LIBERTÉ D'EXPRESSION
ET RÉPRESSION DE LA DISSIDENCE

FICHE PÉDAGOGIQUE

ÉCRIRE POUR LES DROITS

AMNESTY INTERNATIONAL





QUI A LE DROIT DE PARLER ?

Activité d'éducation aux droits humains

ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL

ÉCRIRE POUR LES DROITS

ÉCRIRE DES LETTRES CHANGE DES VIES

Lorsqu'une poignée de personnes s'unit en soutien à une autre, les résultats peuvent être extraordinaires.

Il y a 25 ans, un petit groupe de militant·e·s en Pologne s'est lancé dans un marathon des lettres de 24 heures, en soutien à des personnes dont les droits humains étaient menacés. Ce qui était au départ un événement modeste est devenu la plus grande campagne mondiale en faveur des droits humains : *Écrire pour les droits*.

Depuis 2001, *Écrire pour les droits* montre qu'en menant des actions collectives, des gens ordinaires peuvent dénoncer des injustices. Des millions de gens ont écrit des lettres, signé des pétitions et envoyé des messages d'espoir à des personnes privées de leurs droits. Ensemble, ces actions ont aidé à faire libérer des prisonniers et prisonnières d'opinion, à réunir des familles, à faire modifier des lois injustes et à rappeler à un nombre incalculable de personnes qu'elles ne sont pas seules.

Aujourd'hui, l'éducation aux droits humains est une composante essentielle de la campagne. Grâce à *Écrire pour les droits*, les gens en apprennent plus sur les droits humains et les personnes en danger, et sont invités à passer à l'action s'ils le souhaitent. En 2025, 415 601 personnes ont participé à des activités d'éducation aux droits humains comme celle-ci.

Aujourd'hui, cette détermination commune est plus importante que jamais.

Les pratiques autoritaires se développent à un rythme sans précédent, érodant les libertés civiques, transformant la surveillance en arme et réduisant au silence celles et ceux qui s'expriment ouvertement, le tout pour ancrer encore davantage le pouvoir en place. Du génocide à la répression, en passant par le démantèlement de droits obtenus de haute lutte, nous assistons à une attaque systémique contre les fondations de notre humanité commune. Cela n'est pas le fait d'un seul responsable et ne relève pas d'actes isolés. Il s'agit d'un schéma établi, qui appelle une réaction.

Les personnes au cœur de la campagne de cette année ont fait l'expérience directe de cette répression. Grâce à nos activités d'apprentissage, vous en appendrez plus sur leur situation et les violations des droits humains dont ils et elles sont victimes. Vous pouvez décider de rejoindre l'activité de rédaction de lettres, signer des pétitions, et faire entendre votre voix. Ainsi, vous participerez ce mouvement de résistance.

Année après année, les personnes mises en avant dans le cadre de la campagne nous font savoir à quel point ces actions comptent pour elles. Beaucoup décrivent la force qu'elles puisent de tout le soutien qui leur est témoigné. Souvent, vos lettres mènent à un réel changement : des charges sont abandonnées, des personnes sont libérées, et les autorités adoptent de nouvelles lois ou politiques de protection des droits humains.

Le moment est venu de faire un choix. Rejoignez *Écrire pour les droits*. Apprenez-en plus et passez à l'action !

AVANT DE COMMENCER

Cette activité d'**éducation aux droits humains** peut être organisée dans différents cadres : en ligne ou hors ligne, dans une salle de classe, avec une association locale ou au sein d'un réseau de militant·e·s. En tant qu'animateur·trice, il vous revient d'adapter l'activité en fonction du cadre. Par exemple, il peut être judicieux de tenir compte des connaissances sur les sujets abordés dont dispose déjà le groupe, de la taille et la tranche d'âge du groupe et de la meilleure manière d'organiser votre activité en vue de favoriser la participation active, de l'environnement physique dans lequel est organisée l'activité, de la possibilité de l'organiser en présentiel ou en ligne, et de toute restriction pouvant s'appliquer dans votre contexte. Les durées suggérées sont des estimations et doivent être ajustées en fonction de la taille du groupe et du temps disponible. Pensez aussi à adapter les activités afin de garantir l'inclusivité pour l'ensemble des apprenant·e·s.

Lorsque des participant·e·s expriment le souhait d'agir en soutien à une personne en danger, expliquez comment le faire en toute sécurité et veillez à respecter les lignes directrices scolaires ou locales en matière de consentement.

Ces activités reposent sur des **méthodes d'apprentissage participatives** qui impliquent de donner des informations mais aussi d'amener les participant·e·s à explorer, discuter, analyser et s'interroger sur les sujets liés aux histoires des personnes et groupes mis en avant. Elles permettent notamment aux participant·e·s :

de **renforcer** des savoir-faire et des compétences clés ;

de **se forger** leur propre opinion, de poser des questions et d'acquérir une compréhension approfondie des sujets abordés ;

d'être **acteurs·trices** de leur apprentissage et d'adapter les discussions en fonction de leurs intérêts, de leurs capacités et de leurs préoccupations ;

de **s'investir** émotionnellement et de développer leurs valeurs et leur engagement personnel.

Renseignez-vous sur les personnes pour lesquelles nous luttons : **www.amnesty.be/marathon-ecoles-26**

Pour accéder à d'autres ressources pédagogiques d'Amnesty International : **www.amnesty.be/plateforme**

Amnesty International propose des cours en ligne gratuits d'éducation aux droits humains sur academy.amnesty.org/learn, et des quiz sur https://create.kahoot.it/profiles/AmnestyInternational

ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL

VOS MOTS ONT DU POUVOIR

GUERRERAS POR LA AMAZONÍA ET UNIÓN DE AFECTADOS POR TEXACO (UDAPT) *ÉCRIRE POUR LES DROITS* 2025

Grâce à la solidarité et au soutien de personnes à travers le monde, la lutte des Guerreras por la Amazonía et de l'Unión de Afectados por Texaco (UDAPT) en Équateur a connu une avancée majeure.

Depuis des années, les Guerreras militent contre les torchères de gaz toxique en Amazonie équatorienne, qui nuisent à la santé, à l'environnement et à la vie des populations voisines. La campagne *Écrire pour les droits* a permis de recueillir un demi-million d'actions demandant au gouvernement équatorien de se conformer à une décision de justice historique, rendue en 2021, qui ordonnait l'élimination des torchères.

Le 29 avril 2026, Amnesty International a rejoint des membres des Guerreras et de l'UDAPT pour remettre les signatures des sympathisant·e·s du monde entier au ministère équatorien de l'Environnement et de l'Énergie. À la suite de cette action, le ministère a annoncé la création de groupes de travail techniques réunissant des institutions gouvernementales et les populations concernées.

Bien qu'il ne s'agisse pas d'une mise en œuvre totale de la décision de justice, c'est un premier pas important vers la reddition de comptes et le changement, qui n'aurait pas été possible sans la pression et la solidarité des sympathisant·e·s aux quatre coins de la planète.

« C'était très enrichissant et ça nous a donné bien plus de force pour continuer, car nous avons reçu beaucoup de lettres et beaucoup de personnes nous répétaient ***"N'abandonnez pas, les filles, n'abandonnez pas. Même si l'État viole vos droits, il doit assumer la responsabilité de ses actions."*** *»*

Dannya Bravo, Guerrera por la Amazonía, figurant dans l'édition 2025 d'Écrire pour les droits



Merci d'être passé·e à l'action et de soutenir les Guerreras por la Amazonía et l'UDAPT dans leur lutte pour la justice environnementale. Votre soutien a contribué à amplifier leurs voix et à maintenir l'attention du monde sur leur combat.

ROCKY MYERS *ÉCRIRE POUR LES DROITS* 2023



© DR

Rocky Myers, un homme noir présentant une déficience intellectuelle, a passé trois décennies dans le quartier des condamnés à mort en Alabama, États-Unis, pour meurtre. Il a été déclaré coupable sur la base de témoignages entachés d'incohérences, et condamné à mort par un juge qui n'a pas tenu compte de la recommandation plus clémente du jury. Cette pratique a été abolie en Alabama en 2017 mais n'a jamais été appliquée rétrospectivement ni à Rocky ni à d'autres personnes dans le même cas.

Rocky a été mis en avant dans l'édition 2023 d'*Écrire pour les droits*, ce qui a engendré un immense mouvement mondial appelant la gouverneure de l'Alabama à le gracier et à commuer sa peine de mort. Cet appel est devenu réalité en février 2025. Le combat de Rocky pour la justice n'est pas terminé, car sa condamnation à mort a été commuée en une peine de réclusion à perpétuité sans possibilité de libération conditionnelle, mais il ne vit plus sous la menace d'une exécution.

« Non seulement cette campagne a sensibilisé le public à l'histoire de Rocky, mais elle l'a fait de sorte à lui rendre hommage en tant que personne, père et grand-père. Je sais que la vague de soutien a été extrêmement précieuse pour Rocky, et c'est une véritable source d'inspiration d'avoir conscience qu'autant de personnes ont eu envie d'agir. »

Miriam Bankston, membre de l'équipe juridique de Rocky Myers

PRATIQUES AUTORITAIRES : UN SCHÉMA DE VIOLATIONS DES DROITS HUMAINS VISANT À CONSOLIDER LE POUVOIR

Imaginez : vous vous réveillez un jour et découvrez que certains sujets ne peuvent plus être abordés ouvertement. À l'école, on évite des conversations difficiles. Les journalistes marchent sur des œufs. Les voix critiques disparaissent peu à peu de votre fil d'actualité. Les espaces publics semblent moins sûrs pour manifester ou exprimer des avis dissidents.

Il ne s'est rien passé de spectaculaire et soudain. Il n'y a pas eu de tournant évident. Le glissement s'est produit progressivement. Pourtant, au fil du temps, il y a eu de moins en moins d'espace pour le dialogue, le désaccord et l'implication citoyenne.

Si cela arrivait, le remarqueriez-vous ? Et surtout, si c'était le cas, sauriez-vous comment réagir ?

Pour bon nombre de personnes à travers le monde, cette situation n'est pas hypothétique. Les pratiques autoritaires portant atteinte aux droits humains sont rarement instaurées du jour au lendemain. Le plus souvent, elles émergent petit à petit dans des politiques, des discours et des pratiques qui pourraient passer inaperçus en étant pris isolément. Les restrictions de la liberté d'expression, du droit de réunion pacifique, de l'accès à l'information ou de la participation à la vie politique sont souvent justifiées en employant un langage ayant trait à la sécurité, à la stabilité, à l'ordre public ou à l'intérêt national. Au fil du temps, l'exposition répétée à ces discours peut banaliser les limitations imposées aux droits humains et les rendre particulièrement difficiles à reconnaître ou à remettre en cause. Mais leur but véritable est de bénéficier aux personnes qui sont au pouvoir, en privilégiant un groupe aux dépens d'un autre.

Dans différentes régions et différents contextes politiques, les cas présentés dans ces supports pédagogiques révèlent des schémas similaires. Défenseur·e·s des droits humains, journalistes, avocat·e·s, militant·e·s, dirigeant·e·s autochtones, figures d'opposition et citoyen·ne·s ordinaires sont criminalisés, surveillés, détenus, soumis à des disparitions forcées, ou sanctionnés dans le but de réduire toute voix dissidente au silence et de se soustraire à l'obligation de rendre des comptes. Les critiques sont qualifiées d'« extrémisme », de « terrorisme » ou de « subversion », tandis que la peur est semée pour décourager la dissidence et les actions collectives, ce qui constitue une autre tactique pour détourner du gouvernement la colère de la population. Parallèlement à cela, les protections juridiques sont affaiblies et les institutions censées contrôler le pouvoir sont compromises.



© Amnesty International Népal

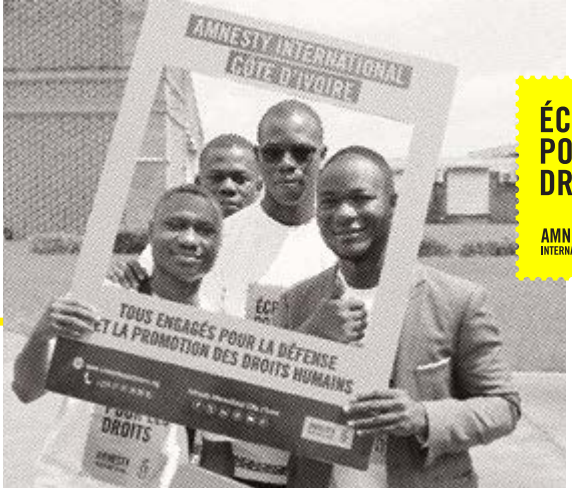
Des personnes participent à Écrire pour les droits *à Amnesty Népal en 2025.*

Bien que les contextes dans lesquels ces personnes en danger évoluent diffèrent les uns des autres, les pratiques autoritaires qu'on peut y observer suivent des schémas reconnaissables. Elles réduisent l'expression et les critiques au silence, répriment l'action et la participation collectives, et fragilisent les protections juridiques et l'État de droit, afin de concentrer indument le pouvoir entre les mains de quelques puissants ou de protéger les autorités contre toute menace. Les violations d'un droit conduisent souvent à l'érosion d'autres droits, ce qui démontre que tous les droits humains sont interconnectés et se renforcent mutuellement. On observe un schéma de recours aux pratiques autoritaires dans tous les cas présentés, même si les personnes qui en sont victimes subissent différentes violations de leurs droits humains.

Les activités proposées dans le présent support pédagogique invitent les apprenant·e·s non seulement à comprendre chaque cas spécifiquement, mais aussi à examiner et analyser les phénomènes plus larges donnant lieu aux pratiques autoritaires dans divers contextes. En faisant le lien entre expériences individuelles et tendances mondiales plus globales, ces activités encouragent une réflexion critique sur les liens entre pouvoir, libertés, droits humains et résistance. Elles mettent aussi en évidence la façon dont les pratiques autoritaires violent les droits fondamentaux et entraînent une concentration et une consolidation du pouvoir.

En étudiant ces cas, demandez-vous : quelles tendances remarquez-vous ? Qu'est-ce qui a été normalisé, mais devrait être remis en question ? Repérer les tendances et acquérir une compréhension plus profonde de ces cas établira un socle d'apprentissage permettant d'agir de façon éclairée dès maintenant et à l'avenir.

Participez à notre quiz Kahoot sur les pratiques autoritaires et testez vos connaissances : tinyurl.com/yc7b5kjn (en anglais uniquement)



ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL

À PROPOS DES DROITS HUMAINS

Les droits humains sont les libertés et protections qui appartiennent à chacun·e d'entre nous. Ils reposent sur les principes de dignité, d'égalité et de respect mutuel, indépendamment de l'âge, de la nationalité, du genre, de l'origine ethnique, des convictions et des orientations personnelles.

Ces droits impliquent d'être traité·e et de traiter les autres de façon équitable, et d'avoir la possibilité de faire ses propres choix dans la vie. Les droits humains sont universels.

Ils appartiennent à toutes et tous, partout dans le monde. Ils sont aussi inaliénables : personne ne peut nous les retirer. De plus, ils sont indissociables et interdépendants : ils ont tous la même importance et sont étroitement liés.

Depuis les atrocités commises pendant la Seconde Guerre mondiale, les instruments internationaux relatifs aux droits humains – à commencer par la Déclaration universelle des droits de l'homme – offrent un cadre puissant à la législation nationale, régionale et internationale, afin de protéger les individus des abus de pouvoir et d'améliorer la vie des populations à travers le monde. Les droits humains sont des lois que doivent appliquer les gouvernements. Ils ne sont pas un luxe ou un privilège optionnel dont on ne peut jouir que lorsque c'est opportun. Les gouvernements et les fonctionnaires de l'État ont l'obligation de les respecter, de les protéger et de les concrétiser pour toutes et tous, aussi bien sur leur territoire qu'à l'étranger.


DÉCLARATION UNIVERSELLE
DES Droits DE L'Homme
NATIONS UNIES

© ONU

LA DÉCLARATION UNIVERSELLE DES DROITS DE L'HOMME (DUDH)

La DUDH a été rédigée par l'Organisation des Nations unies nouvellement créée, dans les années qui ont immédiatement suivi la Seconde Guerre mondiale. Depuis son adoption, le 10 décembre 1948, c'est sur la DUDH que repose tout le système international des droits humains. Conformément à ce qu'ils ont convenu, tous les pays du monde sont tenus de respecter les principes généraux contenus dans les 30 articles de ce document.

Comme son nom l'indique, il s'agit d'une déclaration d'intention par laquelle tous les États du monde s'engagent à se conformer à certaines normes dans leur manière de traiter les êtres humains. Les droits humains sont aujourd'hui partie intégrante du droit international : depuis l'adoption de la DUDH, ses principes ont servi de base à l'élaboration de nombreuses lois et de nombreux accords juridiquement contraignants. Ces lois et accords constituent le socle sur lequel s'appuient des organisations comme Amnesty International pour demander aux États de mettre fin aux violations dont les personnes mises en avant dans le cadre d'*Écrire pour les droits* sont victimes.



© Amnesty International Canada (Photo : Pascal Ratthe)

Ci-dessus : *Événement* Écrire pour les droits *organisé par Amnesty Canada en 2025.*
En haut de la page : *Lancement d'*Écrire pour les droits *2025 en Côte d'Ivoire.*

WRITE FOR RIGHTS
AMNESTY INTERNATIONAL

DÉCLARATION UNIVERSELLE DES DROITS DE L'HOMME

 Droits et libertés civils Droit à la vie, droit à la non-discrimination, droit de ne pas subir de torture et de ne pas être réduit·e en esclavage	**Article 1**	Liberté et égalité en dignité et en droits
	Article 2	Non-discrimination
	Article 3	Droit à la vie, à la liberté et à la sécurité de sa personne
	Article 4	Droit de ne pas être réduit·e en esclavage
	Article 5	Droit de ne pas être soumis·e à la torture
 Droits juridiques Droit à la présomption d'innocence, à un procès équitable, droit de ne pas être arrêté·e ou détenu·e arbitrairement	**Article 6**	Protection de la loi pour toutes et tous
	Article 7	Égalité devant la loi
	Article 8	Réparation lorsque les droits ont été bafoués
	Article 9	Pas de détention, d'emprisonnement ni d'exil arbitraires
	Article 10	Droit à un procès équitable
	Article 11	Présomption d'innocence
	Article 14	Droit d'aller dans un autre pays et de demander une protection
 Droits sociaux Droit à l'éducation, droit à des services médicaux, droit au loisir, droit de fonder une famille et d'en prendre soin	**Article 12**	Droit à une vie privée, à un foyer et à une vie de famille
	Article 13	Liberté d'habiter et de voyager librement au sein des frontières de l'État
	Article 16	Droit de se marier et de fonder une famille
	Article 24	Droit au repos et aux loisirs
	Article 26	Droit à l'éducation, notamment à un enseignement primaire gratuit
 Droits économiques Droit à la propriété, au travail, au logement, à une retraite, à un niveau de vie suffisant	**Article 15**	Droit à une nationalité
	Article 17	Droit à la propriété
	Article 22	Droit à la sécurité sociale
	Article 23	Droit de travailler, de toucher un salaire juste et d'adhérer à un syndicat
	Article 25	Droit à un niveau de vie suffisant pour assurer sa santé et son bien-être
 Droits politiques Droit de participer au gouvernement de son pays, droit de vote, droits aux libertés de réunion pacifique, d'expression, de conviction et de religion	**Article 18**	Liberté de croyance (dont la liberté de religion)
	Article 19	Liberté d'expression et droit de diffuser des informations
	Article 20	Liberté d'adhérer à des associations et de rencontrer d'autres personnes de manière pacifique
	Article 21	Droit de participer au gouvernement du pays
 Droits culturels et en matière de solidarité Droit de prendre part à la vie culturelle de la communauté	**Article 27**	Droit de prendre part à la vie culturelle de la communauté
	Article 28	Droit à ce que règne un ordre international tel que tous ces droits puissent être pleinement respectés
	Article 29	Responsabilité de respecter les droits des autres personnes
	Article 30	Personne ne peut être privé de l'un de ces droits !

ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL

ACTIVITÉ

QUI A LE DROIT DE PARLER ?
LIBERTÉ D'EXPRESSION ET RÉPRESSION DE LA DISSIDENCE

EN BREF
Le droit à la liberté d'expression protège la capacité des individus à exprimer des opinions, partager des informations et évoquer des sujets importants. Lorsque des personnes sont punies pour avoir utilisé leur voix, la solidarité peut contribuer à défendre la liberté d'expression et renforcer le droit de chacun·e de manifester son désaccord et d'être entendu·e.

À PROPOS DE CETTE ACTIVITÉ
Cette activité explore ce qui arrive lorsque des personnes sont punies pour avoir formulé leurs opinions, relayé des informations, critiqué les personnes au pouvoir, ou défendu les droits humains.

Au travers des histoires de Rokiatou Doumbia au Mali, d'Imaan Mazari et Hadi Ali Chattha au Pakistan, d'Ayachi Hammami en Tunisie et de Ruth Eleonora López au Salvador, les apprenant·e·s examineront les répercussions des restrictions du droit à la liberté d'expression sur les individus et les populations.

Cette activité les aidera à comprendre l'importance de la liberté d'association et de réunion pacifique, la façon dont elle favorise la participation et la reddition de comptes, et pourquoi les individus devraient pouvoir énoncer des opinions et partager des informations sans crainte de sanction.

STRUCTURE
L'activité est conçue comme un parcours d'apprentissage flexible en trois modules. Les modules A et B (de 20 minutes chacun) peuvent fonctionner de manière indépendante, chacun avec un objectif d'apprentissage clair, un exercice participatif, un exercice de réflexion guidé et une brève conclusion.

Les modules peuvent donc être adaptés à différents publics et proposés séparément ou en combinant différentes séquences – A+C (40 min), B+C (40 min) – ou utilisés comme parcours d'apprentissage complet de 60 minutes (A+B+C).

MÉTHODOLOGIE
En tant qu'animateur·trice, il vous revient d'adapter l'activité en fonction du cadre. Pensez à tenir compte de la taille, de la tranche d'âge et des connaissances actuelles du groupe, de la meilleure manière d'organiser votre activité en vue de favoriser la participation active, du lieu où se déroule votre activité, de la possibilité de l'organiser en présentiel ou en ligne, et des éventuelles restrictions. Les durées suggérées sont des estimations et doivent être ajustées en fonction de la taille du groupe et du temps disponible. Lorsque des participant·e·s souhaitent agir en soutien à une personne en danger, expliquez comment le faire en toute sécurité et veillez à respecter les lignes directrices scolaires ou locales en matière de consentement.

INCLUSION, BIEN-ÊTRE ET PROTECTION
Pensez à adapter les activités aux apprenant·e·s en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques en matière d'apprentissage. L'emprisonnement, l'injustice ou les abus de pouvoir peuvent être des sujets perturbants pour certaines personnes. Rappelez aux apprenant·e·s qu'ils/elles peuvent faire une pause, sortir brièvement ou choisir de ne pas partager une expérience personnelle. Veillez à ce que les échanges restent toujours encourageants et respectueux. Mettez l'accent sur la dignité, la participation et les droits humains, plutôt que sur les débats politiques ou les convictions personnelles. Si un·e apprenant·e est perturbé·e ou bouleversé·e, utilisez les ressources scolaires ou locales pour lui proposer un suivi.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES GLOBAUX
Les apprenant·e·s vont :
- **comprendre** pourquoi la liberté d'expression est un droit humain clé ;
- **identifier** comment des personnes peuvent être punies pour avoir exprimé des opinions ou des inquiétudes ;
- **reconnaître** les liens entre expression, participation, reddition de comptes et droits humains ;
- **faire preuve** d'empathie et de solidarité dans leurs discussions, leur réflexion et leurs actions.

ÂGE : 12 ANS ET PLUS

TEMPS NÉCESSAIRE
20, 40 ou 60 minutes (20 minutes par module). L'idéal est d'amener les apprenant·e·s à faire au moins deux modules à la suite. Les modules peuvent se dérouler sur plusieurs jours ou séances, en fonction du contexte et du temps disponible.

RESSOURCES ET MATÉRIEL
- Documents à distribuer : Cartes Récit et Fiches action (pages 16-19)
- Version simplifiée de la Déclaration universelle des droits de l'homme (DUDH) page 6
- Complément d'information : Liberté d'expression et répression de la dissidence (pages 14-15)
- Facultatif : feuilles de papier, stylos, enveloppes (si vous envoyez des lettres)
- Facultatif : vidéos accessibles sur : **amnesty.be/epd-videos-26**
- Facultatif : modèles de lettre disponibles via : **amnesty.be/marathon-ecoles-26**

PRÉPARATION
- Lisez les Cartes Récit et sélectionnez une ou plusieurs histoires sur lesquelles travailler.
- Imprimez les documents à remettre à chaque participant·e/groupe.
- Lisez les informations complémentaires.

NOTIONS CLÉS
- Liberté d'expression
- Liberté d'opinion
- Accès à l'information
- Participation à la vie publique
- Défenseur·e·s des droits humains
- Droit à un procès équitable
- Dissidence
- Solidarité

Si les participant·e·s découvrent la DUDH, commencez par établir une compréhension commune de ce document, en utilisant les informations à partir de la page 5. Prévoyez un temps supplémentaire, soit pendant la séance elle-même, soit lors d'une séance de préparation en amont.

Pour aller plus loin, les apprenant·e·s peuvent découvrir les quiz d'Amnesty International sur les droits humains disponibles sur Kahoot et consulter les explications disponibles dans la section Ressources : voir https://create.kahoot.it/profiles/AmnestyInternational

Pour cette activité, nous recommandons les quiz « Introduction to Human Rights » (Introduction aux droits humains) et « Freedom of Expression » (Liberté d'expression). L'ensemble de ces ressources offre aux apprenant·e·s un moyen stimulant et interactif d'explorer les principes des droits humains et d'examiner l'importance de la liberté d'expression dans différents contextes. Ces quiz sont disponibles uniquement en anglais :

Introduction to Human Rights: tinyurl.com/bdcm33fh

Freedom of Expression: tinyurl.com/yc73un4a

ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL

MODULE A : QUI A LE DROIT DE PARLER ?

20 MINUTES

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Les apprenant·e·s apprendront pourquoi la liberté d'expression est fondamentale, reconnaîtront l'importance d'exprimer des idées, des préoccupations et des opinions, et comprendront les répercussions des restrictions du droit à la liberté d'expression sur les individus et les populations.

ACTIVITÉ PARTICIPATIVE

PARTIE 1 : LA SALLE DE CLASSE SILENCIEUSE

Prenez un instant pour réfléchir en silence à vos propres expériences. Pensez à un moment où vous auriez voulu dire ce que vous pensiez, poser une question, exprimer une opinion ou défendre quelque chose qui vous tenait à cœur, mais où vous avez décidé de vous taire.

Invitez les apprenant·e·s à réfléchir individuellement aux questions suivantes :

- **Pourquoi avez-vous gardé le silence ?**
- **Qu'avez-vous ressenti ?**
- **Qu'est-ce qui aurait pu vous mettre suffisamment à l'aise pour parler ?**

Au bout d'une ou deux minutes, invitez ceux et celles qui le souhaitent à partager le fruit de leurs réflexions.

Transition : Parfois, les gens décident de ne pas parler parce qu'ils se sentent nerveux, embarrassés ou soucieux de ce que d'autres pourraient penser. Dans d'autres situations, des personnes se voient empêchées de parler car elles craignent d'être punies ou arrêtées, ou de subir d'autres conséquences pour avoir exprimé leur point de vue.

Invitez les apprenant·e·s à imaginer qu'à partir de demain, les élèves ne pourront plus remettre en cause les règles de leur école, suggérer des améliorations, formuler des inquiétudes ou donner leur avis sur les décisions de leur école. (Adaptez au contexte si l'activité d'apprentissage n'a pas lieu dans une école.)

Invitez les apprenant·e·s à travailler en binôme et à se demander : Comment ils/elles se sentiraient ? Quels problèmes pourraient émerger ? Qui serait affecté·e ? Quelles opportunités seraient perdues ?

Invitez quelques apprenant·e·s à partager le fruit de leur réflexion (selon la taille du groupe et le temps disponible).

Transition : Expliquez qu'exprimer des opinions et des inquiétudes peut être important car cela aide les élèves, les classes et les communautés à identifier les problèmes auxquels porter attention. En partageant différents points de vue, les gens peuvent œuvrer ensemble à trouver des solutions et à prendre des décisions éclairées qui profitent à tout le monde.



*Des élèves participant à une activité d'éducation aux droits humains pendant l'édition 2025 d'*Écrire pour les droits.

PARTIE 2 : NOS VOIX COMPTENT

Lisez les situations suivantes à voix haute.

SITUATION 1

Un·e élève remarque une situation injuste dans son école et écrit une lettre respectueuse en réclamant un changement. L'élève est puni·e pour avoir parlé.

Quel droit est le plus impacté ?

A. **Le droit à la liberté d'expression**

B. **Le droit à l'éducation**

SITUATION 2

Une association diffuse des informations en ligne à propos d'un problème local et encourage la discussion. Les autorités locales menacent de sanction les membres de ce groupe s'ils continuent.

Quel droit est le plus impacté ?

A. **Le droit à la liberté d'expression**

B. **Le droit de participer à la vie publique**

Faites le point en expliquant que les droits humains sont interconnectés. Les gens ont souvent besoin d'exprimer des idées, des préoccupations et des opinions afin de participer à la société et de défendre d'autres droits.

Note pour les animateurs·trices : Cet exercice ne consiste pas à trouver la « bonne » ou la « mauvaise » réponse. En effet, les situations présentées mettent en jeu plusieurs droits, tous interconnectés. Invitez les participant·e·s à réfléchir à leurs choix de réponse et aidez-les à percevoir les liens et l'interdépendance entre ces droits. Veillez à ce que les échanges restent ouverts et sur le mode de la réflexion, plutôt que de l'évaluation. Vous pouvez utiliser les informations complémentaires pages 13 à 14 pour mieux orienter l'exercice et expliquer certains concepts de manière plus approfondie.

Note pour les animateurs·trices : Il y a souvent plus d'une réponse sensée. Encouragez les apprenant·e·s à expliquer leur raisonnement et à examiner comment les droits s'alimentent mutuellement. N'hésitez pas à adapter votre approche, le rythme et le niveau des échanges aux besoins et aux expériences des apprenant·e·s.

PARTIE 3 : RÉFLEXION GUIDÉE ET CONCLUSION

Réflexion : Comment vous sentiriez-vous si l'on vous réduisait au silence et si l'on vous refusait vos droits ?

Concluez l'activité : La liberté d'expression aide les gens à partager des idées, à participer à la société et à amener les décideurs·deuses à rendre des comptes. Lorsque les gens ont peur de parler, la société risque de perdre des informations et des points de vue importants.

Utilisation indépendante du module A

Ce module peut être présenté séparément comme outil d'introduction à la liberté d'expression, à la participation et à la reddition de comptes.

Une fois terminé, vous pouvez passer au module B si vous avez le temps, **ou directement au module C**, consacré au passage à l'action.

Si vous choisissez de passer au module B, présentez-le de la façon suivante :

Pour bon nombre de personnes à travers le monde, les situations que nous avons évoquées ne sont hypothétiques. Dans la prochaine activité, nous en découvrirons davantage sur de vraies personnes dont les droits ont été bafoués.



Des élèves en Corée du Sud font la grève et manifestent en soutien à la grève scolaire pour le climat, mouvement aussi appelé Fridays for Future.
© Ashley Crowther

MODULE B : HISTOIRES VRAIES – DES VOIX SOUS PRESSION

20 MINUTES

MODULE INDÉPENDANT

Le module B est indépendant. Il propose d'explorer des études de cas sur la liberté d'expression et les droits humains. Les apprenant·e·s peuvent le démarrer sans avoir complété le module A.

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Les apprenant·e·s découvriront des exemples réels de restrictions du droit à la liberté d'expression, identifieront les notions de droits humains qui concernent les individus et les populations, et réfléchiront aux concepts de solidarité, de reddition de comptes et de participation.

ACTIVITÉ PARTICIPATIVE

PARTIE 1 : RÉCITS INDIVIDUELS

PRÉSENTEZ L'ACTIVITÉ

Aujourd'hui, nous en apprendrons plus sur des personnes qui ont été sanctionnées en raison de ce qu'elles ont dit, partagé, révélé ou défendu.

Divisez les apprenant·e·s en petits groupes de cinq ou six.

Distribuez une ou plusieurs Cartes Récit concernant :

- **Rokiatou Doumbia (Mali)**
- **Imaan Mazari et Hadi Ali Chattha (Pakistan)**
- **Ayachi Hammami (Tunisie)**
- **Ruth Eleonora López (Salvador)**

Vous pouvez choisir de vous concentrer sur un récit, ou de comparer les quatre pour identifier les thèmes communs et les différences.

EXERCICE EN GROUPE : QUELLE VOIX A ÉTÉ RÉDUITE AU SILENCE ?

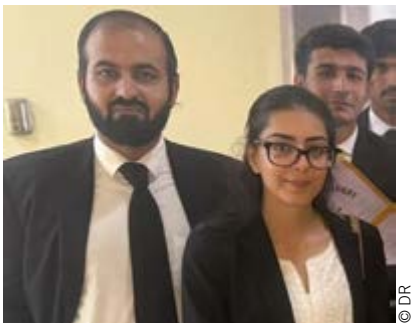
Lisez la/les Carte(s) Récit ensemble dans votre groupe.

Voici quelques pistes de réflexion possibles (vous pouvez en choisir deux ou trois) :

- **Qu'est-ce qui vous a marqué·e dans cette histoire ?**
- **Qu'est-ce que cette personne a dit, partagé ou défendu ?**
- **En quoi son message aurait été important ?**
- **Qui aurait pu bénéficier de ce message ?**
- **Que s'est-t-il passé quand cette personne a parlé ?**
- **Quels droits ont été affectés par son emprisonnement/la sanction prononcée contre elle ?**
- **Pourquoi est-ce important d'entendre des voix différentes ?**
- **À quoi ressemblerait une issue juste dans cette situation ?**



© DR


© DR


© DR


© CRISTOSAL

De haut en bas :
Rokiatou Doumbia (Mali), Imaan Mazari et Hadi Ali Chattha (Pakistan), Ayachi Hammami (Tunisie) et Ruth Eleonora López (Salvador).

BILAN RAPIDE : INVITEZ LES GROUPES À PARTAGER LE FRUIT DE LEUR RÉFLEXION

Demandez :

- **Quelles émotions avez-vous ressenties en écoutant ces histoires ?**
- **En quoi la solidarité est importante ?**
- **Quel rôle joue la liberté d'expression dans la société ?**

PARTIE 2 : CONCLUSION

L'ANIMATEUR-TRICE CONCLUT LE MODULE B EN FAISANT LE LIEN AVEC LE MODULE C

Ces histoires montrent comment des personnes peuvent faire face à de graves conséquences pour avoir formulé leur opinion, partagé des informations, défendu les droits humains ou critiqué les personnes au pouvoir. Dans tous les pays du monde, des gens continuent de parler des sujets qui leur tiennent à cœur, même si cela les met en danger. Et partout dans le monde, des gens continuent de manifester leur solidarité en soutenant les personnes dont les droits sont restreints.



Amnesty International remet les signatures recueillies par une pétition aux autorités du Nigeria, à Abuja.
© Amnesty International Nigeria

ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL

MODULE C : PASSER À L'ACTION ET MANIFESTER SA SOLIDARITÉ

20 MINUTES

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Les apprenant·e·s comprendront comment la solidarité peut être un soutien pour des personnes dont les droits sont restreints, auront la possibilité de participer à une action collective significative, et réfléchiront à leur rôle dans la défense des droits humains.

ACTIVITÉ PARTICIPATIVE

PARTIE 1 : PRÉSENTEZ *ÉCRIRE POUR LES DROITS*

Demandez aux apprenant·e·s s'ils aimeraient prendre part à une action de soutien dans le cadre de la campagne *Écrire pour les droits* d'Amnesty (s'ils sont mineurs, veuillez prendre en compte les obligations locales et scolaires en matière de consentement qui s'appliquent).

Présentez la campagne *Écrire pour les droits* aux participant·e·s en vous aidant des informations fournies en page 2. Expliquez qu'Amnesty International appelle à adresser des lettres aux personnes dont il est question dans les Cartes Récit et aux autorités responsables de protéger, de respecter et de réaliser leurs droits humains. Vous pouvez donner des exemples des éditions précédentes (page 3) qui montrent le succès que peuvent avoir la rédaction de lettres et d'autres actions. Vous pouvez aussi regarder cette vidéo d'une minute qui parle de Magai, condamné à mort à l'âge de 15 ans au Soudan du Sud. Il est aujourd'hui libre, après que des milliers de personnes ont écrit des lettres et signé des pétitions pour réclamer sa libération : youtube.com/watch?v=niyl9zjJN2E

Demandez :

- **Pourquoi les petites actions peuvent se révéler importantes ?**
- **Comment la solidarité peut-elle contribuer à protéger les droits humains ?**
- **Quel rôle peuvent jouer des personnes ordinaires dans la défense de la liberté d'expression ?**

Si vous avez le temps, demandez aux participant·e·s d'agir tout de suite.

Sinon, encouragez-les à fixer une date et un lieu ultérieurs pour entreprendre ces actions et répartissez les actions entre les groupes. Encouragez-les à faire preuve de créativité. Ils/elles peuvent rédiger une lettre, faire un dessin ou réaliser une affiche, une carte postale ou tout autre objet créatif faisant passer un message d'encouragement ou de solidarité.

Note pour les animateurs·trices : Si les apprenant·e·s ont complété uniquement le module A, mais pas le module B, lancez le module C en présentant la/les personne(s) en danger sur lesquelles vous souhaitez travailler, en vous appuyant sur les Cartes Récit en pages 16-19. Expliquez qui ils/elles sont, ce qui leur est arrivé, quels droits fondamentaux sont au cœur de l'affaire qui les concerne et les actions que la campagne appelle à entreprendre.

Note pour les animateurs·trices : Expliquez que les actions de solidarité rappellent aux personnes en danger qu'on ne les oublie pas et peuvent exercer une pression incitant les autorités à cesser de bafouer leurs droits. Elles constituent un moyen de reconnaître les liens d'humanité qui nous unissent et de défendre les droits et la dignité d'autrui.

Facultatif : Montrez aux apprenant·e·s les vidéos de Rokiatou Doumbia (Mali), d'Imaan Mazari et Hadi Ali Chattha (Pakistan), d'Ayachi Hammami (Tunisie) et de Ruth Eleonora López (Salvador), disponibles ici : **amnesty.be/epd-videos-26**



En 2025, Amnesty International Zimbabwe a organisé une activité de formation sur les droits humains dans le cadre de la campagne Écrire pour les droits *avec des enseignant·e·s du Zimbabwe dont les établissements accueillent un club de défense des droits humains.*
© Amnesty International Zimbabwe

PARTIE 2 : ÉCRIVEZ UNE LETTRE

Demandez aux apprenant·e·s de choisir un des récits parmi ceux qu'ils ont découverts et donnez-leur un exemplaire de la fiche action de cette personne (pages 16-19). Expliquez-leur que chacune de leurs lettres sera envoyée aux autorités chargées de protéger les droits humains de cette personne.

Donnez à chaque participant·e de quoi écrire et laissez-lui le temps nécessaire pour rédiger ses lettres. Expliquez-leur qu'un message personnel aux autorités est le plus efficace. Demandez-leur :

- **D'écrire quelque chose à propos d'eux/elles-mêmes.**
- **D'expliquer aux autorités ce qui les choque dans l'histoire en question.**
- **De dire pourquoi ils/elles pensent qu'il est important que les gouvernements respectent les droits humains.**

Si certain·e·s veulent partager le contenu de leur lettre avec le groupe, ou exprimer ce qu'ils ressentent à la fin de l'activité, donnez-leur la possibilité de le faire.

PARTIE 3 : MANIFESTER SA SOLIDARITÉ

Si vous avez le temps, vous pouvez également mener certaines des actions de solidarité indiquées sur les fiches correspondantes. Les lettres de solidarité représentent souvent une grande source de soutien et de force pour les personnes ainsi mises en avant.

Envoyez vos messages d'amitié et d'espoir à Rokiatou Doumbia au Mali, à Imaan Mazari et Hadi Ali Chattha au Pakistan, à Ayachi Hammami en Tunisie et à Ruth Eleonora López au Salvador, pour les encourager à poursuivre leur combat pour la justice et leur montrer qu'ils et elles ne sont pas seuls. Faites preuve de créativité et dites-leur quelque chose à propos de vous, afin de rendre votre lettre plus personnelle.

Pour en savoir plus sur les autres activités de la campagne *Écrire pour les droits*, consultez la page amnesty.be/marathon-ecoles-26

La solidarité et les actions collectives peuvent contribuer à protéger des personnes en danger et rappeler à celles qui subissent des injustices qu'elles ne sont pas seules.

Note pour les animateurs·trices : Suivez les consignes de votre section relatives à la confidentialité des informations personnelles des participant·e·s à *Écrire pour les droits* et toute consigne de sécurité pertinente dans le cadre de l'envoi d'appel ou de messages de solidarité, comme le recours à des pseudonymes en cas de risques liés à la sécurité des étudiant·e·s participant à l'action. Demandez aux apprenant·e·s s'ils aimeraient prendre part à une action en soutien à la campagne *Écrire pour les droits* d'Amnesty et, s'ils en moins de 18 ans, veuillez prendre en compte les obligations locales en matière de consentement.



Amnesty Taiwan participant à la Marche des fiertés LGBT+ en 2025.
© Amnesty International Taiwan

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

LIBERTÉ D'EXPRESSION ET RÉPRESSION DE LA DISSIDENCE

Le droit à la liberté d'expression permet aux individus de partager des idées, de formuler des opinions, de chercher et recevoir des informations, de poser des questions, de participer aux débats publics, et d'aborder les sujets qui concernent leur vie et leur communauté.

Les gens exercent leur droit à la liberté d'expression tous les jours, par exemple en donnant leur avis à des ami·e·s, en créant de l'art, en écrivant des articles, en publiant des messages sur les réseaux sociaux, en participant à des discussions, en rapportant des informations, en appelant au changement ou en dénonçant des injustices. Pouvoir communiquer ses pensées et ses idées aide à apprendre les un·e·s des autres, à résoudre des problèmes et à contribuer à la société.

La liberté d'expression sous-tend de nombreux droits humains. Les gens ont souvent besoin de s'exprimer afin de défendre leurs droits, de participer à la vie publique, d'exposer des torts, de protéger leur communauté ou de plaider pour un changement. Ce droit permet de faire entendre différentes voix et opinions, y compris celles de personnes qui remettent en cause des institutions puissantes ou critiquent des décisions et des politiques.

Les droits humains sont interconnectés. Par exemple :

- Les journalistes peuvent relayer des informations qui aident le public à comprendre des sujets importants.
- Les avocat·e·s et les défenseur·e·s des droits humains peuvent dénoncer des injustices, la corruption ou l'abus de pouvoir.
- Les militant·e·s peuvent sensibiliser le public à des questions sociales, environnementales ou de droits humains.
- Les individus peuvent questionner des décisions, formuler leurs craintes et réclamer un changement.
- Les populations peuvent utiliser les réseaux sociaux, les campagnes ou les débats publics pour partager des informations et se soutenir mutuellement.

La liberté d'expression comprend le droit d'exprimer des points de vue avec lesquels d'autres personnes peuvent être en désaccord. Elle protège le partage d'idées, d'informations et d'opinions, dans la mesure où celles-ci n'incitent pas à la haine ou à la discrimination, ni ne causent de préjudice majeur, par exemple en matière de santé publique.

La dissidence est une composante essentielle de la liberté d'expression. La dissidence est le fait de manifester son désaccord avec des politiques, des décisions, des actions ou des systèmes. Depuis toujours, les individus utilisent la dissidence pour dénoncer des injustices, réclamer des réformes et plaider en faveur des droits humains. Les critiques et les débats pacifiques peuvent aider les sociétés à grandir, à s'améliorer et à devenir plus responsables. Dans les sociétés saines, les gens devraient pouvoir exprimer leur désaccord de façon pacifique, sans craindre de sanction.

Lorsque des personnes sont punies, menacées ou emprisonnées pour avoir formulé une opinion pacifiquement, beaucoup d'autres droits peuvent aussi être compromis. La crainte des sanctions peut dissuader les personnes de parler ouvertement, de participer à la vie publique, de partager des informations ou de défendre les droits d'autrui. Cela peut limiter les débats publics et empêcher les populations d'identifier les problèmes, de chercher des solutions et d'amener les décideurs·deuses à rendre des comptes.





Membres des « Cinq de Tacloban » aux Philippines, groupe de militant·e·s arrêtés lorsque des agents du gouvernement ont organisé des descentes simultanées dans leurs bureaux à Tacloban, en février 2020.
© Altermidya

Dans certaines situations, les personnes qui critiquent les autorités, révèlent des faits de corruption, défendent les droits humains ou relaient des informations à propos de sujets d'intérêt public peuvent faire l'objet de harcèlement, de chefs d'inculpation, de procès iniques ou d'emprisonnement. Ces actions peuvent avoir un effet dissuasif, amenant d'autres personnes à ne pas oser parler, de peur de subir des conséquences similaires.

Les normes internationales relatives aux droits humains reconnaissent l'importance de la liberté d'expression. La Déclaration universelle des droits de l'homme (DUDH) dispose que :

- Toute personne a droit à la liberté d'opinion et d'expression (article 19).
- Toute personne a le droit de chercher, de recevoir et de répandre, sans considération de frontières, les informations et les idées par quelque moyen d'expression que ce soit (article 19).
- Toute personne a le droit de prendre part à la direction des affaires publiques de son pays et à accéder aux fonctions publiques (article 21).

La liberté d'expression permet de parler, mais aussi d'écouter, d'apprendre, d'échanger des idées et de veiller à ce que les individus puissent réellement prendre part à la société. Protéger la liberté d'expression aide à créer des communautés où les individus peuvent relayer des informations, évoquer des difficultés et contribuer à un changement positif.

Les récits présentés dans cette activité illustrent les répercussions des restrictions du droit à la liberté d'expression sur des personnes, des familles et des populations. Ils montrent également pourquoi protéger le droit de parler demeure essentiel pour défendre des droits humains, promouvoir la reddition de comptes et soutenir la justice.



*Des jeunes membres d'Amnesty Maroc participent à l'édition 2023 d'*Écrire pour les droits.
© Amnesty International Maroc

UNE INFLUENCEUSE TIKTOK ET MILITANTE EMPRISONNÉE POUR S'ÊTRE EXPRIMÉE

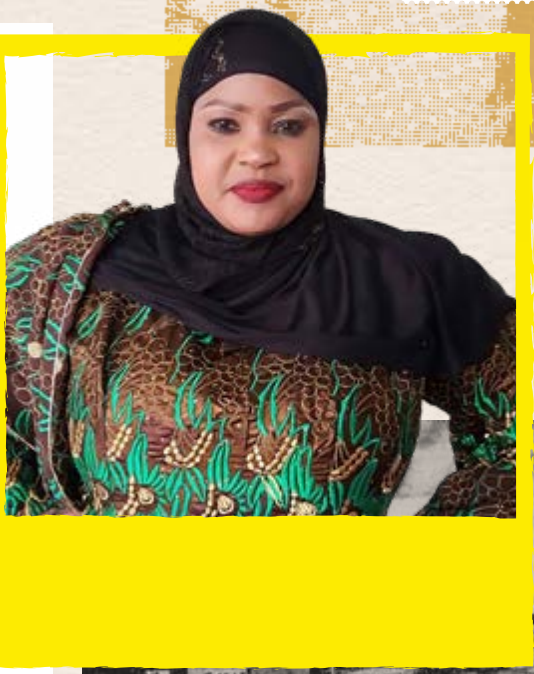
ROKIATOU DOUMBIA

MALI

ÉCRIRE POUR LES DROITS

AMNESTY INTERNATIONAL

CARTE RÉCIT



© DR ; John images ; DR

Rokiatou Doumbia est propriétaire d'un commerce, militante et influenceuse active sur les réseaux sociaux. Elle est connue pour son courage et son franc-parler. Sur TikTok, elle a créé un espace où ses 175 000 abonné·e·s pouvaient parler ouvertement de leurs difficultés quotidiennes et de la hausse des prix des aliments, ce qui lui a valu le surnom de « Rose Poivron ».

Rokiatou soutient depuis longtemps les femmes et les familles de son entourage : elle a monté une association pour aider les femmes à lancer une petite activité et organisé des distributions de nourriture pour les personnes dans le besoin. Ses ami·e·s et les personnes qui la soutiennent la décrivent comme attentionnée, généreuse et tournée vers la collectivité.

Mais en mars 2023, après avoir critiqué l'augmentation du coût de la vie et les autorités militaires maliennes lors d'un direct sur TikTok, elle a été arrêtée et inculpée d'« incitation à la révolte », de « trouble à l'ordre public », d'« offense au chef de l'État » et d'« association de malfaiteurs ». Bien que deux de ces charges aient été abandonnées par la suite, elle demeure en détention arbitraire dans l'attente de son procès pour « offense au chef de l'État » et « association de malfaiteurs ».

La détention de Rokiatou s'inscrit dans une répression plus générale au Mali, où les autorités ont de plus en plus recours aux arrestations et aux accusations pénales pour étouffer les critiques. Sa situation montre que les femmes qui s'expriment publiquement sont susceptibles de subir la répression, le harcèlement en ligne, la discrimination et le rejet social, autant d'attaques qui visent à leur faire quitter le débat public. Elle illustre également que les espaces numériques au Mali sont de plus en plus des lieux de surveillance et de contrôle.

Demandez aux autorités maliennes de libérer immédiatement Rokiatou Doumbia et d'abandonner toutes les charges pesant sur elle.

UN COUPLE D'AVOCATS EMPRISONNÉ POUR AVOIR DÉFENDU LES DROITS HUMAINS

IMAAN MAZARI-HAZIR ET HADI ALI CHATTHA

PAKISTAN

ÉCRIRE POUR LES DROITS

AMNESTY INTERNATIONAL

CARTE RÉCIT



© DR Pexels/Khalid Khan ; DR

Imaan Mazari-Hazir (à droite) et Hadi Ali Chattha (à gauche) sont avocats spécialistes des droits humains. Âgés d'une trentaine d'années, ils forment également un couple marié. Ils se sont rencontrés en co-représentant des personnes dans une même affaire. Ils travaillent énormément mais, lorsqu'ils ont du temps libre, ils adorent prendre leurs repas ensemble à l'extérieur et retrouver des ami·e·s.

Imaan et Hadi consacrent leur carrière à représenter des personnes victimes de l'oppression étatique, ce qui n'est pas sans risque au Pakistan. Menacés et harcelés par les autorités, ils ont pourtant poursuivi leur travail avec courage.

Imaan a déclaré : « Je n'ai jamais envisagé de cesser mon travail de plaidoyer en raison de ces menaces. Si vous passez votre temps à surveiller vos arrières, vous perdez votre cause de vue et ce sont vos adversaires qui gagnent. »

Le 24 janvier 2026, Imaan et Hadi ont été condamnés à de longues peines d'emprisonnement en raison de publications sur les réseaux sociaux, dans lesquelles ils exprimaient leur solidarité avec des militant·e·s baloutches et pachtounes et critiquaient l'armée pakistanaise. Leur condamnation illustre la façon dont les autorités pakistanaises se servent du système judiciaire pour réprimer la liberté d'expression, réduire au silence celles et ceux qui les critiquent et sanctionner les avocat·e·s, afin de renforcer leur pouvoir et leur contrôle.

Imaan et Hadi devraient pouvoir mener à bien leur travail indispensable, et faire ce qu'ils aiment. Au lieu de cela, ils sont enfermés et séparés.

Imaan Mazari-Hazir et Hadi Ali Chattha doivent être libérés sans condition, et toutes les charges retenues contre eux doivent être immédiatement abandonnées.



ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL
AGISSEZ

ÉCRIVEZ AU MINISTRE DE LA JUSTICE DU MALI

Demandez que Rokiatou soit libérée immédiatement et sans condition, et que toutes les charges pesant sur elle soient abandonnées.

ADRESSE : Ministre de la Justice et des Droits de l'homme
Ministère de la Justice et des Droits de l'homme Cité Administrative
Bâtiment 12, 3e étage
BP 97 Bamako
MALI

FORMULE D'APPEL : Monsieur le Ministre,
Veuillez ne pas utiliser l'image d'Amnesty International dans vos lettres ni sur vos enveloppes.

COURRIEL : mkassogue@justice.gouv.ml
X : @Ministere_Mali, @Ministreka
FACEBOOK : www.facebook.com/JusticeMali.Gouv
HASHTAGS : #FreeRosePoivron, #FreeRokiatou, #W4R26



ENVOYEZ À ROKIATOU DES MESSAGES DE SOUTIEN ET DE SOLIDARITÉ POUR LUI RAPPELER QU'ELLE N'EST PAS SEULE ET QUE SON COURAGE EST UNE SOURCE D'INSPIRATION POUR DE NOMBREUSES PERSONNES

Vous pouvez aussi ajouter des dessins symbolisant les problèmes qu'elle a dénoncés et le soutien dont elle bénéficie, comme des poivrons ou d'autres aliments, des chemins ou des empreintes de pas, des groupes de femmes, des repas partagés ou des paniers de nourriture, ou encore des cercles représentant la collectivité et l'appui mutuel.

ADRESSE : Rokiatou Doumbia
s/c Bureau régional d'Amnesty International pour l'Afrique de l'Ouest et l'Afrique centrale
Point E, Rue 34
Immeuble Malaado Plaza, 6e étage
BP 47582 Liberté
Dakar
SÉNÉGAL

TIKTOK : @rokiatoudoumbia1
HASHTAGS : #FreeRosePoivron, #FreeRokiatou, #W4R26

© DR Getty Images/ iStockphoto

ÉCRIRE POUR LES DROITS
AMNESTY INTERNATIONAL
AGISSEZ

ÉCRIVEZ AU PREMIER MINISTRE DU PAKISTAN

Réclamez la libération immédiate et sans condition d'Imaan Mazari-Hazir et de Hadi Ali Chattha, l'annulation de leur condamnation et l'abandon de toutes les charges qui pèsent encore sur eux, car elles découlent uniquement de leur militantisme en faveur des droits humains.

ADRESSE : Prime Minister of Pakistan
Prime Minister's Office
Constitution Avenue
Sector G-5/2
Islamabad 44010
PAKISTAN

FORMULE D'APPEL : Monsieur le Premier ministre,
Veuillez ne pas utiliser l'image d'Amnesty International dans vos lettres ni sur vos enveloppes.

COURRIEL : info@pmo.gov.pk
X : @ThePMOPAK, @CMShehbaz
HASHTAGS : #ReleaseImaanAndHadi, #W4R26

FAITES SAVOIR À IMAAN ET HADI QUE VOUS ÊTES À LEURS CÔTÉS

Envoyez-leur des messages d'amitié et d'espoir pour les aider à garder le moral. Vous pouvez aussi ajouter des poèmes ou des dessins d'Imaan et Hadi avec les familles de personnes victimes de disparition forcée ou avec des personnes accusées de blasphème – deux causes qui leur tiennent à cœur.

ADRESSE : Imaan Mazari-Hazir and Hadi Ali Chattha
c/o Amnesty International South Asia 23/2
Horton Place
Colombo 7, 00700
SRI LANKA

X : @ImaanZHazir, @AdvHadiali
FACEBOOK : www.facebook.com/hadi.dushkara, www.facebook.com/imaan.mazari
HASHTAGS : #ReleaseImaanAndHadi, #W4R26



© Getty Images ; DR

PRIS POUR CIBLE POUR AVOIR DIT LA VÉRITÉ FACE AU POUVOIR

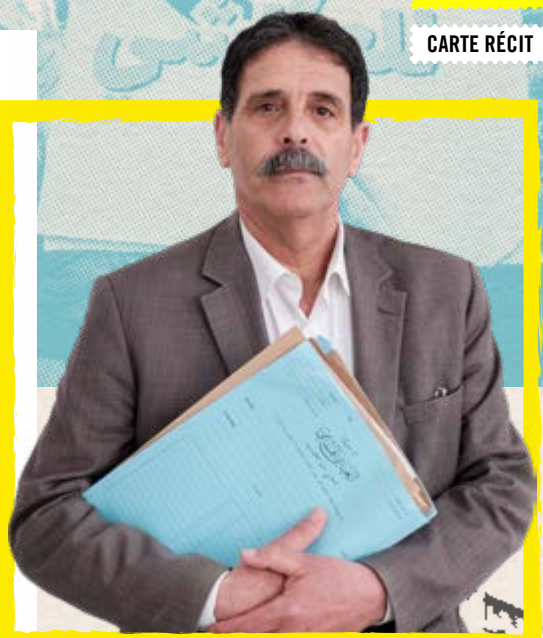
AYACHI HAMMAMI

TUNISIE

ÉCRIRE POUR LES DROITS

AMNESTY INTERNATIONAL

CARTE RÉCIT



© DR ; DR ; DR

Ayachi Hammami est un avocat tunisien spécialiste des droits humains, marié, père de famille et grand-père, qui a passé des dizaines d'années à défendre des personnes victimes d'injustice et à s'exprimer en faveur des droits fondamentaux et de l'indépendance de la justice. Ses ami·e·s le décrivent comme une personne « jeune d'esprit » qui aime l'astronomie, la musique classique et les longues promenades avec son chien, Arya.

Depuis que le président Kaïs Saïed s'est emparé du pouvoir en 2021, Ayachi critique ouvertement la répression croissante et les pratiques autoritaires qui ont cours en Tunisie et défend des avocat·e·s, des juges, des journalistes et des personnalités de l'opposition pris pour cible en raison de leur dissidence pacifique. Après avoir représenté des personnes dans la tristement célèbre affaire dite « du complot », un procès collectif visant des personnalités de l'opposition accusées d'avoir fomenté un complot contre la sûreté de l'État, il a lui-même été accusé d'infractions liées au terrorisme dans la même affaire.

En avril 2025, à l'issue d'un simulacre de procès qui n'a duré que quelques minutes, il a été condamné à huit ans d'emprisonnement. Sa peine a été ramenée à cinq ans en appel en novembre 2025. Il a été incarcéré dans les jours suivants et a observé une grève de la faim de 45 jours pour protester contre sa détention arbitraire.

L'emprisonnement d'Ayachi montre que les autorités tunisiennes détournent de plus en plus le système judiciaire pour punir les détracteurs·trices du gouvernement, tenter d'intimider les avocat·e·s et réduire au silence les personnes qui dénoncent les abus de pouvoir. Mais même en détention, Ayachi continue de susciter l'admiration par son courage et son intégrité.

Demandez la libération immédiate et sans condition Ayachi Hammami, détenu uniquement en raison de son militantisme pacifique en faveur des droits humains et de son travail en tant qu'avocat.

DÉFENDRE LA JUSTICE LUI A COÛTÉ SA LIBERTÉ

RUTH ELEONORA LÓPEZ

SALVADOR

ÉCRIRE POUR LES DROITS

AMNESTY INTERNATIONAL

CARTE RÉCIT



Ruth López est une avocate et défenseure des droits humains réputée pour sa foi profonde en la justice et l'obligation de rendre des comptes. En dehors de l'enseignement et du soutien qu'elle apporte à de jeunes avocat·e·s et militant·e·s, Ruth aime lire et s'occuper des orchidées de son jardin.

Pendant des années, Ruth a dénoncé la corruption et les atteintes aux droits humains au Salvador. Elle a dévoué sa vie à la défense de la justice et à la protection de l'État de droit, même quand il est devenu dangereux de le faire.

Depuis 2022, l'état d'urgence en vigueur au Salvador a donné aux autorités de larges pouvoirs pour réduire les voix critiques au silence, cibler des militant·e·s et affaiblir les droits juridiques fondamentaux. Si bien qu'aujourd'hui, exprimer pacifiquement son opinion ou défendre les droits humains peut coûter à une personne son droit à la liberté.

En mai 2025, Ruth a été arrêtée à son domicile et emprisonnée. Pendant 40 heures, sa famille n'a pas su où elle se trouvait. Un an plus tard, elle est toujours en détention provisoire. Elle est privée du droit à un procès équitable et de contacts réguliers avec sa famille et son avocat.

Ruth est une prisonnière d'opinion, détenue uniquement pour avoir exercé pacifiquement ses droits fondamentaux.

Appelez les autorités du Salvador à libérer Ruth López immédiatement et sans condition et à abandonner toutes les charges retenues contre elle.

© CRISTOSAL ; La Prensa Gráfica ; Pexels/Diego Lopez

ÉCRIVEZ AU PRÉSIDENT DE LA TUNISIE

Réclamez la libération immédiate et sans condition d'Ayachi Hammami, car il est détenu uniquement pour avoir exercé pacifiquement ses droits fondamentaux et avoir mené ses activités professionnelles en tant qu'avocat de la défense et défenseur des droits humains.

ADRESSE : Président de la République tunisienne
Présidence de la République tunisienne
Palais présidentiel de Carthage
Route de la Goulette
Tunis
TUNISIE

Il est également possible d'envoyer des lettres et des cartes postales aux ambassades et consulats dans votre pays.

FORMULE D'APPEL : Monsieur le Président,
X : @TnPresidency
FACEBOOK : www.facebook.com/Presidence.tn
HASHTAGS : #FreeAyachiHammami, #Tunisia, #W4R26





© DR ; DR

MONTREZ À AYACHI HAMMAMI VOTRE SOLIDARITÉ GRÂCE À L'ART ET À DES MESSAGES D'ESPOIR

Envoyez à Ayachi des messages de soutien ou dessinez-le en train de défendre la justice, de passer du temps avec ses proches ou de faire des choses qu'il aime – comme promener son chien ou regarder les étoiles. Vous pouvez aussi lui recommander des livres en français ou en arabe à lire en prison, sur des sujets tels que l'histoire, la philosophie, la science ou des récits de vie passionnants.

ADRESSE : Ayachi Hammami
29 rue du 2 mars 1934
2013 Ben Arous
TUNISIE
FACEBOOK : www.facebook.com/ayachi.hammami1
INSTAGRAM : free_ayachi
SITE : freeayachi.net

ÉCRIVEZ AU PROCUREUR GÉNÉRAL DE LA RÉPUBLIQUE DU SALVADOR

Demandez la libération immédiate et sans condition de Ruth López et l'abandon de toutes les charges retenues contre elle.

ADRESSE : Attorney General of the Republic of El Salvador
Attorney General's Office of the Republic of El Salvador
Avenida El Boquerón y Calle Izalco
Urbanización Santa Elena
Distrito de Antiguo Cuscatlán
Municipio de La Libertad Este
La Libertad
SALVADOR

Au Salvador, les courriers sont souvent censurés, veuillez donc aussi adresser vos appels à l'ambassade ou à la mission diplomatique du Salvador dans votre pays.

FORMULE D'APPEL : Monsieur le Procureur général,
COURRIEL : transparenciainstitucional@fgr.gob.sv
X : @FiscalGeneralSV
FACEBOOK : www.facebook.com/FGR.SV
HASHTAGS : #LibertadParaRuth, #W4R26



MONTREZ À RUTH LÓPEZ QUE VOUS LA SOUTENEZ

Envoyez-lui un message de solidarité, des dessins d'orchidées et des citations de vos livres préférés.

ADRESSE : Ruth López
c/o Amnistía Internacional Américas
Luz Saviñon 519
Col del Valle Nte
Benito Juárez
03103
Ciudad de México
MEXIQUE
COURRIEL : w4r26ruthlopez@gmail.com
X : @Cristosal
INSTAGRAM : Cristosal_ca, Cristosal_org
FACEBOOK : www.facebook.com/cristosalorg (en anglais)
www.facebook.com/cristosalca (en espagnol)



© CRISTOSAL ; Pexels/ Diego Lopez

À PROPOS D'AMNESTY INTERNATIONAL

Amnesty International est un mouvement rassemblant 10 millions de personnes qui fait appel à l'humanité en chacun et chacune de nous et milite pour que nous puissions toutes et tous jouir de nos droits humains. Notre vision est celle d'un monde dans lequel les dirigeants et dirigeantes tiennent leurs promesses, respectent le droit international et sont tenus de répondre de leurs actes. Nous enquêtons et révélons les atteintes aux droits humains, où qu'elles soient commises. En amplifiant les histoires poignantes des personnes avec lesquelles nous travaillons, nous mobilisons des millions de sympathisant-e-s dans le monde entier. Ensemble, nous faisons campagne pour le changement et défendons les militant-e-s sur le terrain. Nous aidons également les gens à revendiquer leurs droits par l'éducation et la formation.

Le travail de l'organisation protège les personnes et leur permet d'avoir prise sur leur propre vie : de l'abolition de la peine de mort et la promotion de la justice climatique et de l'égalité, à la lutte contre la discrimination et la défense des droits des réfugié·e·s et des migrant·e·s. Nous agissons pour traduire en justice les tortionnaires, changer les législations répressives et libérer les personnes emprisonnées uniquement pour avoir exprimé leurs opinions. Nous défendons sans exception celles et ceux dont la liberté ou la dignité est menacée.



Ci-dessus : *L'année dernière, Amnesty Argentine a lancé* Écrire pour les droits *lors des exercices de simulation des Nations unies (Simul'ONU), qui avaient lieu à la faculté de droit de l'université de Buenos Aires.*

Ci-dessous : *Amnesty Zimbabwe a lancé l'édition 2025 d'*Écrire pour les droits *dans la province de Masvingo.*



AMNESTY INTERNATIONAL EST UN MOUVEMENT MONDIAL DE DÉFENSE DES DROITS HUMAINS. LORSQU'UNE INJUSTICE TOUCHE UNE PERSONNE, NOUS SOMMES TOUS ET TOUTES CONCERNÉ·E·S.

© Amnesty International 2026
Sauf mention contraire, le contenu de ce document est sous licence Creative Commons (Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International).
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode
Pour plus d'informations, veuillez consulter la page relative aux autorisations sur notre site :
www.amnesty.org
Lorsqu'une entité autre qu'Amnesty International est détentrice du copyright, le matériel n'est pas sous licence Creative Commons.

Édition originale publiée en 2026 par Amnesty International Ltd Peter Benenson House, 1 Easton Street London WC1X 0DW, Royaume-Uni
Septembre 2026
Index : **POL 32/1088/2026 FRENCH**
Original : **Anglais**

En Belgique: www.amnesty-jeunes.be
Courriel : jeunes@amnesty.be

© Amnesty International pour toutes les illustrations sauf indication contraire.

Photos de couverture : © Magsman Media ; Amnesty International Zimbabwe

Photos quatrième de couverture : © Amnesty International Argentine ; Amnesty International Zimbabwe

amnesty.org

Maquette : Off Colour Design
Assistance éditoriale : Saphia Fleury

ÉCRIRE POUR LES DROITS

AMNESTY INTERNATIONAL