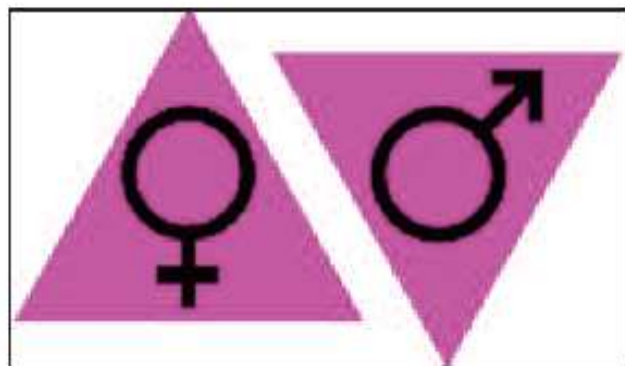


# La Suisse et le Québec, ensemble contre l'intimidation!

Le 17 août dernier, plusieurs jeunes de Côte-des-Neiges—Notre-Dame-de-Grâce, accompagnés des animateurs de parcs de Prévention CDN—NDG ont assisté à un cours d'autodéfense au Lac aux castors sur le Mont-Royal. Le cours a été offert par Madame Barbara Giason.

Barbara est née au Québec. Depuis quelques années, elle partage ses connaissances en autodéfense dans les écoles en



Suisse, plus particulièrement sur des projets de prévention jeunesse pour contrer l'intimidation.

En Suisse, comme au Canada, le phénomène de l'intimidation est un fléau. Les cours qu'elle donne

s'adressent aux filles et aux garçons pour que chacun comprenne mieux la réalité de l'autre genre. Les écoles font appel à elle pour intervenir de manière urgente dans les classes où la problématique est déjà importante. Par la suite, quand la crise est mieux contrôlée, ces cours sont donnés à titre de préventif. Dans ces cours, il est question de démystifier les genres (homme, femme), d'organiser des jeux de rôle, d'aborder



certain sujets tabous, etc. J'ai eu la chance d'assister à un cours que Barbara a donné à une quinzaine de jeunes au Lac aux

castors sur le Mont-Royal. Le cours a commencé par la présentation de chaque jeune. Cette activité s'est avérée pertinente, car elle a agi comme brise-glace ! Les jeunes ont appris à se présenter de manière à faire ressortir leur personnalité et pour démontrer leur confiance en eux. Par la suite, les jeunes ont appris quelques techniques physiques d'autodéfense. Les jeunes ont aussi participé à un jeu qui a eu pour but d'effleurer l'égalité entre les hommes et les femmes.

Parce qu'une image vaut mille mots, je vous laisse sur la conclusion de ce cours, où chaque jeune a dessiné sur un ballon un visage pour ensuite faire éclater le ballon. Ce geste a comme symbolique que chaque individu vaut quelque chose dans la société et qu'il est temps de dire non à l'intimidation!

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter <http://www.selbstverteidigung-in-schulen.ch/>

- Geneviève Bergevin