



... pour les parents



## 5.4 ÊTRE DIFFÉRENT SANS DIFFÉREND

### Je combats les préjugés

Votre enfant a participé à un atelier HORS-PISTE sur les **préjugés**. Il a appris ce qu'est un préjugé, à en reconnaître les **effets** et à poser des **actions** pour le combattre.

### SAVIEZ-VOUS QUE?

Avoir des préjugés, c'est formuler un jugement irréfléchi et catégorique sur une personne ou un groupe de personnes sans les connaître vraiment. Parce que les préjugés nous sont transmis par tout ce qui nous entoure (notre environnement social), il faut en prendre conscience et surtout réaliser un travail sur soi pour arriver à s'en défaire.

### À VOUS DE JOUER!

Demandez à votre enfant de vous expliquer ce qu'est un préjugé et permettez-lui d'en discuter ouvertement en donnant des exemples. Vous pouvez vous inspirer des questions suivantes pour aborder le sujet :

- Qu'est-ce qu'un préjugé? As-tu des exemples?
- Quelles actions peux-tu faire pour combattre les préjugés à ton école, dans ta classe, avec tes amis?

Vous pouvez également visionner cette vidéo sur les préjugés avec votre enfant:

[https://www.youtube.com/watch?v=798q8o\\_Y-cc](https://www.youtube.com/watch?v=798q8o_Y-cc)

Pour en connaître davantage sur le programme HORS-PISTE :

<https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/je-suis-un-parent/hors-piste/>



Centre RBC  
d'expertise universitaire  
en santé mentale

Centre intégré  
de santé et de  
services sociaux de  
la Montérégie-Centre  
Québec

 Public Health  
Agency of Canada  
Agence de la santé  
publique du Canada

 Université de  
Sherbrooke