



# Demandez-moi n'importe quoi : Microagressions et santé mentale

Par : Shelby Racine, agente de gestion des événements

Le mercredi 12 janvier, nous avons tenu notre événement interministériel Demandez-moi n'importe quoi, intitulé [Microagressions et santé mentale](#), en collaboration avec le ministère de la Défense nationale et Santé Canada.

Les participants se sont connectés virtuellement depuis de nombreux ministères pour participer à une conversation profonde et captivante sur les efforts de diversité et d'inclusion au sein du gouvernement. Parmi les ardents orateurs, citons :

- Natalie Taite, conseillère stratégique, Secrétariat contre le racisme et la discrimination, Justice Canada
  - Holly Ellingwood, stratège ministérielle principale, Secrétariat à la diversité et à l'inclusion, Sécurité publique Canada.
- Ikram Warsame, avocate spécialisée dans les droits de l'homme

## Demandez-moi n'importe quoi

Une conversation courageuse sur  
Micro-Agressions et Santé Mentale

### Panélistes:



**Ikram Warsame**  
Avocate des droits de la  
personne



**Natalie Taite**  
Secrétariat d'Anti-Racisme et  
anti-discrimination, Ministère de la Justice



**Holly Ellingwood**  
Secrétariat à la diversité et à  
l'inclusion, Sécurité publique  
Canada

La conversation était modérée conjointement par Danielle MacKinlay, conseillère principale, Diversité et inclusion, Garde côtière canadienne, et Samantha Moonsammy, chef de section, conseillère principale en matière de diversité et d'inclusion, Groupe du matériel, Défense nationale.

Au cours de l'événement, les intervenants ont abordé de nombreux sujets différents. En plus de parler de leurs expériences individuelles, ils ont évoqué les moyens spécifiques par lesquels le gouvernement peut mieux soutenir ses employés ayant subi des microagressions qui ont eu un impact sur leur santé mentale. Malheureusement, nous sommes nombreux à être confrontés à des microagressions dans notre vie quotidienne.

Au cours de l'événement, nous avons appris à faire face aux inévitables erreurs des autres et à celles que nous faisons. Les panélistes ont parlé de la nécessité de reconnaître les sentiments de la personne touchée, de s'excuser pour son erreur et de s'engager à faire mieux. Des conversations comme celles-ci nous aident tous à réfléchir



au pouvoir de nos mots et à l'importance de veiller à ce que nos environnements de travail offrent un espace sûr pour tous.

Merci à tous nos intervenants de nous avoir fait part de leurs pensées, de leurs sentiments et de leurs idées sincères, et d'avoir finalement aidé les fonctionnaires à garder activement à l'esprit les efforts de diversité et d'inclusion. Merci également à tous ceux qui ont assisté à l'événement ou qui ont regardé l'enregistrement en ligne pour leur ouverture à l'apprentissage. Ensemble, nous créons un espace pour ces importantes conversations, au sein du gouvernement du Canada.

Pour ceux qui n'ont pas eu l'occasion de participer à l'événement en direct, nous vous invitons à regarder son [enregistrement](#) et à parler de cet événement avec les membres de votre famille, vos amis et votre communauté.

Événements du MPO-GCC : diversité et inclusion et séries « Demandez-moi n'importe quoi »

Avez-vous des idées pour les prochaines séances « Demandez-moi n'importe quoi », voulez-vous nous en dire davantage sur vous ou souhaitez-vous formuler des commentaires généraux? Communiquez avec [l'équipe des communications internes](#), gestion des événements et publications! Nous sommes déterminés à en savoir plus et à faire mieux, et nous espérons que vous vous joindrez à nous pour relever ce défi.

Pour rejoindre la communauté « Demandez-moi n'importe quoi » et consulter les documents relatifs aux activités passées, consultez notre nouveau site [« Demandez-moi n'importe quoi » sur GCcollab](#). Ensemble, nous créons un espace sécuritaire pour ces conversations importantes au sein du gouvernement du Canada.



National  
Defence

Défense  
nationale