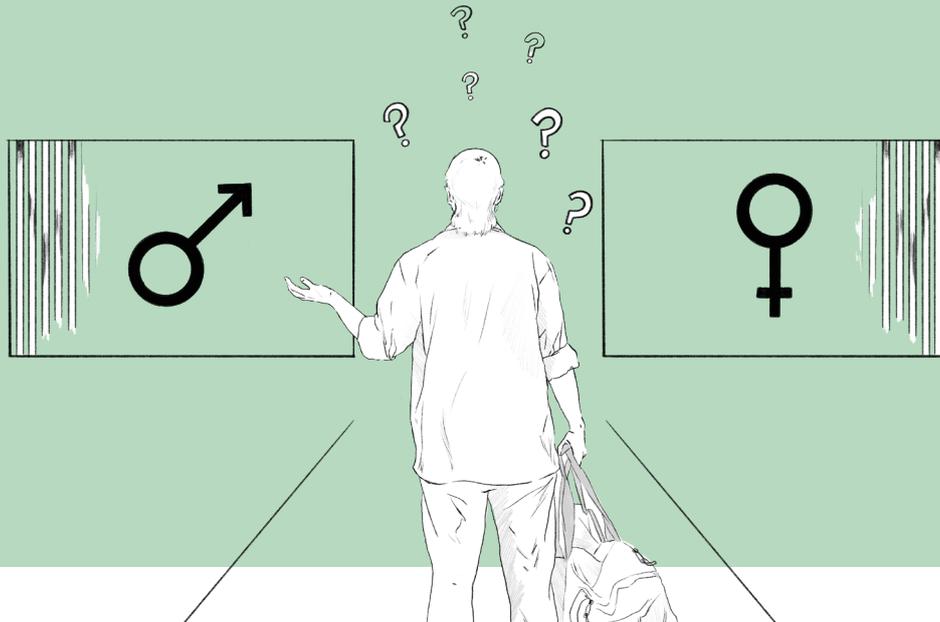


UN GUIDE D'AUTO-ASSISTANCE POUR LES PERSONNES
TRANSGENRES DANS LES PRISONS BELGES

BEYOND BINARY BARS



BEYOND

BINARY

BARS

COLOPHON

Ce guide d'auto-assistance est le fruit d'une collaboration entre le Transgender Infopunt (TIP) et des expert·e·s concerné·e·s (personnes transgenres incarcérées et ex-incarcérées), la Direction générale des institutions pénitentiaires (SPF Justice), la chercheuse Aurore Vanliefde (Université Catholique de Louvain), l'agence Justice et Application (Gouvernement flamand), les Services d'aide sociale de la justice (JWW) des Centres d'Aide sociale générale (CAW) et l'Institut pour l'égalité entre les femmes et les hommes (IEFH).

Le guide original a été rédigé en néerlandais et traduit en français.



Auteur: Davo Maras
Illustrations: Cheyenne Deckx
buitendelijntjesgekleurd@gmail.com
Mise en page: kraainest
suzan@kraainest.be

Publié par:
Transgender Infopunt
C. Heymanslaan 10 9000 Gent
0800 96 316
contact@transgenderinfo.be

Numéro de dépôt: D/2023/1453/02

Avec le soutien de la politique fédérale d'égalité entre les genres.

POURQUOI CE GUIDE ?

Si vous êtes incarcéré·e en tant que personne transgenre ou en en questionnement sur votre identité de genre, il se peut que vous vous posiez de nombreuses questions ou que vous soyez confronté·e à certaines difficultés. Vous souhaitez obtenir des informations et une assistance, mais vous ne savez peut-être pas qui peut vous aider ou à qui vous confier.

L'objectif de ce guide d'auto-assistance est d'informer et d'aider les personnes incarcérées qui se posent des questions sur leur identité de genre ou qui s'identifient comme transgenres.

Ce guide d'auto-assistance emploie des termes techniques. Pour vous aider à comprendre ces derniers, vous trouverez un glossaire complet à la fin du document.

À QUELLES QUESTIONS RÉPOND CE GUIDE RÉPOND-IL ?

Nous répondons à quelques questions fréquemment posées en deux parties.

PARTIE 1 : GÉNÉRALITÉS

- | | |
|--|----|
| 1. Qu'est-ce que la « personne gingembre » ? | 03 |
| 2. Qui est ou que signifie transgenre ? | 08 |
| 3. Combien de personnes sont transgenres ? | 10 |
| 4. En quoi consiste une transition ? | 12 |
| 5. Je m'interroge sur mon genre. À qui puis-je m'adresser ? | 20 |
| 6. Je suis traité-e de manière injuste ou discriminatoire en raison de mon genre. À qui puis-je m'adresser ? | 24 |

PARTIE 2 : DÉTENTION

- | | |
|--|----|
| 7. Dans quelle prison vais-je me retrouver en tant que personne transgenre ? | 28 |
| 8. Puis-je demander un transfert en raison de mon identité de genre ? | 32 |
| 9. Par qui serai-je fouillé-e ? | 34 |
| 10. Puis-je avoir accès aux vêtements, produits ou accessoires dont j'ai besoin pour que je sois à l'aise avec mon apparence/expression de genre ? | 38 |
| 11. Il arrive que l'on s'adresse à moi avec mon ancien nom ou avec une formule de politesse erronée. Comment faire face à cette situation ? | 50 |

- | | |
|---|----|
| 12. Je souhaite modifier légalement mon prénom officiel et/ou l'enregistrement de mon sexe. Comment s'y prendre ? | 54 |
| 13. Quelles sont les possibilités de prise en charge des transgenres en Belgique ? | 56 |
| 14. Puis-je continuer ou commencer un traitement hormonal en prison ? | 58 |
| 15. Puis-je bénéficier d'une chirurgie de confirmation de genre si je suis détenu-e ? | 60 |

PARTIE 1

GÉNÉRALITÉS

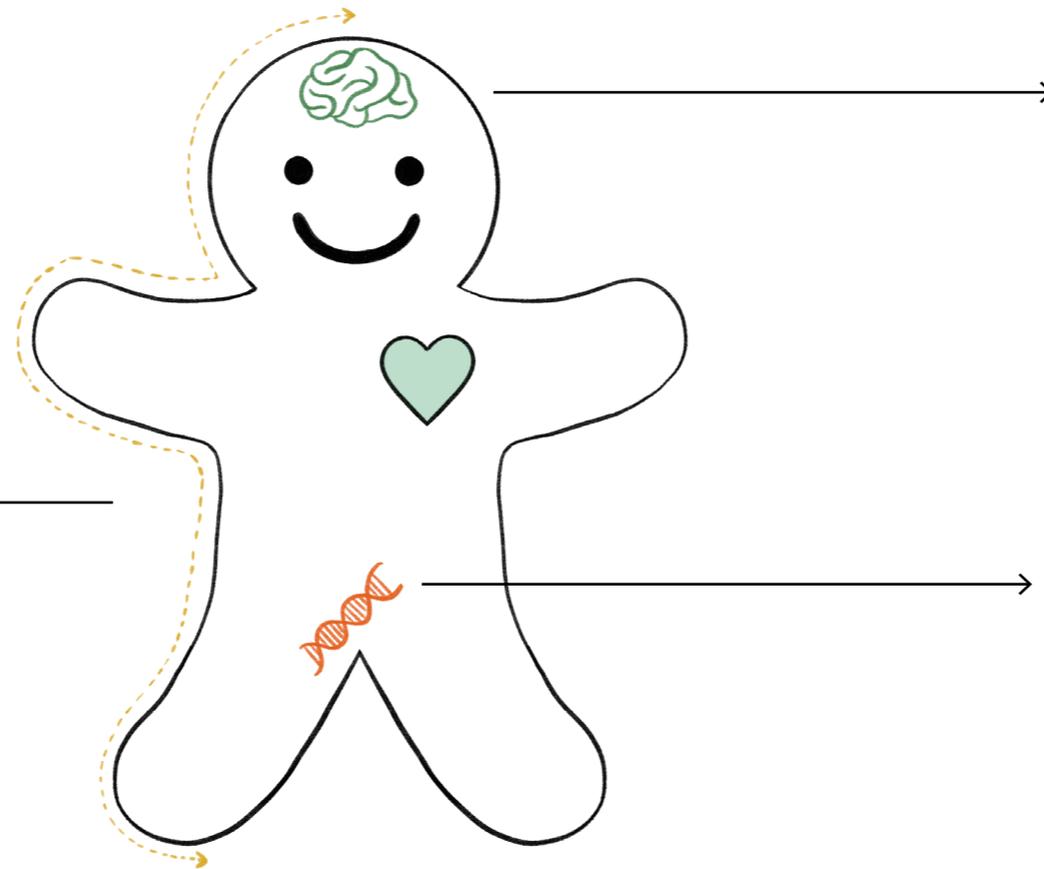
1. Qu'est-ce que la « personne ginge » ?

La personne ginge est un modèle utile pour explorer et expliquer notre identité en termes de genre et d'orientation sexuelle.

Ce modèle est le résultat d'une étude de Shively et De Cecco (1993), qui ont constaté que notre sexe, nos sentiments et notre identification ne sont pas des données fixes, binaires ou unilatérales. Il s'agit d'une combinaison de plusieurs éléments.

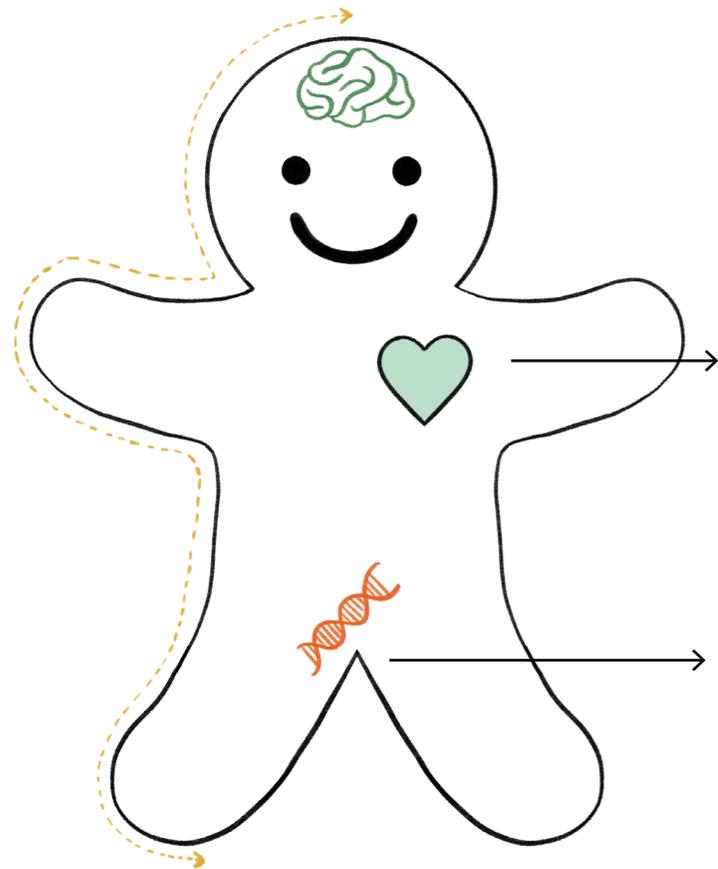
EXPRESSION DU GENRE : concerne la manière dont vous vous présentez. Par exemple, par les vêtements, les accessoires, la coiffure, le ton de la voix, le langage, le comportement, la façon de marcher, de s'asseoir ou de se tenir debout, le choix d'un emploi, d'un passe-temps ou d'études, ...

L'expression du genre est influencée par la culture, l'époque et le lieu où l'on se trouve. Par exemple, une chose que nous considérons comme très féminine en Belgique peut être considérée comme neutre ou masculine dans une autre partie du monde.



IDENTITÉ DE GENRE : concerne la façon dont vous vous sentez et vous identifiez. Vous pouvez vous sentir homme, femme, les deux ou ni l'un ni l'autre. Le développement de notre identité de genre commence dès le plus jeune âge et continue d'évoluer au fur et à mesure que nous grandissons. Pour la plupart des gens, leur identité de genre coïncide avec celle qui leur a été assignée à la naissance, sur base de leurs caractéristiques sexuées : ce sont les individu-e-s cisgenres. Chez certaines personnes, l'identité de genre ne coïncide pas totalement avec leur genre de naissance : ce sont les personnes transgenres.

GENRE / SEXE / CARACTÉRISTIQUES DU GENRE : chaque personne se voit attribuer un genre à la naissance en fonction de certaines caractéristiques physiques et sexuées : génitaux externes, organes reproducteurs, hormones, chromosomes ... Sur la base de ces caractéristiques, un-e médecin-e décide s'il s'agit d'un garçon ou d'une fille, ce qui est inscrit dans l'acte de naissance. Mais en fait, le genre/sexe/caractéristiques sexuelles ne sont pas limités. De nombreuses variantes sont possibles. Par exemple, le corps d'une personne intersexuée ne correspond pas tout à fait à la division classique mâle/femelle.



ATTIRANCE ROMANTIQUE : concerne les personnes par lesquelles vous vous sentez attiré-e émotionnellement. De qui pouvez-vous tomber amoureux-se ou non ? L'attirance romantique peut correspondre à l'attirance sexuelle, mais ce n'est pas toujours le cas.

ATTIRANCE SEXUELLE : concerne les personnes qui vous attirent sexuellement et physiquement. Qui vous attire ou non sur le plan sexuel ? L'attirance sexuelle peut coïncider avec l'attirance romantique, mais ce n'est pas toujours le cas.

L'attirance romantique et sexuelle (ensemble « orientation sexuelle ») est totalement distincte de l'identité de genre.

Trop souvent, ces termes sont utilisés de manière interchangeable.

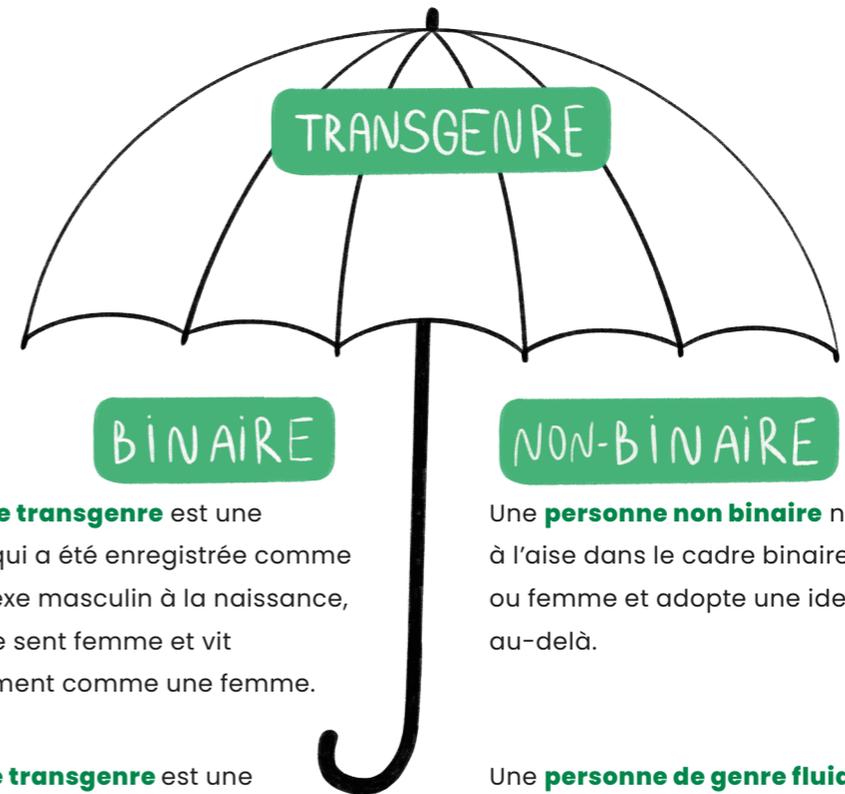
Les personnes transgenres ne sont pas nécessairement hétérosexuelles, gays, lesbiennes, bi, ...

Lorsqu'une personne transitionne, cela ne signifie pas non plus que son orientation sexuelle changera aussi.

2. Qui est ou que signifie transgenre ?

Transgenre est un terme générique désignant un large groupe de personnes dont l'identité de genre ne correspond pas entièrement au genre qui leur a été assigné à la naissance. Ce terme englobe à la fois les identités de genre binaires, comme les hommes transgenre et les femmes transgenre et les identités de genre non-binaires, comme les personnes non-binaires ou fluides sur le plan du genre.

Il existe d'autres identités et d'autres expériences qui relèvent du domaine transgenre. Vous trouverez à la fin de ce guide un glossaire de définitions.



Une **femme transgenre** est une personne qui a été enregistrée comme étant de sexe masculin à la naissance, mais qui se sent femme et vit habituellement comme une femme.

Un **homme transgenre** est une personne qui a été enregistrée comme étant de sexe féminin à la naissance, mais qui se sent homme et vit habituellement comme un homme.

Une **personne non binaire** ne se sent pas à l'aise dans le cadre binaire de homme ou femme et adopte une identité qui va au-delà.

Une **personne de genre fluide** estime que l'identité de genre n'est pas figée et qu'elle peut changer.

3. Combien de personnes sont transgenres ?

Il est impossible de dire exactement combien de personnes transgenres vivent en Belgique. Non seulement parce que le groupe est très différent, mais aussi parce que toutes les personnes transgenres ne prennent pas de mesures sociales, juridiques et/ou médicales (voir question 4). Les personnes transgenres qui prennent des mesures sociales, juridiques et/ou médicales deviennent visibles dans les chiffres.

Si l'on considère les chiffres légaux, 3 262 personnes ont changé leur sexe officiel entre le 1er janvier 1993 et le 31 décembre 2021. Il est juste de comparer ces chiffres à un iceberg : le sommet sort de l'eau et est visible, mais le nombre réel de personnes reste caché.

La recherche et la pratique nous ont appris que des personnes transgenres sont détenues dans nos prisons belges, ce qui suscite un certain nombre de préoccupations.

Aucun chiffre officiel n'est connu car l'identité des personnes transgenres n'est pas enregistrée dans les statistiques de l'administration pénitentiaire. En effet, l'enregistrement de l'identité de genre (qui diffère de l'enregistrement légal du sexe) peut conduire à une divulgation forcée.

Il n'est pas question d'obliger une personne transgenre à révéler son identité de genre sans qu'elle le souhaite.

4. En quoi consiste une transition ?

Une transition, également connue sous le nom de « transition de genre », est l'un des changements de vie possible pour une personne. C'est un processus qui est différent pour chacun·e. Tout le monde ne souhaite pas ou ne peut pas prendre toutes les mesures possibles. Nous distinguons la transition **émotionnelle, sociale, juridique et médicale**.

Une **transition émotionnelle** est un processus de prise de conscience et d'acceptation de soi. Il s'agit du processus au cours duquel se déroule la recherche du genre (exploration de l'identité de genre). On peut se rendre compte à tout âge que l'on n'est pas tout à fait à l'aise avec son genre de naissance. De nombreuses personnes connaissent leur identité de genre dès leur plus jeune âge, mais d'autres ne la comprennent que plus tard dans leur vie.

Le processus de prise de conscience et d'acceptation de l'identité de genre se déroule donc différemment pour chacun·e. Pour certaines personnes transgenres, il peut être utile de demander l'aide d'un·e professionnel·le de la santé mentale, mais cela ne constitue pas une obligation. Cet·te conseiller·ère peut vous aider à identifier vos besoins et vous soutenir dans toutes les autres étapes de votre transition.

QUE POUVEZ-VOUS FAIRE VOUS-MÊME POUR MIEUX COMPRENDRE VOTRE IDENTITÉ DE GENRE ? CINQ CONSEILS.

1.

Écrivez ou dessinez ce que vous ressentez. Vous pouvez pour cela utiliser la « personne gingembre » qui se trouve à la fin du document.

2.

Réfléchissez à des situations où vous vous sentez mal à l'aise avec votre genre et notez-les. Certaines parties de votre corps, vos paroles ou la façon dont les gens s'adressent à vous vous font-elles du bien ou vous font-elles du mal ?

3.

Lisez des livres, des articles ou des témoignages de personnes qui ont effectué des recherches sur leur genre. Vous vous reconnaissez dans leurs histoires ?

4.

Parlez de votre expérience à quelqu'un·e en qui vous avez confiance (un·e conseiller·ère, un·e correspondant·e, votre famille, ...) - voir aussi la question 5. « Je m'interroge sur mon genre, à qui puis-je m'adresser ? »

5.

Imaginez ce que vous ressentiriez si vous portiez d'autres vêtements, si vous utilisiez un autre nom ou une autre formule de politesse, ou si vous modifiez votre corps. Quels sont les sentiments, les craintes ou les espoirs qui vous viennent à l'esprit lorsque vous imaginez ces changements ?

Une **transition sociale** est un processus au cours duquel vous modifiez votre vie sociale. Vous le faites pour pouvoir vivre votre vie conformément à votre identité de genre et avec une expression de genre qui vous convient.

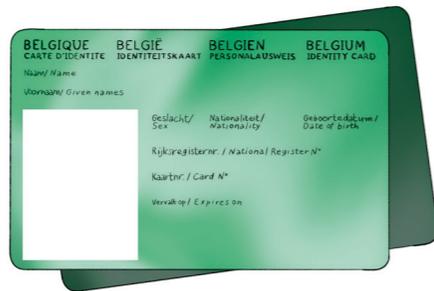
Une transition peut donc être un événement social important et affecter les personnes qui vous entourent.

Ils doivent eux aussi adapter leur façon de penser, d'agir et de parler, ce qui prend parfois un certain temps.

Ce processus peut par exemple consister en plusieurs changements :

- Dire aux gens que l'on est en questionnement sur son genre, que l'on est transgenre et/ou non-binaire ;
- Demander aux gens qu'ils s'adressent à vous par votre nouveau nom ;
- Demander aux gens d'utiliser des pronoms différents (il/elle/iel/...) ou des formules de politesse différentes (M., Mme, ...) ;
- Expérimenter avec son apparence : s'habiller, modifier sa pilosité (par exemple en s'épilant) et se présenter d'une manière vous permettant de vous sentir en sécurité et à l'aise lorsque les autres peuvent vous voir ;
- Utiliser sa voix différemment lorsqu'on parle aux autres ;
- Entrer en contact avec d'autres personnes à la recherche de leur genre, transgenres et/ou non-binaires ;
- ...

Remarque : discutez des changements sociaux avec un assistant-e., parce qu'ils peuvent être délicats (et même dangereux) dans un contexte pénitentiaire.



Une **transition légale** consiste en des ajustements administratifs que vous pouvez faire pour obtenir la reconnaissance légale de votre identité de genre.

Depuis 2018, les personnes transgenres peuvent faire modifier gratuitement leur nom et/ou l'inscription de leur genre sur leurs documents d'identité. Ce n'est que pour un changement de prénom que vous payez un maximum de 10 % de la taxe municipale. Lorsque vous modifiez l'enregistrement de votre sexe, « M » sera remplacé par « F » ou vice versa.

Une inscription « X » ou neutre n'est pas (encore) possible en Belgique au moment de la rédaction du présent document (2023). *Lire la suite à la question 12.*

La **transition médicale** implique des changements physiques dont vous pouvez avoir besoin pour confirmer votre identité de genre. Cette étape, également appelée « soins aux transspécifiques » ou « soins d'affirmation du genre », fait référence aux soins dont vous pouvez penser avoir besoin pour affirmer votre genre.

Diverses mesures médicales sont possibles en Belgique, telles que l'hormonothérapie et/ou la chirurgie. Dans ce cas également, il est important de noter que toutes les personnes transgenres ne souhaitent pas prendre toutes les mesures médicales possibles.

Les besoins et les exigences diffèrent d'une personne à l'autre, et le fait que vous puissiez ou non bénéficier d'une procédure médicale dépend également en partie de votre état de santé et de vos possibilités. *Lire la suite aux questions 14 et 15.*

5. Je m'interroge sur mon genre. À qui puis-je m'adresser ?

Vous pouvez vous adresser à différents services pour parler de votre identité de genre ou de votre expression de genre.

Services internes

Vous pouvez toujours contacter le service psychosocial (SPS) et le service médical (SM) si vous avez des questions ou si vous êtes préoccupé-e. Ces professionnel-le-s ne sont pas spécialisé-e-s dans la question des transidentités, mais ces personnes ont des connaissances de base et peuvent écouter votre histoire, vos besoins, vos exigences... et vous orienter si nécessaire.

Services externes

Vous pouvez également faire appel aux services d'aide externes qui travaillent au sein de la prison.

Dans les prisons flamandes et bruxelloises, vous pouvez demander de l'aide au JWW (aide sociale judiciaire) ou au CGG (Centre de soins de santé mentale). Les assistant-e-s sociaux-ales de JWW bénéficient du secret professionnel et peuvent vous aider pour des questions pratiques. Vous pouvez également vous adresser à elleux pour une discussion ouverte.

Dans les prisons wallonnes, vous pouvez vous adresser à l'ASJ (aide sociale aux justiciables) ou au SAD (service d'aide aux détenu-e-s). Vous pouvez également contacter l' asbl I.Care pour obtenir des informations et poser des questions sur votre santé. Pour les personnes transgenres détenues, ce service travaille avec Genre Pluriels (voir ci-dessous).

Il existe un certain nombre de services et d'organisations que vous pouvez contacter pour des questions spécifiques concernant votre identité de genre, votre orientation sexuelle ou parce que vous avez besoin d'une oreille attentive.

La page ci-contre vous en donne un aperçu.

WALLONIE ET BRUXELLES



I.Care

02 218 51 01
info@i-careasbl.be

Conseils aux personnes détenues (transgenres) dans les prisons¹



Transgender Infopunt

0800 96 316
contact@transgenderinfo.be

Du mardi au vendredi
9h - 16h

Gratuit et anonyme
Appel vidéo possible sur rendez-vous

¹. Au moment de la rédaction du présent rapport (2023), I.Care n'est présent que dans les prisons de Haren, Jamioulx, Mons et Lantin.

WALLONIE ET BRUXELLES



Façe à toi-même

0478 26 86 53
asblfaceatoimeme@outlook.com

Association pour et par les personnes transgenres



Lumi

0800 99 533
vrage@lumi.be

Lundi et mercredi
18h30 - 21h30

Gratuit et anonyme

FLANDRE ET BRUXELLES



Genres Pluriels

0487 63 23 43
contact@genrespluriels.be

Soutien et de défense des droits des personnes transgenres/aux genres fluides et intersexes. Collabore avec I.Care.



Merhaba

0487 55 69 38
info@merhaba.be

Pour les personnes LGBTQIA+ issues de l'immigration

Possibilité d'appel vidéo et de visite

6. Je suis traité-e de manière injuste ou discriminatoire en raison de mon identité de genre ou de mon orientation sexuelle. À qui puis-je m'adresser ?

Les personnes qui sont traitées injustement ou qui se sentent discriminées pendant leur détention peuvent le signaler en interne et/ou en externe.

Interne

Vous pouvez discuter de la situation avec un-e conseiller-ère, votre contact à la SPS ou l'administration pénitentiaire. Vous pouvez également envoyer une note de rapport à la commission de surveillance (CS) pour faire un signalement. Iels vous rencontreront (en principe) pour un entretien confidentiel et transmettront éventuellement le rapport à l'administration pénitentiaire. Il ne s'agit pas d'une plainte officielle. Si la situation résulte d'une décision de la direction, le CS peut vous aider à déposer une plainte auprès du comité des plaintes si nécessaire.

Externe

Vous pouvez contacter gratuitement l'Institut pour l'égalité des femmes et des hommes (IEFH) pour signaler toute discrimination fondée sur le sexe, le changement de sexe, l'identité de genre, l'expression de genre ou les caractéristiques de genre. Pour les signalements de discriminations fondées sur l'orientation sexuelle, veuillez contacter Unia.

Si vous avez été victime d'un acte criminel (par exemple, violence homophobe ou transphobe visible de la part d'autres détenu-e-s ou du personnel) et que vous avez l'intention de déposer une plainte auprès de la police, vous devez toujours le signaler à la direction de la prison et/ou au greffe. Dans ce cas, un-e officier-e de police se en prison (normalement).

PARTIE 2

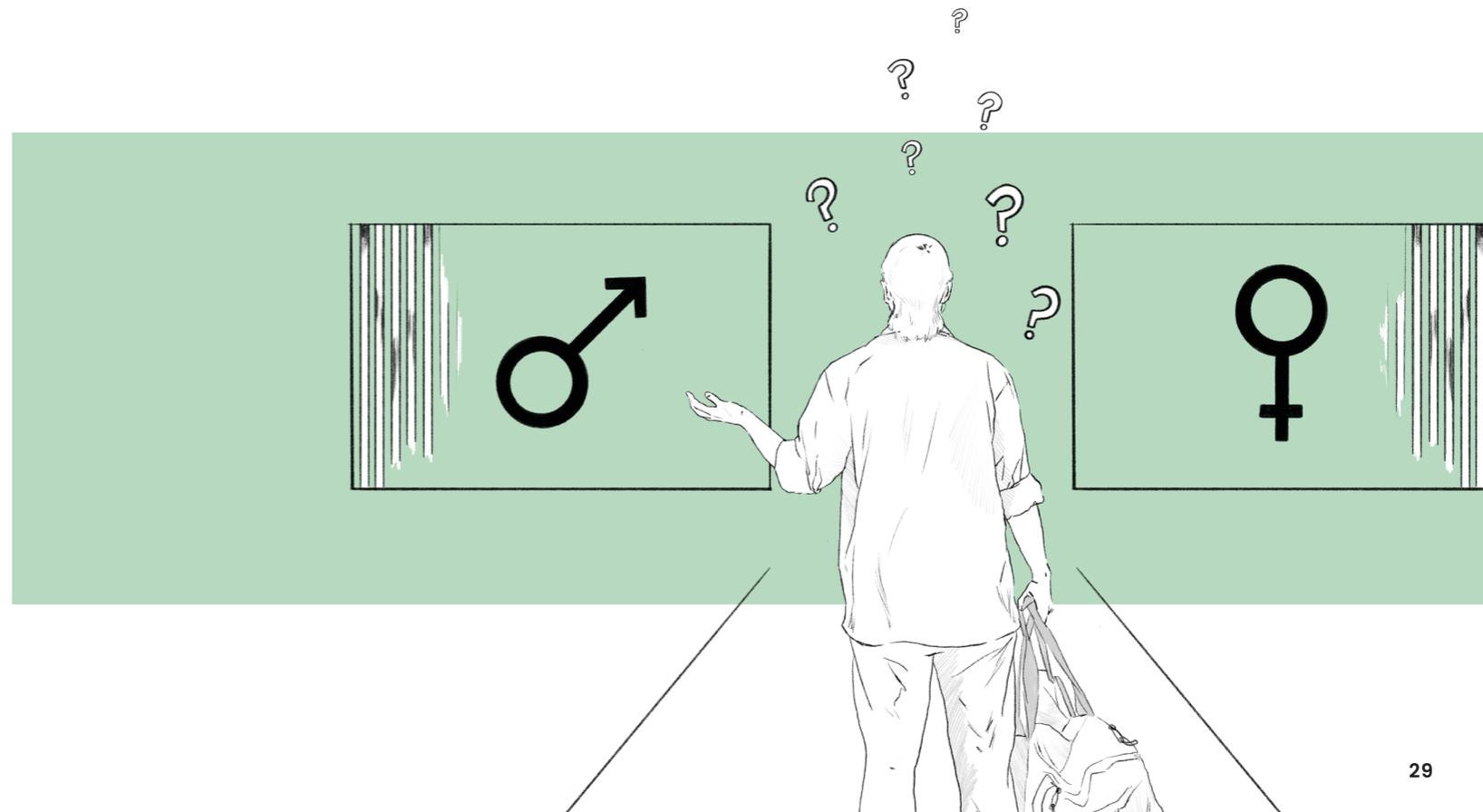
TRANSGENRE

EN DÉTENTION

7. Dans quelle prison vais-je me retrouver en tant que personne transgenre ?

Les prisons sont organisées en fonction du système binaire de genre. Cela signifie qu'il y a une séparation entre les détenu·e·s hommes et femmes. Cette séparation est inscrite dans la Loi de principes sur les prisons. La plupart des prisons belges ne peuvent accueillir que des détenus de sexe masculin selon l'enregistrement.

De plus, certaines prisons accueillent des détenu·e·s hommes et femmes. Certaines personnes transgenres s'inquiètent du quartier dans lequel elles sont placées. Il n'y a pas de réponse unique à la question de savoir dans quel quartier on est affecté·e en tant que femme transgenres, homme transgenres ou personne non-binaire. Chaque situation est personnelle et est donc examinée et évaluée individuellement.





Concrètement, après une arrestation, la-e juge d'instruction peut décider de vous placer en détention pendant la suite de l'enquête et de déterminer dans quelle prison. Il s'agit généralement de la prison de la région où les infractions ont été commises.

La principale condition de placement est que la prison accueille des personnes en détention provisoire. Le juge d'instruction prend en compte plusieurs facteurs.

Si votre identité de genre ne correspond pas au sexe indiqué sur votre carte d'identité, vous pouvez le signaler (vous-même ou par l'intermédiaire de votre avocat-e) au/à la juge d'instruction et demander que votre préférence soit prise en compte.

Lors de votre entrée en prison, l'administration pénitentiaire peut prendre en compte votre identité et votre expression de genre. En principe, vous êtes placé-e dans un quartier correspondant à votre identité de genre et vos caractéristiques sexuelles ou l'inscription de votre sexe sur votre passeport n'ont pas d'importance. Cela nécessite une communication ouverte sur votre situation privée, ce qui peut être délicat.

En cas de doute ou de question, l'agent-e qui vous accueille en informera la direction de la prison. En effet, c'est l'administration pénitentiaire qui décide du quartier et, le cas échéant, de la cellule dans laquelle vous serez placé-e. L'objectif est de savoir comment vous vous identifiez, quel est votre rôle habituel et/ou si une transition (médicale) a déjà commencé. On prend également en compte votre sécurité personnelle, celle des autres détenu-e-s et du personnel du quartier.

8. Puis-je demander un transfert en raison de mon identité de genre ?

Vous pouvez vous retrouver dans une prison ou un quartier qui ne correspond pas à votre identité ou expression de genre. Ou peut-être n'avez-vous pas osé parler de votre identité de genre à votre arrivée. Sachez que toute personne détenue peut demander un transfert.

Si vous vous trouvez dans une prison mixte (avec un quartier de femmes et un quartier d'hommes), vous pouvez vous adresser à l'administration pénitentiaire et demander à être transféré-e dans l'autre quartier.

S'il n'y a de place que pour les détenus de votre genre dans la prison où vous séjournez, vous pouvez demander à être transféré-e dans un autre établissement pénitentiaire. Les condamné-e-s peuvent demander un transfert auprès de l'administration pénitentiaire ou directement auprès du Direction de la gestion de la détention (DGB / DDB).

Les personnes placées en détention provisoire peuvent demander un transfert auprès du/de la juge d'instruction. Pour cela, vous pouvez contacter ce dernier par courir votre avocat-e ou en demandant une nouvelle audition par la-e juge d'instruction lors de l'audience devant la chambre du conseil.

Une fois le transfert approuvé, la direction de la prison de la destination sera informée de la situation. Les informations transmises se limitent aux informations nécessaires au maintien d'une détention sûre et humaine. Votre contact au SPS partage des informations importantes sur votre situation/dossier avec des collègues de l'autre prison. Iels le font conformément aux instructions qui leur ont été données et pour que votre dossier puisse être poursuivi.

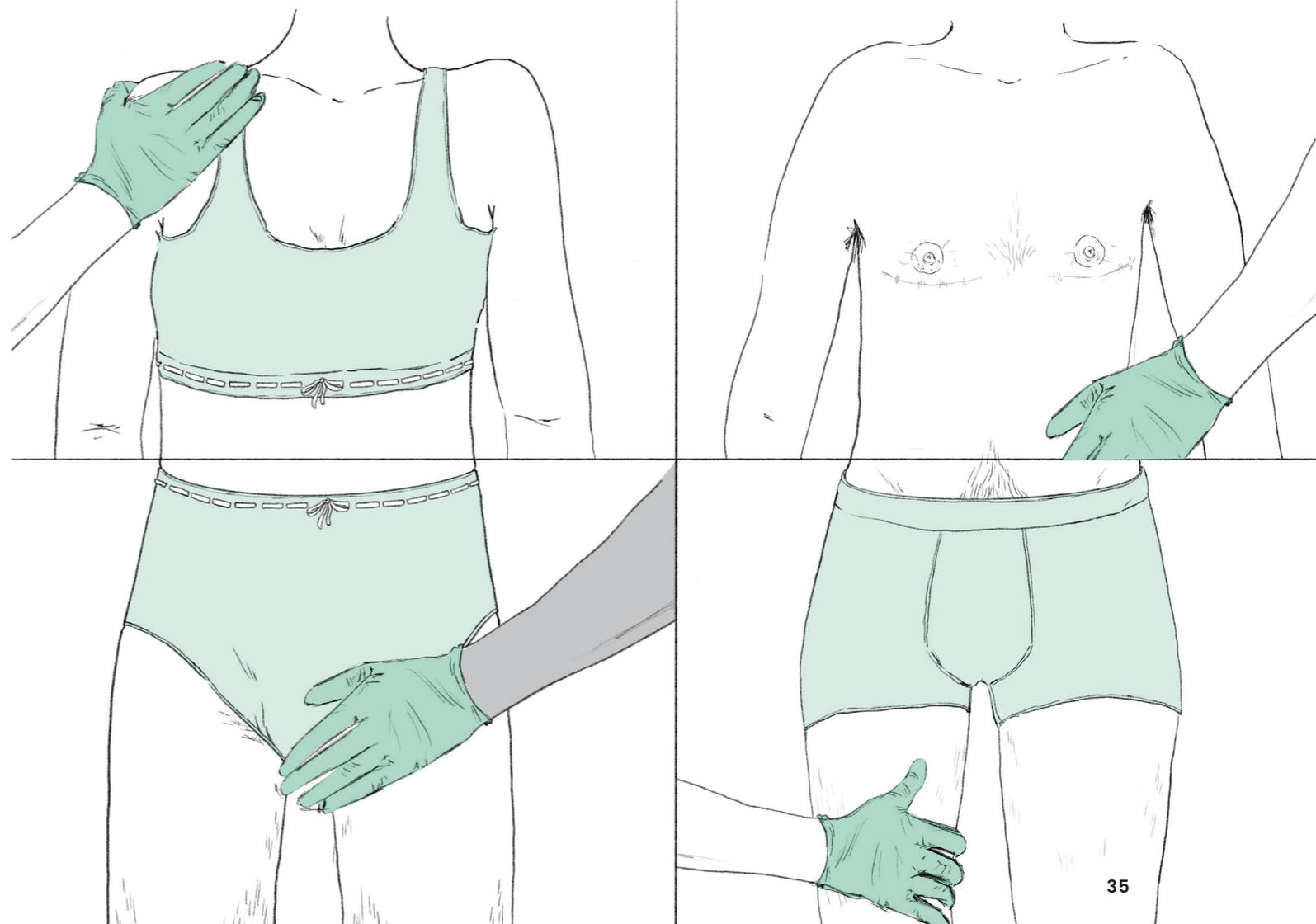
Les informations transmises aux services chargés de vous transporter vers l'autre prison se limitent à ce qui est nécessaire pour un transfert en toute sécurité. Les informations dont disposent ces membres du personnel sont votre nom officiel et les questions prioritaires pour la protection contre les autres détenu-e-s pendant le transport.

9. Par qui serai-je fouillé-e ?

Lors de la **fouille vestimentaire**, les personnes transgenres détenues sont soumises aux mêmes procédures que l'ensemble de la population carcérale. En d'autres termes, l'examen des vêtements peut être effectué par un-e agent-e pénitentiaire de n'importe quel genre.

Dans le cas d'une **fouille corporelle**, la loi dispose qu'elle ne peut être effectuée que par des agents du même identité de genre que la personne détenue.

Ceci s'applique également à l'agent-e faisant office de témoin. Comme pour la décision de classification (voir question 7), vous pouvez demander à l'administration pénitentiaire de rassembler toutes les informations utiles pour prendre une décision qui tienne compte de votre identité et de votre préférence de genre. Pour évaluer correctement votre situation individuelle, vous pouvez vous adresser à l'administration pénitentiaire, au SPS, au service médical ou à d'autres membres du personnel.



Notez qu'il n'y a pas d'obligation légale de suivre la préférence d'une personne détenue (transgenre). Dans la pratique, il ne vous sera pas toujours possible d'être fouillé-e par une personne ayant la même identité de genre que vous ou correspondant à vos préférences. Cela peut être dû, par exemple, à la disponibilité de personnel ayant l'identité de genre souhaitée. Par exemple, il n'y a pas toujours suffisamment d'agentes féminines présentes dans le quartier ou dans l'établissement pour que la fouille soit effectuée par elles.

De plus, il reste important de trouver un juste équilibre entre le respect de vos besoins et de vos souhaits, d'une part, et le respect des fonctionnaires dans l'exercice de leur mission, d'autre part.

Si vous rencontrez des difficultés, une gêne ou des remarques offensantes lors des fouilles, vous pouvez le signaler en interne à la direction de la prison et/ou en parler à un-e assistant-e social-e, au SPS ou au service médical. Ils travailleront avec vous pour trouver la manière la plus appropriée de traiter votre signalement et de prendre les mesures nécessaires.

Vous pouvez également le signaler à l'Institut pour l'égalité entre les hommes et les femmes (voir question 5) ou à la commission de surveillance (voir question 6).

10. Puis-je avoir accès aux vêtements, produits ou accessoires dont j'ai besoin pour que je sois à l'aise avec mon expression de genre ?

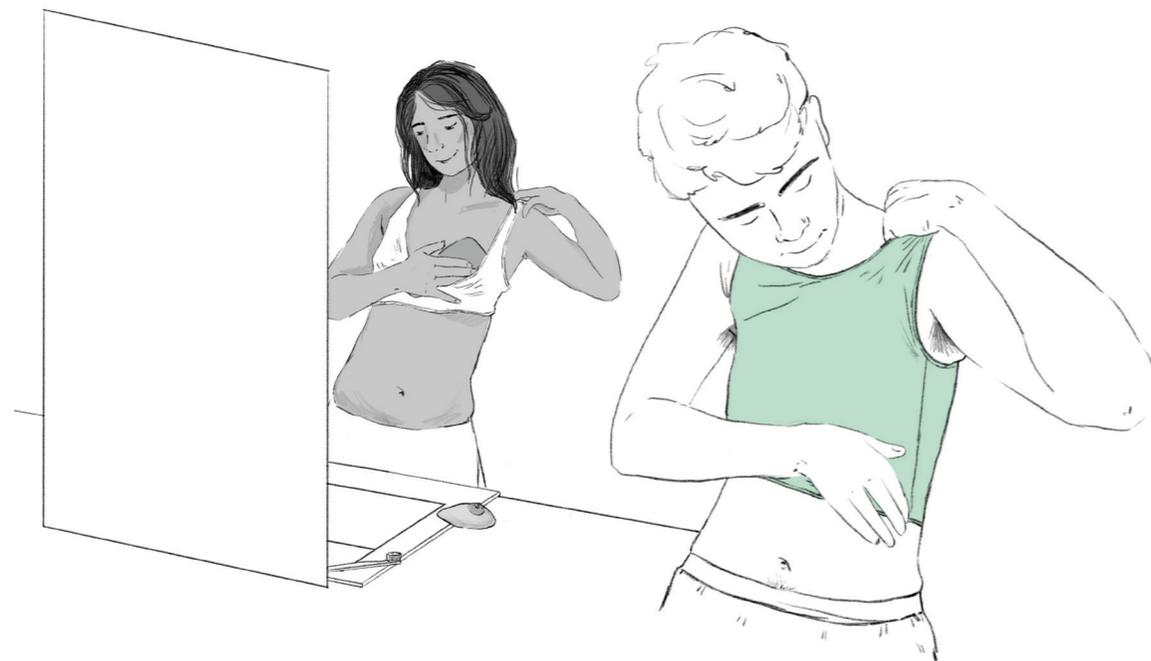
Les prisons étant organisées de manière binaire (voir question 7), les listes d'achats et les codes vestimentaires sont également différents pour les détenu·e·s des quartiers masculins ou féminins.

En général, les prisons ont leur propre cantine avec une liste d'articles approuvés que vous pouvez commander ou acheter avec votre propre argent. Ces articles sont souvent spécifiques à un genre, de sorte que les personnes du quartier hommes ne peuvent pas acheter les articles prévus pour les personnes du quartier femmes et vice versa. Pensez par exemple à un soutien-gorge, des serviettes hygiéniques, du maquillage, du vernis à ongles, une coloration pour cheveux ... Par exemple, si vous restez dans le quartier des hommes, il est plus difficile d'acheter un soutien-gorge.

L'accès à des vêtements, produits ou accessoires spécifiques au genre dépend des éléments suivants :

- **La prison où vous séjournez** : le quartier ou la prison où vous séjournez correspond-il ou non à votre identité ou à votre expression de genre ?
- **Le type d'article** : l'article figure-t-il sur la liste de la cantine ou non ? Et si ce n'est pas le cas, pouvez-vous éventuellement commander l'article par l'intermédiaire de la cantine extérieure, de la cantine de la pharmacie ou du service médical ? Les articles non inclus dans la cantine doivent être approuvés par la direction de la prison.
- **Les ressources financières** : avez-vous assez d'argent pour acheter un article ?





Les détenu·e·s féminins et masculins ont la même liste de cantine à la prison de Haren en Belgique (depuis 2022).

L'important est que vous vous sentiez bien et à l'aise dans votre expression de genre. Il existe plusieurs façons d'adapter ou d'expérimenter son expression de genre. Par exemple : s'habiller différemment, essayer une nouvelle coiffure, porter une perruque, utiliser sa voix différemment, s'épiler le visage, se maquiller ou mettre du vernis à ongles, ... etc. Pour autant que les objets ne perturbent pas l'ordre et la sécurité, vous pouvez en faire la demande auprès de l'administration pénitentiaire et/ou du service médical.

Il n'est pas non plus évident d'expérimenter avec son apparence dans une prison. Peut-être souhaitez-vous le faire seul·e dans votre propre cellule, mais vous partagez actuellement une cellule avec d'autres personnes ? Demandez, le cas échéant, une cellule individuelle à l'administration pénitentiaire.

10a. Quels sont les accessoires généralement utilisés par les personnes transgenres ?

Il existe divers accessoires pour obtenir une apparence plus masculine, féminine ou neutre/androgyme.

Ils peuvent être en remplacement, en attente ou en complément d'options médicales. Ils contribuent à augmenter l'euphorie de genre et à diminuer l'incongruité de genre.

Saviez-vous que le Transgender Infopunt (TIP) est un point de don pour les accessoires ?

Cela signifie que nous pouvons aider les personnes qui n'ont pas assez d'argent en leur offrant une aide gratuite (principalement des soutien-gorge et des binders).

Contactez le TIP (si vous parlez néerlandais ou anglais) ou discutez-en avec un-e assistant-e social ou médical.

Si vous parlez français, vous pouvez contacter Genre Pluriels ou Façade à toi-même (voir question 5).



Binder

Une sorte de gilet permettant de créer une poitrine plate. Ne portez pas un binder pendant plus de 8 heures par jour pour éviter les douleurs.

Lavez le binder à 30 degrés maximum et ne le mettez pas au sèche-linge.



Cache-sexe (tucking)

Des sous-vêtements correcteurs spécialement conçus pour dissimuler davantage le pénis. Le tucking désigne le fait de replier le pénis entre les jambes/fesses de manière à ce qu'il ne soit pas visible sur le devant du corps.

Ne portez pas de sous-vêtements tucking pendant plus de 8 heures pour éviter les douleurs et la stérilité.



Perruque

Si vous n'avez pas de cheveux, si vos cheveux sont courts ou si vous êtes chauve, vous pouvez envisager de vous procurer une perruque ou une prothèse capillaire.



Coques

Il existe plusieurs coques (packers) souples et flexibles en silicone (en forme de pénis) pour créer l'effet de bosse dans votre pantalon. Outre les coques en silicone, il existe également des coques (bulges) en forme de pénis. Vous pouvez également la glisser dans votre pantalon et elles sont plus légères.

Il existe également des urinettes (STP : Stand To Pee) qui permettent d'uriner debout.

Maquillage



Le maquillage peut vous aider à vous exprimer comme vous le souhaitez. Il existe plusieurs astuces pour rendre la pousse de la barbe moins visible, par exemple. Il est préférable d'utiliser un fond de teint bien couvrant pour dissimuler les poils du visage ou la barbe. Si vous souhaitez juste un peu de barbe, en tant qu'homme transgenre par exemple, vous pouvez colorer votre barbe.

Prothèses mammaires et soutien-gorge



Il existe des prothèses mammaires en tissu ou en silicone qui permettent d'obtenir une poitrine plus généreuse.

Il existe également des soutien-gorge spécialement conçus pour dissimuler les prothèses. Une couche supplémentaire dans le soutien-gorge permet au rembourrage de rester en place.

10b. Qu'en est-il de votre voix ?

Outre les vêtements et les produits, la façon dont nous utilisons notre voix est également importante lorsqu'il s'agit de l'expression du genre. Toutes les personnes transgenres ne trouvent pas la voix dérangementante, mais certaines aimeraient pouvoir la modifier.

Par exemple, parce qu'elles ont l'impression que la voix les « trahit » lors d'une conversation (téléphonique), ce qui amène l'auditeur-riche à se méprendre sur l'identité de genre. Votre voix dépend de la construction de votre appareil phonatoire. Les hormones peuvent avoir une certaine influence, mais la façon dont vous utilisez votre appareil vocalique également. Chaque voix est unique et plusieurs caractéristiques sont importantes pour la perception de l'auditeur-riche : le timbre, la hauteur, l'intonation et le langage non verbal.

Il est conseillé aux personnes transgenres qui souhaitent travailler leur voix de s'adresser à un·e orthophoniste spécialisé·e. Vous pouvez vous renseigner à ce sujet auprès du service médical. S'il n'est pas possible de prendre rendez-vous avec un·e médecin ORL (oto-rhino-laryngologiste, c'est-à-dire spécialisé·e dans les oreilles, le nez, la gorge, le cou et la tête en général) ou un·e orthophoniste, vous pouvez également travailler seul·e en faisant des exercices de langage et vocaux.²

²Exercices vocaux préparés par Katrien Eerdeken - orthophoniste/vocologiste chez Find your Voice et coordinatrice du Gendercentrum ZOL Genk.

Exercice 1

La relation avec votre voix

Exercice 2

La communication non verbale

Réfléchissez aux questions suivantes :

- Essayez de réfléchir à ce que vous ressentez à propos de votre voix en ce moment. Quels aspects de votre voix aimez-vous et quels aspects vous plaisent moins ?
- Certaines situations de conversation sont-elles plus difficiles que d'autres ?
- Quels sont les éléments que vous aimeriez « entendre » et ressentir différemment à propos de votre voix ?
- Comment voulez-vous être perçu·e par les autres ? Comment voulez-vous que les autres vous voient ?
- Où situeriez-vous votre tonalité vocale idéale sur l'échelle des genres ?

homme

femme

La façon dont l'auditeur·rice nous perçoit est largement déterminée par notre communication non verbale : votre posture, l'expression de votre visage, les mouvements de vos mains, votre langage corporel... Soyez conscient·e de votre propre communication non verbale.

Asseyez-vous devant votre miroir et regardez-vous. Racontez-vous un bon souvenir et observez/sentez ce qui se passe dans votre corps. Remarquez ce que font vos épaules, votre poitrine, votre tête, vos pieds, vos jambes... Si vous recommencez maintenant à faire la même chose, mais avec un souvenir moins agréable, vous constaterez que votre langage corporel sera également différent et que vous utiliserez votre corps différemment.

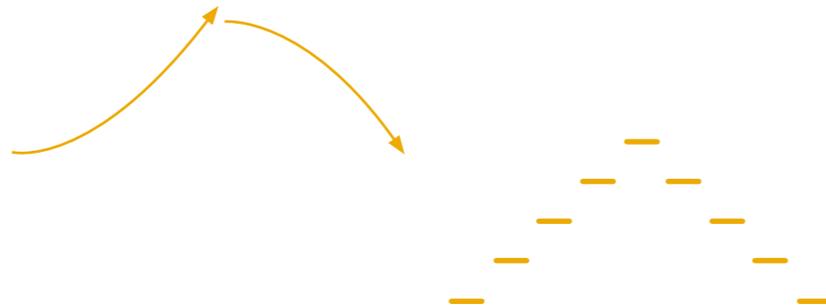
Exercice 3

La souplesse des cordes vocales

Pour utiliser notre voix d'une manière différente, la condition préalable est la flexibilité. Ce sont des muscles qui s'ouvrent et se ferment, faisant vibrer l'air provenant des poumons. Le muscle peut se contracter ou se détendre davantage.

Cela détermine la vitesse à laquelle la voix vibre et donc la hauteur de notre son. C'est la raison pour laquelle il est recommandé de faire cet exercice. Essayez de bien monter et descendre. Choisissez la hauteur de voix avec laquelle vous êtes le plus à l'aise : plutôt aiguë (plus féminine) ou plutôt grave (plus masculine).

- Glissez avec la voix sur différentes voyelles : oe, ie, aa, ee, oo, uu
- Glissez sur la consonne m



Exercice 4

Faire résonner sa voix dans sa caisse de résonance (timbre)

Notre caisse de résonance est constituée du pharynx, de la cavité buccale et de la cavité nasale. Ainsi, à partir du moment où le son est formé par la vibration des cordes vocales, il résonnera de cette manière. La forme de la caisse de résonance détermine notre timbre vocal.

De plus, nous constatons que cette résonance est en fait le facteur qui détermine la manière dont l'auditeur comprend notre genre.

En effet, si vous ressentez les vibrations à l'avant de votre bouche, vous avez plus de chances d'être perçu-e comme féminine. Si vous ressentez les vibrations plus tôt à l'arrière, vous êtes perçu-e comme plus masculin.

Prononcez un « mmmm » plus aigu. Notez que les vibrations se situent à l'avant de votre cavité buccale et de votre cavité nasale. Vous le sentez ?

Prononcez un « aaaa » en utilisant une tonalité plus basse. Notez que les vibrations se situent plutôt à l'arrière de la bouche, au niveau de la gorge. Vous le sentez ?

Nous allons maintenant nous entraîner à utiliser ces sons en fonction de la façon dont vous voulez vous exprimer. Choisissez donc le lieu de résonance qui vous convient le mieux.

*mmmmommmm - mmmmaamm - mmmmieeeeeennn
nnnaaaaamm - nneeemmm - nnammm*

11. Il arrive que l'on s'adresse à moi avec mon ancien prénom et avec une civilité erronée. Comment faire face à cette situation ?

Il peut arriver que quelqu'un s'adresse à vous en utilisant votre ancien prénom, acte également connu sous le nom de « deadnaming ». Il peut également arriver que quelqu'un-e utilise un pronom (comme il/elle/iel, elle/lui, iels/ils/elles, ...) ou une civilité (comme monsieur, madame, ...) qui ne correspond pas à votre identité de genre. C'est ce qu'on appelle le « mégenrage » (misgendering). Par exemple, appeler une femme transgenre « il » ou s'adresser à elle en l'appelant « monsieur » est un mégenrage.

Il existe deux formes de « deadnaming » et de « mégenrage » :

- **De façon intentionnelle** : il s'agit d'une forme de (micro)agression verbale. Quelqu'un-e sait que vous préférez que l'on s'adresse à vous par un autre nom et ignore ce souhait.



- **De façon non intentionnelle** : lorsque quelqu'un-e se trompe accidentellement de genre, la raison en étant souvent que cette personne a mal compris votre genre. Par exemple, en raison des caractéristiques externes, de la voix ou des informations dont dispose l'autre personne. Il peut également arriver que quelqu'un-e vous connaisse depuis longtemps et que, pour cette raison, il lui soit difficile de s'adapter à votre nouveau nom ou à ces nouvelles formules de politesse.

« Deadnaming » et « mégenrage » peuvent susciter des sentiments désagréables : embarras, honte, frustration, tristesse, détresse, colère... Chaque personne réagit différemment. La manière de gérer ce type de situation est donc différente pour chacun-e.

Peut-être n'osez-vous pas encore utiliser votre nouveau prénom en prison, mais ressentez-vous le besoin d'en faire l'expérience. Peut-être pourriez-vous vous confier à un-e conseiller-ère et lui demander d'utiliser votre nouveau prénom et vos nouveaux pronoms ? Convenez clairement qu'iel ne le fera que dans la pièce où vous êtes seul-e-s, afin de garantir votre intimité et votre sécurité.

CONSEILS POUR FAIRE FACE À CETTE SITUATION :

1.

Ne supposez pas immédiatement que l'autre personne est mal intentionnée. L'autre personne sait-elle quel prénom et/ou quels pronoms vous préférez ? Est-ce la première fois que cette personne se trompe de genre ? Ou reconnaissez-vous une tendance qui pourrait indiquer que l'autre personne le fait délibérément ?

2.

La règle d'or est que votre sécurité, celle des autres et vos propres sentiments sont toujours prioritaires. La situation est-elle suffisamment sûre pour corriger l'autre ? Votre identité transgenre est-elle connue dans cet environnement ? Comment vous sentez-vous aujourd'hui ? Avez-vous assez d'énergie pour répondre ou préférez-vous ne pas en discuter (pour l'instant) ?

3.

Si vous décidez de réagir, essayez de garder votre sang-froid et de transmettre le message de manière compréhensive. Vous pouvez, par exemple, dire : « J'ai entendu dire que vous m'avez appelé Steven, mais j'utilise le prénom de Sarah parce qu'il me convient mieux. Cela me gêne d'être confronté·e à mon ancien prénom. Je vous serai reconnaissante de m'appeler Sarah la prochaine fois ».

4.

Vous pouvez également demander à la direction de la prison de communiquer au personnel le nom et/ou les pronoms que vous utilisez, afin qu'il s'adresse à vous correctement.

5.

Vous arrive-t-il régulièrement de devoir faire face à des situations de « deadnaming » ou de « mégenrage », et ce à chaque fois par la même personne ? Si tel est le cas, discutez-en avec l'administration pénitentiaire ou un·e conseiller·ère. Ils peuvent étudier avec vous les mesures pouvant être prises, le cas échéant.

12. Je souhaite modifier légalement mon prénom officiel et/ou l'enregistrement de mon sexe. Comment s'y prendre ?

Depuis la loi du 25 juin 2017, les personnes transgenres peuvent demander à l'officier-e d'état civil de la commune où elles sont enregistrées une rectification de prénom et/ou de mention de sexe. Pour les personnes n'ayant pas la nationalité belge et une carte de séjour, il s'agit de la commune de Bruxelles.

Il n'y a pas de conditions psychologiques ou médicales associées. Il vous faut tout d'abord faire une déclaration initiale dans laquelle vous affirmez que le genre indiqué sur votre certificat de naissance ne correspond pas à l'identité de genre que vous vivez intérieurement. L'agent-e transmettra votre déclaration initiale au/à la Procureur-e du Roi. La-e Procureur-e dispose de trois mois pour émettre un avis négatif. Entre trois et six mois après votre première déclaration, vous faites une deuxième déclaration au/à la fonctionnaire. Dans la deuxième déclaration, vous confirmez à nouveau votre requête.

Pour les détenu-e-s, cette procédure n'est pas facile. En effet, vous devez vous présenter en personne devant le registre de l'état civil pour la première et la deuxième déclaration. Vous pouvez le faire pendant une permission de sortie ou un congé pénitentiaire, par exemple.

Pour les personnes qui ne peuvent pas se rendre à la commune, il est possible de demander à l'officier-e d'état civil de se rendre à la prison (comme pour un mariage).

Le-a fonctionnaire peut le faire lorsque :

- Vous êtes en détention (préventive);
- Il vous est impossible de vous rendre à la commune ;
- La-e Procureur-e du Roi a été informé-e.

N'oubliez pas d'en discuter avec votre contact à la SPS. Cette personne peut consulter la législation sur le site internet du SPF Justice :

https://justice.belgium.be/fr/themes_et_dossiers/personnes_et_familles/transgenres

13. Quelles sont les possibilités de prise en charge des personnes transgenres en Belgique ?

En Belgique, il existe trois options pour entamer un processus de transition (médicale) :

1. S'inscrire auprès **d'une équipe pluridisciplinaire de genre** rattachée à un hôpital belge ;
2. **Tracer son propre parcours de soins** en faisant appel à des prestataires de soins indépendant·e·s ;
3. **Une combinaison** : vous inscrire auprès d'une équipe de genre et, en attendant d'être pris en charge par une telle équipe, se faire conseiller par un·e prestataire de soins indépendant·e.

³ <https://www.transgenderinfo.be/nl/transgenderzorg/overzicht-zorgtraject/zorgbrochure>

Demandez à un·e conseiller·ère en qui vous avez confiance d'imprimer pour vous la brochure de soins³ du Transgender Infopunt (TIP).

Dans cette brochure, vous trouverez un aperçu et une explication des options (médicales) en matière de soins aux personnes transgenres en Belgique.

La brochure est disponible en sept langues : néerlandais, français, anglais, arabe, turc, persan (farsi) et espagnol.

En concertation avec le service médical, vous pouvez vous inscrire auprès d'une équipe pluridisciplinaire de genre. Il existe plusieurs équipes de genre en Belgique. Le service médical peut trouver un aperçu pour vous sur le site internet www.transgenderinfo.be/nl/genderteams.

Lors de votre inscription, vos coordonnées seront notées. L'adresse, le numéro de téléphone et l'adresse électronique peuvent être ceux de votre conseiller·ère. Plus important encore, la·e notifiant·e doit être joignable à l'heure à laquelle un rendez-vous peut être fixé. Lorsque les coordonnées changent (par exemple, parce que vous êtes transféré·e ou libéré·e), vous devez en informer l'équipe de genre.

Un entretien d'admission avec une équipe de genre a lieu dans un hôpital. Si vous ne pouvez ou ne voulez pas quitter la prison, vous pouvez demander une téléconsultation (appel vidéo). En effet, un·e psychologue rattaché·e à une équipe de genre ne peut pas venir en prison.

14. Puis-je continuer ou commencer un traitement hormonal en prison ?

Poursuivre le traitement hormonal

Si vous avez commencé un traitement hormonal avant votre incarcération, vous pouvez le poursuivre. Il se peut qu'il y ait une courte pause, car le service médical doit déterminer la dose à administrer, le type de médicament, la fréquence d'administration, etc. Vous ne connaissais pas tous les détails ? Demandez alors au service médical de contacter votre médecin-e traitant-e ou votre endocrinologue. Cela permet au service médical de reprendre avec précision votre dossier médical et de poursuivre les soins dont vous avez besoin.

Commencer une thérapie hormonale

Si vous n'avez pas (encore) commencé votre traitement hormonal avant votre incarcération, il est préférable d'en discuter avec le service médical.

Le service médical peut alors contacter votre assistant-e social-e pour voir quelles mesures peuvent ou ne peuvent pas être prises pour le temps que vous passez en prison.



15. Puis-je bénéficier d'une chirurgie de transspécifique si je suis détenu-e ?

Chaque demande d'intervention chirurgicale, y compris les demandes transspécifiques, est toujours examinée et évaluée individuellement par le service médical, en consultation avec l'administration pénitentiaire.

Lors de l'examen de votre demande d'intervention chirurgicale, l'administration médicale et pénitentiaire tiendra également compte de la durée de votre séjour en prison. En effet, les prisons ne sont pas suffisamment équipées pour offrir un suivi de qualité, nécessaire à un bon rétablissement. Ainsi, si vous purgez une courte peine d'emprisonnement, il peut être préférable d'attendre la fin de votre période de détention.

Quelles sont les options transspécifiques permettant d'atteindre son point de confort ?

- Conservation de spermatozoïdes ou d'ovules
- Épilation de certaines zones du corps
- Chirurgie de la partie supérieure du corps : ablation des seins (torsoplastie), augmentation des seins (augmentation mammaire) ou réduction mammaire
- Chirurgie de la partie inférieure du corps : vaginoplastie (construction du vagin/vulve), phalloplastie (construction du pénis), métaïdoïoplastie (construction du micropénis) ;
- Chirurgie de la tête, du nez, du cou ou de la voix ;
- Chirurgie des gonades : ablation du tissu testiculaire (orchidectomie), ablation de l'utérus (hystérectomie) et ablation du tissu ovarien (ovariectomie).

Chaque procédure médicale est soumise à des conditions et représente des coûts. Discutez-en avec le service médical.

GLOSSAIRE*

Agendre : une identité de genre qui est généralement regroupée sous le terme générique de « non-binaire ». Ces personnes ne font pas l'expérience du genre ou font l'expérience d'une absence de genre.

Androgyne : une personne qui s'exprime comme androgyne ne se laisse pas influencer par les normes binaires actuelles en matière d'expression de genre dans son apparence. Ces personnes utilisent les caractéristiques d'un large éventail d'expressions de genre pour s'exprimer.

Binaire : l'hypothèse selon laquelle la société est composée de deux paires opposées. Par exemple : homme contre femme, noir contre blanc, hétérosexuel·le contre homosexuel·le. Cette hypothèse binaire est incomplète et peut exclure des personnes. La pensée binaire dans le domaine du genre efface les perceptions et les expériences des personnes qui n'ont pas une identité de genre binaire.

Cisgenre : terme générique désignant les personnes dont l'identité de genre correspond à l'identité de genre assignée à la naissance sur la base du sexe. Une femme cisgenre est une personne qui a été désignée comme femme à la naissance et qui se sent et s'identifie comme telle. Un homme cisgenre est une personne qui a été désignée comme un homme à la naissance et qui se sent et s'identifie comme tel.

*Ce glossaire a été préparé en collaboration avec l'asbl çavaria.

Cisnormatif / Cisnormé : l'hypothèse selon laquelle tout le monde est cisgenre. La norme cisgenre est également la raison pour laquelle les personnes transgenres, ou les personnes qui s'expriment ou se comportent différemment de ce que l'on attend d'elles, sont rapidement considérées comme « différentes ». Cette altérité indique une déviation par rapport à la norme.

Coming-in : l'introduction d'une personne LGBTQIA+ au monde LGBTQIA+. Les gens recherchent souvent des personnes avec lesquelles ils partagent une partie de leur identité. Beaucoup y trouvent un sentiment de reconnaissance. Il s'agit d'entrer en contact avec d'autres personnes qui partagent une expérience similaire à la vôtre. Cela peut se faire de différentes manières : en lisant des témoignages ou un livre, en apprenant à connaître quelqu'un dans le quartier, en écrivant des lettres avec quelqu'un, ... Toutes les personnes LGBTQIA+ ne font pas l'expérience d'un coming-in.

Coming-out : raccourci de l'expression anglophone « coming out of the closet », que l'on a francisé « sortir du placard » ou « faire son coming-out ». Il s'agit d'un processus par lequel vous rendez public quelque chose de personnel. Vous pouvez faire votre coming-out sur différentes parties de votre identité, mais il s'agit généralement de votre identité de genre (ne pas être cisgenre) ou de votre orientation sexuelle (ne pas être hétérosexuel·le). Vous dites alors aux gens que vous êtes transgenre, par exemple. Vous n'êtes pas obligé·e de faire votre coming-out : certaines personnes préfèrent garder secrets leurs sentiments ou les personnes dont elles tombent amoureuses.

GLOSSAIRE

Drag : terme collectif désignant les personnes qui adoptent une expression de genre ne correspondant pas à leur identité de genre et qui le font dans le cadre d'une performance ou d'un spectacle. Une drag Queen est un homme qui se produit avec une expression féminine. Un drag King est une femme qui se produit avec une expression masculine. Il ne s'agit donc pas seulement de la tenue vestimentaire et du maquillage, mais aussi de la gestuelle, de la posture et de la façon de marcher ou de danser.

Affirmation de genre (ou transition): terme générique désignant l'ensemble des actions, des changements et des possibilités qu'implique le fait de vivre en accord avec son identité de genre authentique. L'aspect de la confirmation du genre ou sa réalisation est propre à chaque personne. Après tout, elle est basée sur ce qui est personnellement affirmatif, sur ce que l'on peut faire en toute sécurité et sur ce qui est accessible et disponible. L'un des mythes est que la confirmation de genre est une expérience linéaire allant de A à B, alors qu'en réalité, nous affirmons notre genre de différentes manières. Il n'y a donc pas de bonne ou de mauvaise manière.

Diversité des genres : terme générique utilisé pour décrire les identités de genre qui démontrent une diversité d'expériences et d'expressions en dehors du modèle binaire.

Dysphorie de genre / Incongruence de genre : terme psychiatrique définissant le sentiment de tension qu'une personne peut ressentir entre son identité de genre et ses caractéristiques corporelles. Le sentiment que les caractéristiques de votre corps ne correspondent pas à ce que vous ressentez ou à ce à quoi vous vous identifiez. Ce sentiment d'incongruence est surtout répandu chez les personnes transgenres. Pour réduire les sentiments d'incongruité, on a recours à des conseils psychosociaux et médicaux. Important : il est possible d'être transgenre sans ressentir d'incongruité de genre ou de dysphorie de genre.

Euphorie de genre : le sentiment agréable, le confort ou la joie que vous ressentez lorsque vous êtes reconnu-e et affirmé-e dans votre identité de genre. Cela peut se produire, par exemple, lorsqu'une personne transgenre est interpellée par le prénom qu'elle a elle-même choisi ou par un nouveau prénom, lorsqu'elle est satisfaite d'une certaine intervention chirurgicale. Il existe différentes manières de parvenir à l'euphorie du genre et cela diffère d'une personne à l'autre.

Fluidité de genre : terme collectif désignant les personnes qui estiment que l'identité de genre n'est pas figée et peut évoluer. Ces changements d'identification peuvent aller de l'identité de genre binaire à l'identité de genre non-binaire.

GLOSSAIRE

Normes de genre : les conventions sociales et les attentes qu'une société attache à un genre ou à une identité de genre particuliers. Les normes occidentales actuelles sont binaires. Ils partent d'une dichotomie entre les hommes et les femmes et affirment que les deux groupes devraient se comporter de deux manières différentes. Par exemple, les hommes sont censés ne pas porter de robe. On n'attend pas des femmes qu'elles soient capables de réparer une voiture. En outre, tout le monde est censé-e être cisgenre (voir cisnormatif) et hétérosexuel-le (voir hétéronormatif).

Genderqueer : si vous ne vous sentez pas à l'aise dans les identités de genre binaires et les rôles de genre (masculin et féminin) et que vous ne vous sentez pas à l'aise dans une case de genre fixe. Vous pouvez alors choisir de vous identifier comme genderqueer.

Spectre de genre : une manière de définir son genre sans partir d'une vision binaire de l'identité et de l'expression de genre. Le modèle du spectre du genre présente le genre comme un continuum englobant le masculin et le féminin, mais ne les décrit pas comme deux opposés.

Hétéronormatif / Hétéronormé : l'hypothèse selon laquelle tout le monde est hétérosexuel-le et se conforme aux règles et attentes sociales (non écrites) qui l'accompagnent. L'hétéronorme est également la raison pour laquelle les personnes qui ne s'engagent pas dans une relation homme-femme sont considérées comme « différentes ».

Holebi : un acronyme dont les abréviations signifient « homosexuel », « lesbienne » et « bi ».

LGBTQIA+ : un acronyme dont les abréviations signifient :

- **L - lesbienne** : une femme qui est romantiquement et/ou sexuellement attirée par d'autres femmes peut se qualifier de lesbienne.
- **G - « gay »** : un homme qui est romantiquement et/ou sexuellement attiré par d'autres hommes peut se qualifier de gay.
- **B - bi(sexuel-le)** : signifie que vous pouvez ressentir une attirance pour deux ou plus d'identité de genre.
- **T - transgenre** : voir ci-dessous.
- **Q - « queer »** : voir ci-dessous.
- **I - intersexe** : décrit les personnes présentant une variation naturelle des caractéristiques sexuelles. Les variations intersexes sont simplement des variations dans lesquelles le corps d'une personne ne correspond pas entièrement à ce que nous considérons culturellement comme typiquement mâle ou typiquement femelle.
- **A - agenre** (voir plus haut) ou asexuel-le : une personne asexuelle ressent généralement moins ou pas d'attirance sexuelle pour quelqu'un.
- **+** : représente toutes les autres identités de genre et orientations sexuelles/romantiques.

Non-binaire : terme générique utilisé par les personnes qui ne se reconnaissent pas dans la division binaire du genre, la dichotomie occidentale classique de l'homme et de la femme, et toutes les attentes et les rôles qui y sont attachés dans le cadre des normes binaires du genre.

GLOSSAIRE

Polygenre : un terme décrivant l'identité de genre. Si vous constatez que vous avez plusieurs identités de genre présentes ou changeantes simultanément, vous pouvez vous considérer comme polygenre. Le polygenre relève généralement de la catégorie des personnes non-binaires.

Queer : le mot « queer » a plusieurs significations. C'est une façon de nommer son identité de genre et/ou sa sexualité. Il est souvent utilisé par des personnes qui cherchent encore à se situer exactement dans le spectre LGBTQIA+, comme terme générique ou par des personnes qui veulent s'opposer clairement à la norme cisgenre et hétérosexuelle. Il s'agit également d'un mouvement militant qui part du rejet de la norme hétérosexuelle et cisgenre. Par exemple, de nombreux punks s'identifient également comme queers. Il s'agit également d'un domaine de recherche universitaire.

Trans : abréviation de « transgenre(s) ».

Transgenre : terme générique désignant les personnes dont l'identité de genre ne correspond pas au sexe qui leur a été assigné à la naissance.

Homme transgenre : une personne qui a été enregistrée comme étant de sexe féminin à la naissance sur la base de ses caractéristiques physiques et sexuées, mais qui se sent homme, s'identifie comme tel.

Femme transgenre : une personne qui a été enregistrée comme étant de sexe masculin à la naissance sur la base de ses caractéristiques physiques et sexuées, mais qui se sent femme, s'identifie comme telle.

Travesti : les personnes qui pratiquent le travestissement se transforment temporairement en une expression de genre qui ne correspond pas à leur identité de genre. Cela peut se faire en jouant avec les vêtements, le maquillage et la coiffure, par exemple, mais aussi avec le langage verbal et le langage corporel. Le travestissement est également connu sous le nom de cross-dressing. Tout le monde peut se travestir. Dans le contexte du spectacle et de la performance, le travestissement est également connu sous le nom de « drag ».

PERSONNE GINGENRE À REMPLIR

EXPRESSION DU GENRE

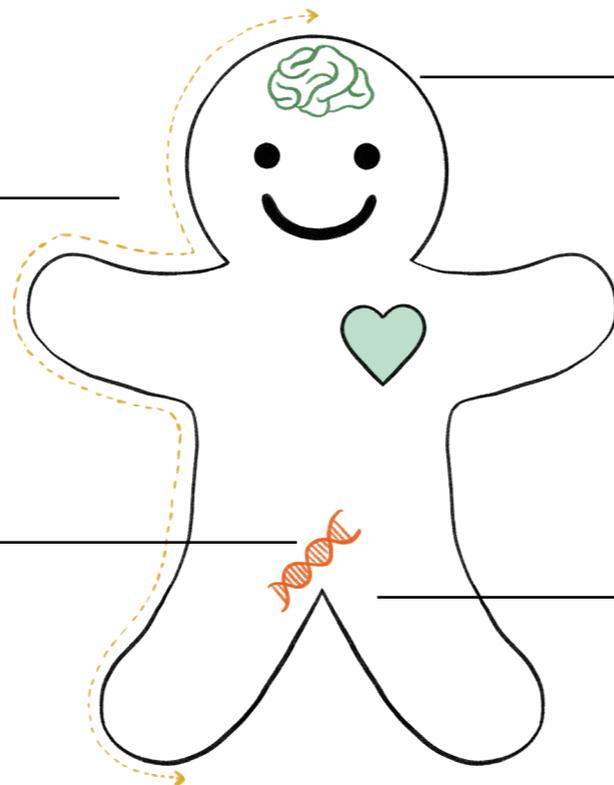
Comment qualifieriez-vous votre apparence/expression de genre ?

- plutôt masculine
- androgyne
- plutôt féminin

GENRE / SEXE / CARACTÉRISTIQUES DU GENRE

Quel est le sexe qui vous a été attribué à la naissance ?

- masculin
- intersexe
- féminin



IDENTITÉ DE GENRE

Comment vous sentez-vous à l'intérieur ?

- masculin
- non-binaire
- féminin
- Je ne sais pas

ATTIRANCE ROMANTIQUE ET/OU SEXUELLE

Comment décririez-vous votre orientation sexuelle ?

Ce guide est publié par le Transgender Infopunt et a été réalisé grâce au soutien de la Politique fédérale d'égalité entre les genres.



INSTITUT
POUR L'ÉGALITÉ
DES FEMMES
ET DES HOMMES

