



## Des relations LGBTBQ\* saines :

Apprenez à reconnaître  
les signes d'une relation  
malsaine ou abusive  
et **BRISEZ LE SILENCE.**

## INFORMATION POUR LES BISEXUELS

LGBTBQ\* : lesbiennes, gais, bisexuels, transgenres, bispirituels et queers, l'astérisque représentant les autres identités de genre et orientations sexuelles minoritaires (par exemple, en questionnement, intersexuels, pansexuels et androgynes).

## Signes d'une relation bisexuelle

# SAINE

- être disposé à communiquer avec l'autre et à l'écouter
- négocier et essayer de trouver des points d'entente lors des différends
- respecter l'identité de l'autre, notamment sa culture, sa race, son âge, sa classe, ses croyances spirituelles, son orientation sexuelle, son identité de genre, son statut d'immigrant, son apparence, ses capacités et son état de santé (dont le statut quant au V.I.H.)
- révéler son homosexualité ou discuter et respecter les décisions de l'autre de révéler son homosexualité
- s'apprécier et se traiter avec respect
- maintenir des liens avec sa famille et ses amis; ne pas se sentir menacé par les relations de l'autre; s'isoler parfois et considérer cela comme une saine habitude
- discuter des finances, prendre des décisions financières ensemble
- respecter les limites en matière d'affection physique et de sexe; ne pas faire pression sur son partenaire pour le convaincre de faire ce qu'il ne veut pas faire
- ne pas utiliser la violence physique; parler avec calme et respect.

Les personnes qui sont dans des relations de violence ont souvent honte et se sentent déprimées et sans valeur. Des expériences biophobes et homophobes peuvent aggraver ces sentiments. Une piètre estime de soi et un manque de confiance rendent la recherche d'aide plus difficile.

De plus, les bisexuels qui sont dans des relations de violence peuvent redouter la réaction biophobe de la part des personnes qui pourraient les aider. Pour le bisexuel qui est victime de violence et son agresseur, cela peut changer dans quelle mesure ils sentent protégés et à l'aise de demander de l'aide.

## Signes d'une relation bisexuelle

# MALSAIN

- ne pas se sentir à l'aise de parler ouvertement à son partenaire; ne pas se soucier de ses sentiments et de ses opinions
- ne pas discuter des problèmes de l'autre ni écouter ses opinions
- ne pas apprécier certains aspects de l'identité de son partenaire
- être stressé et se disputer souvent en raison de leurs différences en ce qui concerne la révélation de leur homosexualité
- se comporter de manière inconsiderée envers l'autre
- passer presque tout son temps ensemble, et peu avec la famille et les amis ou seul
- ne pas discuter des finances; ne pas aimer la manière dont l'argent est dépensé
- éprouver de l'embarras à parler de sexualité avec son partenaire; parfois accepter ce qu'il demande sans en discuter
- crier parfois contre l'autre ou lui adresser des propos blessants (mais ni l'un ni l'autre des partenaires n'a peur de l'autre)

Une relation malsaine peut s'aggraver graduellement et devenir abusive. Si vous pensez que votre relation est malsaine, envisagez de demander de l'aide en consultant un conseiller, un ami, un membre de votre famille, les participants d'un atelier ou un livre.

Si vous connaissez une personne victime de violence et que vous voulez obtenir des conseils pour lui parler, consultez le site suivant : [manitoba.ca/stoptheviolence/know\\_someone.fr.html](http://manitoba.ca/stoptheviolence/know_someone.fr.html)

## Signes d'une relation bisexuelle

# ABUSIVE

- appréhender de parler ouvertement à son partenaire, craindre qu'il ne l'insulte ou ne devienne violent
- redouter que les désaccords ne mènent à des actes de colère et de violence
- insulter l'identité d'un partenaire; essayer de le forcer à choisir entre l'hétérosexualité et l'homosexualité; menacer de le faire expulser; menacer de divulguer son état de santé; ne pas lui permettre d'obtenir des soins médicaux; menacer de l'infecter avec le VIH (en cas d'une personne séropositive pour le VIH)
- menacer de révéler l'homosexualité de son partenaire à sa famille, à ses amis, à ses collègues et à sa communauté culturelle ou spirituelle
- traiter son partenaire sans respect (par exemple, en l'injuriant et en l'insultant)
- être jaloux ou possessif de son partenaire (par exemple, ne pas lui permettre de passer du temps seul ni avec sa famille et ses amis; lui dire où il peut aller; vérifier constamment ce qu'il fait)
- avoir le contrôle complet des finances; s'approprier l'argent de son partenaire
- forcer son partenaire à avoir des rapports sexuels ou à faire ce qu'il ne veut habituellement pas faire
- crier ou hurler; avoir recours à la violence physique ou en menacer un partenaire (par exemple, lui donner des coups de pied, le frapper, le gifler, le pousser, le griffer ou le mordre); faire mal ou menacer de faire mal aux personnes ou aux animaux qu'il aime; menacer de prendre les enfants ou de les monter contre lui; détruire les biens du partenaire.

La violence dans les relations a lieu dans tous les segments des communautés LGBTBQ\*. Elle touche les personnes de tous les âges et de tous les niveaux de revenu, ainsi que de toutes les cultures, les capacités, les spiritualités, les professions et les régions de la province.

## **Si vous êtes VICTIME DE VIOLENCE et bisexuels**

### **Vous méritez d'avoir une relation amoureuse saine.**

Si vous êtes bisexuel et victime de violence dans votre relation, vous pouvez obtenir de l'aide. Parlez de ce qu'il se passe à une personne en qui vous avez confiance comme un de vos amis, un membre de votre famille, un conseiller ou un préposé d'une ligne d'écoute téléphonique. Le fait de parler à quelqu'un peut vous aider à prendre des décisions saines quant à votre relation. La création d'un plan de sécurité pour vous-même (et vos enfants et animaux) peut vous aider à vous protéger en cas de crise. Pour en savoir davantage sur le plan de sécurité, veuillez appeler la ligne de détresse et d'information en cas de violence familiale ou consulter le site

[www.gov.mb.ca/justice/domestic/protection/index.fr.html/](http://www.gov.mb.ca/justice/domestic/protection/index.fr.html/)

Si vous êtes en situation de crise et vous identifiez à **une femme**, et que vous avez besoin d'un refuge parce que vous êtes victime de violence dans votre relation, vous pouvez appeler gratuitement :

- > la Ligne de détresse et d'information en cas de violence familiale au **1 877 977-0007** (permanence), afin d'être orienté vers le refuge le plus proche pour victimes de violence familiale.

Si vous êtes en situation de crise et vous identifiez à **un homme**, et que vous avez besoin d'un refuge parce que vous êtes victime de violence dans votre relation, veuillez appeler,

- > pendant les heures d'ouverture, le centre de ressources pour hommes (Men's Resource Centre) au **204 415-6797** ou au numéro sans frais **1 855 MRC-MRCS (1 855 672-6727)**.
- > en permanence : la Ligne de détresse et d'information en cas de violence familiale au **1 877 977-0007** afin d'être orienté vers le refuge le plus proche pour victimes de violence familiale.

## **Si vous êtes L'AGRESSEUR et bisexuels**

Le recours à la violence est un choix. C'est à vous d'arrêter de faire du mal à votre partenaire. Vous pouvez obtenir de l'aide pour vous aider à cesser votre comportement abusif. Communiquez avec un conseiller ou avec les services indiqués dans la présente brochure pour en savoir plus sur la manière d'obtenir des services de counselling.

Si nécessaire, quittez la relation pour vous protéger ainsi que votre partenaire.

Cette information est disponible sous forme différente sur demande. Communiquez avec : [msw@gov.mb.ca](mailto:msw@gov.mb.ca)

**MYTHE :** Certains croient que les bisexuels ne sont pas capables de monogamie ou d'engagement dans une relation, et justifient ainsi leurs comportements abusifs.

**RÉALITÉ :** Les bisexuels sont aussi susceptibles que les autres de priser la monogamie et de s'engager envers leur partenaire.

### **Ressources communautaires**

#### **Rainbow Resource Centre**

170, rue Scott, Winnipeg  
Téléphone : **204 474-0212, poste 201**  
[www.rainbowresourcecentre.org](http://www.rainbowresourcecentre.org) (en anglais seulement)

#### **Ligne de détresse et d'information en cas de situation de violence du Manitoba**

Permanence, sans frais : **1 877 977-0007**  
ATS : **1 888 987-2829**  
Liste des services : [manitoba.ca/fs/fvpp/resources.fr.html](http://manitoba.ca/fs/fvpp/resources.fr.html)

#### **Men's Resource Centre**

Téléphone : **204 415-6797** ou sans frais  
**1 855 MRC-MRCS (1 855 672-6727)**  
[www.mens-resource-centre.ca](http://www.mens-resource-centre.ca) (en anglais seulement)

#### **Klinic Community Health Centre**

Permanence, Ligne de détresse : **204 786-8686** (à Winnipeg)  
ou sans frais **1 888 322-3019**  
Ligne de détresse - agression sexuelle : **204 786-8631** (à Winnipeg)  
ou sans frais **1 888 292-7565**  
ATS, counselling : **204 784-4097**  
[www.klinic.mb.ca](http://www.klinic.mb.ca) (en anglais seulement)

#### **Bureau de Brandon du LGBT\* Program, Sexuality Education Resource Centre (SERC)**

Téléphone : **204 727-0417**  
[www.serc.mb.ca](http://www.serc.mb.ca) (en anglais seulement)

#### *Remerciements :*

- *Rainbow Resource Centre, Two-Spirited People of Manitoba, Aurora House et les autres membres de la communauté qui ont participé à l'élaboration de ces documents.*
- *Le gouvernement de l'Alberta pour sa publication Abuse in Same-Sex and LGBTQ\* Relationships.*

Renseignements en ligne à :  
[www.gov.mb.ca/stoptheviolence/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/stoptheviolence/index.fr.html)

**Manitoba** 