

« Le consentement »

Mais qu'est ce que c'est ? En quoi il nous concerne ?



Manuel réalisé par le GAMS destiné à l'**animation** de réunions collectives ayant pour thème **la prévention** des mutilation sexuelles féminines

C'est quoi le consentement ?

Quels sont les différents types de consentement et les situations auxquelles il s'applique ?

→ Le *consentement* est un processus de communication entre plusieurs personnes qui sert à donner son accord à un projet. Autrement dit, c'est lorsqu'une personne **accepte distinctement** une proposition. Pour être valide le consentement doit être **libre**, c'est-à-dire n'être donné sous aucune contrainte (physique, morale et/ou psychologique) et **éclairé**, c'est-à-dire en connaissance de tous les aspects du projet dont il est question.

Le consentement doit être :

- **Donné librement** : le consentement est l'expression d'un choix libre et volontaire pour toutes les personnes concernées. C'est un OUI, ce n'est pas un oui donné sous la menace, la contrainte ou par un chantage ou sous un état inconscient, ou un oui donné par une personne qui n'a pas la capacité de le donner librement. Ne pas s'exprimer ou ne pas dire « non » ne veut pas dire qu'on a donné son consentement. (Qui ne dit mot consent)
- **Éclairé** : la personne qui donne son consentement doit savoir pourquoi elle le donne, rien ne doit lui être dissimulé et personne ne doit lui mentir – Spécifique : la personne consent pour une chose en particulier à un moment donné. Si la personne envisage un nouveau projet elle doit refaire une proposition et la personne qui a consenti peut dire non à la suite de cela.
- **Réversible** : ce n'est pas parce qu'on donne son consentement une fois que cela signifie la même chose pour les fois suivantes.
- **Enthousiaste** : la question n'est pas de savoir si une personne, dit « non », mais si elle dit « oui » ou donne activement son

Que nous dit la loi en France sur le consentement ?
Quelles sont les sanctions encourues et quels sont les moyens d'action pour les victimes ?

→ De nouvelles infractions sexuelles ont été créées en France afin de mieux protéger les victimes et particulièrement les mineurs. Aucun adulte ne peut considérer qu'un enfant a donné son consentement dans le cadre de relations sexuelles s'il a moins de 15 ans et cet âge passe à 18 ans pour des viols incestueux.

→ Lorsqu'une infraction est constatée, l'auteur risque (selon [le code pénal, loi du 21 avril](#)).

- pour le crime de viol sur mineur de moins de 15 ans, une punition de 20 ans de réclusion criminelle ;
- pour le crime de viol incestueux sur mineur (de moins de 18 ans), une punition de 20 ans de réclusion criminelle ;
- pour le délit d'agression sexuelle sur mineur de moins de 15 ans, une punition de 10 ans de prison et de 150 000 euros d'amende ;
- pour le délit d'agression sexuelle incestueuse sur mineur (de moins de 18 ans), une punition de 10 ans de prison et de 150 000 euros d'amende.

Pour rappel :

→ La notion de viol s'étend également aux actes bucco-génitaux (et non plus à la pénétration) et l'inceste s'étend jusqu'aux grands-oncles et grands-tantes. ([loi du 21 avril 2021](#))

→ La prescription pour ces crimes est fixée à 30 ans à compter de la majorité de la victime, soit jusqu'à l'âge de 48 ans. ([Loi Schiappa du 3 août 2018](#)).

→ Le cas des mariages forcés et de l'excision

Les mariages forcés et l'excision ont très souvent lieu lorsque les jeunes filles sont mineures et par conséquent, pas en âge de consentir à ce qui leur est imposé.

En effet, sur *les 200 millions* de femmes et filles excisées recensées dans le monde, *44 millions* ont moins de 15 ans. Pour les mineures qui ont été mariées de force, soit *plus de 700 millions* de femmes dans le monde, *250 millions* l'ont été avant leurs 15 ans.

En France, ce sont *120 000 femmes et filles* qui sont concernées par les MSF et environ *200 000 par le mariage forcé*. Ces jeunes filles et ces femmes n'ont pas le choix de leur avenir et leur entourage entreprend sur leur corps des actions qui entraîneront des conséquences et des séquelles parfois irréversibles.

Néanmoins, il existe des lois en France protégeant ces filles et ces femmes contre ces pratiques traditionnelles néfastes.

Pour ce qui est des mutilations sexuelles féminines ; le droit international et le droit français les combats. En France, les MSF sont punies par la loi française, les lois visent à protéger les filles et les femmes mais aussi à condamner les exciseuses, les parents, etc.

En vertu de [l'article 16 du Code civil](#), le respect du corps humain est garanti dès le commencement de la vie.

[L'article 222-1 du Code pénal](#) : la torture ou les actes de barbarie sont punis de 15 ans de réclusion criminelle. [L'article 222-3](#) prévoit une peine de 20 ans de réclusion criminelle s'ils sont commis sur un mineur de 15 ans

[L'article 222-9 du Code pénal](#) : les violences ayant entraîné une mutilation ou une infirmité permanente sont punies de 10 ans d'emprisonnement et de 150 000 euros d'amende. [L'article 222-10 du Code pénal](#) aggrave la

peine à 15 ans de réclusion criminelle si la mutilation est commise sur un mineur de moins de 15 ans.

La décision de pratiquer une excision n'est pas une prérogative parentale. Ainsi, selon [l'article 16-2 du Code civil](#), le juge saisi peut prescrire toutes mesures visant à empêcher ou faire cesser une atteinte illicite au corps humain, en rendant une ordonnance de protection.

De [l'article 226-14 du Code pénal](#), les médecins doivent signaler à la justice les mineures victimes ou menacées de mutilation sexuelle sans que leur soit opposé le respect du secret médical. [L'article 43 du Code de déontologie](#) fait du médecin le « défenseur de l'enfant » et du signalement un devoir déontologique.

En ce qui concerne les mariages forcés, la loi française l'interdit. Pour ce qui va être des relations sexuelles, elle fait la distinction entre les mineurs de moins de 15 ans, les mineurs de plus de 15 ans et les majeurs.

En France, depuis [la loi du 4 avril 2006](#) (Article 1er de la loi), le mariage civil est désormais interdit en dessous de l'âge de 18 ans pour les femmes comme pour les hommes. La même loi du 4 avril 2006 (Article 2 de la loi) a ajouté la notion de « respect » à la liste des devoirs et des droits respectifs des époux, ce qui exclut donc la contrainte.

[Article 222-14-4 issu de la loi du 5 août 2013 s'est inscrit dans le Code pénal](#) disposant une peine de 3 ans d'emprisonnement et de 45 000 euros d'amende pour le fait de tromper une personne aux fins de l'emmener à l'étranger pour la forcer à y contracter un mariage. Cette disposition punit la tromperie et le mensonge d'un parent à l'égard de son enfant. On parle alors de manœuvres dolosives.

Dans quels cas est-ce que le consentement n'est pas présent ?
Comment savoir si mon consentement n'a pas été pris en
compte ?

Le plus simple à retenir est :
“ **Un oui est un oui et un non un non** »

QUELLES SITUATIONS NE SONT PAS CLAIREMENT OUI ?

→ **Si ce n'est pas un consentement éclairé :**

- Si une des deux personnes ment ou ne dit pas tout sur ses intentions sur son projet. Par exemple, une personne prévoit de ne pas se protéger lors d'un rapport sexuel sans prévenir l'autre/les autres.
- Si une personne est trop alcoolisée (ou sous l'effet de toutes autres substances psychotropes) pour pouvoir donner son consentement de manière pleinement consciente.

→ **Si le consentement ne concerne pas le projet que la personne est sur le point d'entreprendre :**

- Si une personne a consenti à un acte précis, cela ne veut pas dire qu'elle est consentante pour le suivant. Par exemple, une personne peut être consentante pour une position sexuelle précise et en refuser une autre.
- Si une personne a consenti une fois, cela ne veut pas dire qu'elle est consentante pour toujours. Elle peut dire oui maintenant et changer d'avis ensuite.

→ **Si le “oui” n'est pas enthousiaste :**

- Si une personne semble hésiter alors son consentement n'est pas valide. Elle accepte peut-être par peur ou par manque de compréhension.

→ Si le “oui” est donné en raison de chantage ou en échange de quelque chose :

- Si une personne a un rapport de domination sur une autre alors le consentement ne peut pas être donné par la personne sur qui s'exerce la domination.
- Si le consentement est donné dans le cadre d'un chantage (une information sur une des personnes qui risque d'être divulguée par exemple) alors il n'est pas valide.
- Si l'on a un rapport sexuel en échange d'une somme d'argent, d'un service ou d'un bien, c'est défini en France comme de la prostitution.

Remarque/Rappel :

- Les personnes les plus vulnérables (que ce soit une personne handicapée-handicap visible comme invisible-, une personne âgée ou un enfant par exemple) sont les plus sujettes au non-respect du consentement. En effet, les auteurs ont tendance à les imaginer sans défense et par conséquent, elles voient souvent leur consentement non respecté.
- Certains signaux tels qu'une érection ou la lubrification du vagin ne peuvent pas être considérés comme des indicateurs de consentement. En effet, la causalité entre ces réactions corporelles et l'excitation n'est pas systématique. Ainsi, un homme peut avoir une érection et ne pas avoir envie d'avoir un rapport sexuel. De même, la tenue ou l'apparence d'une femme ne sont pas non plus des indicateurs de consentement. Il ne faut pas supposer, il faut demander !

EST CE QUE J'ÉTAIS RÉELLEMENT CONSENTANT.E ?

→ Est ce que lorsque tu as “consentis” :

- tu avais peur de la réaction de/des personne(s) en face si tu refusais ?

- tu n'étais pas au courant de ce que ton entourage allait faire ?
- tu avais dit oui mais tu as changé d'avis et tu n'as pas pu le dire par peur ou timidité ?
- tu as accepté parce que la personne t'a fait du chantage ?
- tu n'avais pas le choix de refuser ou non (pour cause de dépendance économique, administrative [chantage aux papiers] , affective ou autre par exemple) ?
- tu as dit oui parce que la personne en face avait quelque chose dont tu avais besoin/envie ?
- tu avais bu de l'alcool, pris ou fumé une quelconque substance psychotrope ?

Si oui, personne ne peut considérer que tu étais réellement consentant.e.

→ Le cas des mariages forcés et de l'excision

Les victimes ne sont, dans les deux cas, plus maîtresses de leur corps- pour l'excision, l'entourage entreprend une opération non thérapeutique sans son consentement et pour les mariages forcés, le corps de la jeune fille appartient maintenant au mari.

Dans le cadre de ces mariages forcés (ou arrangés), la jeune femme est supposée s'être préservée pour son mari et donc être vierge au moment de leur nuit de noce. Là encore, la femme n'a pas la main mise sur son propre corps et ne peut pas prendre de décision pour elle-même. Dans de nombreuses cultures, elle doit même prouver qu'elle est réellement vierge au moment du mariage. Cela passe par divers tests où dans la majorité des cas, elle doit saigner sur un drap afin de confirmer que son hymen était encore intact. Parfois, ce test a lieu avant le mariage sur des jeunes filles dont les parents ou l'entourage soupçonne la perte de virginité. Ont alors lieu des tests pour lui fournir un certificat de virginité obtenu contre son gré.

Il est important de rappeler que les certificats médicaux de virginité sont interdits en France. En effet, [la loi n°2021-1109 du 24 août 2021](#) confortant le respect des principes de la République, entrée en vigueur le 26 août 2021, interdit et réprime désormais l'établissement des certificats aux fins d'établir la virginité d'une personne. Selon [l'article L. 1110-2-1 du code de la santé publique](#), « Un professionnel de santé ne peut établir de certificat aux fins d'attester la virginité d'une personne ». L'établissement d'un tel certificat est réprimé par [l'article L. 1115- 3 du code de la santé publique](#), en vertu duquel « L'établissement d'un certificat en méconnaissance de [l'article L. 1110-2-1](#) est puni d'un an d'emprisonnement et de 15 000 euros d'amende ».

Rappel :

L'hymen est une membrane muqueuse qui sépare le vagin de la vulve ; cette membrane présente un orifice de taille variable qui laisse s'écouler le sang des règles ; elle n'a aucune utilité physiologique. La virginité ne

peut pas être mesurée à travers la présence d'un hymen tout d'abord parce que toutes les femmes n'en possèdent pas forcément. De plus, seules 60% des femmes saignent lors de leur premier rapport sexuel, cela ne peut donc pas être considéré comme une mesure fiable de virginité.

De surcroît, l'examen médical de la vulve ne permet pas de voir l'hymen, et le toucher vaginal ne permet pas non plus de le sentir.

L'hymen, lorsqu'il est présent, peut se rompre de diverses manières telles que lors de la pratique d'une activité physique par exemple. Il peut également se détendre et reprendre sa forme initiale ensuite sans se rompre et donc sans qu'il n'y ait de saignement.

Enfin, la virginité d'une femme ne peut être réduite à la présence ou non d'un hymen, car il est possible d'avoir des relations sexuelles sans pénétration vaginale.

→ Le cas du revenge porn

De plus en plus fréquemment, des photos et/ou vidéos de personnes dénudées destinées initialement à son/sa partenaire se retrouvent exposées sur les réseaux sociaux. On qualifie ce phénomène de revenge porn. Celui/celle qui détient la photo/vidéo, possède alors une arme de chantage mais aussi de destruction de la vie de la personne concernée.

En effet, cette photo/vidéo dénudée maintenant accessible à tous, pourrait avoir des conséquences irréversibles sur la vie de la personne exposée, de la honte et la culpabilité à la perte d'opportunités futures.

Il est important de rappeler ici que la victime n'est jamais la fautive. La personne qui publie une photo/vidéo intime sans le consentement de l'auteur de la photo/vidéo est la seule coupable et doit être punie pour ses actes. La loi française prévoit d'ailleurs jusqu'à deux ans d'emprisonnement et 60 000€ d'amende.

Que se passe-t-il si un acte est commis sans le consentement d'une personne ?

Que se passe-t-il si je ne respecte pas le consentement de quelqu'un ?

Pour une personne qui ne respecte pas le consentement :

→ Le non-respect du consentement est puni par la loi. Si l'infraction est prouvée, l'auteur risque jusqu'à 20 ans de réclusion criminelle et jusqu'à 150 000 euros dans les cas les plus graves. (cf pt 2 avec le rappel à la loi)

→ Il y a aussi le risque de briser la confiance d'une personne de manière irréversible et de lui laisser des séquelles psychologiques (et/ou physiques) pour le restant de ses jours. Il faut se poser les bonnes questions : *Est-ce que j'aurais apprécié que l'on me mette dans cette situation ? Si cette personne est importante pour moi, pourquoi est-ce que je lui fais ça ? Même si je ne connais pas cette personne, est-ce qu'elle mérite ce qui est en train de se passer ? Comment vais-je me sentir vis-à-vis de moi-même et de mes proches après avoir fait ça ?*

Pour une personne dont le consentement n'est pas respecté :

→ Le fait de voir son consentement nié peut être source de traumatisme pour certaines personnes et ils peuvent prendre diverses formes. Ils peuvent être physiques et/ou psychologiques, durer plus ou moins longtemps, cela est propre à chaque personne et à comment elle réagit.

- Dans le cas d'une violation du consentement dans le domaine de la santé, cela peut créer un manque de confiance total envers le corps médical chez cette personne et même des phobies qui seront handicapantes dans le futur
- Cela peut également briser toute la confiance que la victime avait dans le genre/sexe de la personne qui l'a agressée et parfois mettre un obstacle à ses relations futures, qu'elles soient amicales ou amoureuses.

- Dans le cadre d'une agression sexuelle, cela peut créer un sentiment de trahison de son propre corps chez la victime. En effet, les réactions corporelles de la victime à l'agression peuvent s'apparenter à des situations d'excitation, une érection ou la lubrification du vagin par exemple et lui donner l'impression que son corps l'a trahie. Cela peut créer une dépossession de sa sexualité même après le viol. On retrouve aussi le phénomène de sidération psychique, où notre corps se met en "pause" le temps de l'agression. On peut alors éprouver un sentiment de culpabilité, de trahison envers soi-même.
- De manière plus générale, le fait de voir son consentement non respecté peut créer des traumatismes chez la victime et potentiellement l'exposer à de l'anxiété, des dépressions, un mal-être constant et la peur perpétuelle de se retrouver de nouveau dans cette situation – Très souvent, la victime ressent un sentiment de culpabilité, comme si elle était fautive et que son agression n'était que le résultat de ses actions. Elle réfléchit énormément et suppose que si elle a vécu cette agression, c'est sa faute et que si elle avait agi autrement elle aurait pu l'éviter. Bien qu'elle se trompe, ce sentiment peut continuer de l'habiter après l'agression.

Pourquoi certaines personnes se permettent-elles d'agir sans le consentement des autres ?

Qu'est ce qui explique le fait que ce phénomène soit si répandu ?

La culture du viol :

→ Elle fait référence à l'**ensemble des comportements qui normalisent et parfois encouragent le viol au sein d'une société**. Cette culture implique notamment le supposé consentement des victimes, la minimisation du viol et le blâme des victimes.

Dans le cas où la victime serait une femme :

- Cette culture suppose que la femme dit "non" pour se faire désirer et que le jeu de séduction veut que l'homme insiste jusqu'à ce qu'elle cède.
- Elle implique également le fait que les victimes donnent leur consentement par leur manière de s'habiller par exemple ou que leur tenue serait parfois une circonstance atténuante lors d'un viol. Ainsi, de nombreuses victimes de viol, lorsqu'elles portent plainte se font harceler de questions telles que "Comment étiez-vous habillée ce jour/soir-là ?"; « L'avez-vous suivi jusqu'à son appartement ?" ; "Lui avez-vous offert un dernier verre ?"
- Dans cette culture, on a également tendance à décrire le viol comme étant nécessairement une pénétration vaginale par un pénis ou tout autre objet, se faisant dans la violence et on considère que la victime (nécessairement une femme) s'est débattue de toutes ses forces et qu'elle n'a jamais donné l'impression d'être intéressée ou attirée par le violeur.

Dans le cas où la victime serait un homme :

- Cette culture part du postulat selon lequel un homme ne peut pas être victime de viol et si c'est le cas, alors il est chanceux car on imagine obligatoirement un rapport hétérosexuel. La culture du viol devrait cependant prendre en compte le fait que dans les cas

d'inceste, d'harcèlement sexuel au travail, dans les lieux d'enfermement etc. des hommes peuvent violer d'autres hommes non consentants.

La sacralisation des traditions :

→ Dans le cas des mariages forcés, le consentement des mineures et jeunes majeures n'est pas respecté parce que les personnes qui les pratiquent mettent les valeurs de la tradition, de la communauté ou voire du "qu'en dira-t-on" au-dessus de la notion de consentement individuel.

→ On considère que la fille n'a pas à choisir son mari et par la suite, il serait de son "devoir d'épouse" d'avoir des relations sexuelles avec le mari qu'on lui a imposé, qu'elle en ait envie ou non.

→ En ce qui concerne les mutilations sexuelles féminines, le consentement des petites filles n'est pas non plus pris en compte. En effet, là aussi ce sont les traditions ainsi que la pression sociale qui guident ceux qui prennent la décision. Ainsi, la majorité de ces petites filles excisées avant 5 ans n'ont pas leur mot à dire sur les décisions prises sur leur corps.

L'influence croissante de la pornographie :

→ Les jeunes adolescents sont confrontés à la pornographie de plus en plus tôt et cela représente un grand danger dans leur vision des relations sexuelles et notamment dans la notion du consentement. En effet, ces vidéos pornographiques mettent très régulièrement en scène et rendent excitantes des relations non consenties et relativement violentes.

En Île-de-France, la première exposition à la pornographie se fait en moyenne à l'âge de 10 ans et dans cette même région, plus de 50% des moins de 18 ans disent en regarder à des fins éducatives. Derrière ces chiffres plus qu'inquiétant, se cachent des milliers de jeunes dont la vision de la sexualité et du consentement sera erronée à cause de la pornographie.

L'industrie de la pornographie participe également fortement à la culture du viol lorsqu'elle met en avant de nombreuses vidéos où un rapport sexuel est engagé avec des personnes endormies ou clairement non consentantes face aux actions entreprises.

L'ambiguïté de la loi :

→ En France, la loi qui explicite les conditions de reconnaissance d'un viol manque de précision : "Tout acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit, ou tout acte bucco-génital commis sur la personne d'autrui ou sur la personne de l'auteur par violence, contrainte, menace ou surprise est un viol.

Le viol est puni de quinze ans de réclusion criminelle." ([Article 222-23, loi du 21 avril 2021](#)) L'article ne fait pas mention du consentement et la victime doit systématiquement prouver qu'elle a été intimidée, prise par surprise ou violentée afin que le viol soit pleinement reconnu.

Il faudrait pouvoir changer ces procédures comme ce fut le cas en Espagne. En effet, une loi a été approuvée en juin 2022 par le parlement espagnol afin de pouvoir mettre en avant cette notion de consentement et permettre à la victime d'être reconnue en tant que telle même sans signe apparent de violence ou du fait qu'elle se soit sentie menacée.

Le manque de connaissance sur le sujet :

→ Les programmes scolaires ne font presque jamais référence à la notion de consentement. Selon des recherches de l'UNICEF, 65% des 15-19 ans interrogés par UNICEF France déclarent n'avoir eu aucune séance sur le sujet durant l'année scolaire précédente.

→ Ce manque d'éducation crée des situations particulièrement dangereuses chez les jeunes adolescents en découverte de leur corps ainsi que de leur sexualité. En effet, une personne qui n'a pas été éduquée sur le consentement ainsi que sur son respect est plus à même de se retrouver dans des situations où il est nié. La situation globale ne pourra

s'améliorer que lorsque l'éducation se fera suffisamment tôt et correctement sur la durée.

Ce qu'il ne faut pas oublier :

→ Le non-respect du consentement existe partout. Quelque soit l'âge, l'origine, la religion ou le sexe de la personne, elle peut être victime de ce phénomène et son identité n'est aucunement concernée.

Comment éviter les malentendus ?

Comment éviter de biaiser ce consentement ?

EDUQUER LE PLUS DE PERSONNES POSSIBLES SUR LE SUJET :

→ **La prévention se fait d'abord par l'éducation.** Si une personne n'a pas conscience de ce qu'est le consentement elle ne sera pas en mesure de veiller à son respect et ne saura pas reconnaître une situation où il n'est pas pris en compte.

→ C'est la raison pour laquelle **les systèmes d'éducation devraient introduire la notion de consentement** le plus tôt possible à l'école pour que les jeunes enfants puissent s'exprimer sur des situations de danger dans lesquelles ils se retrouvent. Cela permettrait également d'éviter que par la suite ils ne deviennent des vecteurs de ces situations dangereuses.

→ Il faudrait également **briser certaines croyances telles que "le devoir conjugal entre époux.se"**. Le fait d'être marié n'implique en aucun cas le fait d'accepter un rapport sexuel avec son partenaire dès qu'il en a envie.

ÊTRE A L'ECOUTE DE LA PERSONNE EN FACE DE SOI :

→ Bien qu'il soit compliqué de se dire que l'on n'a pas respecté le consentement de quelqu'un et que l'on a franchi des limites, il faut être conscient que l'on peut se retrouver dans cette situation qui que l'on soit.

→ Il ne faut pas se dire *"Je n'ai rien fait de mal, je ne suis pas comme ça"* mais plutôt essayer de comprendre comment se sent la personne en face. Est-ce que cette personne était assez à l'aise avec moi pour s'exprimer ? Est-ce qu'elle ne craignait pas ma réaction ? Est-ce qu'elle avait l'air de se sentir à l'aise après avoir accepté ?

→ De la même manière, lorsque c'est d'un proche dont il est question, il ne faut pas se dire *"Je connais très bien cette personne, elle ne serait jamais capable de faire ça"* mais plutôt s'interroger sur la situation : *"Est-ce que ma connaissance avait conscience qu'elle faisait du mal ? Est-ce que parce qu'elle est sympathique avec moi, cela l'empêche de faire du mal à une autre personne ? Pourquoi est-ce qu'on m'aurait menti sur elle ? »*

Rappel :

Il existe ce qu'on appelle en France la présomption d'innocence. Selon l'article 9-1 du Code civil « *toute personne suspectée ou poursuivie est présumée innocente tant que sa culpabilité n'a pas été établie : les atteintes à sa présomption d'innocence sont prévenues, réparées et réprimées dans les conditions prévues par la loi* ».

Par conséquent, on ne peut pas considérer qu'une personne est coupable d'une agression tant que celle-ci n'a pas été prouvée.

Savoir communiquer avec l'autre :

→ Il peut parfois être difficile d'exprimer clairement ce que l'on ressent et d'expliquer que l'on n'a pas ou plus forcément envie de faire quelque chose. Si la situation dans laquelle on se trouve est une situation dangereuse, il faut appeler à l'aide (voir partie 7 avec les ressources). Mais avant d'en arriver là, il serait souhaitable de s'informer et de communiquer avant d'être face à une situation où on n'arriverait plus à dire non de manière claire. Il faudrait par exemple essayer de s'entendre avec la personne en face sur des signes non verbaux qui seraient plus facile à exprimer qu'un "non" clair. Cela peut passer par un regard ou par le retrait d'une main sur une zone où l'on ne veut pas être touché par exemple.

→ Voir les ressources annexes pour plus d'informations sur les signes non verbaux.

Passer d'une culture du viol à une culture du consentement :

Demander à une personne si elle consent ne pourrait pas rendre le moment moins romantique ou spontané. Et même si c'était le cas, il vaut mieux que le moment soit moins "authentique" que de violer le consentement d'une personne et potentiellement lui faire du mal.

Un non veut dire non tout comme un oui veut dire oui. Les personnes en face de nous ne font pas passer de messages subliminaux, si elles disent qu'elles ne veulent pas, c'est qu'elles ne veulent pas.

Il faut également se rappeler qu'on a le droit de dire non/oui pour une chose, et/ou de changer d'avis et cela ne devrait pas avoir d'impact sur notre relation avec la personne.

NUMÉROS UTILES AFIN DE POUVOIR TROUVER DE L'AIDE

LES CONTACTS (toujours de façon anonyme)

- **17** : Numéro d'urgence pour la police et la gendarmerie
- **114 (par sms)** : Centre d'appel pour personnes sourdes ou malentendantes, victimes ou témoins de situations d'urgence afin de solliciter les secours
- **3919** (femmes violences infos) : Pour les victimes de violences 7/7jrs 24/24h (n'est pas qualifié pour traiter les urgences) Appel anonyme et gratuit ou plateforme <https://arretonslesviolences.gouv.fr>
- **119** (enfance maltraitée) : Pour toutes les mineures et les mineurs en danger (ou en risque de danger), exposé.e.s à toutes les formes des maltraitements. 7/7jrs 24/24h (n'est pas qualifié pour traiter les urgences)
- **0 800 05 95 95 (viol femmes info)** : Centre d'appels pour le viol (anonyme et gratuit) – accessible selon des jours et des horaires définis.
- **GAMS**, mariages forcés et excision <https://federationgams.org/>
 - **Pour les jeunes** : <https://jeleveux.federationgams.org/>
- **Violences et harcèlement sexiste et sexuel au travail** : 01 45 85 24 24 (accessible selon des jours et des horaires définis).
- **Tchat "Comment on s'aime"** : <https://commentonsaime.fr> – S'exprimer sur tout ce qui tourne autour de la sexualité (plutôt pour les 16-25 ans)
- **Tchat** : <https://www.service-public.fr/cmi> Anonymat garanti (Déclencher des interventions de policiers et/ou de gendarmes, en fonction de la grille du « danger » auquel vous êtes exposé.e.s) 24 heures sur 24 – 7 jours s/7)
- **Application gratuite pour les victimes de violences** <https://appelles.fr/> (sur téléphone, Android comme ios)
- **Défenseur des droits** : <https://defenseurdesdroits.fr/>
- **Questions sur la sexualité** : <https://questionsexualite.fr/>

