



# **MANUEL D'ACTIVITÉS**

**SUR LA SEXUALITÉ,  
LES STÉRÉOTYPES,  
LES PRÉJUGÉS  
ET LES DISCRIMINATIONS**

# Genre & LGBTQIA+

## ADELPHÉ

Adelphe est un mot issu du grec ancien, qui est un synonyme de "frère" ou "sœur". Jusqu'à récemment, le mot adelphe était peu utilisé en ce sens, mais il a été repris par la communauté LGBTQIA+ parce qu'il présente la particularité de désigner une personne sans indiquer son genre. En effet, dans la communauté LGBT+, certaines personnes se revendiquent non binaires, c'est-à-dire qu'elles s'identifient comme n'appartenant ni au genre masculin, ni au genre féminin, aux deux, ou toute autre combinaison des deux. L'adelphe peut remplacer "les frères/sœurs" dans le discours politique.

## ASEXUEL·LE

Terme regroupant à la fois des personnes ne ressentant pas d'attraction sexuelle et celles n'en ressentant que très peu et/ou sous certaines conditions.

## ASSIGNÉ·E À LA NAISSANCE

Manière d'organiser les rapports sociaux en divisant, polarisant et hiérarchisant les êtres humains en deux catégories bien distinctes : les hommes et les femmes. Le genre associe à ces deux entités un ensemble de critères spécifiques (tels que des valeurs, des rôles, des comportements et des pratiques), construits socialement et en antagonisme l'un avec l'autre. Ce système utilise des critères biologiques pour justifier des comportements sociaux ainsi que des inégalités entre les hommes et les femmes.

## BINARISME DE GENRE

Système dans lequel on considère qu'il n'y a que deux genres distincts et opposés l'un à l'autre : masculin ou féminin. La société attribue un certain nombre de caractéristiques aux personnes qui diffèrent selon qu'elles soient hommes ou femmes (tels que l'aspect physique, le comportement, l'orientation sexuelle, les prénoms/pronoms, etc.).

## CISGENRE/CIS

Se dit d'une personne dont l'identité de genre correspond au genre assigné à la naissance (une personne née avec un vagin qui s'identifie à une femme ou une personne née avec un pénis qui s'identifie à un homme).

## DEADNAME

Un deadname est le prénom donné à la naissance à une personne trans, mais qui n'est plus utilisé par cette dernière. Utiliser le deadname peut constituer une violence, car cela rejette l'identité de genre de la personne et la renvoie au genre qui lui a été assigné à la naissance.

## EXPRESSION DE GENRE

L'expression de genre désigne la manière dont les individus donnent à voir leur genre notamment grâce à l'apparence physique et à des caractères visibles. Elle se distingue donc de l'identité de

genre qui désigne comment une personne perçoit son genre intimement. Cette expression peut correspondre aux représentations sociales de la féminité (robe, maquillage, etc.) ou aux représentations sociales de la masculinité (cheveux courts, poils apparents, etc.). Cependant, l'expression de genre peut aussi jouer avec les codes et se situer sur un spectre en dehors du binarisme, sur lequel toutes les nuances sont possibles. L'expression de genre et l'identité de genre ne sont pas forcément concordantes, on peut par exemple ne pas s'identifier en tant que femme mais avoir une expression de genre très féminine.

## FEMMES TRANS

Une femme trans est une personne qui a été assignée homme à la naissance et dont l'identité de genre est féminine.

## FLUIDITÉ DE GENRE

Fait de voir son identité ou son expression de genre fluctuer au cours du temps.

## GENRE

Le genre fait référence aux caractéristiques des filles/femmes et des garçons/hommes, qui sont socialement construites, divisées, polarisées et hiérarchisées. Cela inclut les normes, les comportements et les rôles associés au fait d'être une femme, un homme, une fille ou un garçon, ainsi que les relations entre ceux-ci. En tant que construction sociale, le genre varie d'une société à l'autre et peut évoluer dans le temps. Le genre interagit avec le sexe de naissance, mais en diffère, ce dernier désignant

les différentes caractéristiques biologiques et physiologiques des femmes, des hommes et des personnes intersexuées, telles que les chromosomes, les hormones et les organes reproducteurs. Le genre et le sexe sont liés à l'identité de genre, mais en sont différents. L'identité de genre fait référence à l'expérience profondément ressentie, intérieure et individuelle du genre d'une personne, qui peut ou non correspondre à la physiologie de la personne ou au sexe assigné à la naissance.

## HOMME TRANS

Une homme trans est une personne qui a été assignée femme à la naissance et dont l'identité de genre est masculine.

## IDENTITÉ DE GENRE

Ressenti personnel et intime. Il s'agit du genre auquel une personne s'identifie sans que cela soit forcément lié à son sexe biologique. L'identité de genre peut s'inscrire dans la binarité (homme-femme) ou sur un spectre varié et complexe.

## INTERSEXE

Désigne les personnes dont la génétique, les chromosomes, le système hormonal, l'appareil reproducteur et/ou génital ne correspond pas strictement aux caractéristiques établies comme étant les bonnes pour un sexe mâle ou femelle par les autorités sanitaires et politiques. Les personnes intersexes représentent au moins 1,7 % de la population. Être intersexe n'est pas dangereux pour la santé. Malgré tout, des mutilations sont encore effectuées pour

que les personnes intersexes entrent dans des normes binaires. Il est préférable d'utiliser le terme d'intersexe à celui d'hermaphrodite qui renvoie à une condition animale. "Androgyne" n'est pas non plus le terme approprié, car il désigne une expression de genre qui trouble les catégories "femmes"/"hommes".

## LGBTQIA+

Lesbienne / Gay / Bisexuelle / Trans / Queer / Intersexe / Asexuel-elle / Et autres !

## MÉGENRER

Mégenrer, c'est donner le mauvais genre à une personne, qu'elle soit trans, non-binaire ou queer. Il y a plusieurs manières de mégenrer : utiliser le mauvais genre, le mauvais pronom et/ ou prénom, ou encore appeler une personne trans par le prénom qu'elle portait avant sa transition. Il s'agit d'une violence car cela rejette l'identité de genre, l'orientation sexuelle et/ou l'expression de genre de la personne.

## NON BINAIRE

Se dit d'une personne ne s'identifiant ni exclusivement au genre féminin, ni exclusivement au genre masculin. On pourrait davantage parler de personnes non-binaires au pluriel. En effet, les non-binariés sont un spectre, c'est-à-dire qu'il y en a autant qu'il y a d'individu-e-s. Les formes les plus répandues combinent ou alternent entre plusieurs genres. On peut aussi ne s'identifier à aucun genre et se désigner comme agendre.

## OUTING (OUTER)

(Expression anglophone)  
Action de révéler qu'une personne est LGBTQI sans que celle-ci ait donné son accord. Outer quelqu'un peut être très dangereux pour sa sécurité dans l'espace public, au travail, etc.

## ORIENTATION SEXUELLE

L'orientation sexuelle décrit les schémas d'attirance sexuelle, romantique et émotionnelle, ainsi que le sentiment d'identité d'une personne en fonction de cette attirance. L'orientation sexuelle est distincte de l'identité de genre. Elle évolue au fil du temps, et on peut s'affirmer/définir son orientation sexuelle à tout âge. L'attirance romantique et l'attirance sexuelle peuvent ne pas être dirigées vers le même genre de personnes. Par exemple, une personne peut avoir une attirance romantique envers les femmes, tout en souhaitant avoir des rapports sexuels avec les hommes. Dans une société hétéronormative où l'hétérosexualité représente la norme, les personnes homosexuelles, bisexuelles, pansexuelles et asexuelles sont susceptibles de subir des discriminations dans leur vie affective et sexuelle, ainsi que professionnelle.

## PAN SEXUEL-LE

Se réfère à l'attirance physique, sexuelle, affective ou romantique pour toute personne, sans égard à son sexe ou son genre. Ce terme a été proposé de façon à reconnaître plus clairement la pluralité des genres et des identités.

## QUEER

Terme qui englobe des identités de genre ou orientations sexuelles et romantiques qui diffèrent de la norme sociétale, hétérosexuelle, cisgenre et binaire. Au-delà des identités, il est important de se rappeler que le terme a une connotation militante et politique. En effet, il s'agit de la réappropriation d'une insulte dans le contexte anglo-saxon ("tordu-e", "dégénéré-e") comme stratégie de résistance et d'affirmation de soi par les communautés concernées.

## SEXUALISATION

Attribution d'un caractère sexuel à une ou plusieurs parties du corps. Notons que les parties du corps ne sont pas érotisées de la même manière en fonction des contextes socio-culturels. C'est à travers le regard des autres qu'une partie du corps devient sexuelle.

## SPECTRE DU GENRE

Parler de spectre, c'est décrire le genre en dehors de la binarité homme/femme. Le genre est alors envisagé comme un continuum, c'est-à-dire un ensemble composé de plusieurs éléments, où les genres "homme" et "femme" sont inclus, mais ne sont pas des opposés absolus. La vision du genre comme un spectre permet d'inclure des identités autres que masculines et féminines - plus précisément, les personnes intersexuées ainsi que les identités et expressions de genre non-binaires. Une personne peut se situer n'importe où sur le spectre du genre,

indépendamment de son orientation, de son expression de genre ou de son sexe biologique.

## TRANSGENRE

Terme revendiqué par les mouvements regroupant des personnes trans qui désigne le fait d'avoir une identité de genre différente de celle assignée à la naissance.

## TRANSPHOBIE

"Attitudes négatives pouvant mener au rejet et à la discrimination, directe ou indirecte, envers des personnes transgenres ou plus largement à l'égard de toute personne qui transgresse le genre ou les normes et représentations relatives au sexe et au genre". La transphobie est punie par la loi (LOI n° 2012-954 du 6 août 2012) et est passible de :

- 3 ans d'emprisonnement et 45 000 € d'amende
- 5 ans d'emprisonnement et 75 000 € quand le refus discriminatoire est commis dans un lieu accueillant du public ou commis par une personne dépositaire de l'autorité publique.

## TRAVESTI-E/ SE TRAVESTIR

Personne revêtant les vêtements, accessoires, attitudes traditionnellement associées au genre opposé, sans obligatoirement se reconnaître comme trans, mais plutôt pour le plaisir d'embrasser un rôle différent. Il est important de ne pas confondre le vécu et l'identité des personnes trans et le travestissement.

## TRANSITION

Processus qui désigne les changements psychosociaux et corporels rencontrés par une personne trans. Une transition peut être sociale (prénom, pronoms, style vestimentaire), administrative (changer d'état-civil) ou médicale (hormones, opérations, etc.), aucune de ces composantes n'est obligatoire. Chaque processus de transition est unique, particulier et dure toute la vie. Ce terme est préférable à celui de "transformation" qui constitue une violence puisqu'il oublie qu'une transition est un processus long, complexe, intime qui ne passe pas toujours par un changement d'apparence physique.

# CRÉDITS

---

## **Graphisme**

Seungjoo Bae (Brûlant·e·s)

## **Traduction vers l'anglais**

Vera Varhegyi (Élan Interculturel)

## **Auteur·ices**

Eloise Dubrana  
Angela Maria Aloa  
Pauline Bombaert  
Sarah Segura  
Ihssan Himich  
Sandrine Gashonga  
Lynn Hautus  
Samaneh Pakzad  
Adriana de Pinho  
Salomé Darrigrand  
Seungjoo Bae

## **Révision**

Sandrine Gashonga (Lëtzt Rise Up)  
Vera Varhegyi (Élan Interculturel)

---

# CONTACT

## **Projet Sexpowerment**

Instagram @sexpowerment\_project

## **Brûlant·e·s**

<https://brulant-e-s.com>  
[infos@brulant-e-s.com](mailto:infos@brulant-e-s.com)  
Instagram @brulant.e.s

## **Élan Interculturel**

[www.elaninterculturel.com](http://www.elaninterculturel.com)  
[info@elaninterculturel.com](mailto:info@elaninterculturel.com)  
Instagram @interculturelan

## **Comme un Lundi asbl**

<https://commeunlundi.be/>  
[commeunlundiasbl@gmail.com](mailto:commeunlundiasbl@gmail.com)  
Instagram @commeunlundiasbl

## **Lëtzt rise up**

<https://www.letzriseup.com/>  
[info@letzriseup.com](mailto:info@letzriseup.com)  
Instagram @letzriseup

## **4motion**

<https://www.4motion.lu/>  
[info@4motion.lu](mailto:info@4motion.lu)  
Instagram @4motion\_asbl

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Le soutien apporté par la Commission européenne à la production de la présente publication ne vaut en rien approbation de son contenu, qui reflète uniquement le point de vue des auteurs; la Commission ne peut être tenue responsable d'une quelconque utilisation qui serait faite des informations contenues dans la présente publication.

SEX —  
POWER  
— MENT

**SEXPOWERMENT**

Project n° 2021-2-FR02-KA220-YOU-000049818