

## Que faire en cas de viol ou d'agression sexuelle ?

### L'entourage

- Ecouter, croire et soutenir dans les démarches
- En parler à des professionnels.

### Vous-même

- Ne pas rester seul-e, en parler à une personne en qui vous avez confiance.
- Consulter le plus vite possible un médecin.
- Vous rendre au Planning Familial de votre département. Vous trouverez toutes les coordonnées sur : [www.planning-familial.org](http://www.planning-familial.org)
- Téléphoner de façon anonyme et gratuite :
  - Viol Femmes Information : 0800 05 95 95
  - Violences conjugales : 3919
  - Jeunes Violences écoute : 0800 803 803
- Faire appel à des personnes compétentes : infirmier-e scolaire, médecin, assistant-e social-e,
- Appeler la Police au 17
- Porter plainte en se rendant au commissariat ou à la gendarmerie, ou par écrit au Procureur de la République en l'adressant au Tribunal de grande instance du département.

Le mouvement français pour le planning familial a pour objectif d'être un lieu de parole concernant la sexualité et les relations amoureuses afin que chacune et chacun, hommes et femmes, jeunes ou adultes, les vivent dans le partage, le respect, et le plaisir.

Dans nos établissements d'information, vous trouverez un accueil et une écoute gratuitement et en toute confidentialité.

Groupe local de BREST  
4, rue Ernest Renan - 29200 Brest  
Tél. 02 98 44 08 14  
e-mail : [planningfamilial.brest@gmail.com](mailto:planningfamilial.brest@gmail.com)

#### Permanences

Groupe local de DOUARNENEZ  
9, rue des Plomarc'h - 29100 Douarnenez  
Tél. 02 98 92 36 70  
e-mail : [mfpfdz.29@orange.fr](mailto:mfpfdz.29@orange.fr)

#### Permanences

Retrouvez-nous sur Facebook  
Planning familial Finistère

Site national  
[www.planning-familial.org](http://www.planning-familial.org)

“La liberté prend corps”

Vous souhaitez  
des informations sur

Les agressions  
sexuelles, le viol  
ou l'inceste

Le planning familial  
vous accueille...

**Le Planning Familial lutte contre toutes les formes de domination et de violences sexistes et pour une réelle prise en considération des victimes.**

**Dans 75% des cas, l'agresseur est connu de la victime. Pourtant, lorsque c'est un copain ou un membre de la famille, la gravité de l'agression a tendance à être minimisée.**

## **Les agressions sexuelles**

« Je lui ai dit non, il m'a embrassée quand même ... »

« Un homme m'a obligée à regarder son sexe. Ça m'a fait peur et j'ai eu honte ».

« Mes copains m'ont forcée à regarder un film porno, j'étais mal à l'aise mais j'avais peur de passer pour une fille « coincée ».

« Dans le métro, j'ai senti une main sur mes fesses, j'ai pas pu réagir, j'ai pensé qu'il n'avait pas fait exprès... »

« De 6 à 14 ans, mon oncle me tripotait. C'était bizarre, mais il me disait qu'il m'aimait et que c'était notre secret. »

**Toucher ou utiliser le corps d'une personne sans son consentement est une agression sexuelle.**

**Les agressions sexuelles sont punies par la loi.**

« Toute atteinte sexuelle commise avec violence, contrainte, menace ou surprise est une agression sexuelle ».

(Art.222-22 du code pénal).

## **Le viol**

« Je l'ai invité à boire un verre chez moi. Il n'a pas voulu repartir. Il m'a forcée. **Je me sens sale** ».

« Ca fait 3 ans que nous sommes ensemble, hier soir il m'a obligé à avoir un rapport sexuel. **Je suis très perturbée** ».

« Au collège, un garçon de ma classe m'a volé mon portable. J'ai dû lui faire une fellation pour le récupérer. **Je suis en colère et honteuse à la fois** ».

« Il a proposé de me raccompagner et dans la voiture, il a verrouillé les portes. **J'ai eu si peur** ».

« Il m'a obligée à avoir des relations sexuelles avec ses copains. **Je me déteste** ».

**Imposer un rapport sexuel par la force, la menace, ou la surprise, c'est un viol.**

**On a le droit de refuser un rapport sexuel jusqu'au dernier moment.**

**Le viol est un crime puni par la loi.**

« Tout acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit, commis sur la personne d'autrui par violence, contrainte, menace ou surprise est un viol ».

(Art. 23 du Code Pénal)

## **L'inceste**

Les viols et les agressions sexuelles sont qualifiés d'incestueux lorsqu'ils sont commis au sein de la famille, sur la personne d'un mineur par un ascendant, un frère, une sœur ou par toute autre personne, y compris s'il s'agit d'un concubin, d'un membre de la famille, ayant sur la victime une autorité de droit ou de fait.

(Code pénal, loi n° 2010-121 du 8 février 2010).

**Le viol par inceste est une circonstance aggravante.**

Les violences sexuelles peuvent avoir des répercussions sur la santé et le comportement des victimes : impression d'être perpétuellement sale, pensées obsédantes, angoisses, phobies, cauchemars, blocages sexuels, échec scolaire, automutilation, prise de risque, anorexie/boulimie, tentatives de suicide...

## **Céder n'est pas consentir**

Aujourd'hui, en France, chaque année, plus de 198 000 femmes entre 18 et 59 ans subissent un viol ou une tentative de viol.

(Enquête INSEE 2008, Enquête Cadre de vie et sécurité)

La violence sexuelle n'est pas le fait d'un désir sexuel incontrôlable mais d'une volonté de dominer, de posséder et d'humilier l'autre, de le réduire à l'état d'objet.

Certaines victimes sont paralysées par l'emprise, la peur... Elles ne sont pas consentantes pour autant. La sidération les empêche d'exprimer verbalement ou physiquement leur refus ou leur désaccord.

La plupart se sentent coupables et sont souvent confrontées au rejet, aux accusations et à la minimisation des faits.

**Elles ont honte. On estime que seulement 10% osent porter plainte.**

Les femmes subissent des violences sexuelles uniquement parce qu'elles sont femmes. Ces violences sont **inacceptables** et doivent être **dénoncées**.

**Le silence et le secret ne profite qu'à l'agresseur.**