

MÉMOIRES TRANSGÉNÉRATIONNELLES



Graphisme



EXPLICATION DU PROJET ET DU PROGRAMME

Le projet Mémoires Transgénérationnelles s'inscrit dans le cadre du programme Nouveaux Horizons pour les aîné-es d'Emploi et Développement social Canada. La visée du programme est de favoriser la participation sociale et l'inclusion des aîné-es canadien-nes au sein de leur collectivité, notamment via le bénévolat et le mentorat.

Dans le contexte du présent projet, l'Aide aux Trans du Québec a organisé des rencontres consultatives individuelles et de groupe ainsi qu'un questionnaire en ligne afin de recueillir les témoignages de personnes trans et non-binaires de 55 ans et plus. Un comité d'organisation, composé de personnes issues de cette communauté, a permis la mise en place des différentes activités du projet. L'ATQ tient à remercier toutes les personnes qui se sont impliquées dans la réalisation du comité d'organisation, des entrevues individuelles et de groupe et de la rédaction du mémoire.

Ce mémoire, en présentant les témoignages des personnes ayant participé au projet, vise à peindre un portrait d'ensemble de la lutte pour les droits des personnes trans au Québec et des enjeux spécifiques liés à la transidentité et l'âge. En effet, à travers leur histoire, ces personnes vous feront découvrir les enjeux socio-historiques, culturels, médicaux et interpersonnels de la transition de genre. Ce mémoire permettra donc de sensibiliser la population générale aux réalités trans, mais également de transmettre la sagesse et l'histoire des personnes trans aînées aux plus jeunes générations, dans un effort de créer un pont entre les générations.

Ainsi, en plus de promouvoir la participation des personnes aîné-es trans au sein de leur communauté, les différentes activités liées au projet ont permis à ces personnes de briser leur isolement, ce qui vient rejoindre les valeurs de l'organisme.

L'équipe de l'ATQ tient encore une fois à remercier toutes les personnes ayant participé au projet, en tant que participant-es, consultant-es et organisateur-ices.

N.B. : Les termes utilisés par les personnes pour s'autodéfinir peuvent ne pas correspondre à la terminologie actuelle. Nous reconnaissons le pouvoir d'autodétermination de chaque personne, ce pourquoi nous n'avons pas modifié les termes employés dans les témoignages.

- Certains témoignages ont été édités pour favoriser la clarté du texte.
- Les noms des personnes ayant témoigné ont été modifiés pour préserver leur anonymat.
- Certaines personnes ayant témoigné utilisent des termes d'argot pour décrire les insultes dont elles ont été la cible par le passé. Ces termes ont été inclus dans leur témoignage, afin de conserver la nature des propos des participant-es.

NOTRE ORGANISME

Depuis sa fondation en 1980, l'ATQ a comme but premier d'apporter de l'aide et de briser l'isolement des personnes transidentitaires. Ensemble, nous participons à la démystification de la transidentité en représentant l'ATQ à l'égard de l'égalité citoyenne et sociale tout en prônant l'égalité au sein de la communauté LGBTQ+ comme dans la communauté en général. Ces représentations permettent aux personnes transidentitaires de participer de plus en plus librement et pleinement à leur vie sociale, culturelle et économique.

Nos services :

- Groupes de discussion pour personnes trans, non-binaires et en questionnement (1 groupe ouvert aux personnes de tous les âges et un groupe pour les personnes de 50 ans et plus).
- Suivis individuels et familiaux.
- Service gratuit d'assermentation des documents de changement de nom et de mention de sexe.
- Programme d'aide d'urgence pour personnes trans et non-binaires en situation de précarité.
- Mardis Trans et soupers communautaires chaque mois, annoncés sur notre site internet et notre page Facebook !
- Organisation de la Journée de la Fierté Trans, chaque année.

Formations disponibles :

- Intégration des personnes trans en milieu de travail.
- Adapter les ressources d'hébergement aux réalités trans.
- Formations trans 101.
- Formation sur la non-binarité.
- Enjeux trans et accès aux services de santé.

TABLE DES MATIÈRES

Chapitre 1	6
Contexte socio-historique et culturel Passé, présent et futur	
Chapitre 2	11
Parcours de transition	
Chapitre 3	16
Santé mentale, physique et sexuelle	
Chapitre 4	20
Coming-out en milieu de travail	
Chapitre 5	23
Relations interpersonnelles et réception du coming-out	
Annexe 1	26
Outils et ressources	
Annexe 2	30
Bibliographie / sources	

CHAPITRE 1

Contexte socio-historique et culturel – passé, présent et futur

« Être une personne trans dans les années 60 à 80 n'était pas facile. Il faut comprendre qu'il était alors illégal pour les personnes de sexe masculin de porter des vêtements féminins et ce, jusqu'au bill Omnibus en 1969, qui a décriminalisé l'homosexualité. Ce n'est qu'au courant des années 70 qu'une distinction claire s'est faite entre l'homosexualité et la transidentité. De plus, les personnes trans n'avaient pas de protection légale contre la discrimination avant les années 80. Ainsi, il était d'autant plus difficile de trouver un emploi, un logement ou même d'avoir un suivi médical. Il était également très courant pour les personnes trans de vivre de la brutalité policière durant ces années. Peu à peu, les personnes trans ont commencé à revendiquer leurs droits et, tranquillement, le mouvement trans a acquis de la reconnaissance et une certaine protection contre la discrimination. C'est grâce à ces militant·es que les personnes trans sont maintenant davantage reconnues dans la société actuelle »

.....

(Namaste, 2005)

« Encore aujourd'hui, les personnes âgées LGBTQ+ sont invisibilisées. Selon un sondage publié par la Fondation Émergence, seulement le cinquième des canadien·nes connaissent une personne de la diversité sexuelle et de genre de 65 ans et plus dans leur entourage, alors que le triple de ce nombre connaît une personne LGBTQ+ de moins de 65 ans. »

(Fondation émergence, Étude annuelle – Édition 2016 : Les réalités des personnes âgées LGBT, Mai 2016)

« Le quart des personnes trans âgées auraient vécu de la discrimination liée à leur identité de genre en tentant d'avoir accès à un logement. Plus du trois quart des personnes LGBTQ+ aimeraient voir dans le futur un développement de logements abordables pour les personnes de la diversité sexuelle et de genre. De plus, il est à noter qu'un très grand nombre de personnes trans, soit plus du trois quart, a peur de vieillir seul·e. »

(Longman et al., 2013 & Espinoza, 2014)

.....

« En raison du contexte socio-historique et des contraintes législatives y étant liées, les parcours de vie des cohortes plus âgées de personnes trans est susceptible d'être davantage marqué par les contraintes hétéro/cisnormatives, les expériences d'adversité et le manque d'opportunités et de soutien, comparativement à celui des cohortes plus jeunes de personnes trans, qui bénéficient de protections législatives, de visibilité et de soutien grandissants. »

(Petit, 2018)

Chapitre 1 - Contexte socio-historique et culturel – passé, présent et futur

Témoignages

Laurence, personne non-binaire transféminine, fin cinquantaine :

« Les valeurs judéo-chrétiennes m’ont fait rester dans le placard. J’ai resté là tout le long de ma vie. À cette époque, il n’y avait pas de personnes trans, il avait les tapettes et les sacoches. C’était binaire dans ce temps-là et rien d’autre. C’est plus tard, dans ma fin vingtaine début trentaine qu’on a commencé à voir plus de personnes trans, mais c’était très rare, presque mythique. À ce moment-là, il fallait être riche pour faire une transition.

Je me souviens d’avoir vu, il y a longtemps, deux policiers dire à une travestie qui marchait sur le trottoir: disparaïs, sinon je te botte les fesses ! Dans ces années-là, c’était pas illégal comme tel, mais c’était considéré comme une maladie mentale. Une personne pouvait être placée en institution si elle changeait pas. C’était difficile côté social, on avait peur. Dans ce temps-là, on allait se promener et on faisait attention, on rasait les murs. On avait peur de se faire attraper et que les autres se moquent de nous. On se sentait tellement à part ou même déviant. Je vivais avec des terreurs de me faire attraper. »

Fernande, femme trans, début soixantaine :

« J’envie les jeunes d’aujourd’hui. Dans mon temps, ça n’existait pas, les personnes trans, ou du moins, la société n’était pas prête à ça. Je me souviens que je ne voulais pas être trans, mais avec le temps, j’ai réalisé que c’est ce que je suis. Les jeunes en connaissent plus [sur la transidentité] à cause de l’école. Mais pas tous, certains vont quand même rire de nous [les personnes trans]. Je trouve que les gens de la génération des baby boomers sont généralement moins acceptants, alors que les jeunes entendent parler beaucoup plus de transidentité, comme à travers le festival de la fierté. C’est normal en même temps que ça soit moins ouvert du côté des personnes plus âgées par rapport aux jeunes, vu qu’ils ne viennent pas de la même époque. C’est plus facile aujourd’hui, c’est plus accepté. Il ne faut pas reculer si loin que ça pour voir les changements, même dans les 5 dernières années, il y a eu une grosse évolution.

Maintenant, il y a plus de personnes trans qu’avant, ou il y en a plus qui le montrent. Je vois des jeunes qui se promènent dans le genre qu’ils ressentent et je les envie un peu. À leur âge, j’aurais voulu être comme ça, mais ce n’était pas possible. Je ne savais pas que ça pouvait se faire non plus. »

Maxime, personne non-binaire transféminine, début soixantaine:

« Il y a une trentaine d'année, j'ai voulu commencer ma transition. J'ai tout abandonné après deux ans sans rien commencer concrètement. C'était trop mal vu, on me lançait des roches et on me crachait dessus parce que j'étais habillée autrement que mon genre assigné à la naissance. La situation est mieux aujourd'hui, mais il reste encore des gens qui ne sont pas ouverts, des personnes trans qui se font assassiner. Je pense quand même qu'il y a de l'espoir, la jeune génération est beaucoup plus acceptante. »

Diane, femme trans, mi-cinquantaine :

« La société a beaucoup évolué, ça c'est vrai ! En 1985, j'ai rencontré un psychologue à Québec concernant la transidentité. À la deuxième rencontre, il m'a dit : si tu changes pas ta mentalité, on va te rentrer en dedans pour te mettre aux pilules. Je savais que je n'étais pas folle, je voulais juste être une femme. Dans ces années-là, je revenais du travail, je prenais ma douche et je mettais mon linge de femme. Dès qu'il faisait noir, je sortais quasiment en catimini, parce qu'il fallait faire attention à cette époque-là. Je devais faire attention de ne pas me faire arrêter par la police, pour ne pas me faire poser trop de questions. Même si ça a pas mal changé depuis, on dirait que d'un côté, on veut évoluer, mais on ne veut pas trop en faire parce que c'est mal vu et on a toujours peur que quelqu'un du passé revienne nous chercher par en arrière.

Je pense qu'il va toujours avoir des gens qui ne vont pas nécessairement nous accepter, comme les baby boomers et les autres générations avant ça. Ils seront toujours comme ça, ils vont pas changer leur point de vue. La nouvelle génération d'aujourd'hui est plus au courant. Les baby boomers partent tranquillement et sont remplacés par la génération suivante, qui apprend déjà à l'école que les personnes trans ne sont pas malades. Ils sont sensibilisés au fait que la transidentité existe et que c'est pas une maladie, c'est une différence. Plus ça va aller, moins il va y avoir de réticences. Il va en avoir quand même, mais beaucoup moins que dans les années 80. Ça ne m'empêchait pas de sortir et de m'habiller en femme, mais je devais faire attention. La première réaction du monde qui me regardait c'était de dire : c'est une tapette. Il fallait s'adapter, mais avec les années, naturellement le monde évolue et c'est maintenant beaucoup moins dangereux, il y a moins de risques de se faire harceler. Maintenant, je n'ai plus de gêne à être habillée comme je veux, je ne me cache plus. Avant c'était considéré comme une maladie, on était malade, ce n'est plus le cas aujourd'hui. On n'est plus considéré comme une personne malade, mais comme une personne qui n'est pas dans sa vraie personne. C'est fou le nombre d'enfants trans qu'il y a aujourd'hui, on en voit passer régulièrement à la télé ! L'internet a aidé pour ça aussi, c'est plus facile d'avoir accès à de l'information et ça aide les gens à comprendre. »

Laurence, personne non-binaire transféminine, fin cinquantaine :

« Les valeurs judéo-chrétiennes m'ont fait rester dans le placard. J'ai resté là tout le long de ma vie. À cette époque, il n'y avait pas de personnes trans, il avait les tapettes et les sacoches. C'était binaire dans ce temps-là et rien d'autre. C'est plus tard, dans ma fin vingtaine début trentaine qu'on a commencé à voir plus de personnes trans, mais c'était très rare, presque mythique. À ce moment-là, il fallait être riche pour faire une transition.

Je me souviens d'avoir vu, il y a longtemps, deux policiers dire à une travestie qui marchait sur le trottoir: disparais, sinon je te botte les fesses ! Dans ces années-là, c'était pas illégal comme tel, mais c'était considéré comme une maladie mentale. Une personne pouvait être placée en institution si elle changeait pas. C'était difficile côté social, on avait peur. Dans ce temps-là, on allait se promener et on faisait attention, on rasait les murs. On avait peur de se faire attraper et que les autres se moquent de nous. On se sentait tellement à part ou même déviant. Je vivais avec des terreurs de me faire attraper. »

Marc, homme trans, 57 ans :

« Pendant mon adolescence, je n'avais aucune idée que le mot trans existait, que le monde pouvait changer de sexe. Je n'avais aucune connaissance ou amis qui étaient trans. Si j'en avais, je le savais pas, parce que tout était caché. Dans ma famille, malgré qu'il y avait plusieurs personnes gaies et lesbiennes, à aucun moment on n'a parlé de sujets reliés à la transidentité ou aux questionnements par rapport à cela. »

Denise, femme trans, 60 ans :

« Pour être née en Ontario et avoir vécu en France une partie de ma vie, j'ai remarqué qu'il y avait une grosse différence dans la manière que les personnes trans étaient traitées. Dans les années 60 en Ontario, c'était plutôt mal perçu, mais en France c'était carrément la condamnation. C'était impensable. Si je me rappelle bien, jusqu'en 1978, c'était possible de se faire arrêter pour être travestie. À mon avis, je considère le Québec comme la province la plus ouverte pour ce qui est de la diversité sexuelle et de genre au Canada, je dirais même la plus avancée des sociétés occidentales. En France, il faut toujours se promener avec une pièce d'identité, il faut toujours prouver son identité. Ici au Québec, je peux aller n'importe où. En France, ce n'est pas du tout pareil, ça peut facilement tourner à la violence.

Pour ce qui est du futur, je n'ai pas trop pensé à la possibilité d'aller vivre en CHSLD. Je ne sais pas si j'ai évité d'envisager cette option parce que j'ai peur que le CHSLD ne soit pas prêt à m'accueillir comme personne trans. Je veux vivre chez moi jusqu'à la fin. J'ai peur d'être hospitalisée, de perdre mon autonomie et que le centre qui s'occupe de moi ne soit pas prêt à accueillir une personne trans et savoir comment bien la traiter. C'est difficile à dire si la société va continuer à s'ouvrir de plus en plus à ces réalités-là et si j'aurai les services dont j'aurai besoin. Je pense que les gens qui travaillent en gériatrie devraient être formés par rapport aux réalités trans, parce qu'en ce moment, ils ne le sont pas du tout. Il y a tellement de médecins, encore aujourd'hui, qui refusent de traiter une personne trans parce qu'ils disent qu'ils ne connaissent pas ça, et ils laissent la personne mourir. Je veux juste avoir droit à la même qualité de service que les autres.»

Kendra, femme trans, 67 ans :

« J'ai vécu au Brésil jusqu'en 1994. Là-bas, c'était une société très conservatrice. Les garçons s'habillaient en bleu et jouaient avec des jeux de garçon, les filles s'habillaient en rose et jouaient avec des poupées. J'ai vécu beaucoup d'intimidation et de violence à l'adolescence, parce que je ne faisais pas ce que les garçons étaient supposés faire. Les stéréotypes genrés et l'image de la famille traditionnelle sont encore très ancrés dans les valeurs des gens.

À ce moment-là, on utilisait pas vraiment le mot trans ou transidentitaire, on parlait plus de travestis. Le mot travesti avait une connotation négative, c'était plus associé avec le travail du sexe. Le mot trans est assez récent, ça n'existait pas il y a 60 ans. Même quand j'ai vécu aux États-Unis dans les années 1990, on disait crossdresser. Il y avait aussi le mot drag queens, sauf que c'est différent, les drag queens sont des artistes. Il fallait trouver des manières de s'informer sur l'identité de genre par nous-même. J'ai lu sur le sujet pendant environ 40 ans. Il y a beaucoup plus d'information dans les 10 dernières années que dans les 30 ans avant ça.

Quand j'étais jeune, il m'aurait été impossible de faire une transition. J'ai vécu à plusieurs endroits dans le monde, en France, Écosse, Royaume-Uni, Allemagne, Japon et Émirats arabes unis. Le Canada est vraiment l'endroit le plus ouvert pour les personnes trans. Montréal est une ville où les gens sont libres, je n'ai jamais eu de problème ici. »

CHAPITRE 2

Parcours de transition

« Selon une étude ontarienne, le quart des personnes trans dit avoir complété une transition médicale, un quart se considère toujours en transition et un autre quart désire débiter une transition médicale. De plus, environ 4% des répondant-es ne planifient pas faire de transition médicale. »

(Coleman et al., 2011)

Au niveau social, la majorité des personnes trans avait le sentiment que leur genre ne correspondait pas à leur sexe assigné à la naissance avant l'âge de 10 ans. La moitié des personnes trans vit à temps plein dans le genre voulu, le tiers à temps partiel et un peu moins du quart n'affiche aucunement son genre ressenti. Parmi les personnes ayant entamé une transition sociale, uniquement 4% l'ont fait à l'âge 50 ans ou plus. »

(Coleman et al., 2011)



Chapitre 2 - Parcours de transition

Témoignages

Diane, femme trans, mi-cinquantaine :

« L'hormonothérapie, ça a été la décision la plus facile pour moi. Quelques semaines avant de commencer les hormones, je me suis levée un matin en me disant que j'étais prête ! Je ne me suis pas remise en question, je me suis dit que le processus était enfin commencé ! Ça faisait tellement longtemps que ça dormait. Je faisais toujours tout en secret. Je suis consciente que l'hormonothérapie et les effets varient d'une personne à l'autre, comme le temps que ça peut prendre, mais je ne stresse pas avec ça. »

Myriam, femme trans, environ 70 ans :

« J'ai vraiment eu le déclic en 2015, en devenant amie avec une femme trans. J'ai commencé à y penser de plus en plus l'été suivant, en 2016. Je suis allée voir un sexologue en septembre de la même année pendant plusieurs rencontres et trois mois plus tard, j'avais rendez vous pour l'hormonothérapie. La suite s'est enchaînée. J'ai eu des petits problèmes ici et là, ça n'allait pas assez vite pour moi. En début de transition, je n'étais pas très patiente. Le changement de nom au gouvernement, j'ai trouvé ça compliqué. J'ai eu des informations contradictoires et erronées. Ça m'a pris 4 mois et demi avant d'avoir ma nouvelle carte d'assurance maladie, en 2017. L'assurance maladie, c'était mon principal stress, parce que c'est super important pour les personnes trans qui doivent aller voir des médecins régulièrement. »

Maxime, personne non-binaire transféminine, début soixantaine :

« Il y a des femmes trans qui font des transitions et elles n'ont pas besoin de prendre des hormones, ni d'avoir une chirurgie, ni de faire de changement de nom et elles vivent dans leur genre voulu. Je pense qu'il faut savoir s'arrêter là où l'on veut, ce n'est pas tout le monde qui veut la même chose ou qui a les mêmes limites. »

Denise, femme trans, 60 ans :

« Je me sens bien depuis ma transition. J'ai des moments de doute, surtout quand je pense au trouble que ça me fait à mon âge, je me dis que ça ne vaut peut-être plus la peine. Mais je m'arrête deux minutes et je constate que je ne pourrai jamais retourner comment avant et je me pose même la question : comment j'ai pu vivre comme ça avant ? Avant ma transition, j'avais toujours l'impression de marcher à côté de moi-même, je me voyais de l'extérieur, comme si j'étais dans le coma. Je ne ressentais pas vraiment la douleur. Maintenant, ce sentiment de ne pas habiter mon propre corps n'est plus là. J'ai maintenant l'impression de vivre vraiment, je ressens des sensations et des sentiments, je n'ai plus l'impression d'être à l'extérieur de moi-même. »

Monique, femme trans, 71 ans :

« Ma transition légale a bien été, mais à l'époque, en 2008, c'était très long. Je devais avoir une lettre de psychologue, une lettre d'un médecin et tout faire assermenter. Ensuite, j'ai dû mettre mon nom dans deux journaux et l'afficher deux fois dans la gazette officielle avant d'avoir mon changement de nom. Pendant le 6 mois d'attente pour mon changement de nom, j'ai fait de l'anxiété. Je me demandais : est-ce que quelqu'un va venir chez moi et tout vandaliser à cause de mon nom dans le journal ? »

Marc, homme trans, 57 ans :

« J'ai commencé la testostérone il n'y a pas longtemps, environ en septembre 2019. Il y a quelques petits changements, encore rien de majeur. Le plus gros changement, c'est la voix. Je sens que c'est la bonne dose, ça ne va pas trop vite, ni trop lent. Tout le monde dans mon entourage a remarqué que ma voix a changé. J'ai aussi la mastectomie qui s'en vient dans les prochains mois, j'ai vraiment hâte et je suis content que ça arrive aussi vite. J'espère que ça va aider ma famille à s'ajuster un peu plus, même si je fais ma transition pour moi-même. Avant, si trop de monde avait pas été d'accord avec le fait que je fasse une transition, je ne l'aurais pas fait. Après quelques rendez-vous avec un psychiatre, il m'a fait réaliser que c'était ma vie et pas celle des autres. C'est à propos de moi et pas des autres. Alors, moi j'avance, s'ils avancent avec moi, cool ! sinon c'est correct, mais je ne vais pas les attendre. C'est difficile comme décision, mais c'est important. Il faut que je continue, sinon je vais retourner comme j'étais avant, dans la dépression, ne pas être content avec moi-même. Je ne veux pas retourner là. »

Kendra, femme trans, 67 ans :

« J'ai su très tôt dans ma vie qu'il y avait quelque chose qui n'allait pas, mais je devais me conformer à la société et à ce qu'elle attendait de moi. Je me suis mariée, j'ai eu 3 filles. Je me sentais malheureuse pendant cette période. J'ai fait mon coming-out à ma femme autour des années 2000. À partir de là, j'ai commencé à porter des vêtements féminins plus souvent. Je considère que je suis toujours en transition, parce que je n'ai pas fait de coming-out au reste de ma famille. Ce n'a jamais été facile pour moi, mais je pense que je vais plus m'accepter après ma transition.

Dans ma jeunesse, je me souviens que je n'aimais pas les activités de garçon, comme jouer au soccer ou me battre. Je ne jouais pas avec les garçons, toutes mes amies étaient des filles. Je ne comprenais pas pourquoi je n'arrivais pas à faire des activités avec les garçons, je sentais que ma place était du côté des filles. À ce moment-là, je ne connaissais pas le mot transgenre. Dans le passé, je m'identifiais au mot crossdresser. Parfois, se définir comme travesti est une phase temporaire dans la découverte de sa vraie identité. Lorsque j'avais 17-18 ans, j'allais passer un mois chaque été toute seule à une plage éloignée et je vivais comme je le voulais, habillée en femme en secret de ma famille. J'en suis arrivée à comprendre que je voulais vivre en tant que femme à temps plein, et non pas pour quelques heures seulement. J'ai ensuite emménagé aux États-Unis, où j'ai vu, grâce au mouvement pour les droits des homosexuels, qu'il était possible d'être différent et d'avoir une alternative au modèle traditionnel. C'est à ce moment-là que j'ai vraiment commencé à penser à la transition.

La plus grande difficulté à faire une transition en étant plus âgée, c'est tout le passé qu'on traîne avec nous et qui est associé avec notre ancienne identité. Par exemple, lorsque j'envoie mon CV pour un emploi, j'ai la crainte que l'employeur contacte mes anciens patrons, qui ne sont pas au courant pour ma transition. Si l'employeur veut faire une enquête de crédit, je suis obligée de révéler mon nom légal et de me outter.

Pour ma transition légale, je dois attendre d'obtenir ma citoyenneté canadienne avant de pouvoir obtenir mon changement de nom et de mention de sexe. En ce moment, je suis résidente permanente, donc j'espère obtenir ma citoyenneté dans les prochains mois pour effectuer tous les changements légaux. C'est vraiment plus simple pour une personne qui est née ici de faire une transition légale, comparativement à une personne immigrante. »

Laurence, personne non-binaire transféminine, fin cinquantaine :

« Je sens que je suis différente depuis mon adolescence. Je n'avais pas les mots pour savoir qui j'étais. Cela ne m'a pas empêché d'être heureux et faire plein de choses fantastiques comme garçon. Cela m'a pris du temps à remarquer que j'étais trans, parce que je ne me suis pas sentie prisonnière dans un monde d'homme. J'ai vraiment plus l'impression d'être entre les deux. Le moment déclencheur pour moi a été quand je me suis séparée, il y a une dizaine d'année. Cela m'a permis de vivre seule, d'explorer, de prendre du recul, plus de place et d'être qui je suis chez moi. Je ne vois pas ça comme une acceptation de soi dans mon cas, mais plus une illumination. En me regardant dans le miroir, je me suis dit que je suis une femme. Au fil des semaines, je me suis dit que je n'étais pas du tout un homme. Alors qui suis-je? »

Ça été plus une réalisation qu'une acceptation parce que je n'avais même pas compris que je pouvais être trans. »

Blanche, femme trans, mi-cinquantaine :

« Dans mon cas, je suis arrivée à un moment où je devais décider de soit faire une transition ou de partir [s'enlever la vie]. Je ne voyais pas comment je pouvais être heureux, je peux juste être heureuse. J'avais un choix à faire et quand je l'ai fait, ça a été l'illumination. Il y a eu un changement majeur à l'intérieur de moi. Avant, je ne me suis jamais trouvé beau et là, depuis que je suis en transition, je me trouve belle en me regardant dans le miroir. Il a un côté psychologique à ça. J'ai eu un sentiment de libération de ne plus devoir jouer un rôle et prouver que je suis un homme. Ce rôle m'a amenée à faire des conneries, dont boire beaucoup. Toute ma vie, j'ai envié les femmes. Je ne comprenais pas pourquoi et j'ai longtemps pensé que vouloir être une femme était un fantasme. S'habiller en femme et porter de la lingerie pour avoir des relations sexuelles, c'était la seule solution qu'on avait à une certaine époque. Je faisais des recherches sur internet et je voyais l'information, mais je ne voulais pas être trans. J'ai viré de bord la première fois que je suis allée à un groupe de soutien parce que c'était trop gros pour moi. Mais ça m'a rattrapé. Je voulais rester dans le connu parce que c'est plus facile que de faire face à l'inconnu et toutes ses implications. Pour moi, l'acceptation de soi a été plus difficile que mes coming-outs. M'accepter, ça a été une grosse révélation. Gros changement de vie de A à Z. »

Fernande, femme trans, début soixantaine :

« J'ai su que j'étais trans à l'âge de 8 ans. Je portais le linge de ma mère et je me cachais parce que ce n'était pas accepté à l'époque. En plus, c'était un village de campagne, tout le monde se connaissait. J'ai commencé ma transition à l'âge de 50 ans. Je devais le faire et j'ai commencé à faire plus de recherches. J'allais dans des cabarets où il avait des personnes trans, ça m'a aidé à voir que je voulais être comme elles. Je n'acceptais pas d'être gai, j'ai essayé d'être hétéro et de sortir avec des femmes. Je sortais avec des filles pour cacher le fait d'aimer les hommes, mais aussi parce que j'aimais leur corps. J'aurais voulu être comme elles. »

CHAPITRE 3

Santé mentale, physique et sexuelle

« Les personnes trans âgées présentent un risque significativement plus élevé d'avoir une mauvaise santé physique, d'avoir des handicaps, d'être dépressives et d'être anxieuses comparativement aux personnes cisgenres. La peur de vivre de la discrimination de la part des professionnel·les des services de santé, le manque d'activité physique, les stigmas internes, le manque de soutien social, la victimisation et le stress minoritaire sont tous des facteurs qui viennent indirectement affecter la santé de ce groupe de personnes. »

(Fredriksen-Goldsen et al., 2014)

« Un des aspects qui affecte la santé physique chez les personnes trans est la peur du système de santé. À titre d'exemple, environ la moitié de ces personnes rapporte avoir eu un inconfort à dévoiler qu'iels sont trans ou de parler d'enjeux reliés à la transidentité à leur médecin de famille. Cela pourrait s'expliquer par le fait que plus du tiers dit avoir eu une mauvaise expérience avec leur médecin de famille et à peu près autant rapportait que leur médecin traitant avait peu ou pas de connaissances par rapport à la transidentité. »

(Bauer et al., 2015)

« Près de quatre personnes trans sur dix disent ne pas avoir été satisfaites des soins médicaux reçus dans la dernière année et le cinquième des personnes trans éviteraient d'aller aux urgences par crainte de vivre de la transphobie. »

(Giblon et Bauer, 2017 & Bauer et al., 2014)

« Au niveau de la satisfaction sexuelle, près de 40% des personnes trans remarquent un changement positif à travers leur transition, alors qu'une personne sur cinq rapporte vivre un déclin de sa satisfaction sexuelle. Les personnes suivant un traitement hormonal de testostérone remarquent en grande partie une augmentation de leur désir et de leur satisfaction sexuelle. Par contre, certaines personnes suivant un traitement hormonal à base d'oestrogène ont observé une diminution de leur libido. »

(McNeil et al., 2012)

Chapitre 3 - Santé mentale, physique et sexuelle

Témoignages

Myriam, femme trans, environ 70 ans :

« Je ne peux plus faire de sport, parce que je souffre d'arthrose. Ça a été difficile d'arrêter d'être active. Tout arrêter d'un coup aurait été trop intense. J'ai décidé de me prendre en mains un petit peu. J'ai eu des phases plus négatives et j'ai commencé à prendre des antidépresseurs, parce que j'en avais besoin. Avec l'Androcure, c'est des montagnes russes! J'ai dû prendre une semaine de congé, parce que je n'endurais plus personne, surtout mes collègues de travail. Après, ça s'est calmé. »

Diane, femme trans, mi-cinquantaine :

« J'ai fait une tentative de suicide à 15 ans, ce sont mes deux meilleurs amis qui m'ont sauvée. J'ai encore une cicatrice de ma tentative aujourd'hui. En 2017, j'ai fait une autre tentative et ça n'a pas fonctionné. C'est ma femme qui m'a entendue et qui est venue me voir. On a jasé jusqu'à tard dans la nuit et je lui ai raconté tout ce que je vivais. Un an plus tard, j'ai rencontré un sexologue et psychologue et j'ai débuté l'hormonothérapie six mois après. »

Fernande, femme trans, début soixantaine :

« Mon médecin n'était pas trop d'accord que je commence l'hormonothérapie, parce que j'ai des problèmes de santé comme l'hypertension et du diabète. J'ai aussi fait des dépressions par le passé, avec de l'anxiété et de l'angoisse. J'ai compris que je n'avais pas à arrêter ma transition même si je ne peux pas prendre d'hormones, il n'y a pas d'obligation de prendre des hormones pour être une femme. Un ami m'a conseillé de continuer à porter des vêtements de femme et de vivre comme je le veux. »

Denise, femme trans, 60 ans :

« Ma santé mentale s'est améliorée depuis ma transition, je ne broie plus du noir, je n'ai plus envie de ne pas me réveiller le matin. Mon humeur a changé aussi, je suis plus sensible émotionnellement. Éventuellement, je songe avoir une orchidectomie pour pouvoir arrêter de prendre des bloqueurs de testostérone. Je ne veux pas avoir de vaginoplastie, parce qu'à mon âge, je ne suis pas certaine que ça vaut le risque, je ne veux pas gâcher le reste du temps qu'il me reste à vivre. S'il y a des complications, avec mon âge ça devient pas mal plus complexe. Si j'avais 20 ans, la question se poserait même pas, je l'aurais fait!

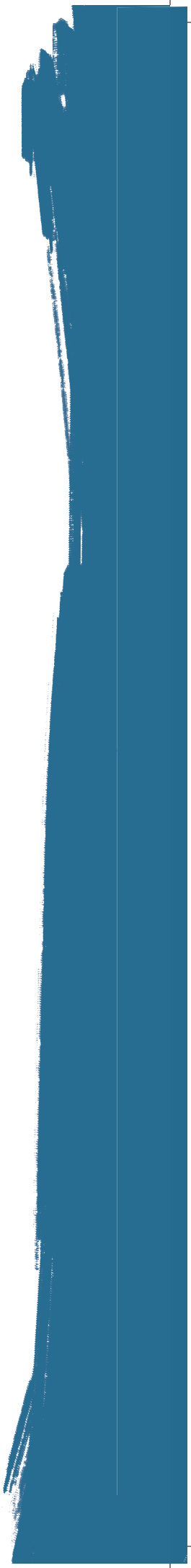
Sinon, je sens que ma sexualité a évolué un peu, mais pas tant que ça. Je sais depuis très longtemps que je suis bisexuelle, depuis environ une vingtaine d'années. En ce moment, c'est plus les hommes qui m'attirent

et j'aime bien les séduire. J'aimerais rencontrer une personne pour devenir partenaire romantique, mais je n'ai pas trop d'attentes à ce niveau-là. La sexualité, ce n'est plus aussi important pour moi que ce l'était avant. Je ne sais pas si c'est nécessairement en lien avec ma transition ou avec mon âge, je ne me suis jamais vraiment posé la question. »

Marc, homme trans, 57 ans :

« Avant ma transition, j'étais toujours déprimé, je ne voulais plus manger ou sortir. J'ai commencé à prendre des médicaments pour la dépression et ça a aidé, mais il arrivait des journées où je ne voulais absolument rien faire et uniquement regarder la télévision. J'avais donc quand même des hauts et des bas. En voyant mon psychiatre, c'est ça qui m'a fait réaliser la raison pourquoi j'étais déprimé, je ne le réalisais pas que je n'étais pas moi-même. Aujourd'hui, je suis encore sur les médicaments pour la dépression, mais je me sens plus de bonne humeur et ça n'arrive pas souvent que j'aie des journées où je ne veux rien faire, à moins que je sois fatigué. Ma conjointe a aussi remarqué qu'il y a eu une amélioration de mon humeur. Je considère que j'ai une assez bonne santé physique, même si les injections de testostérone affectent beaucoup la pression et le cholestérol et que je dois prendre des médicaments pour ça maintenant. Par contre, en faisant attention, ça ne m'inquiète pas top pour ma transition.

Il n'y a pas eu de changement du côté de mon attirance sexuelle depuis ma transition, sauf que les injections de testostérone ont fait augmenter ma libido vraiment vite. J'avais presque oublié que ma libido existait, la testostérone l'a fait ressurgir. Ma conjointe aussi a remarqué que je suis plus actif de ce côté-là. Les deux, ça nous convient ! »



Maxime, personne non-binaire transféminine, début soixantaine :

« Je trouve que ma prise d'hormones a eu un impact sur ma sexualité. Quand je prenais les bloqueurs de testostérone (spironolactone), je n'avais presque plus d'érections matinales. Dès que j'ai cessé la spiro, ma libido a fortement augmenté, même si je prenais toujours de l'estrogène. Tout a fini par se stabiliser avec le temps. »

Monique, femme trans, 71 ans :

« Ma transition m'a redonné ma sexualité. Pleinement. Ma sexualité d'avant ne peut même pas se mesurer à celle d'aujourd'hui. C'est mon opération qui m'a redonné ma sexualité. Avant, le sexe était difficile, parce que mon organe avait une morphologie inadéquate selon moi. C'était difficile et pas agréable, j'étais moins portée à ça. Aujourd'hui, j'aime beaucoup plus ça. Pour moi, la chirurgie et ma transition en général m'ont redonné la vie. »

Jocelyne, femme trans, 81 ans :

« J'ai toujours été plus aux hommes, donc ça n'a pas changé depuis ma transition. Depuis ma chirurgie, je n'ai jamais eu de problème avec ma cavité vaginale pendant les relations sexuelles. Par contre, il faut toujours une petite préparation avant d'avoir une relation sexuelle vaginale, pour que ça soit bien lubrifié. C'est quelque chose que d'autres femmes trans m'ont dit, les médecins ne m'ont pas expliqué quoi faire pour se préparer à une relation sexuelle après la chirurgie. C'est pour ça que c'est important de se renseigner avant de faire la chirurgie. »

Kendra, femme trans, 67 ans :

« Je considère avoir une assez bonne santé physique. Je suis en forme, même si j'ai perdu de la masse musculaire à cause de l'hormonothérapie. Je n'aime pas prendre des médicaments, sauf pour l'hormonothérapie. Je planifie prendre mes hormones pour le reste de ma vie. Je suis un peu inquiète que mes hormones puissent affecter ma santé, surtout parce que je voyage beaucoup et que ça augmente les risques de faire un caillot de sang. Mais je dirais que ma plus grande crainte est de vieillir en général. Je n'ai pas peur d'être vieille comme tel, mais je crains surtout les conséquences de la vieillesse sur le corps. Le cerveau qui veut continuer d'aller vite, mais le corps qui ne peut plus suivre.

Mon orientation sexuelle et romantique n'a pas changé pendant ma transition. J'ai eu une période plus confuse par contre. Mais je ne pense pas que c'était à cause de la transition. Quand j'étais jeune, j'étais attirée envers les hommes aussi, mais je ne l'admettais pas à ce moment-là, ce n'étais pas facile à accepter. Ma transition a eu un bon impact sur mes fantasmes sexuels. Je ne sais pas trop pourquoi, peut-être à cause de la connexion entre mon corps et mon esprit. J'aime bien ces changements. »

CHAPITRE 4

Coming-out en milieu de travail

« Près de la moitié des personnes trans gagne moins de 15 000\$ par année, ce qui est largement en-dessous de la moyenne nationale. »

(Bauer et al., 2010)

.....

« Plus du tiers des personnes trans rapporte avoir eu de la difficulté à trouver un emploi et le quart mentionne avoir perdu un emploi en raison de leur transidentité. »

(Bauer et al., 2011 & Bockting Walter et al., 2013)

« Selon un sondage de la Fondation Émergence effectué en 2019, près du tiers des québécois-es hésiterait à embaucher une personne trans. Cependant, près du deux tiers croit qu'une personne qui déciderait de faire une transition serait acceptée dans leur milieu de travail. »

(Fondation Émergence, 2019, Sondage LGBTQ+ au travail : le tiers des Québécois hésiteraient à embaucher une personne trans)

Chapitre 4 - Coming-out en milieu de travail

Témoignages

Myriam, femme trans, environ 70 ans :

« J'ai commencé ma transition en 2016. Dans le centre d'hébergement où je travaillais, des pamphlets sur les personnes trans ont été donnés environ une semaine après mon coming-out. Les patrons avaient peur que je vive du harcèlement, mais j'étais prête à me défendre si quelqu'un me disait quelque chose de travers. Ils n'auraient pas eu le droit de faire ça, c'est ma vie ! Finalement, ma transition au travail s'est quand même bien passée, même si je n'ai travaillé qu'un an entre mon coming-out et ma retraite. J'ai quand même une amie qui m'a confirmé qu'il y avait du monde qui parlait dans mon dos. Je m'en doutais, dans le fond c'est normal que les gens parlent. Les personnes différentes, ça fait parler. Je suis quand même fière de ce que j'ai accompli.»

Diane, femme trans, mi-cinquantaine :

« Pour mon employeur, ma transition était rien de nouveau, je suis la 4e personne à faire une transition à mon travail. Le syndicat en a parlé aux employés et s'occupe bien de moi. Certains employés étaient curieux de savoir qui faisait une transition et le syndicat s'est assuré que c'était correct avec moi avant de leur dire. J'ai accepté et ça a commencé à se savoir. Je n'ai pas eu de problème avec les autres, j'ai même signé un contrat qui disait que je devais dénoncer les personnes qui parlaient en mal de moi si ça arrivait et elles seraient rencontrées et suspendues sur-le-champ, c'est tolérance zéro. Je suis bien protégée par le syndicat. En même temps, ce n'est plus comme dans le passé, il y a tellement de diversité à mon travail qu'on a une politique qui protège les employés contre le harcèlement, peu importe lequel. Mon chef d'opération a déjà commandé mon uniforme féminin. Je suis vraiment contente de travailler avec eux. Mon intégration va très bien. »

Blanche, femme trans, mi-cinquantaine :

« Pour moi, les appréhensions que j'avais avant de faire mon coming-out au travail se sont plus ou moins réalisées. Ça va bien en général, je n'ai pas eu de commentaires négatifs à date, sauf peut-être dans mon dos, mais je m'en fous. Je suis assez réaliste pour comprendre que j'attire une certaine curiosité. C'est normal et humain, je trouve. Je suis ouverte à répondre aux questions de mes collègues, mais ils m'en posent pas vraiment. »

Denise, femme trans, 60 ans :

« Je travaille avec des vêtements de femme depuis 6 mois. Quand j'ai rencontré ma patronne, elle m'a tout de suite demandé quel était mon nouveau prénom et elle a communiqué avec les ressources humaines. J'ai choisi une date avec eux pour faire mon coming out officiel et arriver au travail en femme. J'ai envoyé un courriel à tous mes collègues. J'ai reçu plein de réponses d'encouragement et à mon arrivée ce jour-là, environ 50 de mes collègues sont venus m'accueillir et j'ai été approchée par le comité d'inclusion et diversité du bureau. Ça a été un vrai soulagement que ça se soit bien passé. Une amie m'a dit que c'était hallucinant à quel point j'ai changé. Ça fait 30 ans qu'elle me connaît, mais elle m'a dit qu'en fait, elle ne me connaissait pas totalement. Elle m'a dit qu'en regardant mes yeux aujourd'hui, elle voit qu'ils brillent et sont vivants, je n'ai plus le regard terne. Avant, je me noyais dans le travail, mais je n'ai plus envie de ça maintenant. Quelques personnes m'ont regardé de travers, mais ces collègues-là se sont habitués petit à petit et je vois moins ça. J'ai eu beaucoup de chance, je pense pas que ça aurait été aussi facile quelques années auparavant. »

Monique, femme trans, 71 ans :

« J'ai fait ma transition au travail autour de 2008 et j'aurais pu perdre mon emploi, parce qu'il n'y avait pas de protection pour les employés à ce moment-là, mais je ne l'ai pas perdu. La personne à la direction du personnel m'a dit que les personnes trans avaient des droits et qu'il fallait les respecter. J'ai même pris ma retraite et ils m'ont réengagée par la suite, ça montre que ma transition n'a pas été un problème pour eux. Ce que je n'ai pas aimé par contre, ça a été lorsque j'avais un nouveau collègue, ils lui demandaient avant si ça le dérangeait de travailler avec une personne trans. On travaille dans le milieu clinique. Je fais ma job, tu fais la tienne et on a le bien commun des personnes en difficulté dans notre milieu de travail. J'ai débattu par rapport à ça dans plusieurs réunions cliniques, parce que ça ne change rien que je sois trans. C'est comme s'ils baissaient mes culottes à ma place en annonçant que je suis trans, alors que je ne suis pas obligée de le dire. Finalement, ça a passé. C'était énorme pour moi, mais après 3 à 4 mois ça s'est arrêté.»

CHAPITRE 5

Interpersonnelles et réception du coming-out

« Au moment où une personne trans décide de dévoiler sa transidentité à son ou sa partenaire, dans presque la moitié des cas, cela va mener à la séparation. Suite à une séparation, 3 ex-partenaires sur 10 vont tenter de limiter les contacts du parent trans avec les enfants. »

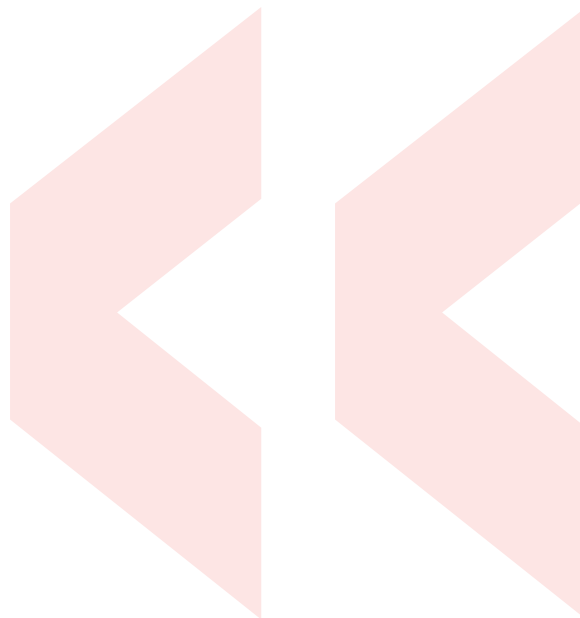
(Grant, Motter et Tanis, 2011)

« Dans le cas des personnes trans âgées, 30% d'entre elles vont rester en relation avec leur partenaire à travers leur transition. Par contre, 73% des femmes trans âgées vont voir leur relation se terminer. »

(Grant, Motter et Tanis, 2011)

« Un peu plus de la moitié des personnes trans disent avoir vécu du rejet au sein de leur famille. Chez les parents trans, 12% disent moins souvent voir leurs enfants. Toutefois, la majorité des parents trans restent en contact avec leurs enfants. »

(Grant, Motter et Tanis, 2011 & Pyne, Bauer, & Bradley, 2015)



Chapitre 5 - Interpersonnelles et réception du coming-out

Témoignages

Diane, femme trans, mi-cinquantaine :

« Pour moi, ma transition a débloqué quand mon père est mort. C'était un catholique pur et dur. Il m'aurait mis à la rue si j'avais fait une transition. Ma sœur, ma belle-mère, mon fils, ma femme et mon meilleur ami sont au courant, mais pas mon frère. Mon meilleur ami m'a accepté, il s'en doutait. Ça fait 45 ans qu'on se connaît et je portais des bijoux et accessoires qui sont plus féminins en général. Mon gars m'a donné sa bénédiction une fois que ça a été annoncé. Je n'en revenais pas. Il m'a dit qu'il faisait partie de la nouvelle génération et si pour moi ça me rend heureuse, de le faire. Je m'attendais pas à ce qu'il me donne sa bénédiction sur le champ, sans réticence. Je suis bien contente ! Mais ça ne s'est pas bien passé comme ça avec tout le monde. Ma sœur m'a dit que, pour elle, je serai toujours son frère. Avec ma femme, c'est encore plus difficile. Après 30 ans de mariage, ce n'est pas évident, je suis prise entre les deux. Si je décide de devenir une femme, je la perds. Si je décide de rester un homme, je me punis et je ne serai jamais heureuse le restant de ma vie. Je dois apprendre à dealer avec ça et ce n'est pas un cadeau. C'est mon gros problème intérieur que je dois travailler. La famille, c'est une partie importante dans la transition. Les amis, c'est important, mais s'ils ne t'acceptent pas, c'est pas mal moins grave. »

Blanche, femme trans, mi-cinquantaine :

« J'ai dit à ma femme comment je me sentais dans le passé, avant mon divorce, parce que j'avais un besoin intense de me sentir femme, mais ça n'a pas marché. Elle m'a traitée de fou. J'ai pensé pouvoir passer par-dessus, je ne voulais pas mettre en péril notre relation qu'on avait bâti pendant 25-30 ans. Je n'ai pas voulu retoucher à ça pendant un bout, j'ai même sauté sur la thèse du fantasme, avancée par ma psychologue en 2007, parce que je ne m'acceptais pas. J'ai encore reculé en 2018 après être allée quelques fois dans un organisme trans en me disant de continuer à être un gars. Cette fois-là, ça n'a pas duré longtemps, c'était rendu plus fort que moi. Je devais faire le changement. Ça a été la décision la plus dure à prendre et à accepter de ma vie, mais aussi la plus bénéfique. Suite à ça, mon fils a coupé les liens avec moi. Je vais lui laisser le temps d'avalier la pilule, c'est surtout ça le problème. »

Myriam, femme trans, environ 70 ans :

« Ma fille a été la première à la savoir. Elle m'a pris dans ses bras et j'ai pleuré. Elle m'a dit qu'elle était avec moi. Ma petite-fille qui m'appelle mamie, ça me fait du bien aussi. Mon frère l'a bien pris, il pose des questions, mais c'est tout juste. J'ai pas vraiment eu de problème avec ma famille, mes parents sont morts depuis longtemps, ils auraient rien compris de toute façon. C'est ma fille l'important. »

Denise, femme trans, 60 ans :

« J'ai fait mon coming-out il y a deux ans. Ça s'est bien passé. J'ai été voir les gens les uns après les autres, mes amis les plus proches. Certains avaient plus de difficulté à comprendre, pour eux c'était impensable. Il y a une ou deux personnes qui ne m'adressent plus la parole, mais ça ne m'a pas beaucoup affectée. Je me fous pas mal de l'opinion des autres. Avec mes deux enfants, ça s'est bien passé. Mon fils a dit : whatever makes you happy, dad. Pendant un temps, je pensais qu'il était confortable avec ça, mais il avait un malaise à l'annoncer à ses amis. Il a réussi à le faire après 2-3 mois et il a dit à son groupe d'amis que la personne qui ne serait pas d'accord est out. Pour mes frères et sœurs, ça a été plus délicat. Ils sont restés en France et ils sont fermés d'esprit. Ma sœur a fait un effort, elle a essayé de se renseigner, mais elle pousse un peu, c'est difficile à gérer pour elle. Mon plus jeune frère est content pour moi, mais il dit aussi que c'est un peu abstrait, vu qu'on habite loin. Mon autre frère, ce n'est pas idéal. Ma mère ne le sait pas encore, je ne veux pas l'appeler pour lui dire ça. Je ne veux pas lui jeter ça au visage, dû à son âge et au fait qu'elle habite loin. »

Monique, femme trans, 71 ans :

« Pour moi, le coming-out à mes deux fils s'est bien passé. Je leur ai toujours donné du respect et ils m'en ont donné en retour. Je leur ai dit que j'avais quelque chose d'important à leur dire et je leur ai montré une photo de moi habillée en femme. J'ai ouvert les garde-robes remplis de linge de fille. Au début, ils pensaient que c'était à ma nouvelle blonde. Je leur ai dit que c'était à moi. Ils m'ont tout de suite genrée au féminin et m'ont demandé : es-tu heureuse ? Je les ai pris dans mes bras. Depuis, ils en ont parlé à mes petits-enfants et je n'ai pas eu de problème avec eux. Mes fils continuent de m'appeler p'pa ou par mon prénom, comme avant. Je n'ai pas de problème avec ça, parce qu'il n'y a pas de malice derrière. Je ne suis pas leur mère, ils ont déjà une mère. »

Kendra, femme trans, 67 ans :

« J'ai fait mon coming-out à ma femme en 2001. C'était comme une déception pour elle. Sa famille est très conservatrice, ce n'est pas possible de parler de transidentité avec eux. Pour ma femme, c'était un choc de perdre son mari. Elle avait le rêve d'avoir plein d'enfants et de petits-enfants. Elle veut avoir une famille traditionnelle et rien de plus. Encore aujourd'hui, je me sens coupable par rapport à tout ça. Elle m'accepte beaucoup plus aujourd'hui. Nous sommes toujours mariées et nous habitons ensemble, même si nous prévoyons divorcer dans le futur. Nous sommes de très bonnes amies et on s'entraide beaucoup. Je sens que ma femme n'est pas heureuse et j'aimerais qu'elle puisse trouver quelqu'un d'autre pour être heureuse. Ça fait environ 6 ans que je ne ressens plus de désir pour elle, je l'aime comme une sœur maintenant. »

ANNEXE 1

Outils et ressources

ORGANISMES

Montréal

Aide aux Trans du Québec

2075 Rue Plessis, bureau 310,
Montréal, QC H2L 2Y4
atq1980.org
infoatq1980@gmail.com
Sans frais : 1 (855) 909-9038 #1

**ASTT(e)Q Action Santé Travesti(e)s et
Transsexuel(le)s du Québec**

300 Ste-Catherine E, Montreal, QC H2X 3E7
astteq.org
info@astteq.org
514 847-0067 #207

**Centre de lutte contre l'oppression
des genres**

2110 rue Mackay, Montréal, QC H3G 2J1
desluttgenres.org
info@genderadvocacy.org
514 848-2424 #7431

Coalition des Familles LGBTQ+

3155 rue Hochelaga, Montréal, QC H1W 1G4
familleslgbt.org
info@familleslgbt.org
514 878-7600

Fondation Émergence

C.P. 55510 Centre Maisonneuve, Montréal,
QC H1W 0A1
fondationemergence.org
courrier@fondationemergence.org
438 384-1058

Gay & Grey Montréal (Anglais)

321-6525 Boul Décarie Montréal, QC
gayandgreymontreal.com
info@gayandgreymontreal.com
514 487-6760

RÉZO

2075 Rue Plessis, local 207,
Montreal, Quebec H2L 2Y4
rezosante.org
info@rezosante.org
514 521-7778

Aînés et retraités de la communauté (ARC)

2075 rue plessis, local 110,
Montréal, QC H2L 2Y4
arcmontreal.org
info@arcmontreal.org
514 730-8870

Centre de solidarité lesbienne

4126, rue Saint-Denis, bureau 301,
Montréal, QC H2W 2M5
solidaritelesbienne.qc.ca/csl
info@solidaritelesbienne.qc.ca
514 526-2452

Le Réseau des lesbiennes du Québec

2075 rue Plessis, bureau 306,
Montréal, QC, H2L 2Y4
rlq-qln.ca
dg@rlq-qln.ca
438 929-6928

Extérieur de Montréal

Divergenres

Ville de Québec
divergenres.org
divergenres@gmail.com

Diversité 02

101-260, rue Racine E,
Saguenay QC G7H 1R9
diversite02.ca
info@diversite02.ca
581 447-2211

Fierté Val-D'Or

fiertevd.wixsite.com/accueil
fiertevaldor@hotmail.com
819 860-3536

Iris Estrie : Volet Caméléon

505, rue Wellington Sud,
Sherbrooke QC J1H 5E2
irisestrie.org
cameleon@irisestrie.org
819 823-6704

LGBT Baie des chaleurs

C.P. 5012, Bonaventure, QC G0C 1E0
lgbt-bdc.net
info@lgbt-bdc.net
581 886-5428

MAINS Bas St-Laurent

192, rue Saint Germain E,
Rimouski, QC G5L 1A8
mainsbsl.qc.ca
dg.mainsbsl@globetrotter.net
418 722-7432

Trans Estrie

Ville de Sherbrooke
transestrie.org
info@transestrie.org
819 415-2555

Trans Outaouais

15, Montclair C.P. 30053,
Gatineau, QC J8Y 2E0
transoutaouais.com
info@transoutaouais.com
1 (888) 872-6707

Trans Mauricie/Centre-du-Québec

1060, rue Saint-François-Xavier, bureau 350,
Trois-Rivières, QC G9A 1R8
transmcdq.com
transmcdq@gmail.com
873 887-7787

West Island LGBTQ2+ Centre (Anglais)

202 Woodside Road,
Beaconsfield, QC H9W 2P1
lgbtq2centre.com
info@lgbtq2centre.com
514 794-5428

Extérieur du Québec

Le Réseau Fierté des aîné(e)s d'Ottawa

Ville d'Ottawa
ospn-rfao.ca/fr
ospn.rfao@gmail.com

Sunshine Centres for Seniors in Toronto (Anglais)

1033, Pape Avenue, Suite 8,
Toronto, ON M4K 3W1
sunshinecentres.com
info@sunshinecentres.com
416 924-3979

Annexe 1 - Outils et ressources

LIGNES D'ÉCOUTE

Aide aux Trans du Québec

www.atq1980.org

Sans frais : 1 (855) 909-9038

Option 1 (Montréal et autres régions
du Québec)

Option 3 (Ville de Québec)

Interligne

Service de clavardage en ligne:

interligne.co/clavardage

Sans frais : 1 (888) 505-1010

514 866-0103 (Montréal)

Tél-aînés

tel-ecoute.org

514 353-2463 (Montréal)

Accessible 365 jours par année de 10h à 22 h

Trans Lifeline (Anglais et Espagnol)

translifeline.org

Sans frais: 1 (877) 330-6366 (Canada)



DOCUMENTS/GUIDES ET PROGRAMMES

Fondation Émergence

fondationemergence.org

- Assurer la bienveillance des personnes âgées lesbiennes, gaies, bisexuelles et trans
- Dépliant : Intervenir auprès des personnes âgées trans
- Intégrer les personnes trans en milieu de travail
- Pour que vieillir soit gai
- Famille choisie

Chaire de recherche contre l'homophobie et la transphobie de l'UQÀM

chairehomophobie.uqam.ca

- Rapport de recherche : Aîné.e.s LGBT : favoriser le dialogue sur la préparation de leur avenir et de leur fin de vie, et la prise en charge communautaire
- Rapport de recherche : Mieux intervenir auprès des aîné.es trans
- SIRA : Aîné.e.s trans Guide d'intervention

Gouvernement du Canada

- Isolement social des aînés : un regard sur les aînés LGBTQ au Canada
www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/aines/forum/isolement-social-lgbtq.html
- Soutien aux employés transgenres : Guide à l'intention des employés et des gestionnaires
www.tpsgc-pwgsc.gc.ca/apropos-about/guide-et-te-fra.html



ANNEXE 2




Bibliographie/sources

- Auer, M. K., Fuss, J., Höhne, N., Stalla, G. K., & Sievers, C. (2014). Transgender transitioning and change of self-reported sexual orientation. *PLoS One*, 9(10), e110016
- Bauer, G., Boyce, M., Coleman, T., & Kaay, M. K. Scanlon et R. Travers (2010). Qui sont les personnes trans en Ontario? *Bulletin électronique de Trans PULSE Canada*, 1(1), 1-2.)
- Bauer, G., Nussbaum, N., Travers, R., & Munro, L. J. Pyne et N. Redman (2011). Nous avons du pain sur la planche: la discrimination au travail et les défis d'emploi pour les personnes trans en Ontario. *Bulletin électronique de Trans PULSE Canada*, 2(1), 1-3.
- Bauer G., Scheim AI, Deutsch MB, Massarella C. (2014). Reported emergency department avoidance, use, and experiences of transgender persons in Ontario, Canada: results from a respondent-driven sampling survey. *Ann Emerg Med*. 63: 713–20.
- Bauer, G., Zong, X., Scheim, A. I., Hammond, R., & Thind, A. (2015). Factors impacting transgender patients' discomfort with their family physicians: a respondent-driven sampling survey. *PLoS One*, 10(12), e0145046.
- Bockting Walter O, Miner Michael H, Romine Rebecca E Swinburne, Hamilton Autumn, Coleman Eli (2013). Stigma, Mental Health, And Resilience In An Online Sample Of The US Transgender Population. *Am J Public Health*. 103(5): 943–951.
- Coleman T, Bauer G, Scanlon K, Travers R, Kaay M, Francino M. (2011). Challenging the Binary: Gender Characteristics of Trans Ontarians. *Bulletin électronique de Trans PULSE Canada*, 15 December, 2011. 2(2).
- Conron Kerith J, Scott Gunner, Stowell Grace Sterling, Landers Stewart J. (2012). Transgender Health In Massachusetts: Results From A Household Probability Sample Of Adults. *Am J Public Health*. 2012;102(1):118–122.
- Espinoza, R. (2014). *Out & visible: The experiences and attitudes of lesbian, gay, bisexual and transgender older adults, ages 45-75. Rapport électronique de SAGE.*
- Fondation émergence, *Étude annuelle – Édition 2016 : Les réalités des personnes âgées LGBT, Mai 2016.*
- Fredriksen-Goldsen, K. I., Cook-Daniels, L., Kim, H. J., Erosheva, E. A., Emlet, C. A., Hoy-Ellis, C. P., ... & Muraco, A. (2014). Physical and mental health of transgender older adults: An at-risk and underserved population. *The Gerontologist*, 54(3), 488-500.)

- Giblon, R., & Bauer, G. R. (2017). Health care availability, quality, and unmet need: a comparison of transgender and cisgender residents of Ontario, Canada. *BMC Health Services Research*, 17(1), 283.
- Grant, Jaime M., Lisa A. Mottet, Justin Tanis, Jack Harrison, Jody L. Herman, and Mara Keisling (2011). *Injustice at Every Turn: A Report of the National Transgender Discrimination Survey*. Washington: National Center for Transgender Equality and National Gay and Lesbian Task Force.
- Jake Pyne, Greta Bauer & Kaitlin Bradley (2015). Transphobia and Other Stressors Impacting Trans Parents. *Journal of GLBT Family Studies*, 11:2, 107-126
- Longman Marcellin R, Scheim A, Bauer G, Redman N. (2013). Experiences of Transphobia among Trans Ontarians. *Bulletin électronique de Trans PULSE Canada*, 7 Mars 2013. 3(2).
- McNeil, J., Ellis, S., Bailey, L., Morton, J. and Regan, M., (2012). *Trans Mental Health Study 2012*. [online] ResearchGate, pp.78-80.
- Namaste, V. (2005). *C'était du spectacle! : l'histoire des artistes transsexuelles à Montréal, 1955-1985* (Vol. 17). McGill-Queen's Press-MQUP.
- Petit, M. (2018). *Parentalité et parcours trans : exploration des trajectoires, des expériences et du processus de négociation des désignations parentales chez les parents trans* (Doctorat en psychologie). Université du Québec à Montréal.
- Riggs, D. W., Power, J., & von Doussa, H. (2016). Parenting and Australian trans and gender diverse people: An exploratory survey. *International Journal of Transgenderism*, 17(2), 59-65.
- Rowniak, S., & Chesla, C. (2013). Coming out for a third time: Transmen, sexual orientation, and identity. *Archives of Sexual Behavior*, 42(3), 449-461.
- Scheim, A. I., & Bauer, G. R. (2015). Sex and gender diversity among transgender persons in Ontario, Canada: results from a respondent-driven sampling survey. *The Journal of Sex Research*, 52(1), 1-14.



Pour nous joindre

 www.atq1980.org |  [/aideauxtransduquebec](https://www.facebook.com/aideauxtransduquebec) |  [@aideauxtransduquebec](https://www.instagram.com/aideauxtransduquebec)

Administration

Infoatq1980@gmail.com
Sans frais : 1 (855) 909-9038, option 2

Intervention

equipe.atq1980@gmail.com
Sans frais : 1 (855) 909-9038, option 1