

# éducation Santé

Un mensuel au service des intervenants francophones  
en promotion de la santé - [www.educationsante.be](http://www.educationsante.be)  
N° 374 / FÉVRIER 2021



PB-PP  
BELGIE(N)-BELGIQUE



L'asbl  
AWSA-Be:  
Interculturalité  
et féminisme  
en EVRAS

# Sommaire



## 3

DONNÉES

**#Génération2020 et pratiques numériques des jeunes**, zoom

sur la santé mentale et l'EVRAS 2.0



## 7

DONNÉES

**La santé des jeunes en Belgique francophone :**

bilan 2018



## 10

ACTEURS

**L'asbl AWSA-Be :**

Interculturalité et féminisme en EVRAS



## 15

OUTILS

**Isolitude**



Sur notre site  
[www.educationsante.be](http://www.educationsante.be)

Retrouvez tous nos articles et bien plus encore sur notre site internet  
[www.educationsante.be](http://www.educationsante.be).

Dans les inédits web ce mois-ci, vous trouverez :

- › Dossier de connaissance :  
« Périnatalité & Santé environnementale. Sensibiliser et outiller les professionnels aux risques environnementaux et aux bonnes pratiques quotidiennes »,  
CREAI-ORS Occitanie, DRAPPS Occitanie
- › Sélection de ressources :  
« Promouvoir la santé au temps de la Covid-19 »,  
Service universitaire de promotion de la santé Uclouvain/IRSS-RESO
- › Sélection de ressources :  
« Sensibilisation des gestes barrière » à destination des enfants et adolescents,  
Service universitaire de promotion de la santé Uclouvain/IRSS-RESO

Éducation Santé est aussi présente sur les réseaux



sociaux. Retrouvez-nous sur Facebook :  
[www.facebook.com/revueeducationsante](http://www.facebook.com/revueeducationsante)

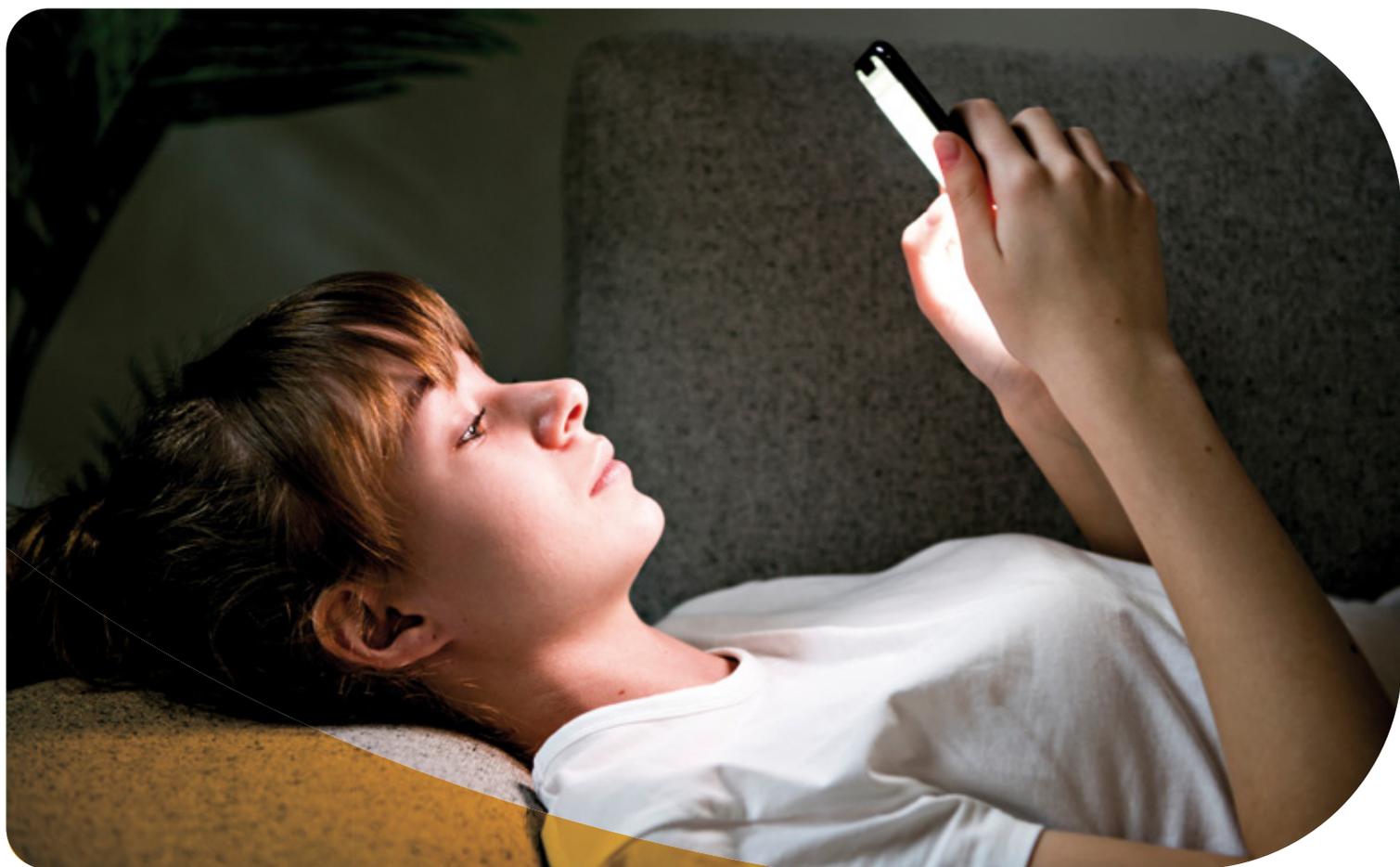
**MENSUEL** (11 numéros par an, ne paraît pas en août). **ABONNEMENT** : gratuit pour la Belgique. Pour l'étranger, nous contacter. **RÉALISATION ET DIFFUSION** : Alliance nationale des mutualités chrétiennes, dans le cadre de la Cellule de Coordination intermutualiste ANMC-UNMS. **ONT COLLABORÉ CE MOIS-CI** : Emma Holmberg et Thérèse Lebacqz (SIPES), Sarah Hassan, Outilthèque Pipsa. **RÉDACTRICE EN CHEF** : France Gerard ([education.sante@mc.be](mailto:education.sante@mc.be)). **SECRETARIAT DE RÉDACTION ET JOURNALISTES** : Sarah Hassan et Juliette Vanderveken. **CONTACT ABONNÉS** : [education.sante@mc.be](mailto:education.sante@mc.be). **COMITÉ STRATÉGIQUE** : Martine Bantuelle, Raffaele Bracci, Emmanuelle Caspers, Martin de Duve, Christel Depierreux, Dominique Doumont, Damien Favresse, Gaëlle Fonteyne, Olivier Gillis, Emma Holmberg, Marie Lefebvre, Denis Mannaerts, Daphné Scheppers, Catherine Spièce, Bernadette Taeymans, Chantal Vandoorne. **COMITÉ OPÉRATIONNEL** : Pierre Baldewyns, Dominique Doumont, Sarah Hassan, Anne-Sophie Poncelet, Edgar Szoc, Juliette Vanderveken. **ÉDITEUR RESPONSABLE** : Élisabeth Degryse, chaussée de Haecht 579/40, 1031 Bruxelles. **MISE EN PAGE** : Émerance Cauchie. **ISSN** : 0776 - 2623. Les articles publiés par Éducation Santé n'engagent que leurs auteurs. La revue n'accepte pas de publicité. Les textes parus dans Éducation Santé peuvent être reproduits après accord de la revue et moyennant mention de la source. **POUR TOUS RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES** : Éducation Santé ANMC, chaussée de Haecht 579/40, 1031 Bruxelles. **INTERNET** : [www.educationsante.be](http://www.educationsante.be). **COURRIEL** : [education.sante@mc.be](mailto:education.sante@mc.be). Pour découvrir les outils francophones en promotion de la santé : [www.pipsa.be](http://www.pipsa.be). Les textes de ce numéro sont disponibles sur notre site [www.educationsante.be](http://www.educationsante.be). Notre site adhère à la plate-forme [www.promosante.net](http://www.promosante.net). Éducation Santé est membre des fédérations wallonne et bruxelloise de promotion de la santé. Bureau de dépôt : Bruxelles X – ISSN 0776-2623. Numéro d'agrégation : P401139. Crédit photos : AdobeStock.

# #Génération2020 et pratiques numériques des jeunes, zoom sur la santé mentale et l'EVRAS 2.0

DONNÉES

« #Génération2020 » est une enquête de grande ampleur sur les usages numériques des enfants et des ados en Fédération Wallonie-Bruxelles. Elle a sondé l'utilisation des applications et différents écrans par les jeunes (de 6 à 12 ans et de 12 à 18 ans), mais aussi leur rapport à l'information et la gestion de leurs interactions en ligne. Réalisée entre octobre 2019 et janvier 2020 (elle n'intègre donc pas les changements de comportements qui ont pu avoir lieu pendant la période de confinement qui a suivi), « #Génération2020 » est le fruit d'une collaboration entre Media Animation et le Conseil Supérieur de l'Éducation au Média (CSEM) dans le cadre du projet européen BBICO3.

► SARAH HASSAN



Les résultats présentés dans cet article font partie d'un ensemble plus large de données recueillies dans le cadre de l'étude #Génération2020, dont les résultats ont été publiés dans le livret #Génération2020, les jeunes et les pratiques numériques<sup>1</sup>, créé par Média Animation, en collaboration avec le Conseil Supérieur de l'Éducation aux Médias.

Cette enquête est l'équivalent francophone de « *Apestaartjaren* », réalisée en Flandre depuis 2008 qui sonde les jeunes néerlandophones. Grâce à cette enquête qui mêle entretiens qualitatifs et quantitatifs, différentes données concernant la consommation des outils numériques par les jeunes ont pu être mises en évidence. Dans cet article, nous nous intéresserons plus spécifiquement aux résultats qui affectent la vie relationnelle, affective et sexuelle (VRAS) des jeunes, mais aussi ce qui touche au cyberharcèlement, à la santé mentale et au stress.

### Bases des usages

L'enquête commence par mettre en évidence la différence de traitement faite par les parents par rapport aux enfants en primaire et ceux en secondaire.

Pour les enfants à l'école primaire, le smartphone est présent chez 80 % des élèves à partir de la 5<sup>e</sup> ou 6<sup>e</sup> primaire mais le temps passé sur l'écran reste majoritairement contrôlé par les parents. Cependant, peu d'entre eux savent exactement ce que leur enfant fait en ligne. Il ressort néanmoins que l'utilisation principale qui en est faite est de l'ordre du divertissement (top 3 : jouer, regarder des vidéos, écouter de la musique).

Chez les adolescents, les écrans sont principalement utilisés pour avoir accès aux réseaux sociaux. Il apparaît que les parents interviennent très peu dans la régulation de leurs activités en ligne. Un peu plus de 70 % d'entre eux ne sont pas limités par un ou des parents dans leur durée d'utilisation du smartphone. 80 % d'entre eux ne discutent jamais avec leur-s parent-s de ce qu'ils font en ligne. Pour les élèves de secondaire, les plateformes les plus populaires sont : *YouTube*, *Instagram*, *Snapchat*, *WhatsApp* et *Messenger* et dans une certaine mesure *Facebook* et *TikTok*. Un ado sur deux reconnaît d'ailleurs passer « trop » de temps sur son smartphone.

### Stress numérique

#Génération2020 a sondé les jeunes sur la question du stress potentiellement généré par la surutilisation des

outils numériques, et recueilli leurs opinions et ressentis sur les utilisations communément considérées comme problématiques. « *La privation d'accès aux écrans provoque-t-elle une impression de manque<sup>2</sup> ? Plus de la moitié (55 %) des élèves déclare qu'ils ou elles ressentiront un certain manque (35 % « oui, un peu », et 20 % « oui, certainement ») s'ils ou elles ne peuvent utiliser leur tablette pendant une journée. Mais les enfants s'estiment-ils-elles eux-mêmes trop attachés à leur tablette ? 61 % répondent par l'affirmative (28 % « parfois » et 33 % « souvent »). Le constat est le même en ce qui concerne le smartphone : 66 % des répondant-es disposant d'un smartphone ressentiront un manque (27 % « oui, certainement » et 39 % « oui, un peu ») s'ils-elles n'y ont pas accès pendant une journée. Ils sont 56 % à estimer l'utiliser avec excès (36 % « parfois » et 20 % « souvent »).* » (Wiard, 2020 p.45). Mais surutilisation et stress ont des liens plus complexes qu'il n'y paraît car les enquêteurs mettent en évidence que si les jeunes disent surutiliser les outils numériques, en pratique et en creusant les discussions, ce « trop » est surtout admis comme **une forme de désirabilité** vis-à-vis de l'adulte.

### Cyberharcèlement<sup>3</sup>

L'enquête met en évidence que, globalement, les jeunes ont tendance à veiller à la protection de leur vie privée en ligne. Le contrôle est réalisé a priori et consiste d'abord à ne pas accepter n'importe qui en ami-es sur les réseaux sociaux. Près de 80 % des jeunes se diront d'accord ou tout à fait d'accord avec cette affirmation, quand 64 % diront aussi se servir de la gestion des paramètres de confidentialité. En ce qui concerne le contrôle a posteriori : 56 % reconnaissent avoir déjà supprimé une identification d'eux-mêmes sur une photo publiée sur un réseau social.

### Vie Relationnelle Affective et Sexuelle 2.0

Un biais qu'il faut prendre en considération lorsqu'il est question d'interroger les adolescents sur leur vie sexuelle en ligne réside dans le fait même qu'un adulte conduise l'entretien. Yves Collard, responsable des entretiens qualitatifs, explique que « *les adolescents parlent surtout des autres adolescents et ont du mal, c'est normal, à en parler pour eux-mêmes* ».<sup>3</sup>

### Genre

Lors des entretiens, lorsqu'il est question de contrôle de la sexualité, la question de genre s'impose d'elle-même. Yves Collard souligne que « *le contrôle de l'image de la sexualité repose essentiellement sur les filles* ». « *Régulièrement dans les entretiens il était question du contrôle de la sexualité des filles. [...] Pour les ados, exposer son*

1 Wiard V. (2020), #Génération2020, les jeunes et les pratiques numériques. Média Animation.

2 Cette impression de manque n'a pas de valeur diagnostique sur une quelconque addiction, il s'agit uniquement du ressenti des répondant-es.

3 Les questions sur ce thème ont été posées de façon aléatoire en secondaire (environ 1/3 des élèves y ont répondu) et en primaire (avec pour les primaires une diffusion de ces questions à partir de la 3<sup>e</sup> primaire).

corps, c'est en quelques sortes indiquer son niveau de moralité. ». Pour les filles, il s'agit aussi de se rendre désirable tout en indiquant sa « respectabilité », « et donc c'est une zone extrêmement compliquée à négocier pour les adolescentes », explique toujours Yves Collard, et ce en dépit de l'aide et des normes du groupe (extrêmement drastiques dans certains cas).

Certains chiffres mettent très fort en évidence ces différences entre les genres. Notamment dans le cadre de la réponse à la question « Quelqu'un t'a-t-il forcé-e ou mis la pression pour que tu envoies une photo coquine ? ». 28 % des filles répondent par l'affirmative, contre seulement 7 % des garçons. Ces derniers seront par contre plus nombreux à faire des photos sur lesquelles ils sont clairement identifiables.

### Sexto et photos coquines

S'il est certain que les jeunes du secondaire exploitent les outils numériques à leur disposition pour explorer et nourrir leur vie sexuelle, affective et relationnelle, #Génération2020 s'est demandé comment ils le faisaient plus précisément. Il ressort sans vraiment de surprise que les applications et réseaux sociaux sont souvent utilisés par le ou la jeune pour dialoguer avec son ou sa partenaire. Mais qu'en est-il des fameux sexto et photos coquines ?

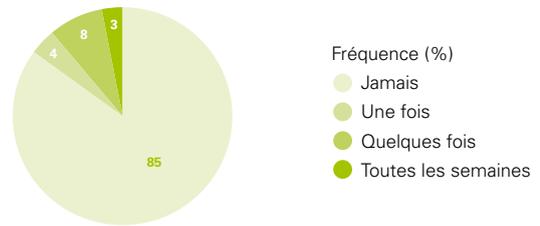
« Au cours des deux derniers mois, seuls 15 % des jeunes interrogés expriment avoir pris une photo coquine d'eux-mêmes avec l'intention de l'exploiter dans un sexto. Cela ne signifie pas que les jeunes l'ont effectivement envoyée » (Wiard, 2020 p.54). Seules 76 % d'entre elles seront finalement envoyées. Cependant, ces chiffres sont à prendre avec un certain recul car il s'agit d'un sujet qui semble difficile à aborder pour les jeunes. Les enquêteurs-trices précisent qu'ils observent « surtout une pudeur des jeunes à s'exprimer sur ce sujet, comme en témoigne le faible taux de participation à la question relative à cette pratique ».

Le fait de pouvoir mettre une interface numérique entre soi et son, sa ou ses partenaires, peut fournir à certains jeunes une alternative pratique pour « tenter progressivement l'aventure des rencontres amoureuses, mais aussi parfois, pour explorer, voire construire, sa sexualité » (Wiard, 2020 p.54).

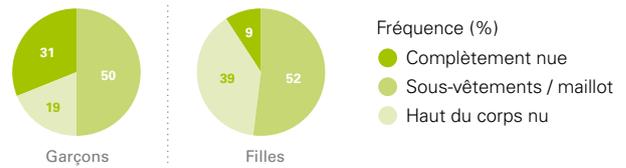
Contrairement à ce que l'on pourrait penser, la plupart des adolescent-es considèrent que la question de photos coquines est quelque chose de préoccupant et non une norme. Néanmoins, ils estiment que cette dérive a peu de poids en comparaison des enrichissements affectifs que les interfaces leur procurent.

### Les ados et le sexting

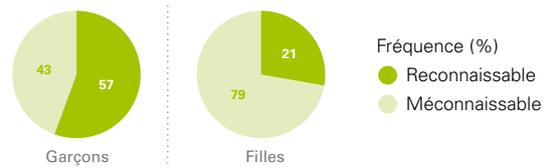
Au cours des 2 derniers mois, combien de fois as-tu pris des photos coquines de toi ?



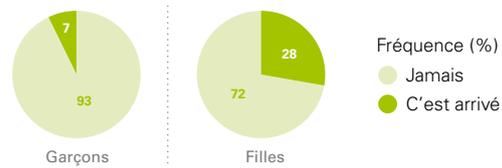
Comment es-tu habituellement représenté-e sur la photo coquine que tu envoies ?



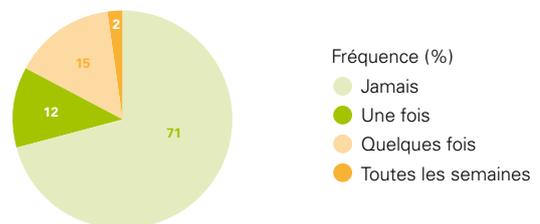
Es-tu reconnaissable sur les photos que tu envoies ?



Quelqu'un t'a-t-il forcé-e ou mis la pression pour que tu lui envoies une photo coquine ?



À quelle fréquence une personne t'a-t-elle envoyé une photo coquine d'elle-même ?



Comme l'illustre le graphique ci-dessus, la moitié des photos coquines est prise en sous-vêtements, en exposant donc une nudité partielle, avec une différence marquée entre les genres. Quand les garçons se disent susceptibles de poser nus, les filles répondent de façon moins tranchée.

« Ça dépend un peu de l'expérience de chacun. Depuis qu'il y a les réseaux, tout le monde le fait. C'est devenu une habitude [...] moi j'ai déjà reçu [...] si la personne me plaît, voilà je suis content. Mais si c'est une personne que je ne connais pas, je serais choqué. Si c'est une personne que t'aimes beaucoup, pourquoi pas. Mais envoyer des choses de moi, je ne l'ai jamais fait [...] mais, pour moi, c'est pas un problème. Y'a pas que les jeunes qui le font!

Des parents aussi le font! Je dirais que c'est un truc naturel, des envies de l'homme et de la femme. » (S6)

Verbatim issu du livret #Génération2020, les jeunes et les pratiques numériques (Wiard, 2020 p.54)

i

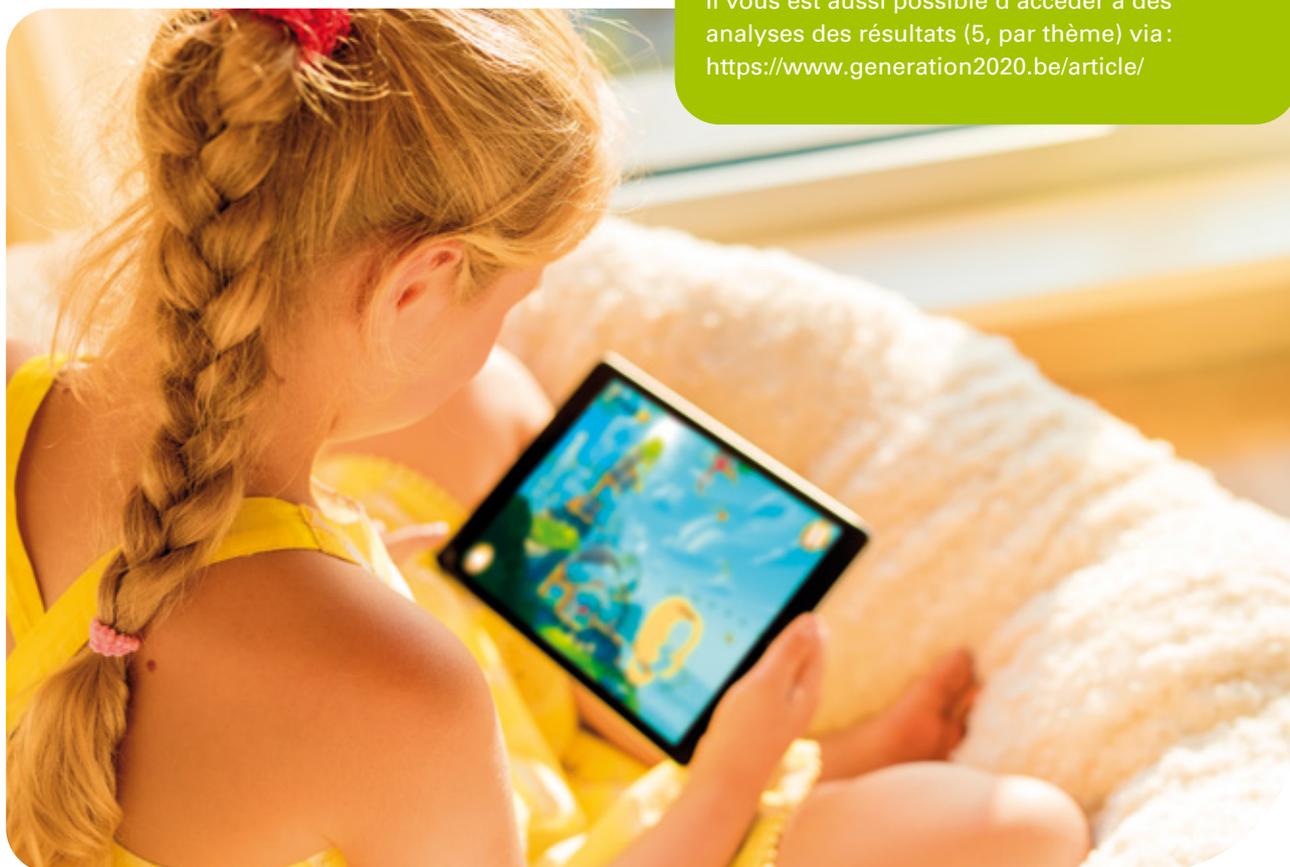
Si les informations qui ressortent de cette enquête apportent un éclairage très intéressant sur les pratiques numériques des jeunes dans les domaines de l'EVRS et de la santé mentale liée aux problèmes de cyberharcèlement et de stress numérique, elles doivent être prises avec recul. En effet, les auteurs et autrices rappellent à de nombreuses reprises les biais auxquels ils et elles ont fait face. Il appartient à ceux qui travaillent sur le terrain, avec et pour les jeunes (que ce soit dans le cadre de la création d'outils qui leurs sont destinés, ou d'animations) de se saisir de ces données et de les confronter à leur réalité de terrain.

Nous vous invitons vivement à prendre connaissance des résultats complets de l'enquête #Génération2020 sur le site internet qui lui est dédié :

<https://www.generation2020.be>  
ou encore en téléchargeant le livret en pdf à l'adresse :

[https://www.generation2020.be/wp-content/uploads/2020/09/Ge%CC%81ne%CC%81ration2020\\_Livretdesre%CC%81sultats.pdf](https://www.generation2020.be/wp-content/uploads/2020/09/Ge%CC%81ne%CC%81ration2020_Livretdesre%CC%81sultats.pdf)

Il vous est aussi possible d'accéder à des analyses des résultats (5, par thème) via : <https://www.generation2020.be/article/>





DONNÉES

# La santé des jeunes en Belgique francophone : bilan 2018

En 2018, la onzième édition de l'enquête « Comportements, bien-être et santé des élèves » a été menée auprès des élèves scolarisés de la 5<sup>e</sup> primaire à la 7<sup>e</sup> secondaire en Belgique francophone. Cette enquête est le versant francophone belge de l'étude internationale « *Health Behaviour in School-aged Children* » (HBSC), menée tous les quatre ans dans près de 50 pays ou régions, sous le patronage du Bureau Régional de l'Organisation Mondiale de la Santé pour l'Europe. Elle a pour objectif de décrire les comportements de santé, l'état de santé et le bien-être des adolescents, ainsi que l'évolution de ces indicateurs au cours du temps.

► **EMMA HOLMBERG & THÉRÉSA LEBACQ**, chercheuses au Service d'Information, Promotion, Éducation Santé (SIPES), École de Santé Publique-Université Libre de Bruxelles (ULB)

En 2018, 4 118 élèves scolarisés en 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> primaires et 10 289 élèves scolarisés dans l'enseignement secondaire ont participé à cette enquête en Belgique francophone. Cet article présente un extrait des résultats de l'enquête ainsi que l'évolution de certains indicateurs au cours du temps. Les résultats complets sont diffusés dans différentes brochures thématiques, disponibles sur le site web du Service d'Information, Promotion, Éducation Santé (SIPES, <http://sipes.ulb.ac.be>).

### Le bien-être à l'école des adolescents

En 2018, en Belgique francophone, 37 % des élèves de fin de primaire et 24 % des élèves du secondaire ont déclaré aimer beaucoup l'école. Par ailleurs, les élèves de 5<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> primaire étaient plus nombreux à percevoir un soutien élevé de la part de leurs camarades de classe que ceux du secondaire. Cette proportion est en diminution depuis 2002 chez les élèves de 5<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> primaire tandis que dans le secondaire, elle est caractérisée par plusieurs fluctuations mais tend à diminuer globalement (Figure 1).

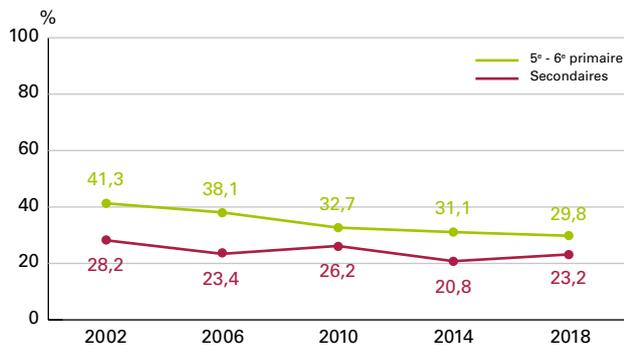


Figure 1: Proportions d'élèves ayant une perception positive des relations avec les élèves de leur classe (2002-2018)

En outre, quatre élèves du secondaire sur dix ont déclaré être assez ou beaucoup stressés par leur travail scolaire, une proportion plus élevée qu'en 5<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> primaire (28 %). L'analyse des évolutions montre que les proportions d'élèves stressés par leur travail scolaire ont augmenté entre 2010 et 2018, cette augmentation étant de plus grande ampleur dans le secondaire qu'en fin de primaire (Figure 2).

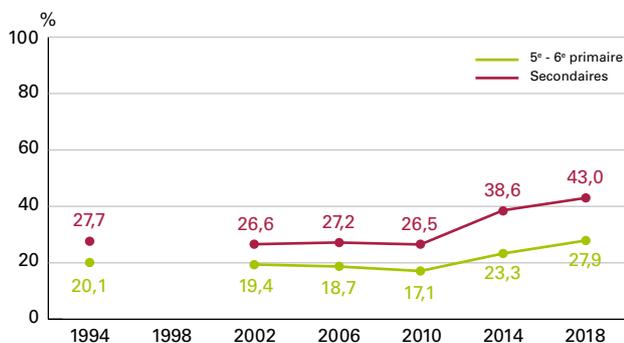


Figure 2: Proportions d'élèves stressés par leur travail scolaire (1994-2018)

Parmi les formes de mal-être à l'école, le harcèlement est la plus courante chez les adolescents. En 2018, le harcèlement scolaire et le cyber-harcèlement étaient plus répandus

en fin de primaire que dans le secondaire : un élève de 5<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> primaire sur dix a déclaré être victime de harcèlement à l'école et 2 % de cyber-harcèlement, tandis que respectivement 5 % et 1,5 % des élèves du secondaire étaient victimes de harcèlement scolaire et de cyber-harcèlement.

### Une situation contrastée en fonction du genre et de l'orientation scolaire

Globalement, les filles mentionnaient plus fréquemment aimer l'école que les garçons mais étaient plus souvent stressées par leur travail scolaire. Les garçons ont, quant à eux, déclaré plus souvent que les filles être auteurs de harcèlement scolaire, de cyber-harcèlement, et être fréquemment impliqués dans des bagarres.

Dans le 2<sup>e</sup> – 3<sup>e</sup> degré du secondaire, des différences ont été observées selon l'orientation scolaire. Ainsi, les élèves de l'enseignement professionnel étaient proportionnellement plus nombreux que ceux de l'enseignement général et technique de transition, à déclarer être auteurs de cyber-harcèlement, à avoir une satisfaction élevée vis-à-vis de l'école, et une perception positive de leurs relations avec les élèves de leur classe et avec leurs professeurs. À l'inverse, les élèves de l'enseignement général et technique de transition étaient davantage stressés par leur travail scolaire.

### Comment ont évolué les comportements de santé des adolescents ?

Suivre l'évolution dans le temps des indicateurs de santé permet d'identifier des domaines pour lesquels les actions de promotion de la santé ont pu porter leurs fruits (parmi d'autres changements qui déterminent la santé des enfants), mais aussi ceux pour lesquels des marges d'amélioration demeurent.

En 2018, seul un cinquième des élèves de 5<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> primaire (21,6 %) et un dixième des élèves du secondaire (12,4 %)

### Qu'est-ce qu'une activité physique d'intensité modérée à soutenue ?

L'activité physique peut être catégorisée selon son degré d'intensité, c'est-à-dire selon le niveau d'effort nécessaire à sa pratique. L'activité physique d'intensité modérée à soutenue comprend :

- ▶ L'activité physique d'**intensité modérée**, qui demande un effort moyen et accélère sensiblement la fréquence cardiaque comme, par exemple, marcher d'un pas vif, danser, réaliser des petits travaux à la maison, participer à des jeux actifs...
- ▶ Et l'activité d'**intensité soutenue**, qui, elle, demande un effort important et accélère de façon notable la fréquence cardiaque. C'est le cas lorsque nous courons, faisons du vélo, nageons, pratiquons un sport ou participons à des compétitions.



## Pour plus d'information

pratiquaient au moins une heure par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue comme le recommande l'Organisation Mondiale de la Santé (cf. encadré). Une tendance à la diminution est observée depuis 2006, celle-ci étant, néanmoins, de plus faible ampleur chez les élèves de fin de primaire (Figure 3).

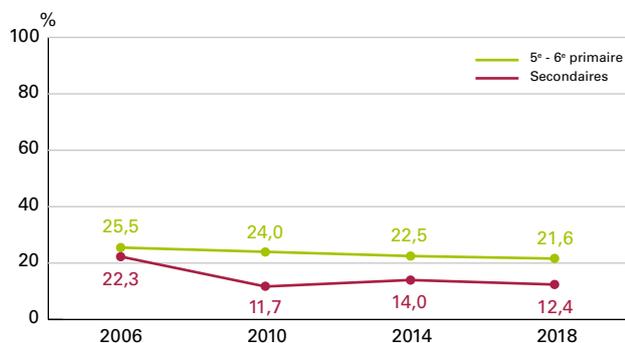


Figure 3: Proportions d'élèves pratiquant minimum une heure par jour d'activité physique d'intensité modérée à soutenue (2006-2018)

En revanche, une augmentation de la proportion d'élèves de 5<sup>e</sup> - 6<sup>e</sup> primaire et du secondaire passant au moins deux heures par jour en semaine devant la télévision est observée depuis 2010, et pourrait refléter l'utilisation répandue de « télévisions connectées » et de plateformes telles que Netflix® ou Youtube® (Figure 4).

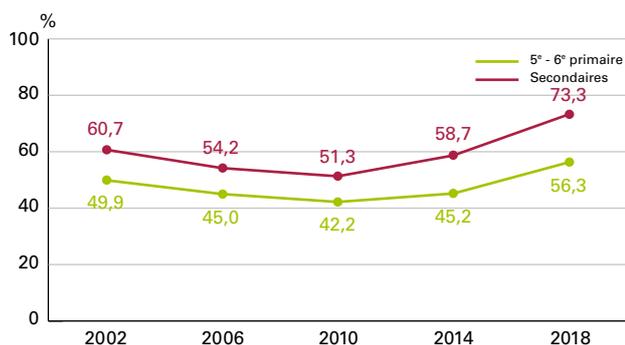


Figure 4: Proportions d'élèves passant minimum deux heures par jour en semaine devant la télévision (2002-2018)

Dans le secondaire, une tendance positive est observée en ce qui concerne le tabagisme : la proportion d'élèves de secondaire déclarant fumer du tabac quotidiennement a, en effet, été divisée par trois entre 2002 et 2018 (Figure 5).

Les résultats complets sur les évolutions des indicateurs sont disponibles sur le site web du SIPES dans la brochure: Lebacq T., Dujeu M., Desnoux V., Holmberg E., Moreau N., Pedroni C., Castetbon K. Évolutions au cours des années d'enquête. Comportements, santé et bien-être des élèves en 2018 – Enquête HBSC en Belgique francophone. Service d'Information, Promotion, Éducation Santé (SIPES), École de Santé Publique, Université libre de Bruxelles. 2020. 56 pages.

Disponible sur: <http://sipes.ulb.ac.be>

La méthodologie et les résultats saillants de l'enquête HBSC en 2018 sont également présentés, de façon succincte, sous forme de capsules vidéos, disponibles sur la page YouTube du SIPES: [https://www.youtube.com/channel/UC9vEIJoKySbZUvZ2ii\\_neKg/videos](https://www.youtube.com/channel/UC9vEIJoKySbZUvZ2ii_neKg/videos)

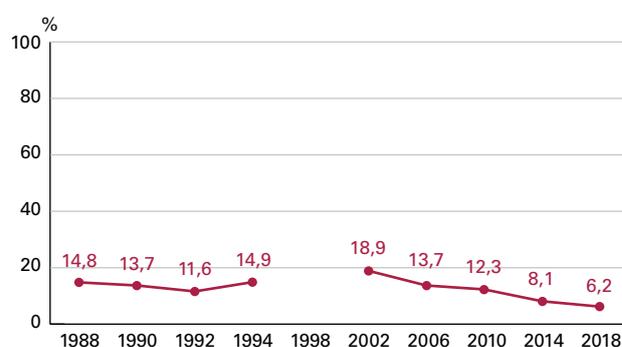


Figure 5: Proportions d'élèves du secondaire déclarant fumer du tabac quotidiennement (1988-2018)

### Perspectives

En 2018, l'enquête HBSC a permis d'obtenir des informations clés sur les comportements de santé, la santé et le bien-être des adolescents scolarisés en Belgique francophone. Ces données permettent notamment d'informer et d'orienter les actions et politiques visant à promouvoir la santé des adolescents. Le prochain volet d'enquête HBSC en Belgique francophone sera mené en 2021-2022.



# L'asbl AWSA-Be

## Interculturalité et féminisme en EVRAS

Parler de clitoris, de masturbation, de consentement ou encore d'*empowerment* avec des femmes originaires du monde arabe : c'est, entre autres, le challenge que s'est lancé l'asbl AWSA. Son site *Sexualités Sans Tabou*<sup>1</sup> regorge de ressources, d'outils et de témoignages recueillis par l'asbl.



ACTEURS

### ► SARAH HASSAN

Avant tout, AWSA-Be (pour *Arab Women Solidarity Association* dans sa version belge) se définit comme une association laïque et mixte, indépendante de toute appartenance nationale, politique ou religieuse. Elle est reconnue en éducation permanente et y intègre le féminisme dans le but de favoriser l'épanouissement et le vivre-ensemble. L'asbl milite pour la promotion des droits des femmes originaires du monde arabe, que ce soit dans leurs pays d'origine ou celui d'accueil. Son objectif est de briser les clichés sur les femmes, et de créer des ponts interculturels. En pratique, l'association organise de nombreux événements et activités, parmi lesquels : des conférences et formations, des week-ends thématiques à destination des femmes, des échanges avec des professionnels de santé mais aussi des artistes originaires du monde arabe, un théâtre, une chorale ou encore des ateliers à destination d'un public jeune, pour ne citer que cela. Éducation Santé a rencontré Alicia Arbid, coordinatrice de l'asbl.

#### **ES : Alicia, pouvez-vous nous parler de la genèse d'AWSA en quelques mots ? Pourquoi vous être porté-es sur ce public spécifique que sont les femmes issues du monde arabe ?**

L'association a été créée en 2006 sous forme d'asbl, mais existait depuis 2 ans comme association de fait. À l'origine, un groupe d'amies, 3 femmes d'origine arabe, a décidé de créer des activités conviviales... Ça a commencé chez l'une puis chez l'autre, notamment avec la chorale qui est là depuis le tout début (bien avant la création d'AWSA sous forme d'asbl), avec l'idée de promouvoir les cultures du monde arabe et de faire entendre la voix des femmes, ainsi que de combler un manque qu'il y avait – et qui perdure – de structures pour ces femmes (outre celles pour l'apprentis-

sage de la langue, ou d'aide aux primo-arrivant-es...). Ce sont des femmes qui ont la volonté de se connecter, d'être en lien et de promouvoir leurs cultures.

#### **ES : Quels sont vos principaux chevaux de bataille ?**

Nous nous situons dans du plaidoyer féministe avec une approche positive pour promouvoir l'égalité, le vivre-ensemble et la justice. Ce qui est transversal dans toutes nos actions, c'est la volonté de valoriser les femmes originaires du monde arabe. Pour elles-mêmes, pour la société en général, et pour les communautés qui véhiculent aussi parfois des clichés. Dans toutes nos activités, nous voulons garder cette approche positive et valorisante des femmes originaires du monde arabe, en cassant les clichés sur elles ; mais nous souhaitons aussi créer des ponts entre les cultures et travailler sur les méconnaissances mutuelles. On insiste sur la diversité des parcours et des profils de ces femmes, mais aussi la diversité des pays et des cultures du monde arabe.

Le féminisme dans lequel nous nous inscrivons est un féminisme qui n'hierarchise pas les discriminations et qui porte un intérêt particulier au contexte dans lequel les femmes vivent. Ce contexte politique, économique, social, religieux et culturel façonne les vies des femmes et toute atteinte aux femmes est une atteinte aux droits humains.

Dans cette optique, bien que nos outils mettent en avant des femmes issues du monde arabe, nous allons toujours faire un lien avec la Belgique ou avec d'autres féministes du monde. Notre plaidoyer s'inscrit tant dans une grille de lecture intersectionnelle que dans une approche globale de tous les enjeux de société.

<sup>1</sup> <https://sexualitessanstabou.awsa.be>

**ES: Quels sont vos lieux d'action? Bruxelles essentiellement?**

Nous sommes déjà sorti-e-s de Bruxelles et avons fait des activités ou des pièces de théâtre au Liban et au Maroc, par exemple. Nous essayons de créer des ponts avec les pays du monde arabe, et ce, notamment en faisant venir des artistes, des auteures et des professionnels de la santé, (sexologue, médecin, etc.). Dans le cadre de la santé par exemple, nous avons invité encore la fondatrice et présidente de la première organisation de patients séropositifs au Maroc vivant elle-même avec le VIH.

Sinon, en plus de Bruxelles, nous travaillons parfois avec des partenaires à Liège, Verviers ou, par exemple Grenoble où nous allons organiser une exposition... Cela dépend un peu des projets.

**ES: Vous avez développé un site qui s'appelle «Sexualités Sans Tabous» et qui traite beaucoup d'EVRAS<sup>2</sup>. Dans quel but et d'où est partie cette idée?**

Le site est né de la volonté de rendre plus accessibles des thèmes que nous abordons fréquemment pendant des ateliers de terrain avec les femmes et les jeunes. À l'origine, avant d'envisager ce site, nous avons organisé des week-ends «sexualités sans tabous» avec une quinzaine de femmes et... c'était génial! Nous sommes allées à la mer dans un centre de bien-être, on a parlé, on s'est retrouvées entre nous, on a fait des ateliers pour déconstruire, libérer la parole. Le but était de faire à la fois du collectif et de l'individuel, le temps d'un week-end. Des intervenantes externes sont venues, comme Zina Hamzaoui, sexologue féministe et musulmane. Pour les femmes présentes, pouvoir juste s'offrir un moment à elles, le temps d'un week-end et dans ce cadre-là était déjà très fort. Nous avons aussi une diversité de femmes très intéressante: des femmes jeunes ou plus âgées, mariées ou pas, très pratiquantes religieusement ou pas du tout... Cela a créé une bonne ambiance et de très beaux moments d'échanges. Suite à cette première expérience, les demandes pour la réitérer ont afflué.

Le site est né d'une volonté de prolongation, de garder une trace de ces week-ends, parce que malheureusement ça a un coût et qu'on ne peut pas en faire à volonté. Les thématiques, les paroles de femmes, ou par exemple, les podcasts: cela vient des intervenantes qui ont participé aux week-ends. Ce site est à la fois un outil et le résultat de tout un projet, tout en étant pensé pour rester dynamique et être mis à jour. Il ne s'agit pas de quelque chose de figé.

**ES: Vous travaillez et développez des actions sur le terrain. Pour quels types de structure?**

Chaque année, nous avons des partenariats EVRAS où l'on travaille avec des jeunes du secondaire (à partir de la 3<sup>e</sup>). Cela fait longtemps qu'on y participe et le cadre est bien précis: nous tenons un stand dans un parcours itinérant où les jeunes passent de stand en stand. Nous interve-



nous aussi ponctuellement dans des hautes écoles, par exemple. Nous nous adressons donc à un public d'adolescents à jeunes adultes, femmes, mais aussi d'animateurs qui n'arrivent pas à parler des questions de sexualité avec leurs jeunes, par exemple. C'est au cœur de nos actions.

En parallèle, on travaille le même type de questions avec des femmes sur différents projets. Par exemple, dans le cadre d'un projet « mariage et migration » où nous avons beaucoup abordé les questions de sexualité et de tabous en termes de relation affective. Selon le type de projet, nous sensibilisons différents groupes.

Il nous arrive aussi, dans le cadre de nos visites aux cafés<sup>3</sup> notamment, de traiter des questions de sexualité et de violence liées à l'honneur. Entre autres quand on a joué des extraits de notre pièce de théâtre « *Quand Fatima se fait appeler Sophie* », qui touche aux questions de sexualité et de réappropriation du corps. Cela a mené à des échanges très intenses avec les hommes. Nous avons aussi fait venir une troupe de théâtre marocaine qui parlait de violences et discriminations envers les mères célibataires et de la question des enfants nés hors mariage, et là c'est un public complètement différent de celui des jeunes de nos partenariats. Donc finalement on brasse assez large en termes de publics et de structures, même si nos premières bénéficiaires restent les femmes.

### **ES: Justement, lors de vos actions auprès des femmes pour parler de sexualité, quelles principales difficultés rencontrez-vous ?**

Il y a des questions qui reviennent souvent chez nos publics de femmes et jeunes femmes, – d'où l'importance de notre approche féministe interculturelle – comme : la pression autour de la virginité, la chasteté, le consentement, le choix de partenaire ou même celui d'avoir une sexualité ou pas, ou encore les questions de vaginisme, qui touche quand même assez fort les publics du monde arabe d'après les professionnels de santé avec qui nous échangeons. Par exemple, Amal Chabach, sexologue marocaine au Maroc, nous expliquait que c'est un pays très touché, notamment à cause de toutes ces craintes liées au contrôle du corps des jeunes filles, des questions d'honneur, etc.

Pour parler de sexualité, il faut aussi pouvoir mettre à l'aise nos publics dans un cadre convivial et sécurisant. Il faut pouvoir libérer la parole et... notre agenda.

Nos difficultés sont aussi liées au fait que nous sommes une petite équipe avec plusieurs demandes d'interventions et d'ateliers. Il nous est difficile parfois de ne pas pouvoir accompagner les femmes et jeunes femmes dans la durée.



© Awsa-be asbl



© Awsa-be asbl

### **ES: Y'a-t-il des sujets dont il vous est plus difficile de parler ?**

Les violences restent un sujet complexe. Nous ne sommes pas toutes psychologues et on est parfois sur le terrain en animation quand on se rend compte qu'on passe du rire (on utilise souvent l'humour pour aider à briser les tabous) aux larmes face à la prise de conscience des violences vécues. Parfois, certaines jeunes femmes s'en rendent compte à ce moment-là en pleine discussion collective, comme par exemple, cette jeune fille que sa mère emmenait se faire contrôler l'hymen chez le gynéco tous les trois mois... Pour elle, il était évident que c'était normal. Mais ça la dérangeait, et c'est aussi pour ça qu'elle nous en a parlé si facilement. Cependant, elle a pris conscience à ce moment-là que toutes n'avaient pas la même expérience.

Ou encore, par exemple lorsque des femmes enceintes vivent des situations de violence. D'où notre approche globale qui met en évidence le fait que ce ne sont pas des marques traditionnelles qui vont créer de la violence mais qu'il y a un environnement familial malsain parfois.

### **ES: Qu'en est-il de la question du plaisir féminin ?**

Elle est primordiale et l'enjeu se trouve dans l'éducation à la sexualité féminine. Le plaisir féminin était au centre de nos weekends sexualités sans tabou avec les femmes. Pourtant, ça reste tabou, comme si c'était gênant pour une femme de vouloir avoir du plaisir, de ressentir du désir, d'en parler... Nous avons, par exemple, une dame de plus de 40 ans qui ne s'était jamais masturbée. Lorsqu'elle a vu les autres femmes en être étonnées, elle a été gênée et en même temps très curieuse. Heureusement il y a eu beaucoup de bienveillance et de rire. C'est encore souvent très tabou alors qu'on parle de la masturbation des garçons tout le temps. Il est très intéressant de constater que quand on parle de sexualité avec les femmes, systématiquement elles ont tendance à vouloir parler d'éducation sexuelle pour leur garçon ou leur fille. Donc, lors de l'un de nos week-ends, une consigne était de ne pas parler d'éducation sexuelle des enfants mais de parler de leurs sexualités, de plaisir féminin et de leurs besoins et expériences à elles.

### **ES: Quelle-s difficulté-s rencontrez-vous en travaillant avec vos partenaires ?**

Éviter de tomber dans le relativisme culturel et d'entendre dire « *Non non, ils et elles ne sont pas prêts pour par-*

<sup>3</sup> AWSA organise des sorties dans certains cafés bruxellois dits « arabes ». Certains sont uniquement fréquentés par des hommes. L'idée est donc de s'y rendre afin de créer un espace de mixité (genre, origine...) et d'échanges. Elles y organisent aussi ponctuellement divers événements.

ler de ces choses-là». Ce n'est pas du tout notre approche. Par exemple, lorsque nous avons invité Amal Chabach (sexologue marocaine), nous avons contacté des associations partenaires avec qui nous avons déjà fait des ateliers sur d'autres thèmes; mais parce qu'il s'agissait de parler de sexualité dans ce cas-là, certaines animatrices nous ont répondu que cela n'irait pas, sans même en parler avec leur public au préalable. Finalement, nous avons réussi à persuader une des associations de faire l'animation et cela s'est super bien passé. Les femmes sont même restées près d'une heure de plus et elles étaient très heureuses d'avoir une sexologue à qui parler.

Heureusement les choses évoluent, cet exemple date d'il y a quand même quelques années, mais cela permet de montrer qu'il y a parfois aussi des craintes et des représentations des animateur-trice-s ou personnes de terrain eux-elles-mêmes.

De plus, ce que l'on va trouver délicat à aborder peut venir du fait que nous-mêmes ne soyons pas à l'aise parfois avec certains sujets. Pour animer nous devons nous aussi nous mettre dans une posture d'ouverture et d'apprentissage et dépasser/questionner les à priori et éventuelles fausses croyances sur notre public aussi.

### **ES: Vous vous heurtez parfois à la barrière de la langue ? L'arabe est-il utilisé ?**

Sur le parcours EVRAS, nous n'avons pas ce problème car ce sont souvent des jeunes qui parlent français. Mais avec les femmes, certaines ne parlent pas bien français. Cela dit, en termes de sexualité, il y a beaucoup de mots dans la langue arabe qui ne sont pas dits, donc on va utiliser des métaphores, l'anglais ou le français... C'est très intéressant à voir, il n'est donc pas toujours évident de parler de sa sexualité en arabe. On essaie quand même toujours d'avoir une collègue arabophone pendant les animations.

### **ES: Dans la même idée, la culture et/ou la religion posent-elles parfois problème ?**

La frontière entre le culturel et le religieux est souvent très floue, en particulier dans le contexte migratoire. Souvent l'argument religieux est utilisé comme étant un argument d'autorité mais qui a besoin d'être questionné, qui ne peut pas juste être évité que ce soit par racisme ou relativisme culturel.

On cherche à éviter la posture de mise à l'écart. D'ailleurs si l'animatrice est musulmane, il peut être parfois plus difficile pour elle de parler avec une femme musulmane sur les questions de sexualité et de féminisme, par peur d'être jugé-e ou de se sentir jugé-e.



Ensuite, il y'a les clichés entre femmes du monde arabe elles-mêmes. Quelques fois, des femmes m'ont dit « *Oui, mais tu es Libanaise, ce n'est pas la même-chose qu'au Maroc...* » Il y a effectivement des différences mais il y a aussi beaucoup de points communs entre toutes les femmes, peu importe leurs origines, liés notamment aux discriminations et violences du patriarcat...

Je pense qu'il faut mettre de côté nos clichés, parce qu'à partir du moment où l'on s'intéresse à l'autre et où l'on va poser des questions, c'est pour nouer une relation de confiance. On va essayer de comprendre les codes culturels parce qu'on y donne du sens, c'est une forme de reconnaissance. Cela peut parfois améliorer significativement la relation « animateur/animé » ou « soignant-e/soigné-e », et ça peut faciliter la communication. Je pense qu'il est faux de penser que l'on ne peut pas se parler si on n'est pas de la même culture.

Mais il faut bien sûr d'abord être à l'aise, s'informer, développer ses connaissances et sa curiosité, travailler sur sa posture et ses fausses croyances. D'où notre travail en éducation permanente où nous développons des outils et des supports pour les animateurs-trices et qu'il est possible de retrouver sur notre site, avec les fiches ludiques et pédagogiques



Pour retrouver ces fiches, rendez-vous sur :

- ▶ <https://www.awsa.be/fr/page/sante-sexualite>
- ▶ <https://www.awsa.be/fr/page/droits-femmes>
- ▶ <https://sexualitessanstabou.awsa.be>

### **ES: Alicia, qu'est-ce qui vous fait ressentir un sentiment de petite victoire ?**

J'avoue adorer ces moments de terrain, d'animation, pendant ces week-ends. J'ai l'impression d'apprendre à chaque fois. Ça me fait plaisir de voir ces femmes avec cette volonté d'aller de l'avant et de prendre soin d'elles. On voit que des choses se mettent en place, même si tout le monde n'est pas forcément prêt à changer tout de suite ses comportements. Ce qui est chouette c'est aussi cette envie de transmission, lorsqu'une femme dit « *J'ai envie que mon*



*enfant voie ça, ou que mon amie voie ça... ».* Ou encore pendant les visites aux cafés, lorsqu'un homme prend notre brochure en nous disant qu'il en parlera à sa sœur ou à sa femme en rentrant, par exemple.

Et quand on parle d'animations autour de la sexualité, ce qui fait vraiment plaisir est de pouvoir mettre réellement les femmes au centre de la discussion, de prendre le temps et de leur permettre de prendre ce temps, mais aussi de sentir qu'un lien s'est créé même si ce n'est que pour 1h ou 1h30. Le fait de sentir qu'il y a eu un échange riche et de la bienveillance de la part de ces femmes. Et même si elles ne sont parfois pas du tout d'accord entre elles, d'ailleurs !

### ES : Quels sont les projets d'avenir d'AWSA ?

Avec la situation sanitaire, il nous faut nous adapter mais cela fait plusieurs années qu'on travaille sur des questions d'insertion socio-professionnelle et de travail sur l'intériorisation des discriminations dans le cadre de la recherche d'emploi. Nous continuons en partenariat avec *Pour La Solidarité*<sup>4</sup>, même en confinement, à faire des coachings individuels et collectifs avec des jeunes qui sont hors circuit,

c'est à-dire ni dans un parcours scolaire, ni dans un circuit de formation, ni enregistré chez Actiris (les NEETT<sup>5</sup>). Suite à nos ateliers/interventions dans des partenariats en insertion socioprofessionnelle, nous avons eu envie de lancer le projet « Ambition ». Il consiste à faire de l'accompagnement à l'emploi de manière alternative. Concrètement, il s'agit, le temps d'un week-end, de proposer à ces jeunes demandeuses d'emploi d'effectuer un travail de coaching individuel ainsi que sur leurs projets professionnels.

i

Accessible sur le site internet via :  
<https://www.awsa.be/fr/page/discriminations-identites>

À côté de ça et toujours en lien avec cette thématique d'insertion professionnelle, nous allons mener une campagne de promotion de la diversité des mentors<sup>6</sup>. Souvent, les mentors sont des personnes issues du même milieu culturel, plus âgées, souvent des hommes... Il serait important dans ce travail de mentorat d'avoir aussi des femmes, originaires du monde arabe ainsi que d'autres cultures, pour pouvoir travailler à l'amélioration de la relation entre mentor et mentee.

Parallèlement, pour 2021, nous avons le projet de créer une exposition photo sur base d'un concours photos destiné aux Libanais et Libanaises du Liban, avec le soutien de la Ville de Bruxelles, Solidarité Internationale. L'idée est de représenter la diversité du pays et des femmes tout en montrant ce qui rassemble malgré cette diversité. Nous voulons également lancer un appel aux jeunes du pays du Cèdre pour qu'ils/elles produisent des textes (en français, anglais ou arabe) afin de s'exprimer sur la laïcité. Le but est que ce soit, à Bruxelles, d'abord une opportunité d'en savoir plus sur le pays, et ensuite qu'il s'agisse d'un « cas d'école » pour parler de l'importance de la laïcité dans un contexte communautaire difficile.

Enfin, il y a nos animations, formations et interventions externes mais aussi des partenariats, entres autres, sur le thème « Femmes, vêtements et société » (avec la Maison des Femmes de Molenbeek) ou un projet de dessins avec l'artiste Hanane Khaldouni pour dénoncer les différentes formes de violences faites aux femmes avec le *European Network of Migrant Women*.

**Cette programmation ne constitue qu'une partie de ce qui est à l'agenda d'AWSA pour 2021. Nous vous invitons à retrouver l'ensemble de leurs projets sur [www.awsa.be](http://www.awsa.be).**

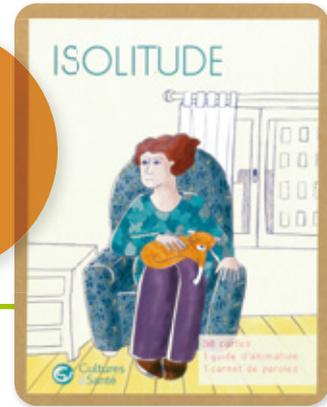
<sup>4</sup> <https://www.pourlasolidarite.eu>

<sup>5</sup> *Not in Education, Employment or Training* (« ni étudiant, ni employé, ni stagiaire »).

<sup>6</sup> « Le mentorat est une forme de coaching dispensé par une personne expérimentée, le mentor, à un partenaire inexpérimenté, le mentee. L'idée est de former un binôme pour partager, échanger et progresser ensemble. Le mentor ne va pas trouver du travail à votre place mais il va donner de son temps pour vous écouter, vous conseiller et vous aider à progresser pas à pas dans votre recherche d'emploi, votre reconversion ou votre lancement d'entreprise ». Définition fournie par Actiris.

# Isolitude

OUTILS



© Cultures&Santé asbl

## ► OUTILTHÈQUE PIPSa

### DESCRIPTION SELON L'ÉDITEUR

#### Matériel

- Un guide d'animation (30 pages)
- 30 cartes illustrées (dont 2 cartes vierges)
- Un carnet de paroles « La solitude, l'isolement et la personne âgée » (50 pages)

#### Concept

L'outil d'animation Isolitude, permettant d'ouvrir un dialogue sur la solitude et l'isolement au sein de groupes d'adultes, s'inscrit dans la foulée d'une réflexion menée par un groupe de l'asbl Caria sur la solitude et l'isolement des personnes âgées, et ayant abouti à la publication du carnet « La solitude, l'isolement et la personne âgée : Paroles croisées et démarche du projet ». Isolitude est composé d'un guide d'animation et d'un jeu de cartes, permettant à tout professionnel ou volontaire animant des groupes d'adultes de mener une animation sur les thèmes de la solitude et de l'isolement (notamment des personnes âgées mais pas uniquement). L'animation offre une occasion d'exprimer ses représentations, de découvrir certains témoignages contenus dans le carnet de paroles et de se positionner par rapport à ceux-ci, d'identifier, à partir des cartes

illustrées, les facteurs qui sont à la source de la solitude et de l'isolement subis et enfin, d'imaginer des pistes pour rompre cette solitude et cet isolement, lorsqu'ils sont subis.

#### Objectifs

- Faire émerger ses représentations de la solitude et de l'isolement
- Découvrir d'autres points de vue que le sien sur ce sujet afin d'enrichir ses propres représentations
- Identifier les mécanismes individuels et sociétaux qui produisent de la solitude et de l'isolement subis et porter un regard critique sur ceux-ci
- Identifier des pistes d'actions individuelles et collectives pour lutter contre la solitude et l'isolement subis

#### Conseils d'utilisation

L'animation est prévue pour un groupe de 5 à 12 personnes. Un minimum de deux heures de temps est nécessaire pour réaliser l'ensemble des pistes proposées mais il est possible de mener une réflexion plus courte sur certains aspects uniquement.

### L'AVIS DE PIPSa ([www.pipsa.be](http://www.pipsa.be))

#### Appréciation globale

Cet outil permet d'aborder une thématique importante et actuelle, pertinente en termes de prévention du suicide, chez les seniors notamment. En mettant les mots sur les causes et effets de solitude/isolement, les participants sont sollicités autour de leur vécu et histoire familiale, ouvrant la porte à une expression émotionnelle, qui devra être entendue et cadrée par l'animateur.

Exprimer l'émotion et mettre les mots sont les préalables nécessaires à la mise en action et l'analyse critique. Pour faciliter ce processus, l'animateur veillera à installer les conditions de confiance et de sécurité dans le groupe.

Pour atteindre leurs objectifs, les activités devraient se donner tout le temps de l'échange et du débat. Prévoir plus de temps que les 2h proposées paraît sage. L'outil peut susciter l'envie d'aller plus loin dans l'action (travailler plus aux pistes de solutions).

Téléchargeable, l'outil est en plus particulièrement facile d'appropriation.

**Réserves :** Débordements émotionnels possibles

**Public cible :** Adultes, seniors

### Où trouver l'outil ?

Cultures&Santé asbl

Rue d'Anderlecht 148, 1000 Bruxelles

+32 (0)2 558 88 10

[info@cultures-sante.be](mailto:info@cultures-sante.be)

<http://www.cultures-sante.be>

#### Utilisation conseillée

- ne pas se limiter à 2h, laisser le temps nécessaire à l'expression
- construire un cadre sécurisant avant d'aborder le thème
- adapter les phrases d'induction en fonction du public/contexte
- dans un projet intergénérationnel, dans une association de quartier (EDD, Alpha...): identifier ce qui manque dans le quartier

**Points forts :** Thématique actuelle et pertinente, accessibilité (téléchargement), prise en main facile

**Points d'attention :** Cadre sécurisant, animateur expérimenté dans les émotions, se donner du temps

**Sujets abordés :** Solitude, isolement, vieillissement

i

- Vous voulez partager une expérience dans Éducation Santé ?
- Vous avez rédigé un texte que vous souhaitez voir publier ?
- Vous lancez une campagne en promotion de la santé que vous aimeriez mettre en évidence ?
- Vous avez travaillé sur un projet dont le processus de mise en place ou d'évaluation mérite d'être mis en évidence ?

► Contactez-nous : [education.sante@mc.be](mailto:education.sante@mc.be)

