



# CRÉER UN "SAFER SPACE"!

**Nous partagerons un espace que nous créons ensemble et que chacun-e-x d'entre nous peut influencer.**

**Nous vous invitons à en prendre soin et à créer un espace plus sûr pour toutes les personnes du groupe.**

**Le terme "ESPACES PLUS SÛRS" est utilisé pour reconnaître les efforts continus visant à créer des environnements plus inclusifs et plus respectueux, tout en comprenant qu'il peut être difficile et irréaliste de parvenir à une sécurité absolue pour toutes les personnes.**

## CET ESPACE EST :

- un **espace d'apprentissage**.
- un **espace sans jugement** (continuons à vérifier ce point en interne, car il est difficile à contrôler).
- un espace de **partage**, MAIS la quantité que tu veux partager dépend de toi!
- un **lieu de respect mutuel** de chaque personne et de la diversité de nos histoires et expériences.
- un **espace pour réexaminer** ce que nous savons déjà et remettre en question nos croyances.
- une invitation à l'**ouverture**, à l'**expérimentation** et au **ludique** lorsque c'est nécessaire.

**POUR CE VOYAGE, IL EST ESSENTIEL DE CRÉER UN ESPACE PLUS SÛR.**  
**Pour faciliter le partage des sentiments et des expériences personnelles dans un climat de confiance, il convient de tenir compte des lignes directrices suivantes :**



- ✓ Promouvoir l'**ÉCOUTE ACTIVE**.
- ✓ Pratiquez l'**EMPATHIE** (mettez-toi à la place d'une autre personne).
- ✓ Accueillir la **DIVERSITÉ** des voix et des expériences.
- ✓ Promouvoir le **SOIN DE SOI** : Encourage-toi et encourage les autres personnes à écouter leurs limites, à être attentif-ve-x-s et à prendre soin les un-e-x-s des autres.
- ✓ **RESPECTER LES LIMITES!** Nous travaillons sur un contenu sensible, et les personnes peuvent réagir différemment (par exemple : agressivité/rire nerveux). Lorsque quelqu'un-e-x semble mal à l'aise, laisse-lui un peu d'espace, ralentis et évite de le pousser.
- ✓ **ÊTRE CONSCIENTEUX** d'éviter de renforcer les stéréotypes en ne faisant pas de suppositions basées sur l'apparence, l'origine ou l'identité d'une personne.
- ✓ Évite le **LANGAGE** qui peut être offensant.
- ✓ **N'AIE PAS HONTE!** Ce n'est pas grave si tu ne sais pas tout ou si c'est la première fois que abordes certains sujets.
- ✓ Nous pouvons toutes commettre des erreurs... **ADMETS TON ERREUR** et **EXCUSE-TOI**. Sois ouvert-e-x à tout retour et à toute correction.



