



**ÉCRIRE
ÇA
LIBÈRE!**

AMNISTIE
INTERNATIONALE 

**ORGANISER
UN MARATHON
D'ÉCRITURE**

ORGANISER UN MARATHON D'ÉCRITURE

Le Marathon d'écriture s'organise entre le début du mois de novembre et la fin janvier, et particulièrement autour du 10 décembre, Journée internationale des droits humains. Il vise à apporter un soutien aux victimes des violations des droits humains partout dans le monde. Chaque année, l'histoire de personnes ou communautés dont les droits humains sont bafoués retiennent notre attention. Afin de leur exprimer notre solidarité, nous leur écrivons des mots d'espoir. Le Marathon d'écriture est une campagne mondiale d'Amnistie internationale.

L'objectif? Envoyer le plus grand nombre possible de messages aux personnes dont les droits humains ont été bafoués pour leur apporter notre soutien.

Et le résultat est là : en 2021, 4,6 millions de cartes et lettres ont été envoyées de partout dans le monde.

Près de 75% des personnes sont libérées !

[AMNISTIE.CA/ECRIRE](https://www.amnistie.ca/crire)

6 ÉTAPES POUR ORGANISER VOTRE MARATHON D'ÉCRITURE

1

DÉTERMINEZ LE LIEU, LA DATE ET L'HEURE

La première étape est de trouver où et quand se tiendra votre marathon. Celui-ci peut s'organiser sur votre lieu de travail, à l'heure du dîner, à la fin d'une réunion ou faire l'objet d'une activité chez soi. Encore mieux, si la situation sanitaire le permet, demandez l'autorisation de vous installer dans un lieu très fréquenté de votre quartier et sollicitez les passants pour qu'ils rédigent un mot d'espoir. Inscrivez votre marathon : amnistie.ca/inscrire-son-marathon-decriture

2

LES CAS DE LA CAMPAGNE

Vous pouvez choisir d'envoyer des messages de solidarité aux 10 « cas » ou n'en choisir que quelques-uns. N'oubliez pas de respecter les directives de rédaction pour ne pas nuire à la sécurité de la personne (ou de sa communauté) à qui vous écrivez. Pour lire les cas et leurs directives : amnistie.ca/crire

3

VOTRE MATÉRIEL

Vous aurez besoin de cartes, de stylos et de crayons de couleur. Achetez ou fabriquez vous-mêmes vos cartes. Carte postale de votre région, photo de vous, votre maison ou votre famille, dessins : plus la carte est personnalisée, plus elle est chaleureuse pour son ou sa destinataire ! Mettez la description des cas et les consignes d'écriture à disposition sur les tables lors du marathon afin de donner l'occasion aux participant.e.s de se familiariser avec les cas et de personnaliser les messages écrits.

6 ÉTAPES POUR ORGANISER VOTRE MARATHON D'ÉCRITURE (SUITE)

4

LE JOUR J !

Présentez le but de votre activité au public. Décrivez brièvement le ou les différents cas. Pour montrer que l'envoi des cartes a un réel impact, parlez également des bonnes nouvelles : près de 75 % des personnes emprisonnées choisies lors des campagnes antérieures ont été libérées. Les conditions de détention pour d'autres ont été considérablement améliorées. Plusieurs personnes et communautés ont obtenu justice !

Envoyez plutôt des messages en ligne pour les personnes que vous voulez sur :

[AMNISTIE.CA/ECRIRE](https://www.amnistie.ca/crire)

Tout au long du marathon, pensez à prendre des photos (assurez-vous d'avoir l'autorisation de toutes et tous, surtout s'il y a des enfants) et à nous les envoyer. Partagez-les sur vos médias sociaux en identifiant Amnistie (@@amnistie_canadafr ou  @amnistieCA), ou envoyez vos photos à **marathon@amnistie.ca** en spécifiant les noms des personnes sur celles-ci et le lieu.



5

ENVOI ET INSCRIPTION DE VOS CARTES

Une fois les cartes écrites, il suffit de les regrouper dans une grande enveloppe pour chaque cas du marathon et de les envoyer aux adresses mentionnées pour chacun des cas.

Avant de les mettre à la poste, il est essentiel de **les compter et de nous informer du nombre pour chaque cas**. Sinon, vos cartes ne seront pas comptabilisées dans le résultat final qu'Amnistie internationale compile. Plus le nombre de cartes écrites est élevé, plus notre pression est grande sur les autorités ! Envoyez-nous vos résultats pour chaque cas en ligne à cette adresse: [amnistie.ca/crire/bilan](https://www.amnistie.ca/crire/bilan) ou par courriel à marathon@amnistie.ca.

Astuce : Pensez à vous munir d'une boîte de don à mettre sur la table pour vous aider à payer les frais d'envoi des cartes.



DIRECTIVES D'ÉCRITURE

- Les messages doivent être brefs et personnels.
- Ne mentionnez jamais Amnistie internationale sur les cartes.
- N'utilisez pas de cartes d'Amnistie internationale ou d'autres organisations.
- Ne mentionnez pas la situation politique du pays ou les accusations faites à l'endroit des personnes et des groupes dont les droits sont bafoués.
- N'hésitez pas à écrire en français, à moins que vous ne maîtrisiez la langue du pays du destinataire. S'agissant d'une campagne mondiale, les groupes et les personnes recevront des messages en différentes langues.
- Puisque les individus et groupes visés par la campagne proviennent de diverses traditions religieuses, veuillez ne pas mentionner Noël ni le Jour de l'An. Utilisez plutôt l'expression « vœux de fin d'année ».
- Pour minimiser les frais de poste, envoyez toutes les cartes destinées à la même personne ou groupe dans une grande enveloppe.
- Indiquez votre nom et votre adresse sur les enveloppes que vous enverrez. Certaines prisons ne distribuent pas les lettres si le nom et l'adresse de l'expéditeur ne figurent pas sur l'enveloppe.
- Si vous recevez une réponse, contactez-nous : elle pourrait contenir des informations utiles pour les chercheur·e·s d'Amnistie internationale.
- N'écrivez ou ne dessinez pas de signes religieux.

Prenez une capture d'écran de votre événement virtuel et partagez-la en identifiant **@AmnistieCA sur Facebook et Twitter** ou **@amnistie_canadafr sur Instagram** ! Écrivez vos messages de solidarité sur [amnistie.ca/crire](https://www.amnistie.ca/crire). Partagez votre initiative autour de vous!

Si, à la suite de votre envoi de messages, vous recevez une réponse de votre interlocuteur, merci de nous en faire parvenir une copie à :

AMNISTIE INTERNATIONALE
50, RUE STE-CATHERINE OUEST, BUREAU 500
MONTRÉAL (QUÉBEC) H2X 3V4
TÉLÉPHONE : 514.766.9766
SANS FRAIS : 1.800.565.9766

AMNISTIE.CA

SHAHNEWAZ CHOWDHURY 📍 BANGLADESH



Défenseur des droits humains et de l'environnement, quand son village a été balayé par une tempête et des maisons détruites, il a écrit une publication sur Facebook sur l'impact néfaste d'une centrale électrique dans sa région. Pour cela, il a été incarcéré pendant 80 jours en vertu de la loi draconienne *Digital Security Act* (DSA). Il risque aujourd'hui jusqu'à 10 ans d'emprisonnement.

LUIS MANUEL OTERO ALCÁNTARA 📍 CUBA



Luis Manuel est un artiste indépendant afro-cubain et figure clé du Mouvement San Isidro, un groupe diversifié d'artistes, de journalistes et de militant-e-s défendant la liberté d'expression à Cuba. Il fait partie des centaines de personnes ayant été arrêtées dans le cadre des manifestations historiques du 11 juillet 2021. Après avoir été détenu provisoirement pendant presque un an, il a été condamné en juin 2022 à 5 ans d'emprisonnement.

DORGELESSE NGUESSAN 📍 CAMEROUN



Coiffeuse et mère célibataire d'un fils de 18 ans, des inquiétudes quant à la situation économique du Cameroun l'ont amenée à manifester pour la première fois en septembre 2020. Elle fut arrêtée lors de cette manifestation. Détendue pendant plus d'un an, elle a été condamnée à cinq ans de prison par un tribunal militaire.

CECELLIA CHIMBIRI, JOANAH MAMOMBE ET NETSAI MAROVA

📍 ZIMBABWE



Militantes appartenant au principal parti d'opposition, elles ont participé à une manifestation antigouvernementale. Après cette manifestation, elles ont été arrêtées puis enlevées ; elles auraient ensuite été torturées, et notamment agressées sexuellement. Accusées d'avoir menti sur ce qui leur était arrivé, elles encourent des années de prison.

ZINEB REDOUANE 📍 FRANCE



En décembre 2018, Zineb, 80 ans, préparait le souper dans son appartement. Dans la rue, des policiers utilisaient du gaz lacrymogène pour disperser une manifestation. Au moment où elle est allée fermer sa fenêtre, un policier a pointé un lance-grenades dans sa direction et tiré. Touchée au visage par une grenade de gaz lacrymogène, elle a succombé à ses blessures. Personne n'a été inculpé ni suspendu pour cette mort tragique.

VAHID AFKARI 📍 IRAN



Arrêté arbitrairement suite à sa participation à des manifestations, il a été soumis à plusieurs reprises à la torture et à d'autres mauvais traitements. Il est détenu à l'isolement depuis septembre 2020, injustement déclaré coupable de diverses infractions sans fondement et condamné à plusieurs dizaines d'années d'emprisonnement et 74 coups de fouet.

YREN ROTEL ET MARIANA SEPÚLVEDA 📍 PARAGUAY



Défenseuses des droits des personnes LGBTQI+ au Paraguay, elles luttent afin d'exiger du gouvernement paraguayen une plateforme de lois et de politiques qui rendent digne la vie des femmes transgenres dans le pays. Au Paraguay, les personnes transgenres ne peuvent pas faire modifier légalement leur nom ni obtenir des documents d'identité qui correspondent à leur identité de genre. Le processus de construction de leur identité est rempli d'obstacles dans un contexte aussi conservateur que celui du Paraguay.

NASSER ZEFZAFI 📍 MAROC



L'une des figures emblématiques du mouvement de protestation socio-économique marocain "Hirak El-rif" demandant des changements en matière de soins de santé, d'éducation et d'emploi. En 2017, Nasser a été arrêté pour avoir interrompu un prêche dans une mosquée et accusé la personne qui dirigeait la prière de se faire le porte-parole des autorités. En 2018, un tribunal de Casablanca a condamné Zefzafi à 20 ans de prison pour atteinte à l'ordre public et menace à l'unité nationale.

CHOW HANG-TUNG 📍 HONG KONG



Avocate spécialiste des droits humains, elle a été arrêtée pour avoir demandé sur les réseaux sociaux que des personnes allument des bougies en hommage aux manifestant-e-s tué-e-s lors de la répression de Tiananmen, en 1989. Elle purge actuellement une peine de 22 mois d'emprisonnement. Elle risque une peine de 10 ans d'emprisonnement pour "incitation à la subversion" en vertu de la nouvelle loi sur la sécurité nationale.

ALEKSANDRA SKOCHILENKO 📍 RUSSIE



Auteure-compositrice et artiste de Saint-Petersbourg, elle a manifesté pacifiquement contre l'invasion de l'Ukraine par la Russie. Elle est accusée d'avoir remplacé les étiquettes de prix dans les supermarchés locaux par des informations anti-guerre, notamment sur les personnes tuées lors du bombardement du théâtre dramatique de Marioupol en Ukraine. Elle est détenue depuis lors, dans des conditions déplorables.