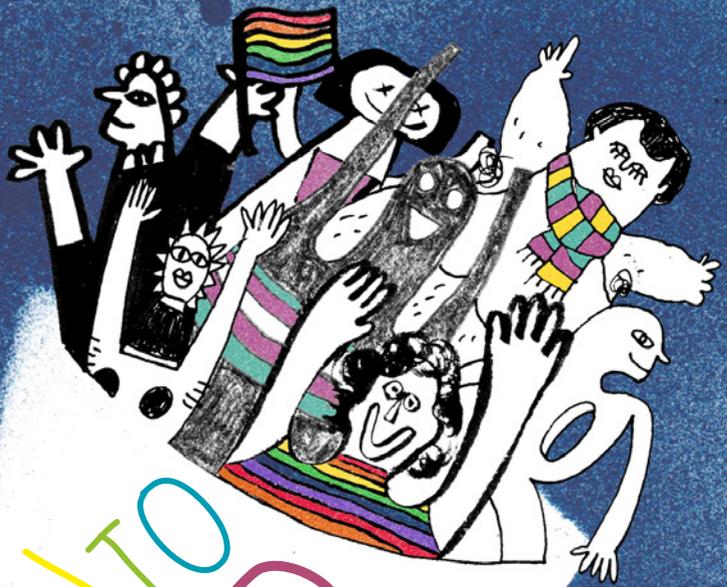
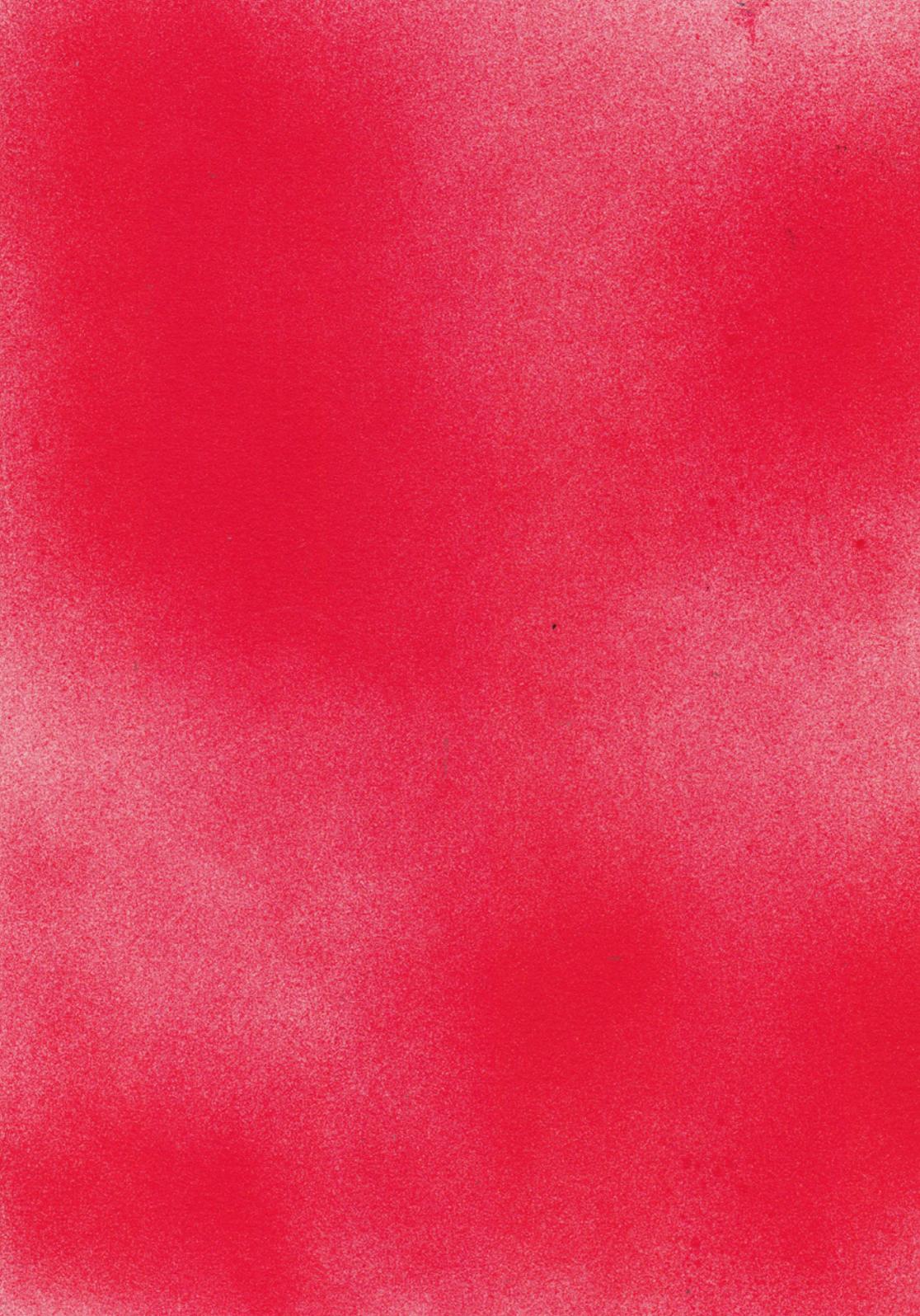


HOW TO QUEER







BREAK FREE ! HOW TO QUEER ?

Le CSAJ et l'association « Milchjugend. Falschsexuelle Welten » organisent un projet commun destinés aux jeunes queer. Avec « BreakFree ! », nous souhaitons rendre plus queer les associations et organisations de jeunesse suisses. Les personnes lesbiennes, gays, bisexuelles, transgenres, intersexes, asexuées et toutes celles se trouvant à la croisée ou hors de ces catégories doivent bénéficier de plus d'espace et de visibilité. Nous avons besoin de jeunes queer courageux·ses et de supporters désireux·ses de s'engager à nos côtés. Nous avons besoin de toi ! Tu trouveras ici toutes les informations qui t'expliqueront comment participer.

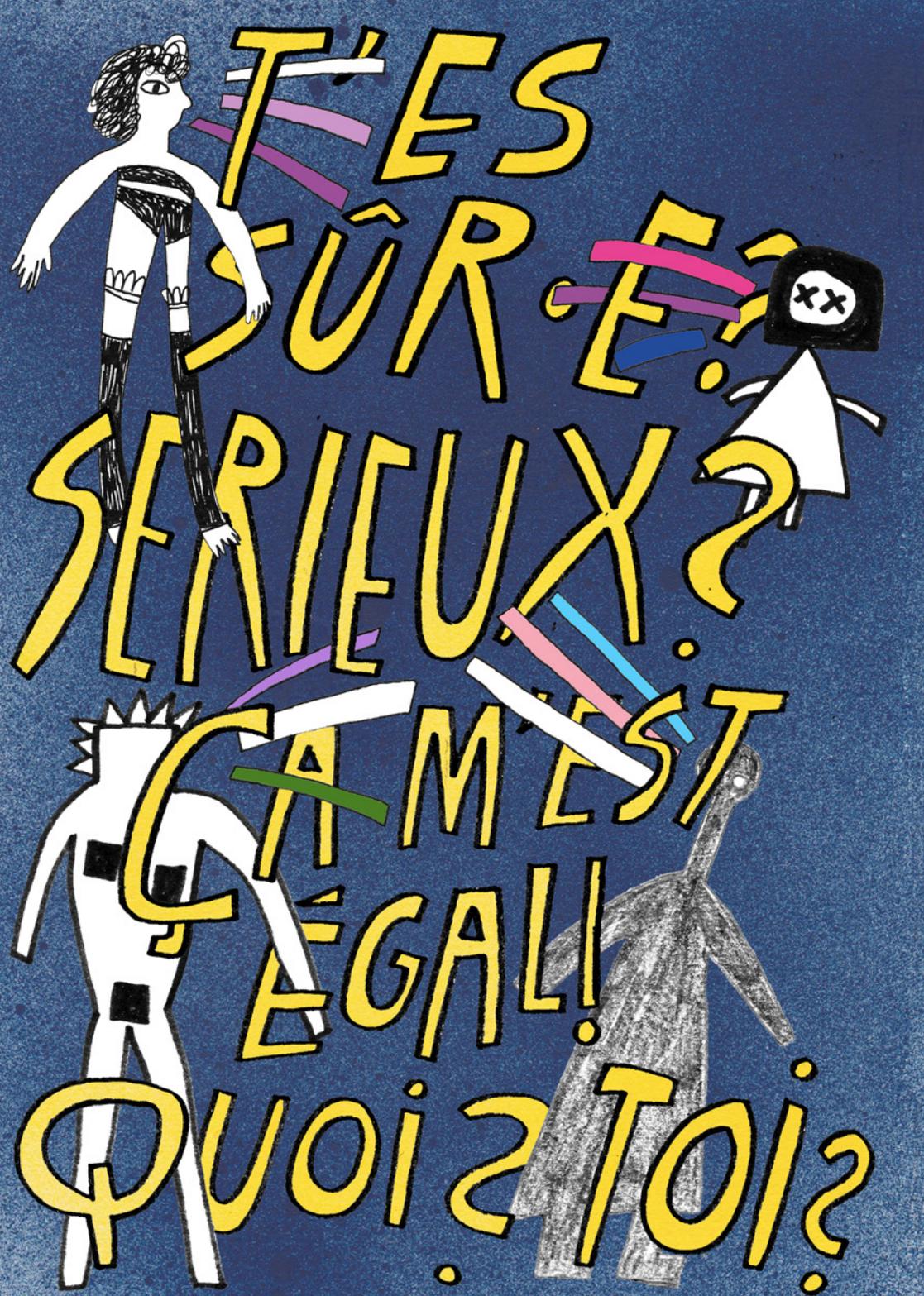
Dans ce guide, nous tenterons d'expliquer pourquoi s'engager est nécessaire et comment tu peux, toi-même, devenir actif·ve dans ce domaine. Pour obtenir plus d'informations ainsi que de l'aide sur toutes tes questions, interrogations ou difficultés, tu trouveras de précieux conseils à la fin de celui-ci. En complément de ce guide, nous avons également dressé une liste expliquant les termes les plus importants à retenir et rédigé un guide à l'intention des responsables des associations.



NOUS AVONS BESOIN DE TON COURAGE ! QU'EST-CE QUE LA « QUEERNESS » ?

Pourquoi, au juste, a-t-on encore besoin d'organiser des projets queer ? Depuis de nombreuses années, des personnes transgenres, lesbiennes, gays et bisexuelles plutôt courageuses se battent pour notre liberté. En Suisse aussi, l'homosexualité et la transidentité ont longtemps été interdites et socialement ostracisées. Malheureusement, des personnes homosexuelles, bisexuelles et/ou transgenres sont aujourd'hui encore discriminées et mises à l'écart en de nombreux endroits du monde. Cette situation doit impérativement changer. Même si, à première vue, tout semble aller pour le mieux dans ton environnement, tu peux te servir d'un projet ou d'un groupe queer pour sensibiliser les gens à ces questions et déconstruire des préjugés souvent inconscients. C'est aussi l'occasion pour toi d'encourager de jeunes queer à se défendre et les aider à trouver des personnes et une communauté partageant les mêmes intérêts. Cette visibilité est absolument capitale pour la cause, mais aussi pour les jeunes queer, afin qu'ils-elles prennent conscience qu'ils-elles ne sont pas isolé-e-s et que des gens sont là pour les aider.

Organiser un projet au sein de ton organisation est donc d'autant plus important pour promouvoir la cause queer et encourager des jeunes comme toi à s'assumer. Nombreux-ses sont les queer qui sont là pour t'y aider et t'accompagner. En utilisant ce guide, en t'adressant à la personne en charge des questions concernant LGBTQ au sein de ton association et en venant à l'Uni-LGBTQ organisé par Milchjugend ainsi que par les associations locales en Suisse-romande, tu rendras assurément ton organisation un peu plus queer qu'auparavant.



COMMENT FAIRE SON COMING OUT ?

Ton coming out est derrière toi ? Ou au contraire, tu en as encore la boule au ventre ? Peut-être tout simplement que tu ne souhaites pas le faire officiellement ? Peu importe ta situation : nous avons compilé quelques conseils sur la question.

Il n'y a que toi qui puisses décider si, quand et à qui tu souhaites faire ton coming out. Tu ne dois d'explication à personne !

Informe-toi. Faire son coming out, c'est franchir un grand pas mais l'important, c'est de le faire à ton rythme et tu as tout à fait le droit de ne pas avertir tout le monde tout de suite. Il s'agit d'une étape importante qui vaut la peine d'être franchie, et nous sommes là pour t'y aider. Et dans le cas où tu ne souhaites pas faire ton coming out, tu peux aussi t'adresser aux associations LGBTI.

Il existe de nombreux concepts qui pourraient t'aider à décrire ta sexualité et ton identité de genre. **C'est toi qui décides quels concepts s'appliquent le mieux à ta situation.** Es-tu lesbienne, trans, bi, homo, pansexuel·le, non-binaire, aromantique, ou vois-tu un autre concept mieux adapté ? Laisse-toi le temps de réfléchir et essaie ce qui te convient; de toute façon, cela peut encore changer.

Si tu préfères n'utiliser aucun concept, tu peux tout à fait dire également : «Voici ma petite amie, nous sommes en couple depuis deux mois» ou encore « Merci d'utiliser mes nouveaux pronoms et mon nouveau nom, je me sens plus à l'aise avec ».

Dis-le d'abord à une personne avec laquelle tu te sens à l'aise, un bon ami ou ta mère par exemple. Tu n'es pas obligé·e de le dire à tout le monde et ce processus peut prendre le temps qu'il te faut.

Nul n'a le droit de faire ton coming out à ta place. Informe-en ton entourage et défends-toi si l'on force ton coming-out devant d'autres personnes sans ton consentement.

Si tu es **trans**, avant, pendant, sans ou après une transition, contact le TGNS. Les points de contact ont été répertoriés à la fin de ce guide. Là-bas, tu entres en contact avec d'autres personnes trans qui seront là pour te conseiller, te guider et te soutenir en fonction de ta situation.

Tu es en droit d'exiger que les gens te respectent, toi, ta sexualité et ton identité de genre. On doit s'adresser à toi avec les pronoms et noms qui te correspondent : c'est ton droit. Cela signifie également que tu a le droit d'utiliser les toilettes et les vestiaires correspondant à ton identité. Tu es autorisé·e à le faire sans avoir à t'expliquer ni à satisfaire les idées des autres s'agissant de ce qui est bien ou mal. Malheureusement cela n'est pas toujours accepté par l'environnement présent. Dans ce cas tu as la possibilité d'être accompagné soit par Checkpoint PROFA (si majeur) soit par Agnodice (si mineur). Nombreux·ses sont les jeunes queer ayant fait leur coming out, et qui sont heureux·ses d'avoir osé franchir le pas. Si tel n'est pas le cas, si tu as reçu ou t'attends à de mauvaises réactions, contacte l'interlocuteur responsable de ton association, ainsi que les associations Milchjugend et VoGay. Nous sommes là pour t'aider avant, pendant et après ton coming out. Tu nous trouveras à la dernière page de ce document.

COMMENT FAIRE MON COMING OUT DANS UNE ORGANISATION DE JEUNESSE ?

Le coming out auprès de tes ami·e·s et de ta famille est peut-être déjà derrière toi. Mais comment le faire dans ton organisation ? Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Toi seul·e peut décider si et comment tu veux le faire! Voici nos conseils :

AUPRÈS DE L'ÉQUIPE DES RESPONSABLES

En tant que responsable d'une association : Révèle-le d'abord à quelqu'un dont tu penses qu'il-elle réagira bien et vois avec elle-lui comment l'annoncer aux autres. Tu peux par exemple, lors d'une réunion en présence des responsables des associations, raconter comment tu t'identifies et quel soutien tu attends de ton équipe. Il est très important, pour les organisations de jeunesse, d'avoir des responsables à leur tête qui sont ouvert·e·s à la queerness et qui montrent ainsi l'exemple.

En tant que participant·e : Révèle-toi d'abord auprès de quelqu'un, au sein de l'équipe de direction, qui t'es sympathique. Qui a le droit de savoir tout ça ? Vous pouvez chercher ensemble le chemin qui te conviendra le mieux, mais également discuter, afin de savoir si et comment tu en informeras les autres. Tu peux également, lors de ton coming out, exprimer tes désirs quant à la façon dont tu souhaites être aidé·e.

AUPRÈS DES MEMBRES

En tant que responsable d'une association : Ne te révèle auprès des membres qu'après en avoir informé l'équipe de direction et uniquement si tu te sens à l'aise avec cette idée. Si tes prénoms et ton nom doivent changer, il est plus facile de l'expliquer brièvement aux personnes qui te connaissent déjà: « Désormais, je m'appelle Anna et mon pronom est elle ; c'est mieux pour moi comme ça. » Aucune discussion n'est ici nécessaire, mais tu peux en revanche inviter les membres à consulter d'autres sources s'ils souhaitent obtenir davantage d'informations. Et si jamais tu as envie d'organiser un petit atelier sur les questions queer, tant mieux ! L'association Milchjugend dispose pour cela de l'expérience nécessaire et peut t'aider à trouver les sources autant que les mots justes.

En tant que participant·e : Si tu souhaites que les autres membres de ton organisation sachent comment tu t'identifies, tu peux l'annoncer à tout le monde en même temps ou à une personne après l'autre. Encore une fois, le mieux est d'en parler à une personne de confiance au sein de l'équipe de direction.

AUPRÈS DES PARENTS/TUTEURS LÉGAUX

En tant que responsable d'une association : Si tu souhaites te révéler auprès des parents, organiser une rencontre ou écrire une lettre est de circonstance. Sache qu'il se peut que leurs enfants viennent te poser des questions. Une brève explication de ce que signifie pour toi ton coming out sera également utile ici.

En tant que participant·e : Si tu souhaites que les parents des autres membres sachent comment tu t'identifies, alors les responsables associatifs pourront par exemple prendre soin d'organiser cette communication à ta place. Si tu préfères le faire toi-même, tu pourras discuter avec eux de la forme qui te semble la plus appropriée pour ton association.

Milchjugend, les différentes organisations LGBTI+ cantonales, la Fondation Agnodice ou TGNS peuvent t'aider à chacune de ces étapes afin de trouver les mots justes et surtout le courage nécessaire. Si ces conseils ne correspondent pas totalement à tes attentes ou que tu souhaites un autre avis, nous pourrions directement discuter de ta situation avec toi. Nous sommes là pour t'aider. Tu peux nous contacter gratuitement tout en conservant l'anonymat. Les membres de ces organisations ont vécu une grande variété de coming out et seront ravi·e·s de te soutenir pour faire le tien.





COMMENT RENDRE L'ACTIVISME PLUS QUEER

Lors du camp annuel de ton association, il n'y a que des histoires d'amour hétérosexuelles et cela t'a déjà irrité-e ? Le mot « gay » est-il encore l'objet de railleries dans ton association de jeunesse ? Tu es d'avis que le monde devrait enfin se mettre au diapason du queer ?

Plus facile à dire qu'à faire dans un monde débordant d'hétérosexualité et de représentations de la « normalité ». Au sein d'une association de jeunesse, ce n'est pas toujours facile non plus ; parce qu'il est encore souvent que c'est nous qui sommes les « différent-e-s ». **Mais tout ça, tu peux le changer. Et au passage, aider plein d'autres personnes queer.** On peut accomplir de grandes choses avec de petites actions. **Mais tu peux aussi penser plus grande et faire en sorte que la queerness soit vraiment présente dans ton association de jeunesse.** Voici comment faire ! Mets-toi en contact avec d'autres militants-e-s LGBTQ. Tu trouveras les divers points de contact à la dernière page de ce document.

QUEER UP TON ORGANISATION DE JEUNESSE

Vouloir changer le monde par soi-même est épuisant, et pas forcément très amusant. L'union fait la force ! **Rechercher d'autres personnes queer au sein de ton organisation de jeunesse.** Voici comment faire:

dans le cadre du projet BreakFree !, un-e interlocuteur-trice en charge des questions queer a en principe été désigné-e dans ton organisation de jeunesse. Demande-lui s'il existe d'ores et déjà des groupes queer. Tu trouveras ici tous les contacts: www.sajv.ch/breakfree

Partage tes idées avec le groupe queer qui te convient le mieux. Peut-être qu'ils-elles pourront tout de suite t'aider ou qu'ils-elles connaissent d'autres personnes susceptibles de te venir en aide ?

S'IL N'EXISTE TOUJOURS PAS DE GROUPES QUEER DANS TON ORGANISATION DE JEUNESSE :

Connais-tu sur place d'autres personnes queer inscrites dans ton organisation de jeunesse ou originaires de ta région ? Si tu ne connais pas d'autres personnes queer au sein de ton organisation, tu as la possibilité de lancer une discussion via le chat de la Milchstrasse (*milchjugend.ch*) ou le compte Instagram de l'association Milchjugend.

Motive-les à monter un projet ensemble. N'hésitez pas à organiser une rencontre tous ensemble.

Réfléchissez à quel niveau vous souhaitez agir : dans votre groupe local ? Au niveau cantonal ? Ou même national ?

Faites part de vos idées avec l'interlocuteurtrice en charge des questions queer dans ton organisation ou – si ce n'est toujours pas le cas – avec Milchjugend.

Dans les pages qui suivent, nous avons dressé une liste des différents moyens s'offrant à vous pour pouvoir concrétiser votre campagne ou votre projet. Vous pouvez échanger des idées à l'intérieur comme à l'extérieur de votre association, et y planifier des actions et des projets communs. Voici quelques idées :

- une fête dans le local de votre association
- une après-midi autour de la thématique queer
- Si vous avez un site web, vous pouvez le signaler pour qu'on vous trouve

QUE FAIRE ? TON ACTION SUR LE TERRAIN !

Vous vous êtes trouvé-e-s, vous souhaitez changer les choses et prévoyez maintenant une action concrète? Merveilleux! Les actions, même les plus petites, peuvent contribuer à rendre le monde plus coloré, et donc plus queer. Les questions énumérées ci-après t'aideront à trouver le projet qui te correspond:

De quoi ai-je envie ? Tu aimes regarder des films, imaginer des histoires ou plutôt faire la fête ? Tu souhaites écrire une histoire queer pour le camp ou organiser un atelier, voire une session de cours, sur la thématique LGBTQ ? Souhaitez-vous faire état de la cause queer dans l'association sur votre site Internet ? Organiser une fête pour les queer ? Tu souhaites avant tout t'amuser, échanger avec d'autres personnes ou sensibiliser les gens ?

Quelle ampleur souhaites-tu donner à l'ensemble ? Quelle charge de travail cela représente-t-il ? Tu peux aussi bien monter quelque chose à trois ou inviter une centaine de personnes.

Quel est ton groupe-cible ? Le projet peut s'adresser qu'aux personnes queer, ou à une organisation toute entière.

PLANIFICATION

Comment passer de l'idée à l'action ? Imaginons que tu souhaites organiser une table ronde avec un-e activiste queer célèbre. Les points suivants vont t'aider à réussir ton projet :

Où ? Trouve un lieu qui convient.

Quel budget vas-tu allouer ? Est-ce que je dois payer la location de la salle ? Voir la section « budget » ci-dessous.

Quand dois-je commencer à m'organiser ?

Qui sera présent à cette table ronde ?

Ai-je besoin de la faire animer ? Tu auras besoin de volontaires pour t'aider et de participant-e-s.

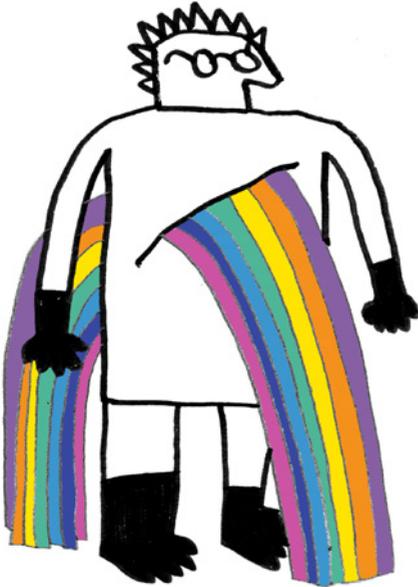
De quel matériel ai-je besoin ?

Comment informer les gens de la tenue de cette table ronde ? Crée donc un flyer et fais-en la promotion sur les réseaux sociaux (ex. Instagram et WhatsApp).



QUI IMPLIQUER ?

Un projet vit des personnes qui planchent dessus. Les gens aiment se joindre à un projet lorsqu'ils réalisent qu'ils peuvent être utiles. Demande aux volontaires de faire part de leurs idées et répartis les responsabilités. Plus les gens se sentent investis, plus la probabilité est élevée qu'ils motivent d'autres personnes à venir se joindre et à participer. N'oublie pas de remercier les personnes qui t'ont soutenu-e !



MISE EN ŒUVRE

Ton projet est prêt à être exécuté ? Alors il faut aller de l'avant et se lancer dans l'aventure. Avant l'événement, il est important d'esquisser une vue d'ensemble de ce qui va exactement se passer, et de quel matériel tu auras besoin à quel moment. Pense à systématiquement tenir au courant tes volontaires.

N'oublie pas les participant·e·s dans la planification, et occupe-toi d'eux ! Faut-il aller les chercher ? Qui va leur donner un aperçu du programme ?

BUDGET

Si tu es engagé-e dans une association de jeunesse et que tu organises quelque chose au sein de ces structures, tu peux demander de l'aide en interne. Si tu n'obtiens rien d'elle, tu peux t'adresser à Milchjugend. Même avec peu ou presque pas d'argent, il est possible de faire beaucoup de choses.

Chez nous, à l'Uni-Milch, ou dans de la cadre de cours associatifs, tu apprendras à évaluer, budgétiser, planifier, etc. tes projets. **Même si tu n'es jamais venu-e nous rendre visite, sens-toi libre de poser toutes tes questions à l'association Milchjugend.**

COMMUNICATION

Si ton événement est public, il faut d'une manière ou d'une autre en informer les gens. Qui doit venir et comment joindre ces personnes ?

Facebook : Public +20 ans. Convient pour la promo de l'événement

Instagram : Public -25 ans. Convient pour faire la promotion d'un groupe, d'une organisation ou d'un club. Milchjugend et, si tu le souhaites, ton association partageront tes contenus.

WhatsApp : Uniquement dans ton cercle de connaissances. Parfait pour coordonner des groupes de taille moyenne.

Flyer : A distribuer pour de gros événements. Doivent être imprimés en temps voulu.

Autres associations : Y a-t-il d'autres groupes susceptibles d'être intéressés par ton événement et qui pourraient t'aider à en faire la promotion ? Demande-leur ! Milchjugend soutient la promotion des projets queer.

Newsletter de l'association : Souhaites-tu organiser quelque chose dans les structures mêmes de ton association ? Essaie de savoir qui rédige la lettre d'information et s'il est possible d'y diffuser une annonce.

EVALUATION

Note ce qui aurait pu mieux se passer et ce que tu dois faire pour y parvenir. Parle de ton événement avec quelqu'un qui a peut-être plus d'expérience en la matière et tente d'obtenir de nouveaux conseils. Et n'oublie pas : l'erreur est humaine. Il est donc normal que tu commettes des erreurs en planifiant un événement, tout comme une personne de l'organisation a le droit de se faire une fausse idée sur la problématique trans. **Ce qui est important dans les deux cas, c'est d'en parler et de ne pas tout de suite commencer à juger. Nous avons tous de nouvelles choses à apprendre, et il est tout à fait normal de faire des erreurs au début.**



DEPANNAGE : IL Y A QUELQUE CHOSE QUI COINCE QUE FAIRE DANS L'IMMÉDIAT ?

Si tu as des questions, si tu rencontres des difficultés ou si tout simplement tu souhaites échanger des idées, sache qu'il existe de nombreux points de contact qui se feront un plaisir de te conseiller et de t'aider. Toutes les consultations sont gratuites et anonymes, et tu peux nous contacter sans avoir à demander l'autorisation de tes parents. En cas de problème au sein de ton association, tu peux également contacter ton responsable local ou régional. Si tu ne souhaites pas le faire seul-e, nous t'y aiderons.

CONTACTS

L'association Milchjugend et le CSAJ sont conjointement responsables de ce projet et répondront à toutes tes questions. Tous ces organismes te conseilleront gratuitement et de manière tout à fait anonyme. Tu peux également nous écrire si tu n'as pas encore fait ton coming out.

PINK CROSS & ORGANISATION SUISSE DES LESBIENNES (LOS)

Pink Cross et LOS sont les deux organisations Suisses qui s'occupent des questions lesbiennes, gay et bisexuelles. Elles peuvent directement répondre à tes questions ou te rediriger vers une organisation appropriée dans ton canton.

Tu peux écrire à romandie@lgbt.ch ou retrouver des informations sur le site www.los.ch/fr et www.pinkcross.ch/fr

TRANSGENDER NETWORK SWITZERLAND (TGNS)

TGNS représente au niveau national les intérêts de toutes les personnes trans, non binaire et genre non conforme. Au-delà de son travail politique et éducatif, l'association a pour mission l'accompagnement et le soutien des personnes trans et leur entourage. www.tgns.ch

FÉDÉRATION ROMANDE DES ASSOCIATIONS

Chaque canton romand a au moins une organisation LGBTI+ qui peut répondre à tes questions et qui propose des activités pour les personnes queer.

Tu peux retrouver toutes les associations sous www.federation-des-associations-romandes-lgbtqi.ch

FONDATION AGNODICE

La Fondation Agnodice offre l'accès pour les jeunes en questionnement identitaires de genre ainsi que leur familles à un réseau pluridisciplinaire où vous recevrez en toute sécurité une aide bienveillante et compétente adaptée à chaque situation. Elle offre des conseils par mail, une permanence téléphonique, elle recoit également sur rendez-vous et intervène dans le cadre de transitions à l'école. www.agnodice.ch

CSAJ

Le CSAJ t'aide à trouver le·la bon·ne interlocuteur·trice pour répondre à tes questions, et à t'organiser. www.sajv.ch/fr/projets/breakfree

MILCHJUGEND. FALSCHSEXUELLE WELTEN

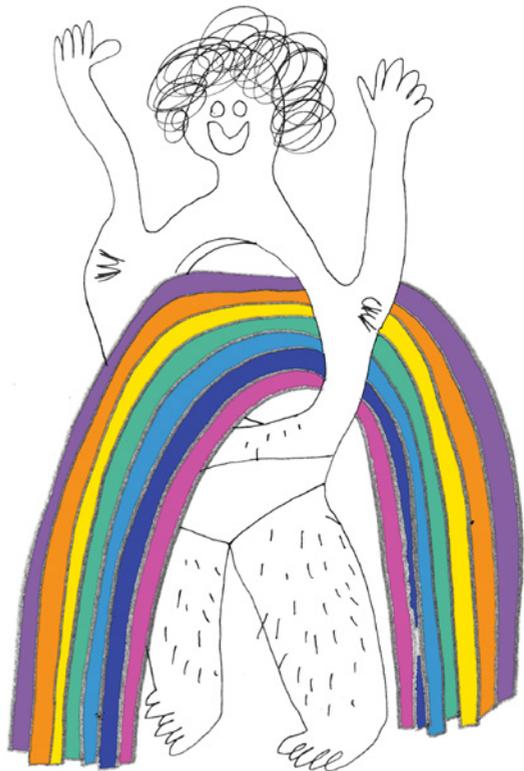
Milchjugend est une organisation de jeunesse suisse-allemande dédiée aux jeunes lesbiennes, gays, bisexuel·le·s, trans, inter et asexuel·le·s, ainsi qu'à toutes celles et ceux se trouvant à la croisée ou hors de ces catégories. C'est nous qui avons rédigé ce guide. Nous nous ferons un plaisir de te conseiller, de t'accompagner et de te soutenir dans toutes les questions queer et organisationnelles que tu peux avoir, mais aussi en cas de difficultés et d'incertitudes au sein et en marge de ton association. Grâce à nous, tu entreras également en contact avec d'autres jeunes queer. Tu peux nous écrire un mail ou nous adresser un message sur info@milchjugend.ch Instagram : [@milchjugend](https://www.instagram.com/milchjugend)

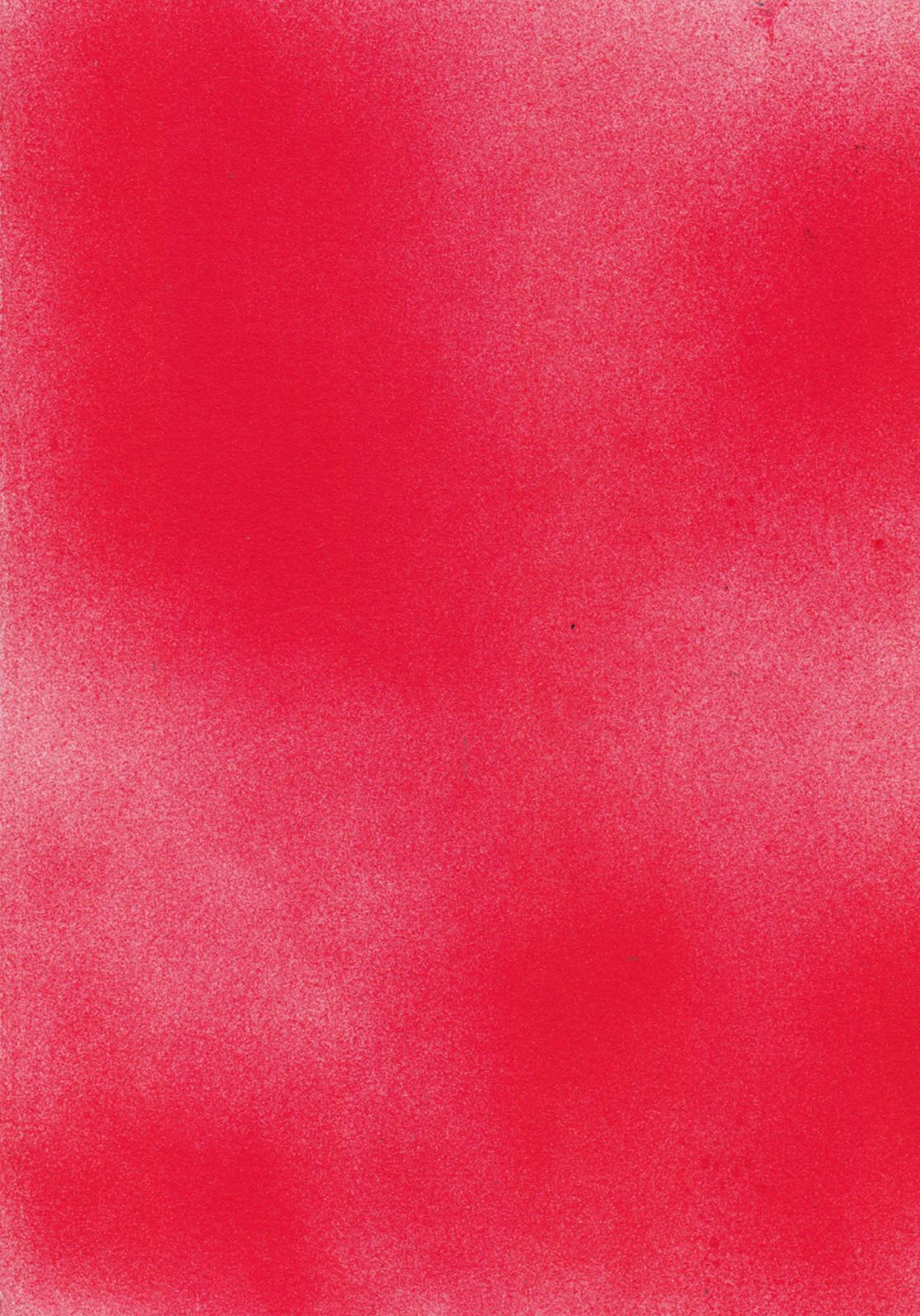
Ce guide a été élaboré par l'association Milchjugend. Falschsexuelle Welten.
BreakFree ! est un projet du CSAJ et de Milchjugend mené en collaboration
avec l'association du-bist-du.



Nous remercions le groupe d'accompagnement de ce projet :
UC suisses, Le Mouvement Scout de Suisse, Jungwacht Blauring

Graphisme : Sara Suter, Illustrations : Claudio Näf





Le Projet BreakFree ! est souteni par :

OAK
FOUNDATION

**STIFTUNG
MERCATOR
SCHWEIZ**



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

temperatio
Stiftung für Umwelt | Soziales | Kultur

