

## Souviens-toi que...

Une relation saine, c'est s'amuser ensemble librement, sans contrainte et dans le respect mutuel.

Personne d'autre que toi n'a de pouvoir ou de droit sur ton corps. Chacun a droit au respect.

L'agresseur est le seul responsable des gestes qu'il pose. Rien de ce qu'il fait, ou te force à faire, n'est de ta faute.

Le silence est une prison pour toi et une arme pour l'agresseur.

L'agression sexuelle est un acte punissable par la loi.

**Remerciements :** Centraide Mauricie et Centre-du-Québec ainsi qu'un groupe d'étudiant(e)s de l'école secondaire des Pionniers.



Centraide

**Réalisation :** Centre d'aide Aqua-R-Elle, CALACS du Centre-de-la-Mauricie/Mékinac et CALACS de Trois-Rivières.

**Illustration et conception :** goneau.com

## Quiz

### Vérifie tes connaissances

1. Quel est le pourcentage d'agressions sexuelles où l'agresseur est connu de la victime ?  
 10 %  65 %  80 %
2. Près de \_\_\_\_ des agressions sexuelles sont préméditées (déjà prévues).  
 20 %  55 %  70 %
3. Combien de filles et de gars seront victimes d'agression sexuelle au cours de leur vie ?  
 1 fille sur 8 et 1 gars sur 10  2 filles sur 6 et 1 gars sur 6
4. Lors d'une relation sexuelle, j'ai le droit de changer d'idée en tout temps.  
 Vrai  Faux
5. Seulement 10 % des agressions sexuelles sont dénoncées à la police.  
 Vrai  Faux
6. En t'opposant ouvertement aux comportements inacceptables, tu participes à la prévention des agressions sexuelles.  
 Vrai  Faux

Pourquoi lui ? Je le connais; je lui faisais confiance.

Il n'avait pas le droit de faire ça.

80 % des victimes connaissent leur agresseur.

Réponses

- 1) 80 % 2) 70 % 3) 2 filles sur 6 et 1 gars sur 6  
4) Vrai. Un oui, suivi d'un NON, est un NON.  
5) Vrai. C'est un des actes criminels les moins dénoncés.  
6) Vrai. C'est en agissant que tu peux faire une différence.

## Les agressions sexuelles, ça fesse !



Source : « Guide à l'intention des victimes d'agression sexuelle » (2007).  
Table de concertation sur les agressions à caractère sexuel de Montréal.



Pour les victimes d'agression sexuelle et leurs proches



Aide et information

## Une agression sexuelle, c'est quoi ?

Une personne te touche, ou te demande de la toucher, sans que tu le désires, sans ton consentement.

C'est une agression sexuelle !

Une répétition de paroles, d'attitudes ou d'actes à connotation sexuelle provoquant chez toi de l'inconfort ou de la crainte.

C'est une agression sexuelle !

Un individu te montre ses organes génitaux, t'oblige à regarder de la pornographie, utilise Internet pour t'atteindre dans ton intimité.

C'est une agression sexuelle !

Quelqu'un a posé des gestes sur toi, prononcé des paroles ou démontré des attitudes à connotation sexuelle lorsque tu étais enfant.

C'est une agression sexuelle !

Une personne profite du fait que tu sois sur le «party», ou te drogue à ton insu, pour initier un acte sexuel.

C'est une agression sexuelle !

Si tu as besoin d'information ou d'aide pour toi-même ou quelqu'un d'autre, appelle au Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS).

819-373-1232

### DÉPART :

- Fais ton choix de réponses à chaque question.
- Essaie tous les parcours !

Q1

Tu te fais "pogner" une fesse ou tu entends ton ami dire : « Ouais, pas laid ce p'tit cul ! ».

Y'a rien là, je me fais des idées...

Écoute ton malaise, la petite voix au fond de toi te signale une situation malsaine. Dis clairement NON, avec ta voix, ton corps et ton attitude générale.

Ça me dérange, j'aimerais réagir...

Tu as raison, tu peux réagir en partageant ton inconfort et en faisant respecter tes limites (ex. : « Arrête, c'est même pas drôle ! », « Tasse-toi, ça s'fait pas, ça ! »).

LIGNE D'ARRÊT

Q2

Mon amie me confie que son "chum" l'a obligée à avoir une relation sexuelle.

Je veux l'aider, mais comment ?

Crois-la. Ce n'est pas de sa faute. Écoute-la avec respect. Accompagne-la pour aller chercher de l'aide.

Ben voyons, c'est son chum...

Il y a parfois des agressions sexuelles dans un couple. Ce n'est pas toujours facile de s'affirmer avec son "chum". Ce n'est pas parce que ton amie a dit oui dans le passé qu'elle doit dire oui chaque fois.

J'écoute ce qu'elle me dit...

Elle doit être libre de donner son consentement sans pression ni chantage de ta part (ex. : Ça fait assez longtemps que j'attends, si tu m'aimes vraiment...). Un OUI, suivi d'un NON, est un NON !

J'observe son attitude...

Vérifie l'interprétation que tu fais de l'attitude de l'autre (ex. : se crispe, ne bouge pas, regarde ailleurs, etc.). Tu as la responsabilité de t'assurer de son consentement.

Q3

Comment m'assurer que l'autre personne est vraiment consentante ?

Q4

« J'ai été agressée, je ne sais plus quoi faire, je me sens mal, j'essaie d'oublier, mais c'est toujours là. »

Je veux m'en sortir...

Tu dois trouver en toi le courage d'en parler à une personne en qui tu as confiance. Tu peux aussi téléphoner au CALACS.

S.O.S

2 filles sur 6 et 1 garçon sur 6 seront agressés au cours de leur vie.

## Ton code de sécurité...

?

CALACS  
Gratuit et  
confidentiel

Trois-Rivières : 819-373-1232  
www.calacs-tr.org  
calacs@qc.aira.com

## Une agression sexuelle, c'est quoi ?

Une personne te touche, ou te demande de la toucher, sans que tu le désires, sans ton consentement.

C'est une agression sexuelle !

Une répétition de paroles, d'attitudes ou d'actes à connotation sexuelle provoquant chez toi de l'inconfort ou de la crainte.

C'est une agression sexuelle !

Un individu te montre ses organes génitaux, t'oblige à regarder de la pornographie, utilise Internet pour t'atteindre dans ton intimité.

C'est une agression sexuelle !

Quelqu'un a posé des gestes sur toi, prononcé des paroles ou démontré des attitudes à connotation sexuelle lorsque tu étais enfant.

C'est une agression sexuelle !

Une personne profite du fait que tu sois sur le «party», ou te drogue à ton insu, pour initier un acte sexuel.

C'est une agression sexuelle !

Si tu as besoin d'information ou d'aide pour toi-même ou quelqu'un d'autre, appelle au Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS).

819-751-0755

### DÉPART :

- Fais ton choix de réponses à chaque question.
- Essaie tous les parcours !

Q1

Tu te fais "pogner" une fesse ou tu entends ton ami dire : « Ouais, pas laid ce p'tit cul ! ».

Y'a rien là, je me fais des idées...

Écoute ton malaise, la petite voix au fond de toi te signale une situation malsaine. Dis clairement NON, avec ta voix, ton corps et ton attitude générale.

Ça me dérange, j'aimerais réagir...

Tu as raison, tu peux réagir en partageant ton inconfort et en faisant respecter tes limites (ex. : « Arrête, c'est même pas drôle ! », « Tasse-toi, ça s'fait pas, ça ! »).

LIGNE D'ARRÊT

Q2

Mon amie me confie que son "chum" l'a obligée à avoir une relation sexuelle.

Je veux l'aider, mais comment ?

Crois-la. Ce n'est pas de sa faute. Écoute-la avec respect. Accompagne-la pour aller chercher de l'aide.

Ben voyons, c'est son chum...

Il y a parfois des agressions sexuelles dans un couple. Ce n'est pas toujours facile de s'affirmer avec son "chum". Ce n'est pas parce que ton amie a dit oui dans le passé qu'elle doit dire oui chaque fois.

J'écoute ce qu'elle me dit...

Elle doit être libre de donner son consentement sans pression ni chantage de ta part (ex. : Ça fait assez longtemps que j'attends, si tu m'aimes vraiment...). Un OUI, suivi d'un NON, est un NON !

J'observe son attitude...

Vérifie l'interprétation que tu fais de l'attitude de l'autre (ex. : se crispe, ne bouge pas, regarde ailleurs, etc.). Tu as la responsabilité de t'assurer de son consentement.

Q3

Comment m'assurer que l'autre personne est vraiment consentante ?

Q4

« J'ai été agressée, je ne sais plus quoi faire, je me sens mal, j'essaie d'oublier, mais c'est toujours là. »

Je veux m'en sortir... SOS

Tu dois trouver en toi le courage d'en parler à une personne en qui tu as confiance. Tu peux aussi téléphoner au CALACS.

2 filles sur 6 et 1 garçon sur 6 seront agressés au cours de leur vie.

## Ton code de sécurité...



CALACS  
Gratuit et  
confidentiel

Victoriaville : 819-751-0755  
calacsvicto@cdcblf.qc.ca

## Une agression sexuelle, c'est quoi ?

Une personne te touche, ou te demande de la toucher, sans que tu le désires, sans ton consentement.

C'est une agression sexuelle !

Une répétition de paroles, d'attitudes ou d'actes à connotation sexuelle provoquant chez toi de l'inconfort ou de la crainte.

C'est une agression sexuelle !

Un individu te montre ses organes génitaux, t'oblige à regarder de la pornographie, utilise Internet pour t'atteindre dans ton intimité.

C'est une agression sexuelle !

Quelqu'un a posé des gestes sur toi, prononcé des paroles ou démontré des attitudes à connotation sexuelle lorsque tu étais enfant.

C'est une agression sexuelle !

Une personne profite du fait que tu sois sur le «party», ou te drogue à ton insu, pour initier un acte sexuel.

C'est une agression sexuelle !

Si tu as besoin d'information ou d'aide pour toi-même ou quelqu'un d'autre, appelle au Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS).

819-537-3115

### DÉPART :

- Fais ton choix de réponses à chaque question.
- Essaie tous les parcours !

### Ça me dérange, j'aimerais réagir...

Tu as raison, tu peux réagir en partageant ton inconfort et en faisant respecter tes limites (ex. : « Arrête, c'est même pas drôle ! », « Tasse-toi, ça s'fait pas, ça ! »).

### Y'a rien là, je me fais des idées...

Écoute ton malaise, la petite voix au fond de toi te signale une situation malsaine. Dis clairement NON, avec ta voix, ton corps et ton attitude générale.

### J'écoute ce qu'elle me dit...

Elle doit être libre de donner son consentement sans pression ni chantage de ta part (ex. : Ça fait assez longtemps que j'attends, si tu m'aimes vraiment...). Un OUI, suivi d'un NON, est un NON !

### J'observe son attitude...

Vérifie l'interprétation que tu fais de l'attitude de l'autre (ex. : se crispe, ne bouge pas, regarde ailleurs, etc.). Tu as la responsabilité de t'assurer de son consentement.

### Je veux m'en sortir...

Tu dois trouver en toi le courage d'en parler à une personne en qui tu as confiance. Tu peux aussi téléphoner au CALACS.

2 filles sur 6 et 1 garçon sur 6 seront agressés au cours de leur vie.

## Ton code de sécurité...

Q1

Tu te fais "pogner" une fesse ou tu entends ton ami dire : « Ouais, pas laid ce p'tit cul ! ».

Q2

Mon amie me confie que son "chum" l'a obligée à avoir une relation sexuelle.

Ben voyons, c'est son chum...

Il y a parfois des agressions sexuelles dans un couple. Ce n'est pas toujours facile de s'affirmer avec son "chum". Ce n'est pas parce que ton amie a dit oui dans le passé qu'elle doit dire oui chaque fois.

### Je veux l'aider, mais comment ?

Crois-la. Ce n'est pas de sa faute. Écoute-la avec respect. Accompagne-la pour aller chercher de l'aide.

Q3

Comment m'assurer que l'autre personne est vraiment consentante ?

Q4

« J'ai été agressée, je ne sais plus quoi faire, je me sens mal, j'essaie d'oublier, mais c'est toujours là. »



**CALACS**  
Gratuit et  
confidentiel

Centre-de-la-Mauricie/Mékinac :  
819-537-3115  
\*appels interurbains acceptés  
calacs\_cmm@bellnet.ca