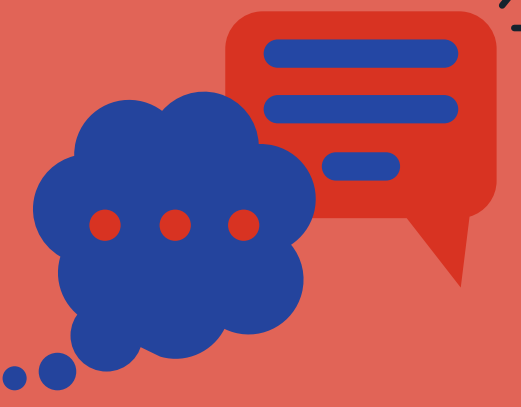


DEMANDEZ-MOI N'IMPORTE QUOI



MOIS DU PATRIMOINE SIKH

UNE CONVERSATION
COURAGEUSE SUR
L'HÉRITAGE SIKH



MECREDI, LE 20 AVRIL, 2022 DE 13H00 À 14H30 HNE
METTANT EN VEDETTE: CAPITAINE SARABJOT
ANAND, JODI RAI ET IMAAN SANDHU

Canada 



NOTE DE NOTRE ÉQUIPE

Merci d'avoir participé à la conférence [Demandez-moi n'importe quoi \(DMNQ\): Mois du patrimoine Sikh](#). Nous sommes ravis que vous vous joigniez à nous pour cet événement! Une liste complète de ressources a été rassemblée et organisée, qui, selon nous, sera utile pour nos collègues, mais il ne s'agit pas d'une liste exhaustive. Nous reconnaissons que toutes les ressources ne seront pas utiles à tous les lecteurs, mais nous espérons que des ressources utiles et intéressantes pourront être trouvées dans notre guide.

En collaboration, L'équipe DMNQ
DiversityandInclusion-Diversiteetinclusion@forces.gc.ca

DESCRIPTION DE L'ÉVÉNEMENT

Avril est le Mois du patrimoine sikh au Canada : c'est l'occasion de célébrer la culture et le patrimoine sikhs et de promouvoir les liens entre la collectivité et la population sikh, ainsi que les contributions passées et présentes des sikhs pour faire du Canada un pays meilleur et plus inclusif.

Nous sommes ravis d'inviter trois fonctionnaires exceptionnels à notre événement « Demandez-moi n'importe quoi » pour présenter leurs parcours et leurs réflexions, témoigner des forces personnelles, intergénérationnelles et communautaires qui y ont contribué et discuter des racines solides des efforts des sikhs pour faire progresser l'inclusion, la justice et l'égalité.



Imaan Sandhu, analyste des politiques, Direction de la politique du secteur financier, ministère des Finances du Canada

Imaan Sandhu est analyste des politiques à la Direction de la politique du secteur financier du ministère des Finances. Imaan a plusieurs années d'expérience à la fonction publique fédérale, notamment au Secrétariat du Conseil du Trésor, comme stagiaire en politique commerciale et économique à l'ambassade du Canada à Washington, DC, et comme page à la Chambre des communes

Elle est titulaire d'une maîtrise en philosophie (M.Ph.) en relations internationales et politique de l'Université de Cambridge (2017), et d'un baccalauréat en affaires publiques et gestion des politiques de l'Université Carleton, où elle a reçu la médaille du président pour ses résultats scolaires exceptionnels. Imaan a également effectué une année d'échange en Sciences Po, à Paris.

Imaan est une Canadienne sikhe de deuxième génération. Elle est née à Toronto, mais ses racines familiales sont issues de la communauté sikhe de Colombie-Britannique. Imaan estime que la philosophie sikhe lui a inculqué les valeurs du service communautaire, de la justice sociale et de l'équité. À cet égard, elle participe activement à diverses initiatives locales, notamment en faisant du bénévolat auprès d'enfants réfugiés syriens et en agissant comme mentore auprès de jeunes néo-Canadiens.



Jodi Rai, Agents libres du Canada

Jodi est mère de famille, militante pour la justice sociale, agente libre et fondatrice de heyHUMANTIS, une entreprise sociale spécialisée dans la stratégie, la formation et le coaching en matière de rapports humains. Elle a pour mission de rendre nos collectivités et nos milieux de travail plus humains, et ce, en rehaussant le potentiel des personnes et en cultivant une vie intentionnelle. Jodi a une approche pragmatique et bienveillante qui s'appuie sur les lois, la jurisprudence, les théories comportementales, la recherche sur le comportement organisationnel, les neurosciences et la pensée systémique. Elle a également créé un cadre appelé « intentionnisme », qu'elle utilise pour contribuer au rehaussement du potentiel humain et à la co-création d'équipes et d'individus heureux.



Ses superpouvoirs sont la flexibilité, l'empathie, la réflexion stratégique, ainsi que de solides compétences interpersonnelles et aptitudes à la communication. Les qualifications de Jodi sont : une maîtrise en leadership organisationnel et un baccalauréat en commerce avec une spécialisation en gestion des relations industrielles; des attestations de formation dans les domaines du coaching, de la conception pédagogique, de la promotion du dialogue, de l'intelligence émotionnelle, des types de personnalité et des premiers soins en santé mentale; une vaste expérience (plus de 19 ans) en ressources humaines au sein de la fonction publique fédérale canadienne dans trois ministères; des expériences de travail et de bénévolat dans le secteur sans but lucratif; une expérience d'experte-conseil en gestion avec Agents libres Canada depuis plus de trois ans.



Capitaine Sarbjot Anand, ingénieur en conception de systèmes SIC2 à l'Aviation royale du Canada, Gestion du programme d'équipement aérospatial (systèmes de radar et de communications), Forces armées canadiennes

Le capitaine Sarabjot Anand est un officier du Génie électronique et des communications (GE COMM) actuellement affecté à la DPEAG (Systèmes de radar et communications) où il travaille comme ingénieur en conception de systèmes. Il a obtenu un baccalauréat ès sciences en informatique du CMRC de Kingston en 2015. Au sein de l'ARC, il a été affecté à la 8e Escadre en tant que commandant de troupe d'escadrille systèmes d'information et de communication et a été responsable des projets informatiques de la 8e Escadre, ainsi que du soutien aux réseaux classifiés et du soutien aux communications déployables. En 2018, il a été déployé auprès de la Force opérationnelle aérienne - Roumanie en tant que A6 (officier supérieur des communications auprès du commandant) dans le cadre de l'Op REASSURANCE. Il est également le conseiller en matière de diversité et d'inclusion du Bgén Rodgers (DGGPEA). Dans ses temps libres, il contribue à la conception de nouvelles extensions pour les masques à gaz pour les membres des FAC, afin de répondre aux besoins des membres portant des barbes, des turbans et des hijabs, et de rendre les FAC plus inclusives.



Amnit Litt, analyste des politiques, Direction de la politique de l'impôt, ministère des Finances du Canada

Amnit est analyste des politiques à la Direction de la politique de l'impôt du ministère des Finances depuis 2019. Avant de se joindre à la fonction publique fédérale, elle a occupé divers rôles dans les domaines de la recherche et de l'évaluation, des politiques et du conseil à l'Université Simon Fraser, à la Fondation Asie Pacifique du Canada et à Vantage Point.

Amnit est titulaire d'un baccalauréat ès arts avec spécialisation en économie de l'Université Simon Fraser, où elle a reçu la médaille d'or Gordon Shrum pour les services rendus à la communauté universitaire et l'excellence de son dossier. Elle a ensuite obtenu une maîtrise en sciences économiques de la London School of Economics and Political Science en 2017. Amnit est passionnée par le potentiel des données et de la recherche dans la conception de politiques qui améliorent la qualité de vie des Canadiens. Plus récemment, elle est devenue une membre active du comité de lutte contre le racisme du ministère des Finances, où elle contribue à des initiatives visant à lutter contre le racisme systémique en milieu de travail.

Née et élevée sur la côte Ouest, Amnit a de bons souvenirs de son enfance dans les collectivités dynamiques et diversifiées de Delta et de Surrey. En tant qu'enfant d'immigrants et Canadienne sikh punjabi de deuxième génération, elle porte en elle des valeurs de service communautaire, d'inclusion et d'équité, ainsi que de respect et de compassion pour les personnes de tous horizons. Lorsqu'elle n'est pas plongée dans l'analyse et le codage de données, Amnit aime faire des randonnées avec des amis, voyager et faire des promenades pour prendre des photos.



Seema Chowdhury, Conseillère civile, Secrétariat de la lutte contre le racisme, Défense nationale

Seema Chowdhury est conseillère civile au Secrétariat de la lutte contre le racisme, lequel relève de la nouvelle organisation du Chef – Conduite professionnelle et culture. Elle travaille à la Défense nationale depuis plus de 15 ans, et elle a acquis une expérience significative dans le domaine de l'Équité, de la diversité et de l'inclusion, y compris la planification des ressources humaines et le développement des programmes. Seema joue un rôle important dans la promotion d'un dialogue ouvert à tous et portant sur des actions concrètes en vue de faire progresser l'équité et l'inclusion au sein de l'Équipe de la Défense.

Mission de la série Demandez-moi n'importe quoi

Nous reconnaissons que les individus sont dotés de multiples facettes qui font de nous ce que nous sommes. Nous ne sortons pas tous du même moule et nous ne correspondons pas à des catégories bien définies. Nous représentons la mosaïque du Canada.

Il est important d'apprécier les expériences, les différences et les caractéristiques uniques de chacun. Lorsque nous développons nos compétences culturelles, nous sommes en mesure de mieux travailler ensemble au sein de nos équipes et d'agir les uns envers les autres avec pertinence, empathie et compassion. En célébrant et en partageant notre authenticité, nous nous apprécions davantage les uns les autres, de même que la diversité qui nous entoure.

Nous savons que grâce à la diversité, les lieux de travail et les communautés sont plus forts, plus résilients et obtiennent plus de succès. La diversité crée surtout des espaces d'inclusion et favorise un milieu de travail d'appartenance où les personnes se sentent estimées.



#DéfiDMNQ

Nous encourageons les autres à prendre part à des conversations courageuses avec leurs pairs. Profitez des séances Demandez-moi n'importe quoi comme des occasions de dialoguer franchement avec vos équipes dans vos milieux de travail.

VOICI CE QUE VOUS DEVEZ FAIRE :

- Inviter les dirigeants et les collègues de votre organisation à un rassemblement pour visionner une séance Demandez-moi n'importe quoi, suivez une séance en direct et regardez-la ensemble. Assurez-vous de l'inscrire à leurs calendriers.
- Avant le visionnement, planifiez une « séance en équipe – après la séance Demandez-moi n'importe quoi » d'une durée de 30 à 60 minutes avec votre équipe immédiate la journée après l'événement. Diffusez le guide des ressources et ayez en main ces questions à des fins de discussion.

APRÈS LA SÉANCE DEMANDEZ-MOI N'IMPORTE QUOI - QUESTIONS POUR LA DISCUSSION DE LA SÉANCE EN ÉQUIPE

1. Qu'est-ce que je retiens principalement? Approfondir et partager une citation, une histoire ou un moment exceptionnel.
2. Qu'est-ce qui m'a rendu mal à l'aise/une chose dont je n'étais pas conscient?
3. Quel est un exemple de discrimination systémique dont j'ai conscience dans ma vie?
4. Qu'est-ce que je ne ferai plus?
5. Comment puis-je utiliser ma voix et mon influence, ouvertement et de façon plus discrète ?
6. Sur quelle question vais-je me pencher et en apprendre plus?
7. Comment vais-je continuer ce dialogue?

Il est important d'apprécier les expériences et les caractéristiques uniques de chacun. En développant nos compétences culturelles, nous sommes en mesure de mieux travailler ensemble au sein de nos équipes et d'agir les uns envers les autres avec pertinence, empathie et compassion. En célébrant et en partageant notre authenticité, nous nous apprécions davantage les uns les autres, de même que la diversité qui nous entoure.

SUPPORT

N'oubliez pas qu'un **soutien est disponible pour vous et votre famille lorsque vous en avez besoin**. Certaines discussions, lors de l'AMA, ou le contenu partagé peuvent faire ressurgir des traumatismes passés ou des sentiments inconfortables ; si tel est le cas, veuillez demander une aide professionnelle.

Programme d'aide aux employés (pour les employés du gouvernement fédéral) - Canada.ca Sans-frais: 1-800-268-7708 ATS (pour les personnes malentendantes): 1-800-567-5803

Le Service canadien de prévention du suicide - Connectez-vous avec un intervenant dès maintenant en appelant notre numéro sans frais 1-833-456-4566.



En cas de crise, visitez votre service d'urgence local, les hôpitaux généraux ou appelez 911

- <https://www.dcottawa.on.ca/24-7-crisis-line/>
- Centre de détresse d'Ottawa et de la région: Détresse: 613-238-3311 | Crise: 613-722-6914 ou 1-866-996-0991 | TEXTE 343-306-5550 | Chat et SMS de 10h à 23h

Soutien en santé mentale et en toxicomanie de Wellness Together Canada
<https://wellnesstogether.ca> and toll free 1-866-585-0445.

RESSOURCES DU GOUVERNEMENT DU CANADA

- Buk Am Singh - Mémorial virtuel de guerre du Canada
 - <https://www.veterans.gc.ca/fra/remembrance/memorials/canadian-virtual-war-memorial/detail/2756353>
- Notable Canadian Sikh Figures: Inspector Baltej Singh Dhillon
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/campaigns/asian-heritage-month/noteworthy-figures.html>
- Notable Canadian Sikh Figures: The Honourable Harbance Singh (Herb) Dhaliwal
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/campaigns/asian-heritage-month/noteworthy-figures.html>
- Notable Canadian Sikh Figures: Naranjan Singh Grewall
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/campaigns/asian-heritage-month/noteworthy-figures.html>
- Notable Canadian Sikh Figures: Jagmeet Singh Dhaliwal
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/campaigns/asian-heritage-month/noteworthy-figures.html>
- Notable Canadian Sikh Figures: Canadians of Sikh descent during the First World War
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/campaigns/asian-heritage-month/noteworthy-figures.html>
- Sikh Heritage Month Act
 - https://laws.justice.gc.ca/eng/AnnualStatutes/2019_5/
- Statement by Minister Hussen on Gurburab, Guru Nanak's birthday
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/news/2021/11/statement-by-minister-hussen-on-gurburab-guru-nanaks-birthday.html>
- Statement by Minister Chagger on Sikh Heritage Month
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/news/2021/03/statement-by-minister-chagger-on-sikh-heritage-month.html>
- Statement by Minister Chagger for Vaisakhi
 - <https://www.canada.ca/en/canadian-heritage/news/2021/04/statement-by-minister-chagger-for-vaisakhi.htm>



RESSOURCES EN LIGNE

- 4 Ways to be a Better Ally to Your Sikh Colleagues and Friends
 - <https://bhasinconsulting.com/2021/04/08/4-ways-to-be-a-better-ally-to-your-sikh-colleagues-and-friends/>
- All About the Gurdwara the Worship Place of Sikhs
 - <https://www.learnreligions.com/all-about-the-sikh-gurdwara-where-sikhs-worship-2993096>
- Building An Inclusive Workplace Culture - SikhNet
 - <https://www.sikhnet.com/news/building-inclusive-workplace-culture>
- Celebrating people of the Sikh faith and their contributions to Canada
 - <https://opseu.org/news/celebrating-people-of-the-sikh-faith-and-their-contributions-to-canada/49534/>
- Celebrating the achievements of Sikh-Canadians in law enforcement
 - <https://voiceonline.com/celebrating-the-achievements-of-sikh-canadians-in-law-enforcement/>
- Century of Struggle and Success: The Sikh Canadian Experience
 - <http://www.sikhs.org/100th/>
- Sikh Heritage Museum of Canada
 - <https://shmc.ca/events-exhibitions/sikhs-in-canada>
- Sikhism: A Healthcare Workers Guide for caring for Sikh patients
 - <https://www.sikhcoalition.org/wp-content/uploads/2021/10/Sikhism-Healthcare-Guide-Electronic.pdf>
- Sikhism in Canada
 - <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/en/article/sikhism>
- The Changing Face of Canadian Diversity
 - <https://www.sikhphilosophy.net/threads/the-changing-face-of-canadian-diversity.37848/>
- Welcome to The Sikh Encyclopedia - The Sikh Encyclopedia
 - <https://www.thesikhencyclopedia.com/>
- Sikhisme au Canada | l'Encyclopédie Canadienne
 - <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/sikhisme>
- World Sikh Organization of Canada (WSO)
 - <https://www.worldsikh.org/resources>



VIDÉOS

- "Sikh Heritage Museum of Canada: A Shared History" on YouTube
 - <https://youtu.be/p7lAbfuxo4l>
- Embracing Culture (Sukham Sidhu | TEDxYouth@Conejo)
 - https://www.ted.com/talks/sukham_sidhu_embracing_culture?utm_source=tedcomshare&utm_medium=social&utm_campaign=tedsread
- From Sikh to superfan | Nav Bhatia | TEDxToronto - YouTube
 - <https://www.youtube.com/watch?v=ZtNZd4hiSmY>
- Language Matters! Why I'm Reclaiming the Correct Pronunciation of Sikh
 - <https://ritubhasin.com/blog/correct-pronunciation-of-sikh/>
- The Sikh migrants who challenged Canadian immigration law
 - https://youtu.be/eZyvg_87e6o
- Les migrants sikhs qui ont défié la loi d'immigration canadienne
 - <https://youtu.be/CWJAqxJWY1A>
- What makes you one in 7.5 billion? | Jagneet Singh | TEDxUW
 - https://www.youtube.com/watch?v=_DQJ3mjoGXc



LIVRES

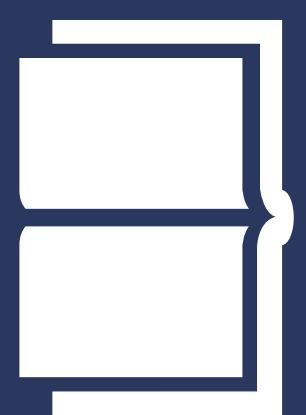
- *Becoming Canadians – Pioneer Sikhs in their Own Words* by Sarjeet Singh Jagpal
- *Empire of the Sikhs: The Life and Times of Maharaja Ranjit Singh* by Patwant Singh
- *Fauja Singh Keeps Going: The True Story of the Oldest Person to Ever Run a Marathon* by Simrat Jeet Singh
- *See No Stranger: A Memoir and Manifesto of Revolutionary Love* by Valarie Kaur
- *Sikhism* by Gurinder Singh Mann
- *Sikhism: A Very Short Introduction* by Eleanor Nesbitt
- *Sikhism: Yesterday, Today & Tomorrow* by A.S. Kalsi
- *Teach Yourself Sikhism* by W. Owen Cole
- *The Sikh Army 1799–1849* by Ian Heath
- *The Sikhs: History, Religion, and Society* by W.H. McLeod

LIVRES POUR JEUNES ADULTES ET ENFANTS

- *A Lion's Mane* by Navjot Kaur by Jaspreet Sandhu
- *Binny's Diwali* by Thrity Umrigar
- *Brown Girl Like Me* by Jaspreet Kaur
- *Gurpreet Goes to Gurdwara: Understanding the Sikh Place of Worship* by Harman Singh Pandher Illustrated by Gurpreet Kaur Birk
- *Hair Twins* by Raakhee Mirchandani by Holly Hatam
- *Mata Khivi: The Superheroine* by Rav Kaur and Angad Singh
- *The Boy With The TopKnot* by Sathnam Sanghera and Assad Zaman
- *The Many Colors of Harpreet Singh* by Supriya Kelkar
- *Twin Adventures – Ria and Ryan Meet Tejas and Tamanna* by TK Sohal and Raman Kaur
- *What Is a Patka?* by Tajinder Kaur Kalia

Merci d'avoir participé à la séance Demandez-moi n'importe quoi - Une conversation courageuse avec femmes en STIM. Pour accéder à toutes les ressources, consultez ce [dossier](#).





Préalable : Regarder DMNQ

Objectif : faciliter une discussion avec mon équipe de travail sur les micro-agressions et la santé mentale

Durée : 60 minutes

Quel était mon principal point à retenir? - développez et partagez une citation, une histoire ou un moment incroyable

Qu'est-ce qui m'a mis mal à l'aise/quel était l'un de mes angles morts?

Quel est un exemple de discrimination systémique dont je suis conscient dans ma vie?

Qu'est-ce que je ne vais plus faire?



Préalable : Regarder DMNQ

Objectif : faciliter une discussion avec mon équipe de travail sur les micro-agressions et la santé mentale.

Durée : 60 minutes

Comment puis-je utiliser ma voix/influence - à la fois ouvertement/discrètement?

Où vais-je creuser et en savoir plus?

Comment vais-je continuer cette conversation?

Quels sont les défis propres à votre identité auxquels vous êtes confronté sur le lieu de travail ?
