

# SENTIMENT D'APPARTENANCE :

CONVERSATIONS SUR LES FAMILLES CHOISIES



YOUTH  
PROJECT!





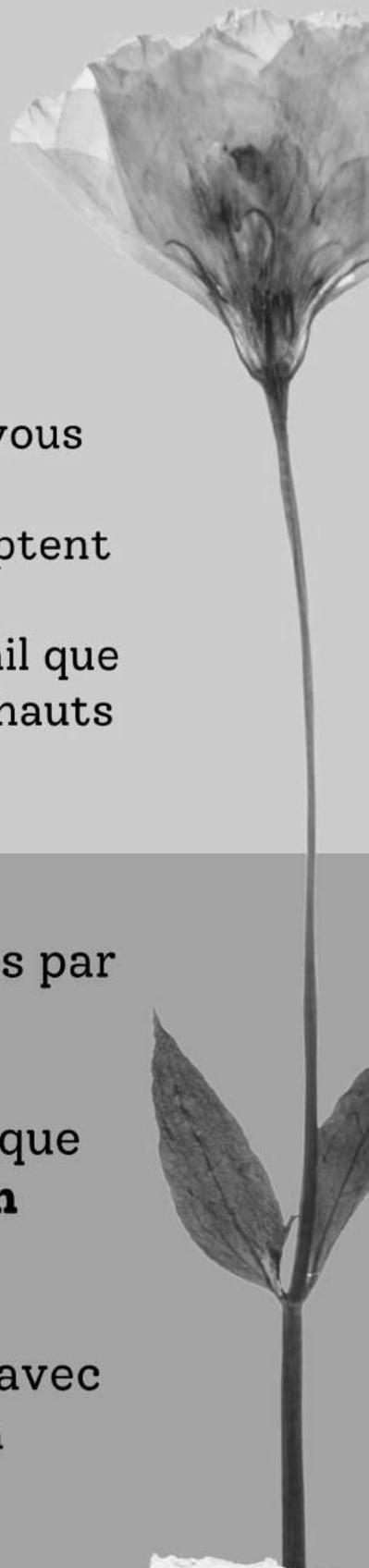
À nos familles choisies ; sans vous, cette ressource ne serait pas possible. Ce recueil vous est dédié à vous, tous les membres de notre famille choisie qui nous aiment et nous acceptent tels que nous sommes, pleinement et authentiquement. Merci de soutenir le travail que nous faisons et de nous guider à travers les hauts et les bas de la vie.

Enregistrement graphique et illustrations par **Mo Glitch**

Traduction française / Assistance graphique française par **Tiana Meralli Ballou, Aron Shaw & Oli Oldfield**

Texte recueilli à partir de conversations avec des membres du Bureau Jeunesse (Youth Board) et le personnel du Youth Project.

Ouvrage compilé par l'équipe graphique du Youth Project



# TABLE DES MATIÈRES

CRÉDITS ET REMERCIEMENTS .....	2
TABLE DES MATIÈRES .....	3
PRÉAMBULE .....	4
QU'EST CE QUE LA FAMILLE CHOISIE? .....	8
POURQUOI C'EST IMPORTANT ? .....	9
HISTOIRE .....	10
EN CONVERSATION: FAMILLE CHOISIE .....	12
Quelle est la difference entre Famille d'Origine et Famille Choisie pour toi ?	
DISABILITY JUSTICE, PRINCIPLES & CARE .....	18
WEBS	
COMMENT PRENOUS-NOUS SOIN DE NOUS ? ....	20
Répondre aux besoins des familles choisies	
CONSENTMENT .....	24
Un espace pour dire Oui ! Et Non !	
VULNÉRABILITÉ: .....	29
Fais confiance au fait que tu seras choisi en retour	

# PRÉAMBULE

Ce document ressource est le résultat de conversations collectives et individuelles avec le conseil d'administration du Youth Project, composé de jeunes 2SLGBTQIA+ de moins de 25 ans, et l'équipe du Youth Project à Kijipuktuk (Halifax). Ces conversations ont été inspirées par divers ancêtres et aînés que les participants ont présentés comme des leaders libérateurs et provocateurs dans leur vie.

Toutes les personnes qui ont contribué à ces conversations ont des expériences et des perspectives uniques sur ce qu'est la famille choisie. Nous espérons que cette ressource vous montre qu'il existe de multiples façons de cultiver un amour familial dans votre vie.

Sans aucun doute, les familles choisies sont des espaces de changement. Toni Cade Bambara explique dans son essai "On the Issues of Roles" (Sur la question des Rôles) que le désir de révolution passe par la mise en place de relations révolutionnaires. Elle explique que la révolution n'est pas possible dans une stricte conformité aux rôles de genre dictés par les systèmes dont nous voulons nous libérer.

“  
**AIMER**  
LA  
**POSSIBILITÉ**  
JUSQU'À  
LE FAIRE  
”  
**EXISTER**

ALEXIS PAULINE GUMBS

S'inspirant de cette perspective, Alexis Pauline Gumbs nous demande de réfléchir à la manière dont la pratique de l'amour révolutionnaire dans nos relations peut "faire naître le possible" (Pleasure Activism, p. 72), comment pouvons-nous construire des communautés et des familles qui reflètent les futurs que nous voulons voir ? Au cours de nos conversations, nous avons été témoins de la manière dont les familles choisies offraient un espace pour des possibilités créatives, imaginatives et génératives.

Cette ressource a deux objectifs explicites. Elle est conçue pour donner un aperçu de la façon dont les familles choisies fonctionnent en tant qu'espace de réappropriation, de joie, de soutien et de conflit sain (génératif de solutions). Elle est aussi un outil pour vous faire réfléchir à des concepts tels que l'intimité, la guérison intergénérationnelle et la sécurité émotionnelle. Il existe des espaces où vous êtes encouragés à réfléchir à vos propres rêves de famille choisie, quel que soit le moyen que vous choisissiez ! Allez-y doucement, nous vous rappelons de faire une pause et de demander de l'aide si le contenu fait apparaître en vous des sensations corporelles, des sentiments ou des pensées qui vous semblent envahissantes ou écrasantes.

## **AVERTISSEMENT CONCERNANT LE CONTENU:**

Certaines sections de cette ressource abordent des thèmes d'oppression, tels que le racisme anti-Noir et le validisme, le sentiment d'abandon, la violence et d'autres sujets qui peuvent susciter des sentiments forts ou inconfortables. N'oubliez pas que vous pouvez prendre un temps pour vous, un moment pour vous donner de l'amour et de prendre soin de vous !





# QU'EST CE QUE LA FAMILLE CHOISIE?

La famille choisie est composée de relations qui favorisent la confiance, le sentiment d'appartenance et l'affirmation d'une personne dans son entièreté. La famille choisie évoque le pouvoir de transformation qui permet à qui veut : de créer, de nommer et de décider à quoi ressemblent les liens familiaux et ce qu'ils nous font ressentir

Souvent, mais pas toujours, ces relations sont forgées en dehors de nos familles d'origine.

Les exemples de famille choisie peuvent inclure, mais ne sont pas limités à : des ami.e.s, des voisin.e.s, des membres de la même communauté de foi, des animaux de compagnie, des adultes de confiance et plus encore !

# POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

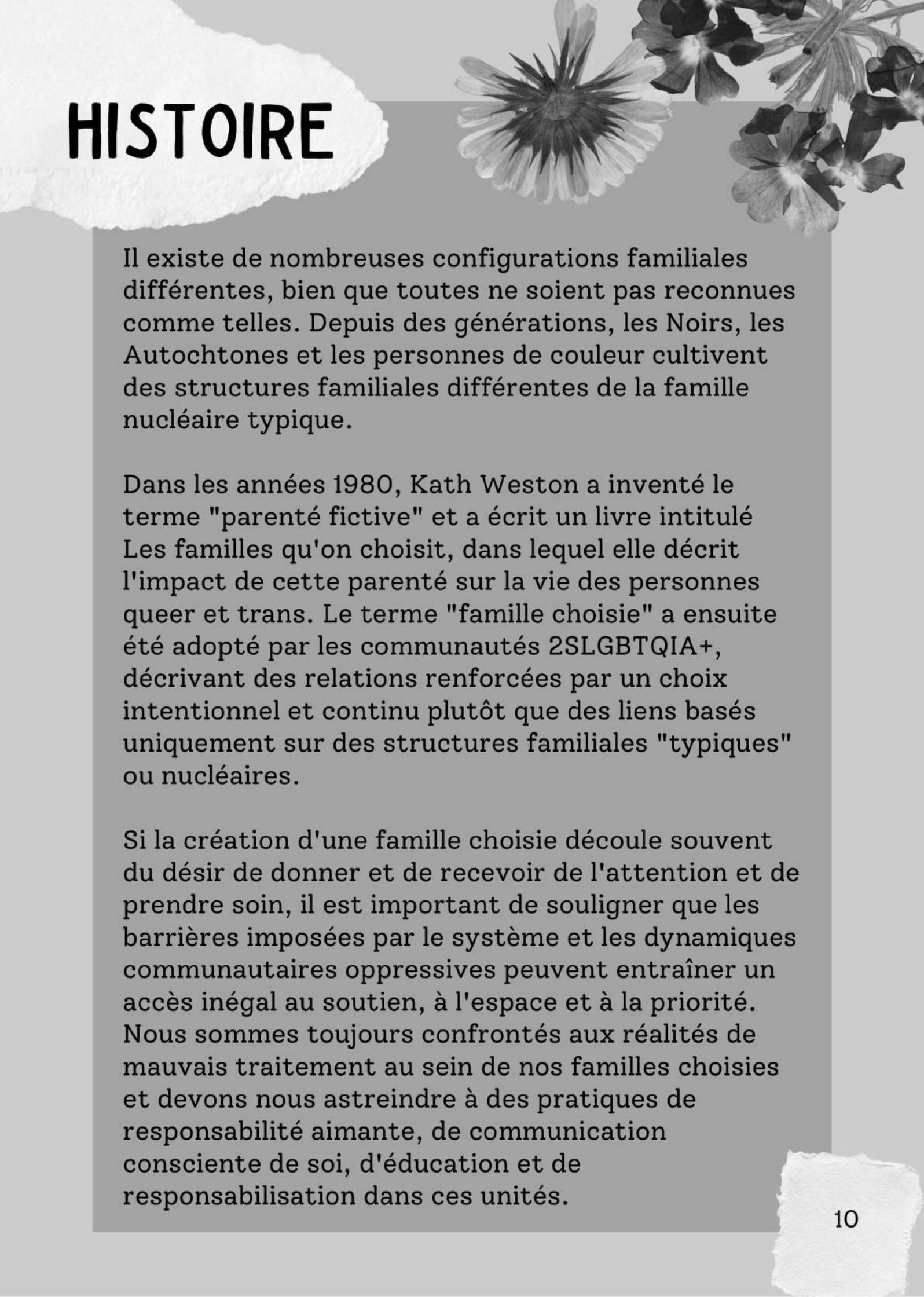
Il existe de nombreuses raisons différentes pour lesquelles la famille choisie est nécessaire voire indispensable. La famille choisie est une réponse radicale, basée sur l'attention et le soin, pour répondre aux besoins de soutien, d'accès et d'ouverture ou encore d'intimité.

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les familles biologiques et/ou d'origine ne sont pas des options sûres - certains peuvent avoir été forcés de partir et/ou mis à l'écart à cause de pratiques et croyances religieuses extrémistes et ostracisation ; de la queerphobie ou de la séparation de nos unités familiales.

D'autres peuvent être coupés ou isolés à la suite d'un traumatisme systémique, comme la fuite de la violence dans nos foyers, le racisme environnemental qui rend nos maisons dangereuses, ou l'adoption transraciale.

Certains sont physiquement trop loin, ils peuvent être séparés en raison de frontières oppressives, du coût du voyage ou de l'arrachement au foyer familial. Bien que ces préjudices puissent être immenses et avoir un impact profond, le fait de favoriser des liens librement choisis par nous même qui répondent à des besoins non satisfaits peut être une puissante magie curative.

# HISTOIRE



Il existe de nombreuses configurations familiales différentes, bien que toutes ne soient pas reconnues comme telles. Depuis des générations, les Noirs, les Autochtones et les personnes de couleur cultivent des structures familiales différentes de la famille nucléaire typique.

Dans les années 1980, Kath Weston a inventé le terme "parenté fictive" et a écrit un livre intitulé *Les familles qu'on choisit*, dans lequel elle décrit l'impact de cette parenté sur la vie des personnes queer et trans. Le terme "famille choisie" a ensuite été adopté par les communautés 2SLGBTQIA+, décrivant des relations renforcées par un choix intentionnel et continu plutôt que des liens basés uniquement sur des structures familiales "typiques" ou nucléaires.

Si la création d'une famille choisie découle souvent du désir de donner et de recevoir de l'attention et de prendre soin, il est important de souligner que les barrières imposées par le système et les dynamiques communautaires oppressives peuvent entraîner un accès inégal au soutien, à l'espace et à la priorité. Nous sommes toujours confrontés aux réalités de mauvais traitement au sein de nos familles choisies et devons nous astreindre à des pratiques de responsabilité aimante, de communication consciente de soi, d'éducation et de responsabilisation dans ces unités.

Les normes sociétales occidentales coloniales insistent beaucoup sur l'idée normalisée de la famille nucléaire, biologique et hétérosexuelle. Les marqueurs sociétaux du "succès", comme l'éducation des enfants, la scolarisation et l'accession à la propriété, reposent sur l'hypothèse que ce type de famille est la seule option naturelle et réelle.

Dans l'histoire récente des 2SLGBTQIA+, les hôpitaux ont refusé aux familles choisies et aux proches homosexuels la possibilité de soutenir, de reconforter ou de soigner leurs proches pendant l'épidémie de VIH/sida. Des oppressions systémiques et historiques de ce genre se poursuivent - de nombreux défenseurs de la justice pour les personnes handicapées disent avoir subi des violences lorsqu'ils recherchent un soutien, souvent à cause d'un modèle de soins de santé capacitif et queerphobe. Ces réalités rendent les relations des familles choisies hypervisibles, soumises à un examen public et souvent étiquetées avec mépris, dédain et invalidation. Lorsqu'une famille choisie rencontre l'État, le plus souvent, ce dernier ne reconnaît pas la légitimité de ces liens.

Cependant, notre amour et nos rêves d'avenir collectif seront toujours plus puissants que la violence de l'État. Les communautés 2SLGBTQIA+ continueront à faire ce que les peuples marginalisés ont toujours fait : résister en construisant des relations, en cultivant la joie et en rêvant à des moyens plus riches de se chérir les uns les autres.



# EN CONVERSATION: FAMILLE CHOISIE

QUELLE EST LA DIFFERENCE  
ENTRE FAMILLE D'ORIGINE ET  
FAMILLE CHOISIE POUR TOI ?

# FAMILLES D'ORIGINE

- RESPONSABILITÉ : SOIN / CONFLIT •
- LUTTE COMMUNE • FRAGMENTÉE •
- PARTAGE DE LA NOURRITURE •





# ... LA DIFFÉRENCE AVEC LES FAMILLES CHOISIE ...



# FAMILLES CHOISIES



**SANS  
COMPLEXE**



**JE SUIS PLUS  
OUVERT·E,  
PLUS MOI-MÊME  
SANS COMPROMIS**



**CHANGENT ET  
ÉVOLUENT AVEC  
LE TEMPS**



**ET CELA CHANGE LA  
MANIÈRE DONT JE ME VOIS  
ET DONT JE VOIS LE MONDE**





**QUELS MOTS / IMAGES /  
SENTIMENTS / COULEURS  
TE VIENNENT À L'ESPRIT LORSQUE  
NOUS PARLONS DE FAMILLE  
CHOISIE ?**



# JUSTICE POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP, PRINCIPES ET RÉSEAUX D'ENTRAIDE

- Qu'est-ce qu'un réseau d'entraide ?

LES  
RÉSEAUX DE SOINS

SONT DES  
CERCLES  
D'ENTRAIDE

OÙ L'AUTONOMIE  
ET LA DIGNITÉ  
DES SOINS  
SONT ASSURÉES

PAR LA  
**SOLIDARITÉ**  
PLUTÔT QUE PAR LA  
**CHARITÉ**

- Se montrer tel que l'on est, tout en étant responsable devant les personnes de notre famille choisie.
- Un exemple mentionné au cours de notre conversation était un réseau d'entraide d'une famille choisie handi.

\*Pour en savoir plus sur les réseaux de soins, lisez Care Work : Dreaming Disability Justice, par Leah Lakshmi-Piepzna Samarsinha.

# INTERSECTIONNALITÉ LEADERSHIP DE PLUS IMPACTÉS POLITIQUE ANTICAPITALISTE

ENGAGEMENT EN FAVEUR DE L'ORGANISATION  
INTER-MOUVEMENTS

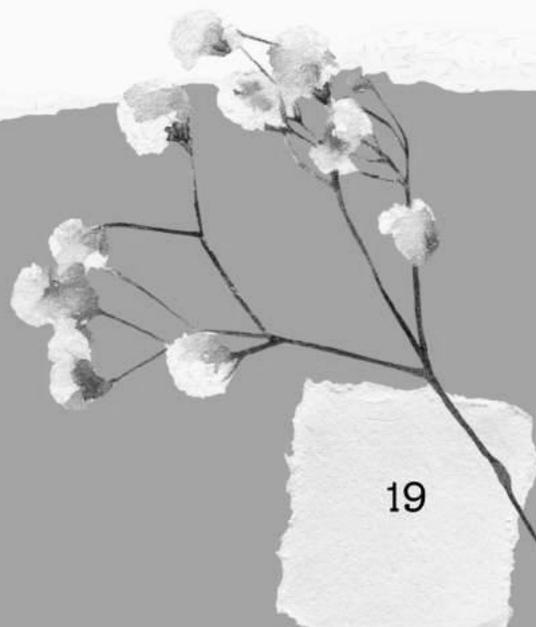
RECONNAITRE L'INTÉGRITÉ  
PÉRENNITÉ

L'ENGAGEMENT EN FAVEUR DE LA SOLIDARITÉ INTER-HANDICAP

10 PRINCIPES  
DE JUSTICE POUR  
LES PERSONNES EN  
SITUATION DE  
HANDICAP

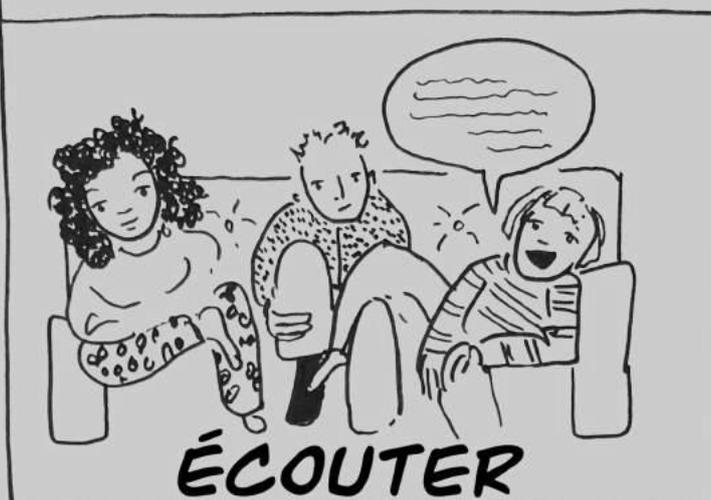
INTERDEPENDENCE  
ACCÈS COLLECTIF  
LIBÉRATION COLLECTIVE

- SINS INVALID 2015



# COMMENT PRENOUS-NOUS SOIN DE NOUS ?

RÉPONDRE AUX BESOINS DES FAMILLES  
CHOISIES

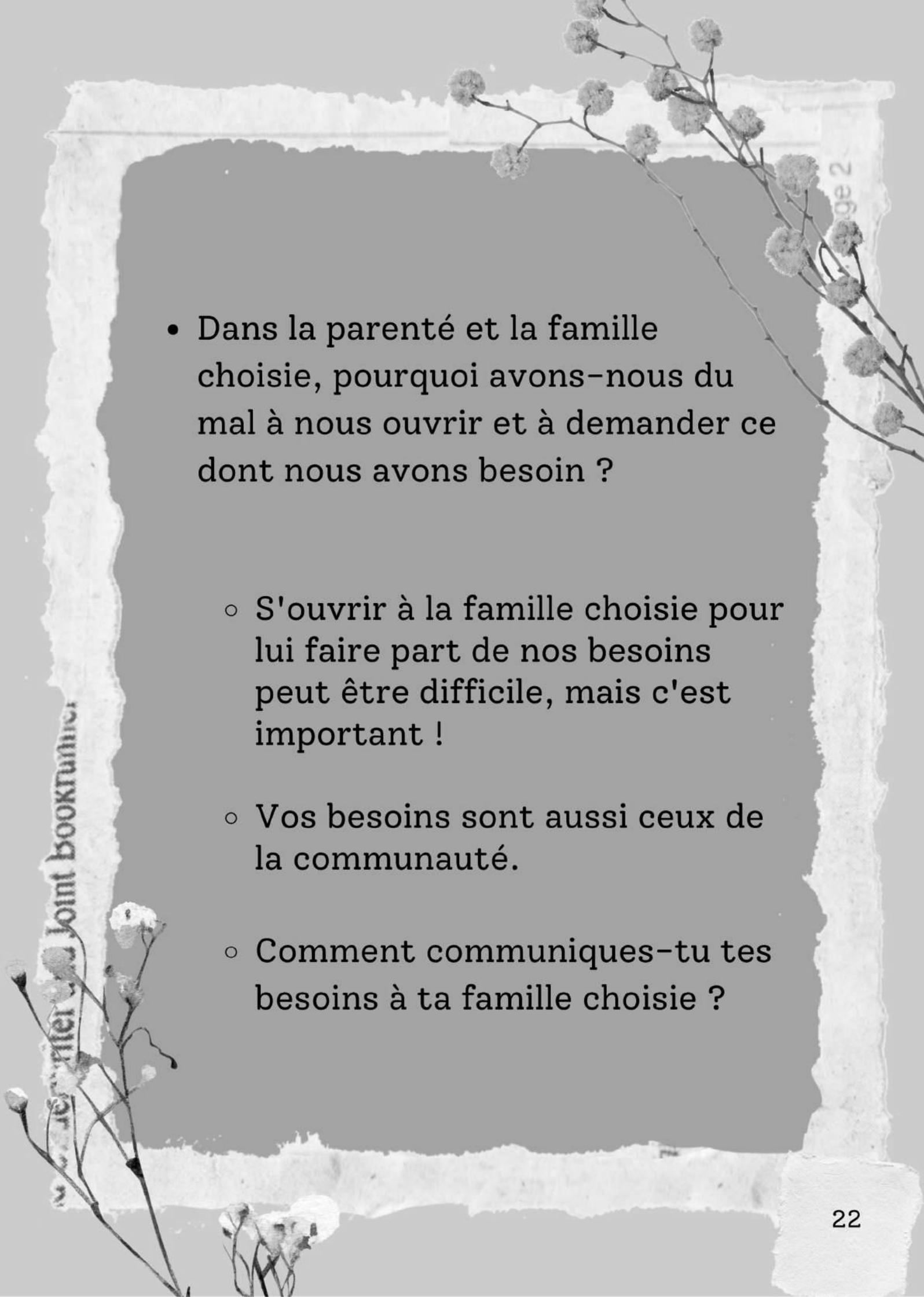


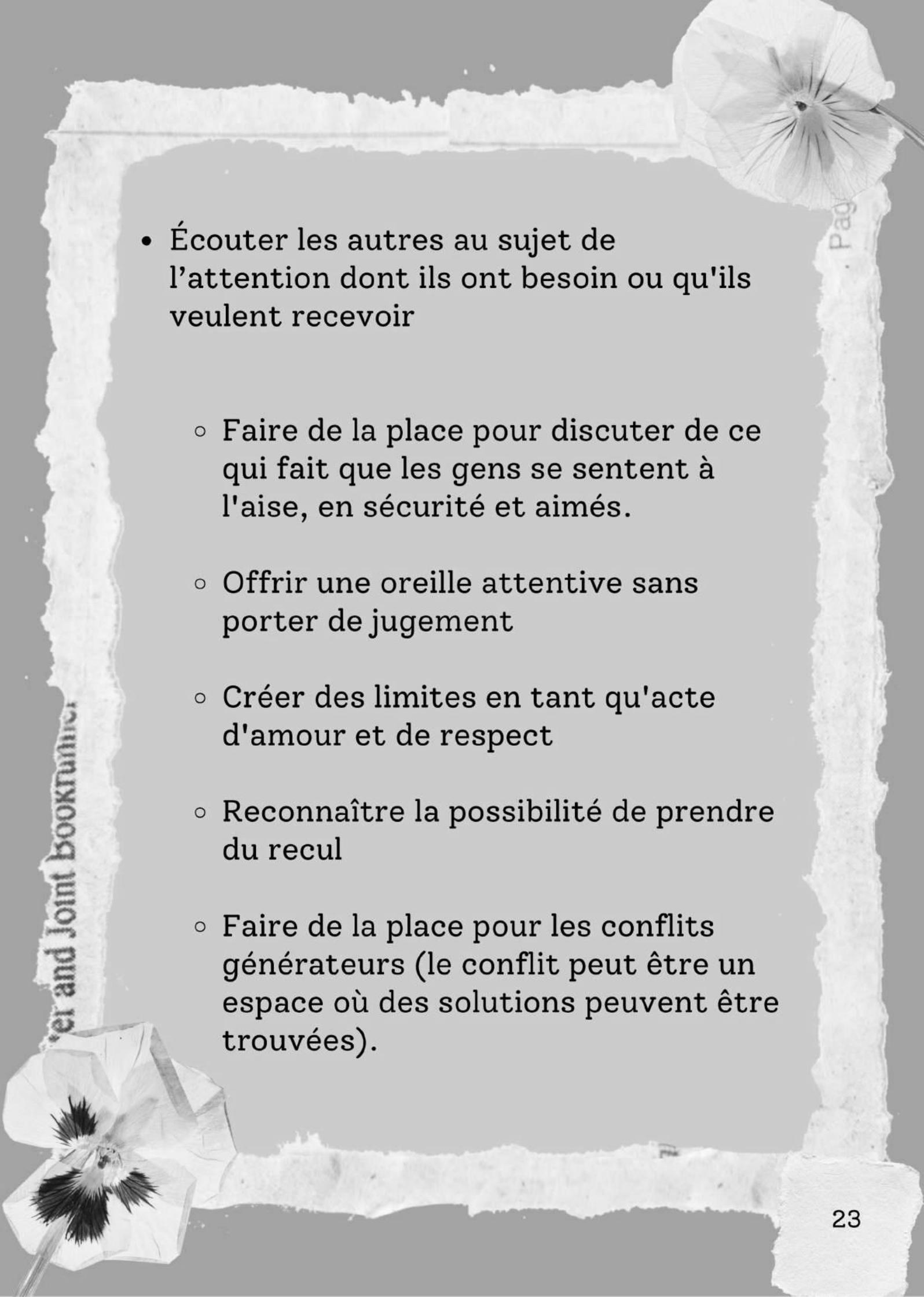
# COMMENT PRENOUONS-NOUS SOIN DE NOUS ?

RÉPONDRE AUX BESOINS DES FAMILLES CHOISIES

- Veiller à ce que les besoins fondamentaux des personnes soient satisfaits – nourriture, logement...
  - Répondre aux besoins humains fondamentaux des membres de la famille choisis peut être une façon de montrer notre soutien
  - Exemples : préparer de la nourriture, tenir compagnie, écouter pour comprendre, donner la place aux capacités changeantes (ex. : santé mentale), les accompagner aux rendez-vous chez le médecin, décompresser, offrir des moyens tangibles de soutien en accord avec vos propres limites, écrire des lettres, envoyer des mèmes.

- De quelle manière réponds-tu aux besoins de ta famille choisie?
- Quels sont tes besoins auxquels ta famille choisie répond ?
- Comment tu te sens dans ton corps quand tu dis oui?

- 
- Page 2
- Dans la parenté et la famille choisie, pourquoi avons-nous du mal à nous ouvrir et à demander ce dont nous avons besoin ?
    - S'ouvrir à la famille choisie pour lui faire part de nos besoins peut être difficile, mais c'est important !
    - Vos besoins sont aussi ceux de la communauté.
    - Comment communiquez-vous vos besoins à votre famille choisie ?

- 
- er and Joint bookrathic
- Pag
- Écouter les autres au sujet de l'attention dont ils ont besoin ou qu'ils veulent recevoir
    - Faire de la place pour discuter de ce qui fait que les gens se sentent à l'aise, en sécurité et aimés.
    - Offrir une oreille attentive sans porter de jugement
    - Créer des limites en tant qu'acte d'amour et de respect
    - Reconnaître la possibilité de prendre du recul
    - Faire de la place pour les conflits générateurs (le conflit peut être un espace où des solutions peuvent être trouvées).

# CONSENTMENT: UN ESPACE POUR DIRE OUI ! ET NON !





# QU'EST-CE QUE LE CONSENTEMENT ?

- Le consentement est le fondement de toute relation
- Le consentement est variable, et le fait de permettre aux gens de dire non est puissant.
- Nos conversations ont porté sur le consentement avec des familles choisies, par la possibilité de se retirer, ou de ne pas choisir, et de se sentir en sécurité pour dire non.
- "Ton Non fait de la place à tes Oui catégorique" – adrienne maree brown
- Ne pas présumer que l'on sait ce que l'autre ressent – vérifier la situation.

- Quelles sont tes attentes vis-à-vis de ta famille choisie pour pratiquer le consentement ?
- Comment navigues-tu le consentement dans ta famille choisie ?
- \*Y a-t-il quelqu'un dans ta famille choisie qui te fait te sentir en sécurité ?

LE CONSENTEMENT  
EST...

**F** (DONNÉ LIBREMENT)  
**R** ÉVERSIBLE  
**I** NFORMÉ  
**T** \*  
**T** E NTHOUSIASTE  
**S** PÉCIFIQUE



“MES LIMITES

SONT

LA

DISTANCE

DEPUIS LAQUELLE JE PEUX

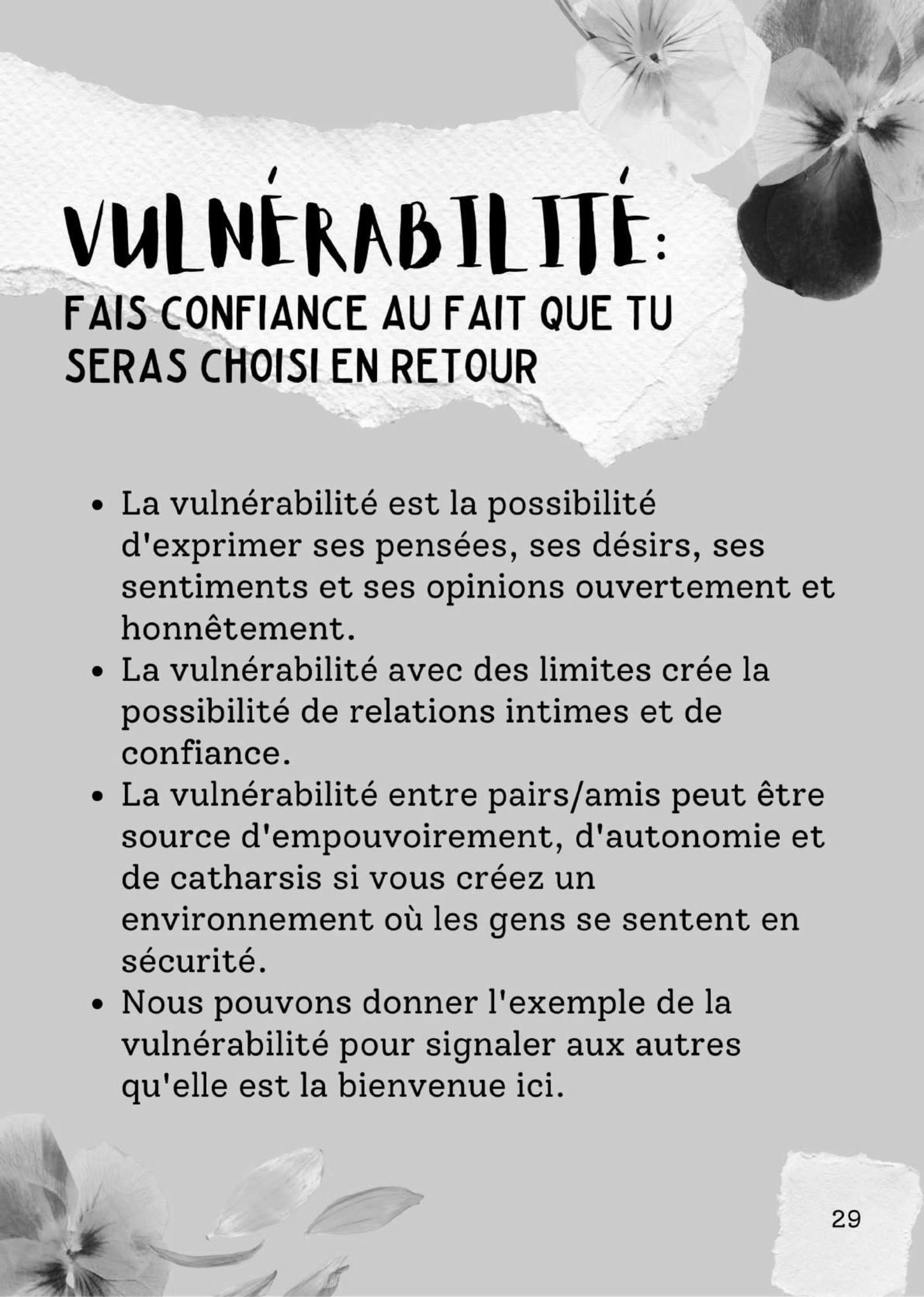
T'AIMER ET

M'AIMER

SIMULTANÉMENT”

~ PRENTIS HEMPHILL ~

- Nous devons tous nous tenir responsables et nous protéger les uns les autres.
- Lorsque nous causons du tort, notre famille choisie peut nous tenir responsable avec amour.
- Nous nous faisons sentir en sécurité mutuellement en prenant des nouvelles et en cultivant des espaces de conversation lorsque les choses sont difficiles.
- En arrivant à des solutions en tant que groupe, "qu'est-ce qui nous gardera en sécurité ?"

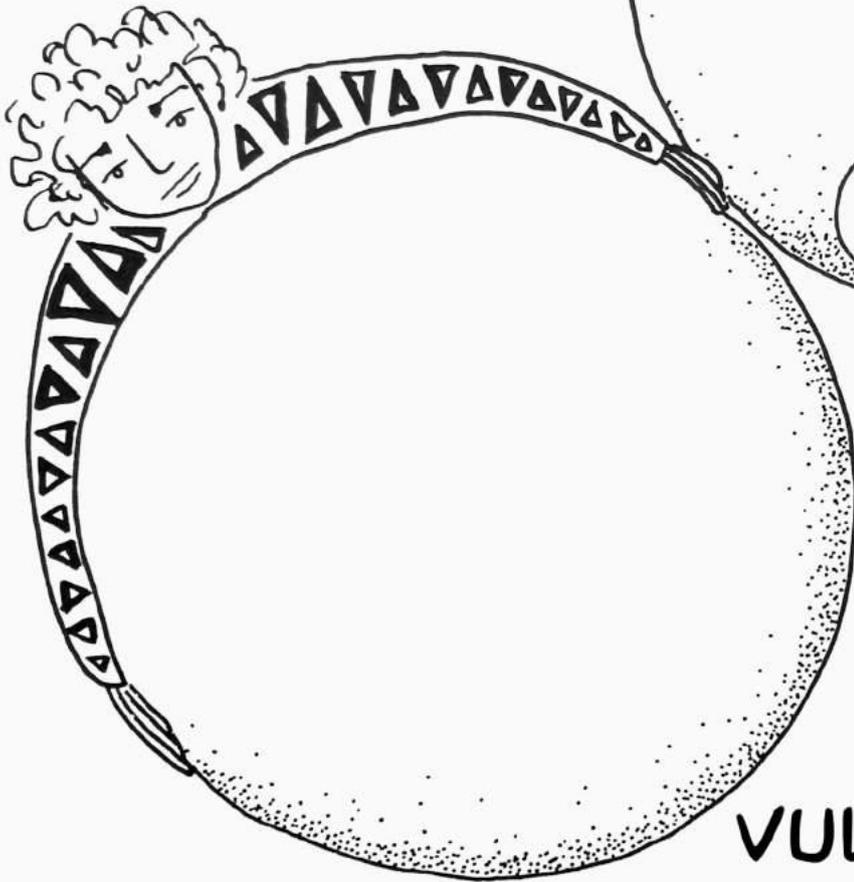


# VULNÉRABILITÉ:

FAIS CONFIANCE AU FAIT QUE TU  
SERAS CHOISI EN RETOUR

- La vulnérabilité est la possibilité d'exprimer ses pensées, ses désirs, ses sentiments et ses opinions ouvertement et honnêtement.
- La vulnérabilité avec des limites crée la possibilité de relations intimes et de confiance.
- La vulnérabilité entre pairs/amis peut être source d'empouvoirement, d'autonomie et de catharsis si vous créez un environnement où les gens se sentent en sécurité.
- Nous pouvons donner l'exemple de la vulnérabilité pour signaler aux autres qu'elle est la bienvenue ici.

OÙ FAIS-TU LA  
PLACE POUR LA  
VULNÉRABILITÉ  
DES AUTRES ?



QUELS SONT  
LES ENDROITS  
SÛRS OÙ TU  
PRATIQUES TA  
VULNÉRABILITÉ ?





*Déplace toi à  
la vitesse de la  
confiance*

- adrienne maree brown



ALLO MA CHUM-  
JE SUIS-TU ALLER  
TROP LOIN DANS  
NOTRE CONVERSATION  
SUR TES PARENTS LÀ?

J'ÉTAIS CONTRARIÉ-E  
QUE TU AIES OUBLIÉ  
QUE JE N'AIME PAS  
PARLER DE MA  
FAMILLE BIOLOGIQUE.

ÇA M'A  
FAIT MAL

MERCI DE  
REVENIR DESSUS

J'SUIS DÉSOLÉ- J'AURAI  
PAS DU FAIRE ÇA.  
JE FERAI PLUS  
ATTENTION ET JE  
RESPECTERAI  
TES LIMITES



J'APPRÉCIE  
TES EXCUSES

ÇA VA ME PRENDRE  
UNE COUPE DE  
MINUTES POUR À ÊTRE  
PRÊTE À TRAINER  
ENSEMBLE À  
NOUVEAU

JE RESPECTE  
ÇA

C'EST TU OKAY SI  
JE PREND DES  
NOUVELLES LA  
SEMAINE  
PROCHAINE?

C'EST  
CORRECT

La responsabilisation avec amour vise à changer notre façon d'être dans les relations, tout en se centrant sur les valeurs communautaires de sécurité, de connexion et d'interdépendance.

Parfois, le conflit peut être angoissant et nous l'évitons par peur d'être blessés. Mariame Kaba, militante de la justice transformatrice, affirme que "le conflit est une relation", ce qui signifie qu'un conflit peut être un espace où nous pouvons développer la confiance et grandir ensemble.

Même lorsque nous faisons des erreurs, il est possible de les réparer en se libérant.

SUPER... MAIS JE  
N'AI PAS DE  
BABYSITTEUSE



HMM JE DOIS  
TRAVAILLER  
DEMAIN MATIN,  
DONC IL FAUT  
QUE JE ME  
COUCHE TÔT



JE VEUX VOIR  
DES AMIS  
MAIS JE N'AI  
PAS ASSEZ  
D'ÉNERGIE



OUI ! MAIS J'AI  
BESOIN QU'ON  
M'EMMÈNE  
ET QU'ON  
ME  
RAMÈNE



HEY MES  
AMI.E.S !  
  
ON SE VOIT ?

OUI!  
MAIS  
JE SUIS  
SI  
FATIGUÉ.E...  
J'AI PAS LA FORCE  
DE M'HABILLER



AH ! JE NE SAIS  
PAS COMMENT JE  
ME SENTIRAI  
TOUT À  
L'HEURE



OUI - MAIS J'AI  
VRAIMENT BESOIN  
DE NE PAS  
DÉPEN-  
SER  
TROP  
DE  
\$\$





MIAM,  
C'EST  
TROP  
BON !

J'AVAIS  
VRAIMENT  
BESOIN DE  
SORTIR DE  
LA MAISON !

MOIS  
AUSSI...



VENEZ À LA MAISON !  
JE CUISINERAI.  
ENVOIE UN MESSAGE SI  
TU AS BESOIN QU'ON  
PASSE TE PRENDRE.  
RAMÈNE TES  
ENFANTS.  
SOIS TOI MÊME.  
PORTE DES FRINGUES  
CONFORTABLES  
JE T'AIME MA FAMILLE  
CHOISIE ♡♡



ÇA FAIT DU  
BIEN DE SE  
RETROUVER.



PEUX-TU ME PRÊTER UNE TENUE POUR MON ÉVÉNEMENT ?

VEUX-TU M'AIDER À ACHETER UN CORSET ?

PEUX-TU CORRIGER MON DOCUMENT ?

EST-CE QU'ON PEUT CUISINER ENSEMBLE ? J'AIMERAI EN APPRENDRE D'AVANTAGE.



TU VEUX DE L'AIDE POUR TE MAQUILLER ?

VEUX-TU QUE JE T'ACCOMPAGNE À TON RDV ?

JE PEUX T'AIDER À REMPOTER TA PLANTE SI TU VEUX...



OH MON DIEU -  
JE SUIS TROP  
INSPIRÉ-E DE  
TE VOIR  
ESSAYER DES  
TRUCS  
NOUVEAUX



MERCI ! ÇA ME  
FAIT TELLEMENT  
PEUR.



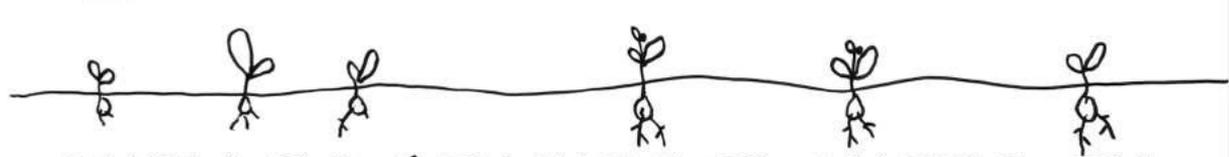
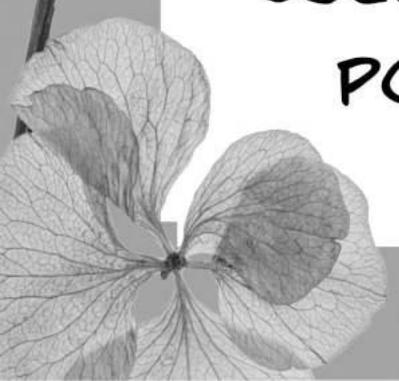
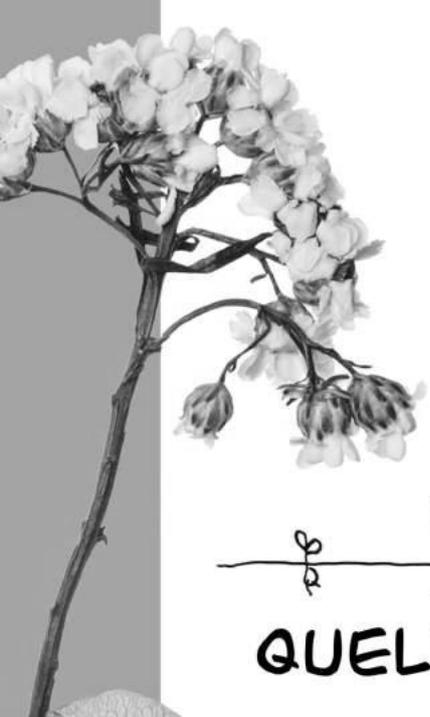
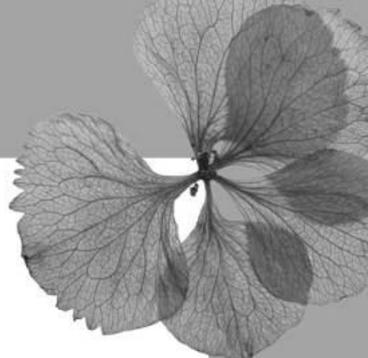
J'APPRÉCIE  
VRAIMENT TA  
PRÉSENCE  
DANS MA VIE



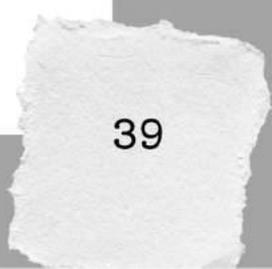
C'EST  
TELLEMENT  
GENTIL,  
J'AVAIS BESOIN  
D'ENTENDRE  
ÇA  
AUJOURD'HUI



JE SUIS  
TELLEMENT  
FIÈR-E DE TOI !  
JE SAVAIS QUE  
T'Y ARRIVERAIS.



**QUELLES GRAINES PLANTES-TU  
POUR TA FAMILLE CHOISIE?  
TES BESOINS & DÉSIRS**





YOUTH  
PROJECT!

