



FACE À  
**L'INCESTE**  
TU PEUX TROUVER  
**DE L'AIDE**

**#IncesteParlonsEn**



## FACE À L'INCESTE, TU PEUX TROUVER DE L'AIDE

Si quelqu'un de ta famille ou de ton entourage familial te touche, pénètre des parties intimes (bouche, seins, fesses, sexe), ou te le fait faire sur ses parties intimes, cela n'est pas normal. C'est une agression sexuelle ou un viol. Tu n'en es jamais responsable. Ce sont des délits ou des crimes punis par la loi.

De nombreuses personnes sont là pour te soutenir et te guider si tu as besoin d'aide. Pour les joindre de manière anonyme, sécurisée et gratuite :

**N° 0 800 05 95 95** du lundi au vendredi 10 h-19 h      **N° 119** 24/7

---

### TCHAT :

Tchat avec la police

[www.  
commentonsaime.fr](http://www.commentonsaime.fr)

[www.arretonslesviolences.  
gouv.fr](http://www.arretonslesviolences.gouv.fr)

du lundi au samedi 10 h-21 h

24/7

---

### En cas d'urgence, N° 17 ou 114 par SMS

N'hésite pas à en parler aux enseignantes et enseignants, au personnel médical ou de la vie scolaire en qui tu as confiance. Si ces échanges sont insuffisants ou décevants, parles-en à d'autres adultes en qui tu as confiance.

Si un ou une de tes proches t'a parlé d'une situation d'inceste, ou que tu souhaites en savoir plus : [www.incesteparlonsen.com](http://www.incesteparlonsen.com)

Pour en discuter collectivement,  
rendez-vous sur Instagram  
et Tiktok :

**#IncesteParlonsEn**

Et par ici :

