent de nuancer les débats, de faciliter la compréhension ou d'approfondir la réflexion critique.

Une fois que les participant·es ont pris position, l'animateur·ice invite ceux qui le souhaitent à expliquer les raisons de leur positionnement.

Les participant·es sont invité·es à changer de place s'ils changent d'avis, ce qui rend le débat dynamique et animé.

Cette dynamique corporelle favorise l'implication active, la prise de conscience des nuances et la capacité à réviser ses opinions.

La phase se conclut par un bref échange collectif sur ce que les participant·es ont découvert ou ressenti durant le débat.

L'activité développe ainsi l'empathie, la pensée critique et la compréhension interculturelle.

Les cartes USAWA ont été traduites en anglais, en espagnol, en russe et en kirundi afin de faciliter la compréhension de l'activité si celle-ci se déroule avec un groupe en apprentissage de français.

Activité 3 – Réflexion en sous-groupes

Durée : 60 minutes

Objectif : approfondir la réflexion sur une question transversale et relier les stéréotypes à des réalités vécues ou observées.

Déroulement :

Les participant·es sont réparti·es en petits groupes de 4 à 6 personnes.

Chaque groupe reçoit une question transversale et le groupe est invité à partager.

Les participant·es échangent librement, on demande de noter les idées principales sur une feuille ou flipshart, puis partagent leurs conclusions lors d'une mise en commun plénière.

Il est conseillé de choisir les questions transversales en fonction de ce que l'on souhaite approfondir avec le groupe, puis de les noter sur une feuille de papier pour que les participants puissent les voir et les relire.

- Comment apprend-on, dans vos familles et vos cultures, ce qu'est "une bonne femme" et "un bon homme" ? Qui transmet ces idées et comment (paroles, exemples, silence...)?
- Dans vos expériences, quelles institutions (école, police, administration, santé...) renforcent les stéréotypes de genre, et lesquelles vous ont au contraire aidé à les questionner ?
- Quand on parle de violences (physiques, psychologiques, économiques, liées à l'honneur...), qu'est-ce qui est le plus difficile à nommer ou à reconnaître dans vos milieux ? Pourquoi ?
- Comment les enfants (filles et garçons) apprennent-ils très tôt ce qu'ils "ont le droit" de faire ou de ne pas faire à cause de leur genre ? Avez-vous des exemples concrets ?
- Quand vous entendez le mot "féminisme", quelles images, quels mots ou quelles émotions vous viennent d'abord à l'esprit ? D'où viennent, selon vous, ces images ?
- Comment pouvons-nous, dans nos familles, répartir plus justement les tâches (ménage, enfants, démarches) sans que ce soit vécu comme une attaque ou une humiliation ?
- Comment parler d'égalité avec quelqu'un qui pense que "tout allait mieux avant" ou que "le féminisme détruit la famille" ?
- Comment adapter notre façon de parler d'égalité selon les personnes (amis, parents, enfants, responsables religieux, collègues...) ? Qu'est-ce qu'on garde, qu'est-ce qu'on change ?

L'animateur·ice clôture l'activité par un échange collectif sur les ressentis, les apprentissages et les découvertes du groupe.

Cette phase permet de relier les expériences individuelles à une réflexion collective, d'approfondir les liens entre culture, genre et société, et de renforcer la co-construction d'un regard critique et solidaire.

Activité 4 : Clôture et évaluation

Durée : 25 minutes

Objectif : clôturer la séance en ouvrant la réflexion sur la pédagogie inclusive du féminisme et préparer la phase de co-crédation du projet.

Déroulement :

Terminer le jeu par un cercle de parole autour des ressentis :

- Qu'ai-je découvert ou compris ?
- Quelle phrase m'a le plus marqué-e ?
- Comment cela peut influencer mes comportements ou mon travail?

L'animateur·ice peut distribuer une fiche de feedback anonyme pour recueillir les impressions et suggestions.

Roue des thématiques du jeu USAWA

■ Inégalités économiques
et au travail

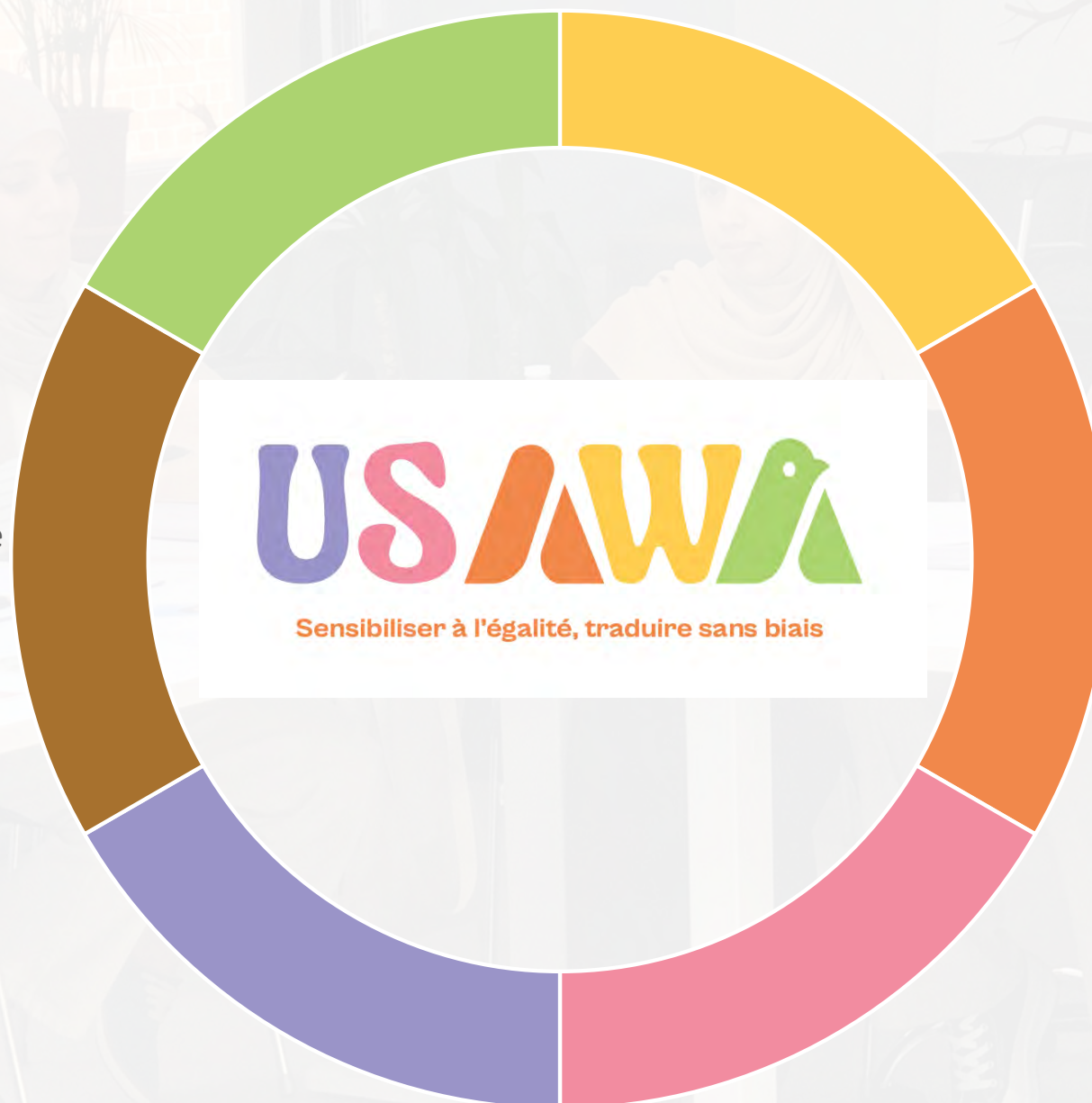
■ Éducation et
socialisation genrée

■ Contrôle du corps des
femmes et normes
culturelles

■ Violences basées sur le
genre

■ Masculinités et
vulnérabilités

■ Stéréotypes et rôles
traditionnels de genre



Fiche d'animation USAWA – Séance 8 : Masculinité positive et prévention des violences de genre

Cette activité est proposée entièrement par Le monde selon les femmes, asbl.

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les concepts de masculinité positive et de masculinité toxique.
- Identifier les injustices et les inégalités qui touchent les hommes et les femmes dans différents contextes culturels.
- Déconstruire les stéréotypes de genre liés à la virilité, à l'éducation et au pouvoir.
- Promouvoir une vision égalitaire et bienveillante des relations entre hommes et femmes.
- Sensibiliser à la prévention des violences conjugales et des relations toxiques.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- Chaises mobiles (pour les mises en scène et le cercle de discussion)
- Bouteille vide en plastique (pour le jeu *La bouteille de la violence*)
- Billets fictifs (monopoly) et cartes rouges
- L'outil Comitys, [Les relations saines ou toxiques](#).

Recommandations pour l'animation

La séance combine témoignages, jeux participatifs et discussions collectives. Les sujets abordés peuvent être sensibles (violences, inégalités, éducation, sexualité).

L'animateur·ice veille à instaurer une atmosphère de respect et d'écoute, à reformuler les propos stéréotypés sans jugement, et à favoriser une participation équilibrée entre hommes et femmes. Les exemples culturels partagés par les participant·es sont valorisés comme sources de réflexion commune.

Activité 1. « Ce que j'aime / je n'aime pas dans le fait d'être un homme ou une femme. »

Durée : 15 minutes

Objectif : introduire la thématique de la séance – la place des hommes dans la lutte pour l'égalité – et instaurer un climat de confiance propice à la discussion.

Déroulement :

L'animateur·ice ouvre la séance en expliquant que chacun·e est invité·e à partager une réflexion personnelle autour de la question :

« Qu'est-ce que j'aime ou je n'aime pas dans le fait d'être un homme ou une femme ? »

Les participant·es sont assis·es en cercle pour encourager le regard et l'écoute réciproques. Chacun·e prend la parole à tour de rôle, sans être interrompu·e, afin de garantir une atmosphère respectueuse et inclusive.

L'animateur·ice rappelle qu'il ne s'agit ni d'un débat ni d'un jugement, mais d'un partage d'expériences et de ressentis personnels. Le vocabulaire doit être simple, accessible et adapté au niveau linguistique du groupe.

Les réponses peuvent être variées — certaines liées à la liberté, à la charge familiale, au regard social, à la sécurité, ou encore à la fierté d'appartenir à un genre. L'important est de permettre à chacun·e de nommer ses perceptions et émotions face à la question du genre.

En clôture, l'animateur·ice souligne que ces différences d'expériences illustrent la diversité des rapports au genre et montrent que la recherche d'égalité implique de comprendre le vécu de chacun·e. Cette activité courte mais sensible pose ainsi les bases d'un espace de confiance, propice aux discussions plus profondes à venir.

Activité 2. Partage d'expériences sur les injustices de genre

Durée : 40 minutes

Objectif : identifier les différentes formes d'injustices de genre et comprendre leurs variations selon les contextes culturels.

Déroulement :

Les participant·es partagent des injustices observées ou vécues dans leurs pays d'origine ou en Belgique : héritage, éducation, salaires, libertés, stéréotypes, lois discriminantes...

l'animateur·ice met en lumière la double inégalité :

- certaines femmes subissent une charge domestique, un contrôle social ou des violences symboliques;
- certains hommes subissent la pression de la virilité et l'interdiction d'exprimer leurs émotions.

La discussion collective, nourrie de comparaisons interculturelles, permet de repérer ce qui change ou persiste selon les sociétés et d'amorcer la réflexion sur les modèles de masculinité.

Activité 3 : Mises en scène et caricatures de la virilité

Durée : 40 minutes

Objectif : Il interroge les stéréotypes associés à la virilité et d'en analyser les effets sur les comportements individuels et collectifs. Il s'agira également de faire comprendre que, dans cette société, les individus de genre masculin sont récompensés s'ils se conforment au modèle établi et que ceux qui ne le font pas sont punis d'une manière ou d'une autre. Inspiré de l'outil, « [*Le dollar de virilité le coût du capital viril*](#) » de *le Monde Selon les femmes*.

Déroulement :

En petits groupes, les participant·es mettent en scène de courtes saynètes illustrant une injustice ou une caricature de la virilité (homme fort, dominateur, séducteur, invulnérable, l'homme qui paye toujours, puissance sexuelle).

L'animateur·ice observe les scènes et réagit en distribuant des "billets" symboliques pour les stéréotypes confirmés et des "cartons rouges" pour les comportements qui s'en affranchissent.

Cette activité, sympa et participative, montre comment les normes de genre influencent la personnalité des hommes.

Activité 4. Discussion sur la masculinité positive

Durée : 30 minutes

Objectif : réfléchir à des modèles masculins alternatifs et valoriser la construction de relations égalitaires.

Déroulement :

L'animateur·ice introduit la distinction entre masculinité toxique et masculinité positive, en s'appuyant sur des exemples culturels : musique, cinéma, rôle du père, éducation des enfants...

Les participant·es partagent ensuite leurs témoignages personnels : figures masculines bienveillantes, souvenirs familiaux, évolutions observées dans leur environnement.

Simon présente un exemple inspirant de projet congolais, où la musique est utilisée comme outil de sensibilisation et de transformation sociale.

La discussion valorise les formes de masculinité fondées sur le respect, l'écoute et la responsabilité émotionnelle.

Activité 5. Jeu collectif : La bouteille de la violence

Durée : 25 minutes

Objectif : illustrer la responsabilité collective face à la violence et réfléchir aux attitudes possibles pour la prévenir.

Déroulement :

Mise en place du symbole. Placez une bouteille au centre : elle représente la violence. Les participant.e.s se placent en cercle autour d'elle. Si le groupe est à l'aise, on peut se tenir par la main pour symboliser le lien social ; sinon, on garde une distance de confort (aucune obligation de contact).

L'animateur·ice donne la consigne d'observation. Regardez la distance entre le cercle et la bouteille. Que signifie être loin (indifférence ? impuissance ?) ou tout près (hyper-exposition ? mise en danger ?) de la violence ?

L'animateur·ice donne la consigne de mouvement. À l'invitation de l'animateur·ice, le cercle s'avance puis recule légèrement. Chacun·e observe ce que cela change : qui se sent plus en sécurité ? Qui se sent plus impliqué·e ? Qu'est-ce que cela dit de notre place face à la violence (témoin, proche, professionnel·le, voisin·e...) ?

Règle de sécurité. On ne franchit pas la bouteille, on ne pointe pas de personnes ; on parle de situations, pas d'individus. Chacun·e peut rester immobile si se déplacer est inconfortable.

Lecture collective. L'animateur·ice rappelle que "tenir le cercle" (même sans contact physique) représente les liens qui empêchent la violence de s'étendre : attention aux signaux, soutien aux personnes concernées, connaissance des ressources (associations, services, numéros utiles).

Discussion de clôture. À partir de ce que le groupe a ressenti :

- Comment réagir sans se mettre en danger (par ex. chercher de l'aide, alerter un service, rester présent·e, proposer un accompagnement) ?
- Quelles attitudes collectives renforcent la prévention (écoute, non-jugement, relais vers des pros, règles de lieu sûr) ?
- Qu'est-ce qui, dans nos milieux, fait "tenir le cercle" (famille, voisinage, associations, école, travail) et qu'est-ce qui le fragilise ?

Message clé à rappeler : personne ne "porte" seul·e la prévention. C'est le cercle — nos liens, nos règles et nos relais — qui limite la violence et protège les personnes.

Activité 6. Relations saines ou toxiques

Durée : 30 minutes

Objectif : renforcer les capacités d'analyse des comportements relationnels et encourager le respect mutuel.

L'animateur·ice présente l'outil Comitys, Les relations saines ou toxiques, un outil pédagogique qui permet d'aborder de manière ludique les dynamiques de couple et de respect mutuel.

Le groupe est réparti en petits sous-groupes (4 à 6 personnes). Chaque groupe reçoit une série de cartes ou de situations décrivant des comportements courants dans les relations amoureuses ou amicales :

*« Il lit mes messages sans me demander »,
« Elle veut toujours savoir où je suis »,
« Il me complimente sur ma tenue devant ses amis »,
« Elle décide seule des dépenses du foyer », etc.*

Les participant·es doivent classer chaque situation selon trois catégories :

- Comportement sain – respect, communication, confiance.
- Comportement toxique – contrôle, humiliation, manipulation.
- Zone grise – comportements ambigus, à discuter collectivement.

L'animateur·ice circule entre les groupes pour aider à la réflexion et poser des questions d'analyse :

- Pourquoi cette attitude est-elle saine ou toxique ?
- Quelles émotions provoque-t-elle ?
- À quel moment un comportement "normal" peut devenir dangereux ?

Après le classement, une mise en commun en plénière permet de comparer les réponses et d'enrichir la discussion. L'animateur·ice insiste sur la diversité des perceptions culturelles et personnelles, en soulignant que certaines attitudes jugées "habituelles" peuvent, en réalité, être intrusives ou violentes.

En conclusion, le groupe dégage les principes d'une relation saine : respect, confiance, consentement, écoute, liberté de parole et autonomie de chacun·e. L'animateur·ice rappelle que prévenir la violence, c'est aussi apprendre à reconnaître les signaux précoces et oser en parler dans un climat de confiance.

Activité 7. Conclusion et évaluation

Durée : 10 minutes

Objectif : clôturer la séance, recueillir les ressentis et ancrer les apprentissages dans une perspective positive et collective.

Déroulement :

Un tour de parole final invite chacun·e à exprimer :

- ce qu'il ou elle a appris ;
- ce qu'il ou elle retient ;
- et ce qu'il ou elle souhaite transmettre à d'autres.



Les mots-clés issus du groupe sont notés au tableau

La séance se conclut sur un message commun :

L'égalité profite à toutes et tous — elle renforce la société et libère les individus.

.

Fiche d'animation USAWA – Séance 9 : Vers l'égalité filles-garçons : comprendre et agir

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les différentes formes d'inégalités entre les femmes et les hommes dans la vie quotidienne, la famille, l'école et le travail.
- Comprendre comment les stéréotypes de genre se forment et se perpétuent à travers la culture, la religion et l'éducation.
- Favoriser la réflexion collective sur les moyens d'agir contre les inégalités.
- Encourager la co-construction de solutions concrètes à plusieurs niveaux : personnel, familial, communautaire et politique.
- Développer une posture critique et citoyenne vis-à-vis des normes genrées.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- L'outil Usawa

Recommandations pour l'animation

Cette séance repose sur la discussion et la participation active. L'animateur·ice encouragent la parole libre et la bienveillance, en reformulant les propos pour éviter toute stigmatisation. Il est conseillé de travailler en sous-groupes afin de permettre à chacun·e d'exprimer son point de vue. Valoriser la diversité culturelle des participant·es comme une ressource pour comprendre la pluralité des rapports de genre.

Activité 1. Introduction et mise en contexte

Durée : 20 minutes

Objectif : introduire la thématique de l'égalité de genre à partir d'exemples concrets et situer les inégalités dans différents contextes culturels.

Déroulement :

L'animatrice présente le thème de la séance : explorer les inégalités entre filles et garçons et comprendre leurs impacts sur la société.

Elle lit, ou fait lire par les participant·es, une série de phrases illustrant des inégalités vécues dans la famille, à l'école, au travail ou dans l'espace public.

Exemples :

*« Les garçons ne font pas la vaisselle. »
« Une fille doit se marier jeune pour être respectée. »
« Un homme qui pleure perd sa dignité. »*

Un débat guidé s'engage autour de ces phrases :

- Ces situations vous paraissent-elles encore vraies aujourd'hui ?
- Observez-vous des changements dans votre pays ou en Belgique ?
- Qu'est-ce qui, selon vous, fait évoluer ou au contraire freine ces changements ?

L'activité favorise la prise de parole interculturelle et invite à dépasser les jugements pour réfléchir ensemble à l'évolution des mentalités.

2. Analyse collective : tableau des inégalités de genre

Durée : 40 minutes

Objectif : visualiser les inégalités selon les genres et comprendre que le système patriarcal affecte tout le monde, bien que de manière différente.

Déroulement :

Sur un grand tableau ou un paperboard, l'animatrice trace trois colonnes :

1. Inégalités subies par les femmes
2. Inégalités subies par les hommes
3. Normes patriarcales qui affectent les deux genres

Les participant·es proposent des exemples à partir de leurs observations ou expériences personnelles. L'animatrice note les idées dans chaque colonne et veille à équilibrer la parole entre les participant·es.

Exemples :

- **Femmes** : charge domestique, contrôle du corps, manque de liberté.
- **Hommes** : pression à "être fort", tabou des émotions, injonction à réussir.
- **Les deux** : stéréotypes sur les rôles parentaux, peur du jugement social, inégalités économiques.

L'échange permet de comprendre que les rôles de genre imposés par la société créent des déséquilibres et des souffrances, même pour ceux qui paraissent avantagés.

Activité 3. Travaux en groupes thématiques

Durée : 60 minutes

Objectif : approfondir l'analyse des inégalités dans différents domaines de la vie sociale et dégager des pistes d'action concrètes.

Déroulement :

Les participant·es sont réparti·es en six groupes selon les thématiques suivantes :

1. Stéréotypes et rôles traditionnels de genre
2. Inégalités économiques et au travail
3. Éducation et socialisation genrée
4. Contrôle du corps des femmes et normes culturelles
5. Violences basées sur le genre

6. Masculinités et vulnérabilités

Chaque groupe reçoit un ensemble de situations concrètes (issues de l'outil Usawa).

Consignes :

1. Identifier les causes de la situation.
2. Nommer ses conséquences sur les femmes, les hommes et la société.
3. Proposer des actions possibles à différents niveaux :

Personnel (changer ses comportements, dialoguer, sensibiliser ses proches)

- o **Local** (impliquer des associations, écoles, médias de quartier)
- o **Collectif / politique** (plaider, revendiquer, agir pour des lois justes).

Les animatrices circulent entre les groupes, accompagnent la réflexion et reformulent les idées pour garantir la clarté et la cohérence des propositions.

Activité 4. Restitution et débat collectif

Durée : 30 minutes

Objectif : partager les analyses et confronter les propositions pour construire une vision collective des leviers d'égalité.

Déroulement :

Chaque groupe désigne un·e rapporteur·ice qui présente en plénière les conclusions et propositions principales.

L'animatrice facilite le débat en posant des questions :

- Quelles inégalités vous semblent les plus urgentes à combattre ?
- Quelles actions pourraient être menées ici, à Liège, dans votre environnement proche ?
- Comment ces différents domaines (famille, école, travail, médias...) s'influencent-ils entre eux ?

Ce moment d'échange permet de croiser les regards et de dégager des priorités communes.

Activité 5. Synthèse et perspectives

Durée : 20 minutes

Objectif : faire émerger une vision commune

Déroulement :

Les animatrices reprennent les grandes idées formulées et en soulignent les liens entre les thématiques.

Elles insistent sur le fait que l'égalité se construit à plusieurs niveaux : individuel, communautaire et institutionnel.

Ensuite, elles présentent la suite du projet : la co-crédation d'un outil pédagogique participatif (jeu, kit, support visuel ou sonore) destiné à sensibiliser d'autres groupes aux enjeux de l'égalité.

La séance se clôture par un tour de table symbolique :

« Ce que je retiens de cette séance... »

Chaque participant·e partage un mot, une idée ou une émotion.

Ce moment de clôture met en valeur les apprentissages du jour et renforce le sentiment de responsabilité partagée dans la lutte pour l'égalité.

Fiche d'animation USAWA – Séance 10 : Focus groupe de clôture – Liberté d'expression et évaluation du cycle

Durée : 3 heures

Public cible : Adultes, groupes mixtes

Objectifs pédagogiques :

- Permettre aux participant·es d'exprimer librement leur ressenti sur le cycle USAWA.
- Identifier les apprentissages, les moments marquants et les transformations personnelles ou professionnelles.
- Évaluer collectivement la pertinence des thématiques abordées et leur impact sur la posture d'interprète.
- Favoriser une expression interculturelle et égalitaire autour de la notion de liberté d'expression.
- Recueillir des pistes d'amélioration pour de futurs cycles de formation.

Matériel :

- Papier, marqueurs ou tableau pour les prises de notes collectives.
- L'outil Usawa

Recommandations pour l'animation

Ce focus groupe clôture le cycle USAWA. L'animateur·ice veille à maintenir une atmosphère bienveillante, où chaque personne peut partager son ressenti sans crainte de jugement. Il est important de favoriser la diversité des points de vue, de valoriser les témoignages individuels et d'identifier les effets concrets du projet sur la posture professionnelle, notamment dans l'interprétation en milieu social.

Activité 1. Expression individuelle : “Libre de m’exprimer ?”

Durée : 40 minutes

Objectif : installer un climat de confiance et présenter la séance comme un espace d’expression libre, de bilan et de partage d’expériences.

Déroulement :

L’animateur·ice rappelle que cette séance est un temps de clôture du cycle USAWA, consacré à la liberté d’expression et au retour d’expérience.

Les règles de base sont posées : écoute, bienveillance, confidentialité, non-jugement.

Une première question est proposée pour amorcer la réflexion :

« Me suis-je senti·e libre de m’exprimer pendant le cycle USAWA ? »

Chacun·e est invité·e à y réfléchir brièvement, en silence ou à voix haute selon le niveau de confort du groupe.

Un tour de parole est organisé : chaque participant·e partage son ressenti personnel sur la manière dont il ou elle a vécu les discussions au fil des séances.

Les interventions peuvent aborder :

- le climat de confiance ressenti ;
- la possibilité de s’exprimer librement malgré les différences de culture, de langue ou d’opinion ;
- la découverte de thèmes sensibles abordés avec respect (féminisme, masculinités, violence, religion, etc.).

L’animateur·ice prend soin de reformuler les propos de manière neutre, en valorisant la diversité des perceptions.

Cette phase met en lumière comment le groupe a favorisé la parole et contribué à la libération des points de vue, souvent bridés dans d’autres contextes.

Activité 2. Évaluation collective des thématiques

Durée : 40 minutes

Objectif : mesurer l'impact des thèmes abordés et identifier ceux qui ont suscité le plus d'intérêt ou de transformation personnelle.

Déroulement :

L'animateur·ice relit la liste des grandes thématiques explorées dans le cycle :

féminisme, masculinités, violences, rumeurs, égalité, interculturalité.

Le groupe discute de la pertinence de ces sujets et de ce qu'ils ont apporté à leur compréhension des rapports de genre.

Des questions guident le débat :

« *Quels thèmes vous ont le plus marquées ?* »

« *Quelles activités ont changé votre manière de voir les choses ?* »

« *Quelles idées ou images restent les plus fortes ?* »

L'animateur·ice note les réponses au tableau afin de dégager une carte des apprentissages partagés.

Activité 3. Partage des apprentissages et transformations

Durée : 30 minutes

Objectif : identifier les apprentissages, transformations et prises de conscience individuelles issues du cycle USAWA.

Déroulement :

Chaque participant·e prend la parole pour évoquer ce qu'il ou elle a appris ou ce qui a évolué dans sa manière de penser ou d'agir.

Cette étape valorise la progression collective et les transformations individuelles suscitées par le processus USAWA.

Activité 4. Réflexion sur les enjeux interculturels

Durée : 25 minutes

Objectif : relier les apprentissages à une réflexion sur les rapports entre égalité, culture, colonialisme et religion, et comprendre la dimension historique des inégalités.

Déroulement :

L'animateur·ice ouvre la discussion avec la question :

« D'où viennent certaines visions patriarcales ? Sont-elles universelles ou historiquement construites ? »

Le groupe explore ensemble les racines culturelles et historiques du patriarcat : influence de la religion, impact du colonialisme, effets de la modernisation et de la migration.

Certain·es partagent des récits familiaux : traditions égalitaires dans les villages d'origine, transformations liées à l'école ou au travail, changements des rôles dans la société d'accueil.

Une discussion s'engage ensuite sur la multiculturalité en Belgique :

comment sensibiliser les publics locaux à la diversité des modèles de genre, et favoriser une cohabitation plus égalitaire des cultures.

Activité 5. Projection et appropriation

Durée : 15 minutes

Objectif : encourager les participant·es à transférer les apprentissages d'USAWA dans leur vie professionnelle et personnelle.

Déroulement :

La discussion s'oriente vers la pratique professionnelle :

« Comment ces réflexions peuvent-elles nourrir notre posture professionnelle ? »

Les participant·es identifient les valeurs essentielles à conserver :
neutralité, respect, écoute active, bienveillance, conscience des inégalités.
Chacun·e est invité·e à formuler une intention personnelle, sous la forme :

« Ce que je souhaite continuer à défendre après USAWA. »

Ce moment clôture le cycle sur une note positive et introspective, rappelant que l'égalité n'est pas un objectif figé, mais un chemin de transformation continue à la fois individuel et collectif.