

**METRAC**



Metropolitan Action Committee on  
Violence Against Women and Children

158 Spadina Road, Toronto (ON) M5R 2T8

1 877 558-5570 | 416 392-3031 (ATS)

info@metrac.org | www.metrac.org | www.owjn.org

Pour plus d'information et d'autres statistiques :

www.metrac.org | www.owjn.org



Centre ontarien de prévention des agressions (COPA)

1562, avenue Danforth, CP 92022

Toronto ON M4J 5C1

(416) 466-7490 | copa@rogers.com

Pour plus d'infos : www.infocopa.com

ReJouer est le jeu vidéo axé sur les relations saines et égales proposé aux jeunes par METRAC. Cette publication en ligne aborde les sujets couverts par le jeu et indique où s'adresser pour obtenir une aide et des renseignements supplémentaires.



Joue à ReJouer aujourd'hui sur le site [www.metrac.org](http://www.metrac.org)

Financé par :



Jeu vidéo positif ReJouer

# Affaire de jeunes



Octobre 2008

## Des relations saines ...

# qu'est-ce que c'est?

Tu peux avoir des relations saines avec tout le monde - tes amies et amis, ta famille, tes camarades de classe, la personne que tu fréquentes ou avec laquelle tu sors. Si tu vis une relation saine :

- tu te sens bien dans ta peau;
- tu es à l'aise avec ton identité (p. ex. ton milieu, l'endroit où tu vis, ton apparence);
- tu exprimes tes sentiments et tu écoutes les autres;
- tu es respecté et tu respectes les autres;
- tu sais que ton corps et tes sentiments sont importants.

Tout le monde mérite de vivre des relations saines!



## Autres sites Web :

- Maisons d'hébergement pour femmes et enfants : [www.shelternet.ca](http://www.shelternet.ca)
- Action ontarienne contre la violence faite aux femmes : [www.francofemmes.org/aocvf](http://www.francofemmes.org/aocvf) (Voir section: « Services aux femmes »)
- Information pour les nouveaux arrivants : [www.etablissement.org](http://www.etablissement.org)
- Information sur les relations saines : [www.egal-egale.ca](http://www.egal-egale.ca)
- Santé sexuelle : [www.masexualite.ca](http://www.masexualite.ca)
- FrancoQueer :  
L'association des gais, lesbiennes, bisexuels-les, transsexuel-les, trans-genres, inter-sex, queers francophones de l'Ontario

[www.francoqueer.ca](http://www.francoqueer.ca)

- Recherche d'emploi : [www.youthjobs.gov.on.ca/fre.html](http://www.youthjobs.gov.on.ca/fre.html)
- Société de l'aide à l'enfance : [www.oacas.org/childwelfare/locate.htm](http://www.oacas.org/childwelfare/locate.htm) (Les services en français varient selon le personnel francophone disponible dans les différents points de service. Contactez le bureau de votre localité pour plus d'informations.)
- Comment les hommes peuvent aider à éliminer la violence faite aux femmes et aux filles :  
[www.whiteribbon.ca/francais](http://www.whiteribbon.ca/francais)
- [www.bienetrealecole.ca](http://www.bienetrealecole.ca)
- [www.infocopa.com](http://www.infocopa.com)





Pour obtenir...

## plus d'info et d'aide

**Si tu es en danger immédiat :**

appelle le 911 ou la police locale

**Jeunesse, J'écoute**

(ligne d'aide d'urgence, 24 heures sur 24)

1 800 668-6868 | <http://www.jeunessejecoute.ca>

**Femaid, la Ligne de soutien pour les femmes victimes de violence**

1 877 336-2433 | 1 866 860-7082 (ligne ATS)

**Télé Santé Ontario**

(ligne d'aide, 24 heures sur 24)

1 866 797-0000 | 1 866 797-0007 (ATS)



## L'abus fait mal

Certaines personnes n'ont pas de relations saines avec les autres. Elles seront peut-être maltraitées. Il existe différentes formes de violence.

**La violence physique:**

Par exemple, frapper, pousser, donner des coups de poing ou des gifles, empêcher quelqu'un de partir.

**La violence psychologique:**

Par exemple, injurier, insulter, se moquer d'une personne ou de sa religion, la suivre, l'effrayer ou l'intimider.

**La violence sexuelle:**

Par exemple, imposer des attouchements sexuels, une étreinte ou des baisers non désirés, forcer quelqu'un à regarder ou à faire un acte de nature sexuelle.

La violence peut arriver à n'importe qui et n'importe qui peut user de violence. Les filles et les garçons peuvent être maltraités, mais ce sont le plus souvent les filles qui sont violentées par des garçons ou des hommes qu'elles connaissent et en qui elles ont confiance.

Il arrive que des filles et des garçons voient, entendent ou soient conscients des actes de violence entre leurs parents ou des membres de leur famille. Certains savent que leurs mères subissent la violence, ce qui peut les rendre tristes, les mettre en colère ou leur faire peur. Mais il y a des services spécialisés auxquels les jeunes peuvent demander de l'aide.

## Les idées sur...

# les filles et les garçons

Il existe beaucoup d'idées reçues sur les filles et sur les garçons. Certains adultes, émissions de télévision, films, chansons, publicités et jeux vidéo les représentent comme s'ils devaient être...



On dit souvent aux garçons d'être forts et maîtres d'eux-mêmes. On attend des filles qu'elles soient obéissantes. Ces idées reçues peuvent aboutir à des relations malsaines et à des actes de violence entre garçons et filles. Les stéréotypes **sexistes** (comment « devraient » être les garçons et les filles) peuvent entraîner un traitement inégal. Une fille peut se voir refuser une autorisation parce qu'elle « n'est qu'une fille ». Un garçon peut se faire moquer de lui parce qu'il « se conduit comme une fille ». C'est injuste!

## Que puis-je faire?

**Comprends ce qu'est une relation saine.** Apprends à connaître la violence et ses signes avertisseurs. Quand tu les remarqueras autour de toi, au cinéma ou à la télévision, tu sauras les rejeter.

**Sois bien dans ta peau.** Ta culture, ton corps, ton milieu, ta langue, tes cheveux, tes croyances, tes pensées, ta collectivité, tout cela est important. Tu es unique et tu peux réussir tout ce que tu décides de réussir. Choisis des amis qui t'aiment pour ce que tu es!

**Sois juste!** Traite les autres avec respect et aime-les pour ce qu'ils sont, qu'il s'agisse d'une fille ou d'un garçon, ou d'une personne différente de toi. Tu peux aider tes amis et tes camarades de classe à en faire autant.

**Parles-en.** Si tu subis la violence ou un traitement injuste, ou si tu vois quelqu'un subir la violence ou un traitement injuste, parles-en. Parle à une personne adulte en qui tu as confiance, comme un membre de ta famille ou ton enseignante ou enseignant. Tu peux aussi téléphoner à un service communautaire (voir page 7). Continue jusqu'à ce que tu obtiennes de l'aide. Tu n'as pas besoin de régler le problème toi-même.

