



# S'allier à un combat qui ne nous concerne pas directement : comment se positionner ?

Mai PAULUS

Analyse Esenca 2023



**Éditrice responsable** : Ouiam MESSAOUDI

**Siège social** : rue Saint-Jean, 32-38 - 1000 Bruxelles

**Accès public** : place Saint-Jean, 1 - 1000 Bruxelles • **Contact Center** : 02 515 19 19

**Numéro d'entreprise** : 0416 539 873 • **RPM** : Bruxelles • **IBAN** : BE81 8778 0287 0124

**Tél** : 02 515 02 65 • [esenca@solidaris.be](mailto:esenca@solidaris.be) • [www.esenca.be](http://www.esenca.be)



Avec le soutien de :



Une alliée ou un allié d'une communauté ou d'une cause, c'est une personne qui, de manière active et constante, soutient ces communautés et ces causes, leur est solidaire et défend leurs intérêts<sup>1</sup>. Cette personne alliée n'est pas forcément concernée par l'oppression contre laquelle elle sensibilise et lutte. Elle ne fait pas « partie » de la minorité qu'elle défend. Par exemple, il peut s'agir d'un homme qui est un allié de la cause féministe ou d'une personne cisgenre<sup>2</sup> hétérosexuelle qui soutient la communauté LGBTQIA+<sup>3</sup>, etc. Ne pas être concerné ou concernée par une cause ne signifie pas qu'on ne peut pas s'informer, être sensible aux problématiques, agir, militer et être conscient et consciente de ses privilèges dans certains contextes.

Quelle place ont alors les alliées et alliés dans ces combats et ces luttes ? Qu'attend-on d'eux ? Qu'est-ce que cela implique au quotidien ? De nombreux articles existent déjà concernant les alliées et les alliés de la communauté LGBTQIA+ et concernant les hommes combattant le sexisme. Mais nous posons ici la question au niveau des luttes anti-validistes portées par les personnes en situation de handicap, ainsi que les associations qui les représentent : quel(s) rôle(s) et quelle place devraient occuper les personnes alliées « valides » qui s'opposent au validisme<sup>4</sup> de notre société ? Exploration dans cette analyse.

## 1. Le militantisme, un engagement constant et durable

Si l'on en prend conscience, nous vivons quasiment toutes et tous au sein de nombreux systèmes d'oppression qui s'entremêlent bien souvent. Par le simple fait de naître femme, de venir d'un autre pays, de vivre en situation de handicap, de ne pas correspondre aux normes que l'on attend de nous, d'être obligé de vivre dans un monde qui ne permet pas d'envisager un avenir serein (urgence climatique, crise économique, montée de l'extrême droite en Europe, etc.). Face à l'injustice, aux droits menacés et bafoués, aux discriminations et aux violences, de la révolte peut alors survenir, de la part d'un individu d'abord, puis d'une

---

<sup>1</sup> Définition du Gouvernement du Canada : <https://www.cspc-efpc.gc.ca/tools/jobajds/lgbtq2-ally-fra.aspx>, consulté le 24/01/2023.

<sup>2</sup> Une personne cisgenre est une personne dont l'identité de genre correspond à celle qu'on lui présume à la naissance. Par exemple, une femme cisgenre est une femme que l'on a supposée femme dès la naissance en voyant une vulve. Source Les Potiches, intersectionnalité, horizontalité, rigueur et qualité : <https://lespotiches.com/culture/comprendre/definition-transgenre-cisgenre-qu-est-ce-que-ca-veut-dire/>, consulté le 02/02/2023.

<sup>3</sup> « Par L, on entend « Lesbiennes », par G « Gays », par B « Bisexuel-le-s », par T « Trans », par Q « Queers », par I « Intersexué-e-s », par A « Asexuel-le-s » ou « Aromantique-s » et le + inclut les nombreux autres termes désignant les genres et les sexualités ». Source : <https://www.sofelia.be/nos-dossiers-thematiques/dossier-lgbtqi/>, consulté le 06/02/2023.

<sup>4</sup> Pour rappel, le validisme est un ensemble de discriminations et d'oppressions envers les personnes en situation de handicap. Le validisme « n'est pas seulement un langage blessant et inconsideré ; il se présente souvent sous la forme de micro-agressions et d'inaccessibilité ». Exemples : choisir un lieu inaccessible pour une réunion ou un événement, donc exclure certains participants ; l'hypothèse selon laquelle les personnes en situation de handicap veulent ou doivent être « réparées », etc. Source : <https://sunrisegroup.org/fr/being-an-ally-in-2021/>, consulté le 02/02/2023.

Nous vous invitons également à consulter l'étude d'Esenca (2020) traitant du validisme et du sexisme « Femmes en situation de handicap : une double discrimination violente » : <https://www.esenca.be/etude-2020-femmes-en-situation-de-handicap/>.

dizaine d'individus organisés en groupes, jusqu'à ce qu'ils se forment, s'assemblent et deviennent un mouvement collectif et militant.

Les mouvements militants occidentaux au sens où nous l'entendons actuellement, c'est-à-dire un engagement collectif en vue de protester contre une injustice perçue, trouvent leurs racines au 20<sup>ème</sup> siècle, notamment avec les mouvements ouvriers, les mouvements pour les droits des femmes et pour les droits civiques<sup>5</sup>. Jusqu'à nos jours, ces mouvements se créent sur du long terme et l'engagement est quotidien, car il s'agit d'une conviction profonde.

La militance, c'est le fait de défendre ses convictions, dont les droits humains. C'est s'informer, faire connaître, sensibiliser et se mettre en action de multiples manières pour une ou des causes afin de transformer la société et d'atteindre un monde meilleur et plus juste. La militance incite également à se questionner et critiquer les systèmes dans lesquels nous vivons, pour les déconstruire et mieux les reconstruire.

Par conséquent, « il ne faut pas penser le militantisme comme un mouvement d'opposition mais davantage comme un mouvement de résistance qui a pour objectif de **démanteler les systèmes d'oppression économiques, sociaux et politiques** »<sup>6</sup>. La militance peut se faire au sein d'organisations et d'associations (militantisme économique, écologique, manifestation, actions culturelles, etc.), de partis politiques (militance politique), de syndicats étudiants (militantisme étudiant), sur Internet et les réseaux sociaux (militantisme médiatique), etc.

Le militantisme propose d'agir de différentes manières : il peut y avoir des actes d'omission, tels que des grèves, des boycotts, une non-coopération politique et des actes de commission directs (confrontation directe, conflit, soutien de la résistance, etc.) et indirects (lobbying envers le pouvoir, manifestations, actions symboliques, éducation et sensibilisation, etc.)<sup>7</sup>. Bien que différentes, toutes ces actions militantes sont complémentaires. Quant à savoir lesquelles mener, elles doivent être proportionnelles aux problèmes rencontrés. Comme l'a affirmé Nelson Mandela, « "c'est l'opresseur qui détermine quelle tactique doit être utilisée pour le déloger". Ainsi, convaincre une chaîne de café d'utiliser des gobelets en papier recyclé ne demandera pas les mêmes actions que d'abolir l'esclavage »<sup>8</sup>.

## 2. Être allié ou alliée à une cause / d'une communauté

Peut-on être sensibles et solidaires face à des oppressions qui ne nous concernent pas *a priori* directement ? Oui, c'est possible.

---

<sup>5</sup> David Meyer et Sidney Tarrow, *The Social Movement Society : Contentious Politics for a New Century*, Rowman & Littlefield, 1998

<sup>6</sup> Edeni, « Être militant : pourquoi et comment ? » : <https://medium.com/edeni/etre-militant-pourquoi-et-comment-5c243a947241>, consulté le 24/01/2023.

<sup>7</sup> Basé sur le schéma d'Aric McBay dans son ouvrage *Full Spectrum Resistance*, <https://medium.com/edeni/etre-militant-pourquoi-et-comment-5c243a947241>, consulté le 24/01/2023.

<sup>8</sup> Edeni, « Être militant : pourquoi et comment ? » : <https://medium.com/edeni/etre-militant-pourquoi-et-comment-5c243a947241>, consulté le 24/01/2023.

Certaines personnes ne se reconnaissent pas spécialement en tant qu'alliées et ne se proclament pas anti-validistes, anti-racistes ou homme profémiste<sup>9</sup>, etc. Mais le fait d'être dérangé ou dérangée par certains propos validistes, racistes, sexistes, montre déjà une certaine sensibilisation à la thématique. Chacun et chacune peut, dans son quotidien, apporter une pièce à l'édifice en s'informant et faisant de la sensibilisation à son niveau, mais aussi en portant des débats, des réflexions dans sa sphère privée, professionnelle, etc.

D'autres personnes sont plus avancées dans leur réflexion, elles réfléchissent à leurs pratiques et les repensent. Elles peuvent se montrer prêtes à apporter leur soutien et leur aide dans les combats d'autres personnes, pour une société plus inclusive, plus juste et plus respectueuse de leurs droits, leurs besoins et leur dignité. Car, en fin de compte, la justice est bénéfique pour tout le monde.

Comme nous l'avons évoqué dans l'introduction, une alliée ou un allié, c'est « une personne d'un groupe d'identité sociale qui appuie les membres d'un autre groupe; typiquement, un ou une membre d'un groupe 'dominant' qui se tient aux côtés d'un ou de plusieurs membres d'un groupe discriminé ou traité injustement »<sup>10</sup>. Ainsi, de la même manière qu'un homme cisgenre peut militer pour les causes féministes, une personne valide peut chercher à soutenir les revendications anti-validistes des personnes en situation de handicap. Mais attention, il convient de différencier la notion de personne alliée avec celle de sauveuse. La posture de l'alliée ou allié est solidaire, humble, sans cesse en questionnement, nous y revenons au point suivant. La posture de sauveuse ou sauveur se situe plutôt dans la charité, le paternalisme et la tolérance<sup>11</sup> au lieu de mettre au défi ses propres croyances<sup>12</sup>.

Les alliées et alliés ont toute leur place aux côtés d'une communauté discriminée ou opprimée. En effet, à propos du féminisme, Laurence Stevelinck<sup>13</sup> signale dans *axelle* magazine que « la transformation nécessaire de la société ne se fera pas sans les hommes, l'autre moitié de la population. Et dans toute lutte, des alliés-es sont nécessaires. Mais comme pour le travail domestique, les femmes n'ont pas besoin "de l'aide" des hommes mais bien qu'ils fassent leur part du boulot. Attention, sans voler leur place ni leur parole »<sup>14</sup>. En parallèle à ces propos, la transition vers une société plus inclusive doit émaner des personnes valides également.

---

<sup>9</sup> Se dit des hommes qui s'engagent auprès des mouvements féministes. Le terme peut mener à un certain débat. Pour en savoir plus, voir la vidéo « Les hommes profémistes dans l'Histoire : alliés ou féministes ? » : <https://www.youtube.com/watch?v=nvxrbDnDvW8>, consulté le 08/02/2023.

<sup>10</sup> OPSEU/SEFPO, [https://sefpo.org/wp-content/uploads/2015/11/etre\\_une\\_alliee\\_cest\\_quoi.pdf](https://sefpo.org/wp-content/uploads/2015/11/etre_une_alliee_cest_quoi.pdf), consulté le 24/01/2023.

<sup>11</sup> Voir le post Facebook des CHEFF asbl pour d'autres exemples : <https://es-la.facebook.com/lesCHEFF/posts/1844394419039855/>, consulté le 02/02/2023.

<sup>12</sup> Cette posture fait également écho à l'inspiration porn, où certaines personnes valides créent et partagent des contenus soi-disant

<sup>13</sup> Chargée de mission à la Fédération Laïque de Centres de Planning Familial

<sup>14</sup> Magazine *axelle*, média féministe belge, Dossier « Être un bon allié, c'est un processus, pas un état » par Laurence Stevelinck — Hors-série N°225-226 : <https://www.axellemag.be/leshommesallies/>, consulté le 24/01/2023.

### 3. Comment se positionner, alors ?

#### 3.1. Du simple intérêt à l'engagement militant

Il nous semble important de nous arrêter sur la question du positionnement et du rôle à jouer des alliées et alliés, car pensant « bien faire », certaines personnes n'étant pas directement concernées par l'oppression contre laquelle elles veulent lutter peuvent porter des discours maladroits et agir d'une manière contre-productive.



Par exemple, en 2020, lors de l'affaire de racisme et de violences policières<sup>15</sup> qui a donné une nouvelle impulsion au mouvement militant #BlackLivesMatter<sup>16</sup>, nombre d'individus, dont des personnalités et des grandes entreprises, ont posté sur leurs réseaux sociaux un carré noir en marque de soutien au mouvement. Mais cela a-t-il du sens si ces personnes continuent à répandre des blagues racistes et ne s'engagent pas réellement contre les violences raciales dans leur vie personnelle et professionnelle ? Ce type « d'allié » se situe plutôt dans un cadre opportuniste, peu honnête et même parfois commercial, à l'instar des grandes sociétés qui clamaient se soucier de la vie des personnes afro-américaine alors que leurs directions font état d'une homogénéité blanche aux États-Unis<sup>17</sup>.

Pour en revenir au sujet des personnes qui souhaitent réellement s'investir contre une oppression qui ne les concerne pas directement, la compassion, bien que nécessaire, n'est pas suffisante. Il faut comprendre, rechercher des informations et écouter les personnes concernées. En effet, l'un des rôles des militants et militantes directement concernés par la problématique est de sensibiliser et éduquer le grand public, cela peut prendre une énergie conséquente qui aurait pu être mise à profit de la cause défendue<sup>18</sup>. Et cela encore plus dans

<sup>15</sup> Le 25 mai 2020 à Minneapolis (États-Unis), George Floyd décède par étouffement à la suite d'une interpellation par quatre policiers. Pour plus d'informations : <https://questionsvives.be/actualite/le-deces-de-georges-floyd-et-ses-consequences/>, consulté le 02/02/2023.

<sup>16</sup> Traduction : « Les vies noires comptent », le mouvement existe depuis 2013 pour lutter contre le racisme systémique et les violences policières.

<sup>17</sup> Pour en savoir plus sur le sujet : [https://www.terrafemina.com/article/george-floyd-quand-les-stars-et-marques-font-de-l-activisme-en-toc\\_a353989/1](https://www.terrafemina.com/article/george-floyd-quand-les-stars-et-marques-font-de-l-activisme-en-toc_a353989/1), consulté le 01/02/2023.

<sup>18</sup> Générations féministes : qu'est-ce qu'un.e allié.e ? Octobre 2022. <https://open.spotify.com/show/2GmapFuDdqnJULNgSY2fqs>

le monde du handicap où l'énergie peut manquer plus rapidement, notamment en raison de l'état de santé.

Ainsi, le bon point de départ d'une personne alliée est d'aller à la recherche d'articles, de livres, de films, de podcasts qui traitent de la thématique et des questions qui les traversent. C'est d'ailleurs en ce sens qu'Esenca travaille, en renseignant une diversité de supports<sup>19</sup> afin que le public intéressé puisse s'informer et comprendre les problématiques liées au secteur du handicap, puisse l'appréhender, déconstruire ses préjugés et potentiellement passer à l'action en devenant une personne alliée à la cause.

Mais comment agir de manière pratico-pratique en tant qu'alliée ou allié ? Certaines recommandations existent déjà sur les « rôles » que devraient jouer les alliées et alliés, formalisées notamment auprès de certains groupements féministes. Mais ces recommandations peuvent également, selon nous, s'appliquer pour tous les autres alliées et alliés, notamment dans le domaine du handicap.

### 3.2. Tour d'horizon de pratiques sur le terrain

Suite à nos recherches dans le cadre de cette analyse et à nos réflexions, nous proposons de passer en revue **quelques exemples** de comportements, d'actions, de réflexes et de pratiques qu'il est attendu que les personnes alliées acquièrent et exercent. Évidemment, il ne s'agit pas de compétences à exercer parfaitement du jour au lendemain, mais elles mettent sur la voie pour être la meilleure alliée ou le meilleur allié possible. Certaines associations ou collectifs militants ont d'ailleurs leur propre « charte des alliées et alliés » pour que les personnes qui souhaitent rejoindre les combats puissent comprendre ce qui est attendu d'elles et elles décident en connaissance de cause si elles sont d'accord avec ces principes.

D'abord, parmi les pratiques positives qui sont attendues d'une alliée ou d'un allié, c'est d'**en apprendre plus sur les différentes identités et expériences**. Par rapport à la thématique du handicap, c'est par exemple se renseigner sur les différents handicaps, visibles et invisibles, etc. et la façon dont le handicap se cumule à d'autres discriminations comme le genre, l'orientation sexuelle, l'âge, etc.

Au niveau du comportement à adopter, il s'agit d'**écouter activement les personnes concernées** et pas seulement les entendre d'une oreille. Réellement **s'intéresser à leurs besoins et revendications** dans la lutte est déjà un grand pas. Par extension, cela veut dire que les (futurs) personnes alliées, mais aussi des associations qui voudraient apporter leur aide à la lutte, doivent chercher la concertation avec les personnes concernées selon leurs besoins et, de ce fait, ne pas prendre la parole à leur place. Cela pourrait être une initiative intéressante que des associations représentatives de personnes en situation de handicap, mais aussi des structures qui les prennent en charge (centre d'accueil et d'hébergement, centres de jour, etc.) puissent organiser des groupes de travail ou autres avec des personnes en situation de handicap militantes afin de rester connectées à l'évolution de la militance, de la société et des oppressions subies.

---

<sup>19</sup> Voir ici : « Ressources culturelles » <https://www.esenca.be/ressources-handicap/>, consulté le 01/02/2023.

Suite à cette écoute et cet apprentissage, il est attendu d'**entamer une prise de conscience**. C'est-à-dire qu'il faut petit à petit se rendre compte des problématiques existantes, réaliser les oppressions et les discriminations subies par les personnes en situation de handicap.

Ces pratiques doivent également toucher le raisonnement des (futures) personnes alliées : elles doivent **remettre en question leurs propres préjugés**. En d'autres termes, c'est se demander si leur manière de penser ou d'agir ne discrimine personne même si elles pensent agir dans la bienveillance<sup>20</sup>, c'est se demander si certaines de leurs idées sont infondées et si elles ne font pas que renforcer certains stéréotypes.

Il est également attendu des personnes alliées qu'elles **prennent conscience de leurs privilèges et qu'elles les déconstruisent constamment**. Elles doivent se rendre compte que notre société est généralement pensée pour et par des personnes valides, que l'accès à certains domaines de la vie est, la plupart du temps, plus facile lorsqu'on ne présente pas de handicap et elles doivent prendre conscience d'une grande partie des conséquences que le validisme implique (isolement social, regard de la société, qualité de la prise en charge de la santé, discriminations, pauvreté, etc.). En outre, se déconstruire signifie également se remettre en question sur la place que les personnes alliées occupent : est-ce que c'est toujours bien ce qu'on attend d'elle ? Ne prend-elle pas la place d'une personne en situation de handicap, au niveau de la prise de parole, de la représentation dans un mandat ou une manifestation publique ?

Dans cette même idée, l'adaptation constante nécessite également de comprendre et d'accepter qu'un collectif militant ne souhaite pas ou plus collaborer avec une personne alliée ou une association externe. Par exemple, si un collectif militant décide de se retrouver qu'entre personnes directement concernées par l'oppression et les discriminations, il convient de l'accepter, car c'est une réponse à l'évolution du groupe.

Cette prise de conscience doit mener à **prendre des mesures pour apporter des changements interpersonnels, sociaux et institutionnels** : modifier concrètement sa manière d'agir et de penser, utiliser un langage approprié qui ne stigmatise ni la personne, ni son identité, prendre action auprès des militantes et militants, sensibiliser au quotidien, travailler à une autre manière de concevoir le monde et surtout, ne pas prendre la parole à la place des personnes concernées.

En guise de résumé, voici une illustration de Danielle Coke (illustratrice engagée) sur « l'anatomie d'une alliée, d'un allié »<sup>21</sup> :

---

<sup>20</sup> Nous vous invitons à ce sujet à lire l'étude d'Esenca (2022) « Inspiration porn : un mécanisme validiste à dénoncer » disponible ici : <https://www.esenca.be/etude-2022-inspiration-porn-un-mecanisme-validiste-a-denoncer/>, consulté le 08/02/2023.

<sup>21</sup> Pour plus d'explications sur ces images : <https://www.tnota.org/anatomy-of-an-ally-series>, consulté le 03/02/2023.

# ANATOMY OF AN ALLY



A MOUTH TO  
SPEAK OUT  
AGAINST  
INJUSTICE



A NOSE TO  
SNIFF OUT  
IMPLICIT BIAS



EYES TO  
IDENTIFY  
PRIVILEGE



EARS TO  
LISTEN TO  
THE POC  
EXPERIENCE



A HEART TO  
CULTIVATE  
EMPATHY FOR  
THE OPPRESSED



HANDS TO  
TAKE ACTION  
AND MAKE  
A CHANGE

@ohhappydani

Graphic by: Danielle Coke - @ohhappydani

Traduction :

Une bouche pour parler  
contre l'injustice

Un nez pour sentir les biais  
implicites

Des yeux pour identifier les  
privilèges

Des oreilles pour écouter les  
expériences

Un cœur pour cultiver  
l'empathie pour les  
oppressés

Des mains pour prendre  
action et faire un  
changement

Évidemment, quand nous parlons de devenir une alliée ou un allié, il s'agit d'un **processus** et d'un ensemble d'actions, pas d'un changement d'état d'esprit qui s'effectue du jour au lendemain. Les alliées et alliés peuvent se tromper, faire un faux pas, mais le fait est qu'ils et elles doivent constamment se remettre en question et remettre leurs pratiques en question.

Le rôle des alliées et alliés est important, car il sert de soutien aux personnes qui vivent l'oppression chaque jour. Par exemple, une personne valide, sensibilisée et qui s'est bien renseignée pourrait expliquer, avec l'accord des personnes concernées, ce qu'est le validisme à d'autres personnes valides. Ainsi, tout ne repose pas sur les épaules et le mental des personnes concernées, car elles ne peuvent pas être partout. En parlant du féminisme, Thomas Messias<sup>22</sup> (du podcast « Mansplaining<sup>23</sup> ») explique : « (...) On prend sur notre temps pour en faire gagner aux autres et pour **faire gagner de l'énergie militante**. On ne peut pas être en première ligne lors des manifs, mais on peut aller au front pour essayer d'éduquer ces mecs-là », en parlant des « cas désespérés », des hommes qui ne veulent pas écouter des explications sur le féminisme sauf s'il s'agit d'un autre homme leur explique.

Bien entendu, il s'agit, dans le monde du handicap, d'une situation idéale. Dans les faits, encore aujourd'hui, la parole n'est même pas donnée aux personnes en situation de handicap... Dans ce cas, le rôle des associations est prépondérant, car elles portent les voix

<sup>22</sup> Dans le podcast Générations féministes : qu'est-ce qu'un.e allié.e ? Octobre 2022. Disponible ici : <https://open.spotify.com/show/2GmapFuDdqNJULNgSY2fqs>, consulté le 01/02/2023.

<sup>23</sup> Slate audio, Mansplaining : <https://www.slate.fr/audio/mansplaining/>, consulté le 06/02/2023.

(notamment auprès du grand public et des politiques) des personnes en situation de handicap qui viennent toquer à leur porte.

Au niveau du handicap, Daphne Frias, une jeune activiste new-yorkaise atteinte de la maladie de Hodgkin donne elle cinq moyens d'être une meilleure alliée ou un meilleur allié<sup>24</sup>. Il s'agit ici, selon nous, davantage d'une certaine sensibilisation à avoir avant d'agir au quotidien, mais il est important de rappeler ces quelques points pour des personnes qui ne connaissent pas du tout la thématique du handicap. Cela peut constituer une porte d'entrée pour entamer un cheminement au travers de sa manière de penser et se défaire de certaines idées reçues<sup>25</sup> :

- **Ne pas ignorer le handicap de quelqu'un** : une personne valide pourrait se sentir mal à l'aise de parler du handicap d'une personne. Mais il faut pouvoir en parler, car « nous vivons fièrement et avec authenticité et nous voulons que les gens le sachent ». Le mieux est donc de demander si la personne se sent à l'aise de parler de son handicap.
- **Ne pas se sentir offensé si nous refusons votre aide** : « cela ne veut pas dire que vous ne pouvez pas ouvrir la porte à quelqu'un. Nous voulons tous et toutes être des personnes les plus indépendantes possibles, comme tout le monde »
- **Les personnes en situation de handicap ne se connaissent pas toutes les unes les autres** : « les gens pensent que juste parce j'ai un handicap, je dois connaître tous les gens qui ont un handicap (...). Ça nous fait juste sentir qu'on est agglutinés dans une grosse catégorie et que notre identité personnelle est effacée ».
- **Certains handicaps sont invisibles** : « si quelqu'un n'a pas un handicap visible, cela ne veut pas dire qu'elle n'est pas en situation de handicap ». La campagne de sensibilisation menée par Esenca en 2021 a d'ailleurs porté sur cette thématique, pour que le grand public et les professionnels prennent conscience de l'existence des situations de handicap invisible et des difficultés que cela engendre, afin d'atténuer les jugements trop hâtifs portés sur les personnes concernées et délester celles-ci d'une charge de « justification par la preuve »<sup>26</sup>.
- **Se rappeler d'être empathiques** : « la meilleure chose à se rappeler, c'est que nous avons tous des sentiments et nous voulons tous être traités de la même manière. Donc, soyez un peu plus empathiques, faites un pas en arrière et réévaluez vos actions quotidiennes ».

De manière plus globale, à l'échelle d'une entreprise par exemple, des actions engagées peuvent également être menées. Une entreprise peut être une alliée de divers combats, contre le racisme, le validisme, l'homophobie, l'âgisme, etc. et prendre des mesures au sein

---

<sup>24</sup> Vidéo en anglais : "How To Be A Better Disability Ally with Daphne Frias | I Weigh x Jameela Jamil" : <https://www.youtube.com/watch?v=R2jluFJRn18>, consulté le 02/02/2023.

<sup>25</sup> C'est ce qu'on appelle « se déconstruire », déconstruire son identité, ses privilèges, ses catégories toutes faites... Pour en savoir plus : « Un concept Petit guide de déconstruction pour grand-es débutant-es » : <https://france.makesense.org/media/petit-guide-de-deconstruction-pour-grand-es-debutant-es/>, consulté le 06/02/2023.

<sup>26</sup> Campagne Esenca 2021 « Rendons visibles les invisibles » : <https://www.esenca.be/cp-2021-rendons-visibles-les-invisibles/>, consulté le 06/02/2023.

de son personnel et également dans sa communication vers l'extérieur. Attention toutefois à ne pas tomber dans le piège de l'action intéressée dans le but de déployer une image plus inclusive vers le grand public alors que les pratiques internes ne sont pas tout à fait louables. Par exemple, certaines entreprises pratiquent greenwashing<sup>27</sup> : de façade, elles ont l'air très sensibilisées à l'écologie alors que c'est une image trompeuse.

Voici quelques exemples d'actions que pourraient mener des communautés militantes et universitaires<sup>28</sup>. Ces actions pourraient également s'appliquer à l'échelle professionnelle :

- « **Rendez vos événements/rencontres sociales accessibles** » : une grande partie de personnes en situation de handicap sont socialement isolées et n'ont pas les moyens de se rendre à des événements. Il est donc nécessaire de les rendre accessibles, via des informations claires, une accessibilité physique totale à l'événement (depuis la place de parking disponible jusqu'à la salle), des interprètes mis à disposition au besoin, des lieux de repos, etc. À ce titre, en France, certaines actions ont été menées par des collectifs militants dans le but de boycotter les lieux inaccessibles aux personnes en situation de handicap<sup>29</sup>.
- « **Comprenez le privilège intellectuel** : Sachez que le QI a été utilisé comme un moyen oppressif de contrôle social et a été jadis mis en œuvre par les mouvements eugénistes. (...) Accentuer l'intellectualisme (le privilège intellectuel) renforce l'idée que les gens devraient se conformer à une forme d'intelligence – c'est-à-dire, l'«intelligence» comme définie dans les milieux blancs, valides, élitistes, et universitaires. Prenez conscience qu'il existe de nombreuses formes d'intelligences et que les gens peuvent être magnifiques et remarquables, quelle que soit leur intelligence perçue. Veillez à inclure toutes les personnes. Nous avons toutes de précieuses façons de contribuer. »
- « **Adopter différentes formes de communication** : tout le monde ne peut ou ne veut pas communiquer verbalement. Certaines personnes préfèrent communiquer non-verbalement, certaines personnes communiquent avec leurs corps. Prenez en compte qu'il existe des gens qui ne veulent pas communiquer, toucher, ou s'engager socialement autant que vous. (...) ça signifie simplement que les façons dont nous nouons des liens ne vous sont peut-être pas familières. Essayez de ne pas faire d'interprétations concernant le contact visuel ou le langage corporel. Demandez toujours avant de toucher quelqu'un-e. N'imposez jamais de contact visuel. Valorisez les contributions des timides et des introverti-es – pas seulement des extraverti-es! »

---

<sup>27</sup> « Le greenwashing est une méthode de marketing consistant à communiquer auprès du public en utilisant l'argument écologique de manière trompeuse pour améliorer son image ». Source et exemples : <https://www.hellocarbo.com/blog/communaute/greenwashing-exemples/>, consulté le 08/02/2023.

<sup>28</sup> Tirés du blog Access Culture : <https://accessculture.wordpress.com/2012/07/06/how-to-be-an-ally-to-disabled-neurodiverse-folks-in-activist-academic-communities/> et traduit participativement par Zinzin Zine : <https://www.zinzinzone.net/2016/10/comment-etre-un-e-allie-e-pour-les-personnes-handicape-e-s-et-neurodiverses-dans-les-communaut-es-militantes-et-universitaires.html>, consultés le 02/02/2023.

<sup>29</sup> Par exemple en 2021 : <https://m.facebook.com/Accessible.POUR.TOUS/photos/le-19-mai-amis-valides-boycott-de-tous-les-lieux-inaccessibles-aux-personnes-han/2127503187392874/>, consulté le 08/02/2023.

- « **Éviter d'utiliser des stéréotypes pour parler du Handicap de quelqu'un·e** : Les présumés et les stéréotypes peuvent être blessants et offensants. Ne partez jamais du principe que c'est notre rôle de vous éduquer sur nos handicaps. »
- « **Contrôler votre langage validiste** » : en effet, pour certaines personnes valides, le handicap est considéré comme pire que la mort<sup>30</sup> avec des phrases de type : « plutôt mourir que d'avoir à vivre dans ta situation ».

La liste peut encore être longue.

Enfin, soulignons que le militantisme peut parfois exclure, car des personnes ne peuvent pas se rendre ou participer pleinement à des manifestations physiques, ou ne peuvent pas prévoir d'assister ou de participer à des événements longtemps à l'avance<sup>31</sup>. En cela, les réseaux sociaux ont été d'une grande aide pour le militantisme anti-validiste et pour les droits des personnes en situation de handicap. C'est une autre manière complémentaire de concevoir les actions, les manifestations et le rapport au temps. Nous aborderons ce sujet dans une analyse ultérieure.

## Conclusion

Le militantisme n'est pas seulement réservé aux personnes concernées par une ou plusieurs oppressions ou aux associations représentatives de ces personnes. Les alliées et les alliés peuvent rejoindre la cause et apporter leur soutien par diverses actions qui peuvent réellement soulager la charge mentale et physique des militantes et militants.

Mais il existe quelques balises créées par les militantes et les militants pour définir la manière de s'allier le plus adéquatement possible. L'important est de bien s'informer soi-même, en se documentant de différentes façons et en écoutant les personnes concernées (comme le stipule notamment l'article 4§3 de la Convention relative aux droits des personnes handicapées des Nations Unies<sup>32</sup> : rien sur nous sans nous), d'accepter de se déconstruire, de déconstruire ses schémas mentaux et ses préjugés et de se remettre en question pour contribuer à une société plus inclusive et plus juste pour tout le monde. La force d'une communauté d'alliées et d'alliés est alors très grande, car elle porte d'abord et amplifie ensuite les voix des personnes opprimées.

Il semble qu'aujourd'hui, les alliées et les alliés dans le monde du handicap soient encore trop peu nombreux. C'est pour cette raison qu'il convient d'abord de mieux connaître la

---

<sup>30</sup> Nous vous invitons à lire ce témoignage « Les mots qui tuent : l'épidémie de langage validiste dans les médias » : <https://www.refinery29.com/fr-fr/2021/10/10722762/handicap-covid-et-propagation-validisme-dans-medias>, consulté le 02/02/2023.

<sup>31</sup> Par exemple, les luttes féministes excluent souvent les femmes en situation de handicap et les débats sur l'intersectionnalité parlent peu du handicap. Pour en savoir plus sur le sujet « Validisme, l'angle mort du féminisme » : <https://podcasts-francais.fr/podcast/quoi-de-meuf/-121-validisme-l-angle-mort-du-feminisme> et ici la retranscription de ce même podcast : <https://nouvellesecoutes.fr/wp-content/uploads/2021/02/Nouvelles-Ecoutes-Quoi-de-Meuf-Episode-121-Validisme.pdf>, consultés le 06/02/2022.

<sup>32</sup> ONU, Convention relative aux droits des personnes handicapées : <https://www.ohchr.org/fr/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-persons-disabilities>, consulté le 08/02/2023.

thématique et d'appliquer les quelques conseils que certaines militantes en situation de handicap ont donnés. Cela permet de se mettre sur la voie de la déconstruction en mettant en perspective la domination de certains groupes, les privilèges d'autres groupes et se diriger vers une société plus inclusive et égalitaire.

Être alliée ou allié, encore plus dans le monde du handicap, c'est aussi respecter les limites de chacun et chacune et pouvoir adapter son militantisme aux réalités des personnes concernées. Nous aborderons, dans une prochaine analyse, la militance sur les réseaux sociaux. Ces derniers peuvent être d'une grande aide pour certaines personnes en situation de handicap afin de sensibiliser au handicap et de contrer le validisme.

#### **Pour citer cette production**

PAULUS, Maï (2023). « S'allier à un combat qui ne nous concerne pas directement : comment se positionner ? », Analyse Éducation Permanente, Esenca.

URL : [www.esenca.be](http://www.esenca.be)

## Esenca

Esenca - anciennement ASPH, Association Socialiste de la Personne Handicapée – défend toutes les personnes en situation de handicap, atteintes de maladie grave, chronique ou invalidante.

Véritable syndicat des personnes en situation de handicap depuis plus de 100 ans, Esenca agit concrètement pour **faire valoir les droits de ces personnes** : lobbying politique, lutte contre toutes formes de discriminations, campagnes de sensibilisations, services d'aide et d'écoute, apport et partage d'expertise pour construire une société toujours plus inclusive, etc.

### Nos missions, services et actions

- Conseiller, accompagner et défendre les personnes en situation de handicap, leur famille et leur entourage
- Militer pour plus de justice sociale
- Informer et sensibiliser le plus largement possible sur les handicaps et les maladies graves et invalidantes
- Informer le public sur toutes les matières qui le concernent
- Promouvoir l'accessibilité et l'inclusion dans tous les domaines de la vie
- Lobbying et plaidoyer politique via de nombreux mandats

### Un contact center

Pour toute question sur le handicap ou les maladies graves et invalidantes, composez le **02 515 19 19** du lundi au vendredi de 8h à 12h. Il s'agit d'un service gratuit et ouvert à toutes et tous.

Le contact center est accessible de 9h30 à 11h00 aux personnes sourdes ou malentendantes habitant en Région wallonne ou bruxelloise. Il suffit de cliquer sur le logo "Relais Signes" du site d'Esenca. Esenca prend en charge le coût de l'interprète. Pour s'assurer de la présence d'un interprète, il peut être utile de vérifier les horaires sur le site de Relais Signes.

### Handy droit®

Service de défense en justice auprès des juridictions du Tribunal du Travail. Handy droit® est compétent pour les matières liées aux allocations aux personnes handicapées, aux allocations familiales majorées, aux reconnaissances médicales, aux décisions de remise au travail et aux interventions octroyées par les Fonds régionaux.

## **Handyprotection**

Pour toute personne en situation de handicap ou de maladie grave et invalidante, Esenca dispose d'un service technique spécialisé dans le conseil, la guidance et l'investigation dans le cadre des législations de protection de la personne en situation de handicap.

## **Cellule Anti-discrimination**

Esenca identifie les situations de discriminations relatives au handicap et en assure le suivi : écoute, interpellations, médiation, recherche de solutions avec la personne concernée, etc.

Esenca est par ailleurs reconnu point d'appui UNIA en ce qui concerne les situations discriminantes liées au « critère protégé » du handicap. Cela veut dire qu'Esenca peut introduire un signalement directement auprès d'Unia à la demande d'une personne. Votre employeur refuse de mettre en place les aménagements de travail recommandés par votre médecin ? Votre enfant rencontre des difficultés au sein de son école pour bénéficier d'adaptations nécessaires lors des contrôles ou des examens ? Votre administration communale ne donne pas de suite favorable à votre demande d'emplacement de parking PMR ? N'hésitez pas à prendre contact avec la cellule anti-discrimination. Elle investiguera la situation et si cela s'avère nécessaire et avec votre accord, signalera la situation à UNIA. La cellule anti-discrimination peut alors vous aider à faire parvenir tous les éléments dont auront besoin les services d'Unia afin de procéder à l'analyse de votre dossier.

## **Handyaccessible**

Notre association dispose d'un service en accessibilité compétent pour :

- Effectuer des visites de bâtiments et de sites et proposer des aménagements adaptés
- Analyser des plans et vérifier si les réglementations régionales sont respectées
- Auditer les événements et bâtiments selon les critères d'usages "Access-i" et délivrer une certification
- Proposer un suivi des travaux pour la mise en œuvre de l'accessibilité

## **Un travail d'information, de communication et d'interpellations**

Au quotidien, Esenca communique via de nombreux canaux pour favoriser la connaissance des droits fondamentaux dont celui de l'accès à l'information, la sensibilisation et la diffusion d'informations liées au secteur du handicap : newsletter, guides et brochures, périodique Handylogue, réseaux sociaux, contribution à la presse associative, communiqués de presse, etc. Le magazine Handylogue propose par ailleurs une déclinaison de l'ensemble des articles en Facile à Lire à et Comprendre (FALC).

Notre association exerce activement de très nombreux mandats à différents niveaux de pouvoir sur l'ensemble du territoire afin de pleinement exercer le rôle d'interpellation, de veille et de participation à la construction d'une société inclusive, solidaire et accessible.

### **Une reconnaissance en Éducation Permanente**

Dans le cadre d'une reconnaissance en Éducation Permanente, Esenca réalise chaque année de nombreuses analyses, études et recherches participatives. Celles-ci ont pour vocation d'alimenter la réflexion autour de questions en lien avec le handicap qui traversent notre société, son fonctionnement et ses évolutions. Des campagnes de sensibilisation et de communication ainsi que de nombreuses actions s'organisent également chaque année.

### **Un label communal : Handycity®**

Handycity® est un label visant à encourager les communes tant à Bruxelles qu'en Région wallonne qui travaillent l'inclusion des personnes en situation de handicap dans leurs différentes compétences transversales.

Chaque initiative, petite ou grande, peut contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes en situation de handicap et de tout un chacun.

Dans ce processus, Esenca s'adapte aux réalités des communes tant qu'elles veillent à incorporer, avec un soin particulier, une dimension handicap dans les différents projets concernant l'ensemble de la population.

Handycity® est une reconnaissance du travail accompli par les communes pour leurs actions inclusives. Il est remis (ou non) tous les 6 ans aux communes signataires de la Charte qui ont introduit un pré-bilan à mi-mandat et leur candidature au Label.

### **Des formations**

Les formations que nous proposons couvrent de nombreux domaines : accessibilité, législation, anti-discrimination, troubles cognitifs, rédaction en Facile À Lire et à Comprendre et sensibilisations aux handicaps.

Ces formations sont en grande partie dispensées par les collaboratrices Esenca, expertes et passionnées par leurs métiers. Parce que les éléments théoriques n'ont de sens qu'en lien avec votre pratique, nous vous proposons un contenu adapté à vos réalités et adaptons le contenu des formations à vos demandes et attentes spécifiques.

Nos formations sont dispensées à Bruxelles et en Région wallonne. Nous pouvons également dispenser ces formations au sein de vos structures et à la demande.

## **Esenca sur le terrain en Fédération Wallonie-Bruxelles**

Esenca est une association présente sur l'ensemble du territoire de la FWB. Les entités territoriales sont les suivantes : Brabant, Brabant Wallon, Centre, Charleroi et Soignies, Liège, Luxembourg, Mons Wallonie picarde et Namur.

### **Contact**

Tél : 02 515 02 65 • [www.esenca.be](http://www.esenca.be) • [esenca@solidaris.be](mailto:esenca@solidaris.be)



POUR UNE SOCIÉTÉ INCLUSIVE, SOLIDAIRE ET ACCESSIBLE