



#PLUSJAMAIS  
sans mon accord



# FAIS PASSER LE MOT



Ta main aux fesses, tu t'assois dessus.

**NON!**

Quand c'est non, c'est non !

Si c'est pas ouiiii, c'est non !

Mon corps, mes choix. Dégage !

#PLUSJAMAIS  
sans mon accord

Si elle dort, c'est un viol.

Elle n'est pas habillée comme une « salope »,  
c'est toi qui penses comme un violeur.

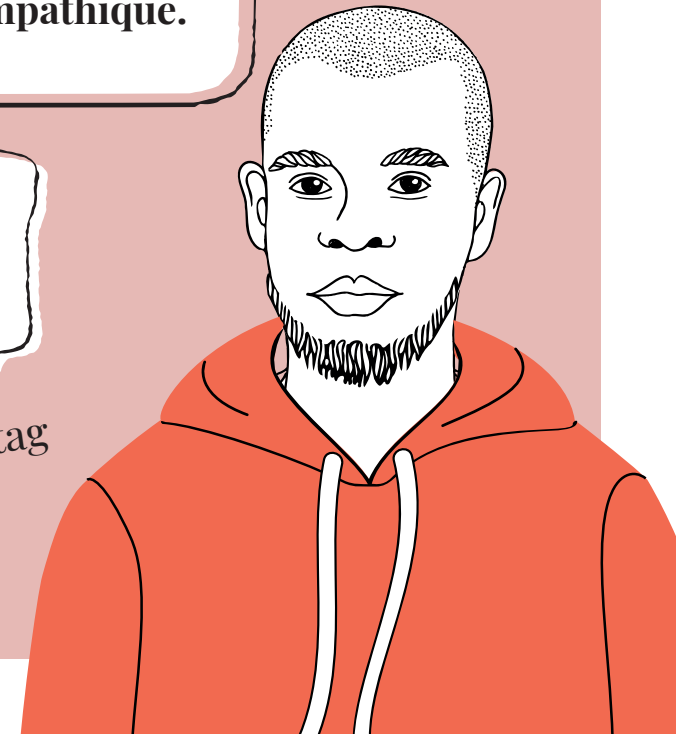
L'amour ne fait pas de bleus.

Siffler n'est pas un compliment.

Ta *dick pic* ne m'est pas sympathique.

Respecte mon existence ou crains  
ma résistance.

Partage tes slogans avec le hashtag  
#PlusJamaisSansMonAccord



# Face aux violences, comment réagir ? Un test à faire seul-e, entre ami-es, en classe ou en famille

## TESTE TES RÉFLEXES



1 Tu croises une fille dans la rue, elle te plaît.

- Tu lui dis qu'elle est charmante et tu lui demandes son o6.
- Tu as un peu peur de la déranger, mais qui ne tente rien n'a rien !
- Ce n'est pas le moment ni l'endroit pour draguer. D'ailleurs, elle n'a pas l'air disponible pour une conversation.

*Les femmes subissent tous les jours des commentaires, voire des insultes de la part d'inconnus dans la rue. Ce caractère répété et collectif devient du harcèlement, même si individuellement tu pensais ne pas y participer.*

2 Dans la file d'attente pour la cantine, tu sens la main d'un copain se poser sur tes fesses.

- Ça ne se fait pas mais c'est juste pour rigoler.
- Tu n'aimes pas ça du tout, mais c'est pas grave.
- C'est une agression sexuelle.

*Si tu n'étais pas d'accord à la base pour qu'il te touche les fesses, c'est une agression sexuelle. C'est grave et c'est puni par la loi.*



3 Ton pote envoie une *dick pic* à une fille qui n'a rien demandé. Qu'en penses-tu ?

- Il est trop fort.
- C'est parce qu'il a trop envie de choper.
- Elle n'a pas à recevoir ça, c'est violent. Tu l'expliques à ton pote.

*Envoyer une photo à caractère sexuel à quelqu'un-e sans qu'il/elle l'ait demandé représente une cyberviolence sexuelle. Personne ne doit être obligé de regarder ce type de photos. C'est grave et puni par la loi.*

4 Tu viens de faire une blague hilarante. Un camarade te fait remarquer qu'elle est sexiste, et que ça n'a rien de drôle.

- On peut plus rien dire.
- Ah bon, c'est sexiste ? Tu ne t'en es pas rendu compte. Tu lui demandes de l'expliquer.
- Tu t'excuses et tu éviteras de refaire cette blague.

*Faire une blague sexiste entretient l'idée que les filles sont inférieures aux garçons. Ça contribue à rendre normaux les comportements agressifs et violents envers elles.*

5 Dans les vestiaires, un groupe de garçons baisse le pantalon d'un autre et le traite de « tafiole ». Que fais-tu ?

- Plus grosse barre de la journée !
- Tu leur dis « stop ! », et tu proposes au garçon d'aller voir le-la prof de sport.
- Tu sais que c'est abusé mais tu essaies de ne pas rentrer dans ces histoires.

*Ce qui se passe dans ces vestiaires, c'est grave. Les agressions sexuelles et insultes homophobes sont punies par la loi. Le rôle des témoins est très important pour stopper l'agression et apporter un soutien à la personne victime.*

6 Ta copine arrive au lycée avec sa nouvelle jupe et se fait traiter de « sale pute ».

- C'est vrai que sa jupe est hypercourte.
- Tu ne dis rien parce que « pute », c'est plus une insulte.
- Tu leur dis de la fermer, elle a le droit de s'habiller comme elle veut.

*Le mot « pute » reste une insulte sexiste. C'est violent de l'utiliser envers quelqu'un-e, même si on l'entend très souvent. Si ce mot est autant utilisé, ça veut surtout dire que notre société est violente envers les filles et les femmes. D'ailleurs, connais-tu un équivalent pour les garçons et les hommes ?*

**STOP!**

7 Ton ex a diffusé un *nude* de toi pour se venger de votre rupture.

- Tu penses que c'est de ta faute, tu n'aurais pas dû prendre cette photo.
- Quel bouffon, c'était une photo privée, il n'avait pas le droit de la diffuser.
- Tu signales la photo, tu demandes à tes ami-es de faire pareil, et tu vas porter plainte.

*Diffuser une photo intime d'une personne sans son consentement, c'est grave. C'est une cyberviolence, et c'est puni par la loi.*

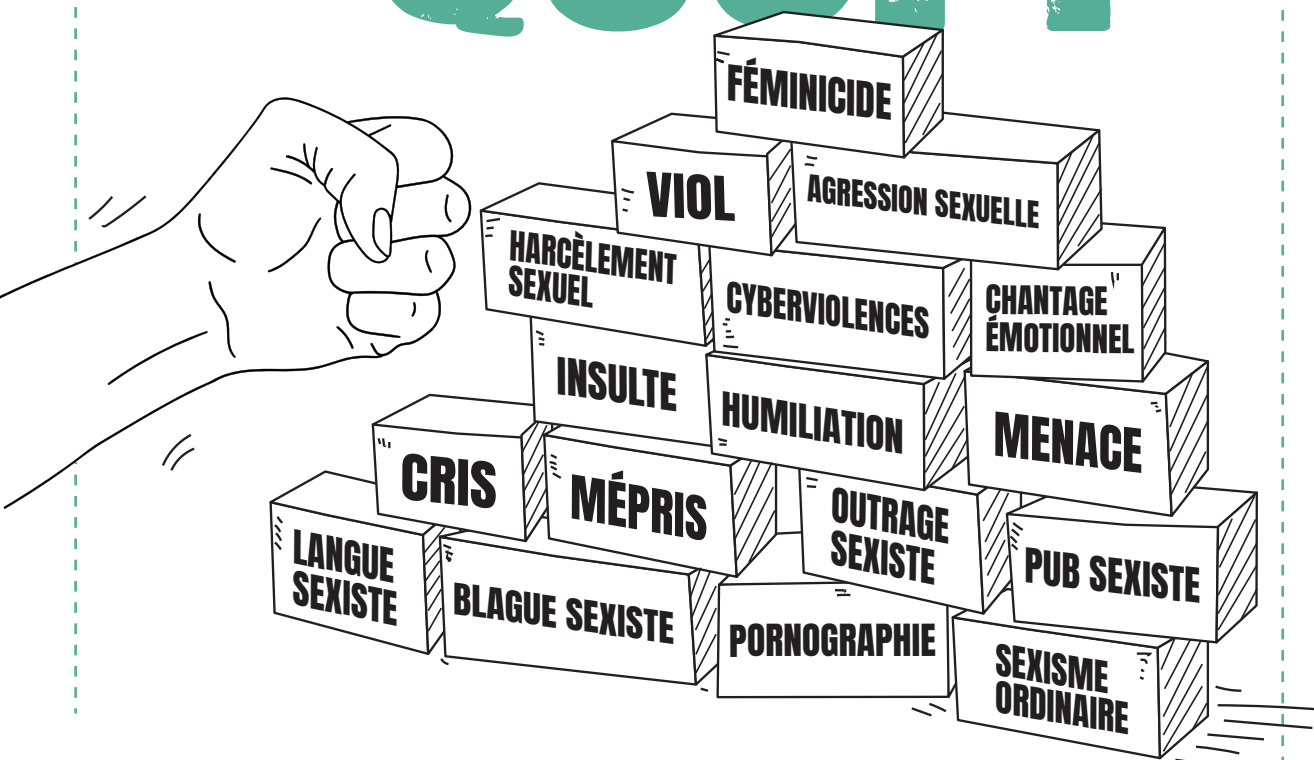
8 Tu es en couple. Ton partenaire insiste pour faire l'amour mais tu n'en as pas envie.

- Tu te forces pour lui faire plaisir. Après tout, vous êtes en couple.
- Non c'est non. Point.
- Il insiste tellement que tu cèdes.

*On n'est jamais obligé de rien, dans une relation sexuelle. On a le droit de changer d'avis, et à tout moment. Forcer à faire l'amour, c'est un viol.*

# LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES

# C'EST QUOI ?



#PLUSJAMAIS  
sans mon accord

## Les violences sexistes et sexuelles viennent de l'idée que le corps des filles serait un objet disponible pour le plaisir des garçons.

Ces violences font partie d'un continuum, un système de violences. D'abord, les violences sexistes (insultes, blagues) véhiculent l'idée que les filles seraient inférieures aux garçons, et que les garçons doivent être agressifs et dominateurs. Ce climat favorise les violences sexuelles, qui sont des actes de domination. Ce sont des délits et des crimes punis par la loi.

Alors on reprend tout depuis le début. Qu'est-ce qui relève des violences sexistes et sexuelles ?

### Outrage sexiste

C'est une blague, un comportement ou geste sexuel, dégradant et humiliant. Par exemple, lorsqu'une fille est sifflée dans la cour, ou quand un groupe de garçons mime un rapport sexuel pour gêner les autres.

*L'outrage sexiste constitue un délit et est puni d'une peine de 750 euros d'amende (article 621-1 du Code pénal).*

### Harcèlement sexuel

Lorsqu'on impose à une personne, de façon répétée, des propos ou comportements sexuels ou sexistes, c'est du harcèlement sexuel. C'est dégradant et offensant. Insister pour qu'une fille réponde à des avances, ou faire constamment des remarques sur la vie intime d'un-e camarade, c'est non.

*Le harcèlement sexuel est un délit puni d'une peine de deux ans de prison et de 30 000 euros d'amende.*

### Cyberviolences

Toutes les violences sexistes et sexuelles existent sur Internet. Insulter en ligne, contrôler sa partenaire en la surveillant en ligne, envoyer sans prévenir des photos de son sexe, publier du contenu intime sans l'accord de sa partenaire ou ex (*revenge porn*), ce sont des cyberviolences. Donc vraiment, le *revenge porn*, ça suffit !

*La diffusion d'images intimes sans consentement est une cyberviolence sexuelle, punie de deux ans de prison et 60 000 euros d'amende (article 226-2-1 du Code pénal).*

### Pornographie

Tu le sais déjà, les images qu'on trouve dans la plupart des films porno ne représentent pas la sexualité réelle. Elles diffusent le culte de la performance et banalisent les violences envers les femmes (viols, agressions...). Et au fait, imposer à quelqu'un-e de regarder un film porno est une forme de violence.

### Agression sexuelle

Une main aux fesses ou un baiser forcé sont des agressions sexuelles. En fait, tout attouchement imposé sur le sexe ou sur les fesses, les seins, les cuisses et la bouche sans le consentement de la personne concernée est une agression et c'est passible d'une peine de prison. À bon entendre.

*Les agressions sexuelles autres que le viol sont punies de cinq ans d'emprisonnement et de 75 000 euros d'amende (article 222-22 du Code pénal).*

### Viol

Techniquement, le viol c'est la pénétration du vagin, de l'anus ou de la bouche, avec violence, contrainte, menace ou surprise. Toutes les fois où la personne n'est pas d'accord. Du coup, une fellation ou un doigté forcé ; un rapport avec une personne endormie ; faire céder quelqu'un-e par du chantage ou des menaces, c'est un viol. Si la situation est floue, (re)demande à la personne, à n'importe quel moment. S'il/elle ne répond pas un grand oui, c'est non.

*Le viol est un crime puni de quinze ans ou plus de prison (article 222-23 du Code pénal).*

Si tu es victime, tu n'es pas seul-e



# TU N'ES PAS SEUL-E

Il y aura toujours quelqu'un-e pour t'apporter de l'aide.

Si tu es victime d'une violence sexiste ou sexuelle, sache que tu n'es en aucun cas responsable et que tu n'es pas seul-e. N'hésite pas à en parler à une **personne en qui tu as confiance**.

Si tu te demandes si tu subis des violences dans tes relations amoureuses et sexuelles, tu peux poser tes questions dans le chat de l'association **En Avant Toute(s) [commentonsaime.fr](http://commentonsaime.fr)** et consulter le **violentomètre [bit.ly/violentometre](http://bit.ly/violentometre)**



Tu peux parler sans être jugé-e, en appelant anonymement et gratuitement le numéro **Viols Femmes Informations** :

**0 800 05 95 95**

Si tu es victime de **cybersexisme**, tu peux t'informer et trouver des conseils ici : **[stop-cybersexisme.com](http://stop-cybersexisme.com)**



Pour des conseils sur la **santé sexuelle**, les **contraceptions**, l'**avortement** et l'**éducation à la sexualité** :



**[planning-familial.org](http://planning-familial.org)**  
**[ipasscontraception.fr](http://ipasscontraception.fr)**

En tant que victime, tu peux porter plainte en te rendant à la police ou à la gendarmerie, ou en écrivant au procureur de la République. Il est important que tu sois accompagné-e dans cette démarche. Les dispositifs d'aide ci-dessus peuvent te conseiller.

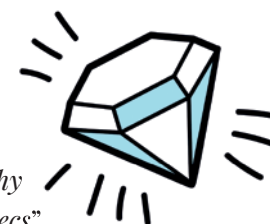
**#PLUSJAMAIS**  
sans mon accord



**Le combat féministe est partout !  
Tu veux t'informer ?**

## ① À BINGER

- 1 - *Sex Education*
- 2 - *Thirteen Reasons Why*
- 3 - La playlist "*Entre mecs*" de la chaîne Youtube *Vous êtes vraiment sympas*



## ② LA PLAYLIST ANTISEXISTE

- 1 - *Balance ton quoi* – Angèle
- 2 - *Quartier des lunes* – Eddy de Pretto
- 3 - *Tôï Tôï* – Suzane



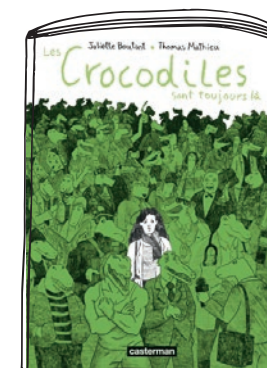
# VOUS ALLEZ SUIVRE

## ③ LES MEILLEURES BD

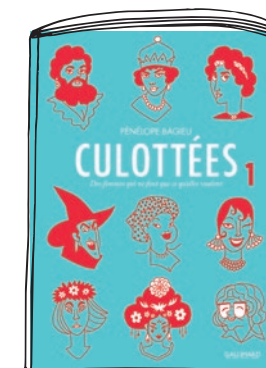
1 - Mirion Malle,  
*Commando Culotte*



2 - Juliette Boutant  
et Thomas Mathieu,  
*Les Crocodiles*



3 - Pénélope Bagieu,  
*Culottées*



# 9 conseils pour une sexualité épanouie

## 1 Fais monter la température, pas la pression

Dans les séries ou les couloirs du lycée, tu as sûrement entendu mille règles sorties de nulle part sur le sexe. Il faut faire telle position, tenir tant de temps. Du balai ! Tout ce qui compte, c'est que vous soyez consentant-es et bienveillant-es. C'est TOUT.

## 2 Toutes les orientations mènent au plaisir...

Quels que soient ton genre et celui de la personne que tu désires : c'est ok. Tu as le droit d'être avec qui tu veux. Pour rappel, les discriminations à l'encontre d'un genre ou d'une orientation sexuelle sont punies par la loi.

## 3... et tous les corps sont désirables

Ni les tailles, ni les couleurs, ni les formes, ni les poils n'ont la moindre importance. Vraiment. Alors on oublie toutes les normes de beauté qu'on veut nous imposer. Évidemment que tu as de quoi faire vibrer ta ou tes *targets* !

## 4 Le sexe oui, mais pas sans conditions

Bon ok, il y a quand même quelques règles... Déjà, on le dit et on le redit : pas de sexe sans envie. On ne se force pas, et on ne force pas. Ensuite, pas de sexe sans protection. Pour éviter les grossesses non désirées, certes, mais aussi toute infection ou maladie. Si ton-ta partenaire ne veut pas se protéger : ciao.



#PLUS JAMAIS  
sans mon accord

## 5 En duo c'est bien, en solo aussi !

Le meilleur moyen de prendre et de donner du plaisir, c'est d'abord de connaître ton propre corps. Il n'y a rien de mal ou de sale dans la masturbation et ce n'est certainement pas réservé aux garçons ! C'est au contraire le raccourci idéal vers le septième ciel.

## 6 Le sexe, c'est que du plaisir !

Techniquement, c'est surtout au niveau du cerveau que ça se passe et sinon, la peau est l'organe sensoriel le plus grand du corps, alors il y a de quoi faire ! Et sais-tu également que le clitoris est le seul organe uniquement dédié au plaisir ?

## 7 Zouker et parler, ça le fait

Si tu doutes, le mieux c'est encore d'en parler. Plus tu communiqueras avec ton-ta partenaire, plus vous aurez de chances d'avoir une super expérience. De toute façon, tu conviendras que la télépathie est encore un pouvoir peu commun, n'est-ce pas ? Alors entre deux baisers, n'hésitez pas à discuter !

## 8 Coït ou pas coït ?

Rapport hétérosexuel ou non, la pénétration n'est pas une obligation. Ce qui est génial, avec le sexe, c'est qu'une infinité de caresses sont à imaginer, alors la pénétration, c'est seulement si on en a envie.



## 9 Pas de passage obligé

Le sexe, ça peut être génial pour certain-es d'entre nous, et la corvée pour d'autres. Certaines personnes ne ressentent pas le besoin d'avoir des rapports sexuels, d'autres ne sont pas prêt-es, parfois on a envie et parfois non. Il y a mille autres façons de partager des moments forts, excitants ou épanouissants avec quelqu'un-e.



centre  
**hubertine**  
auclert

Région  
**île de France**

**Ensemble, combattons les violences  
sexistes et sexuelles**

[www.plusjamaisansmonaccord.com](http://www.plusjamaisansmonaccord.com)

