

VICTIME DE VIOLS OU D'AGRESSIONS SEXUELLES, CONNAÎTRE SES DROITS

Édition mars 2024



Brochure réalisée par les salariées du

**COLLECTIF FEMINISTE
CONTRE LE VIOL**

VIOLS FEMMES INFORMATIONS

N° national 0 800 05 95 95
APPEL GRATUIT / ANONYME / LUN-VEN 10H-19H



VICTIME D'UN VIOL : TU N'Y ES POUR RIEN.

Quelles que soient les circonstances,

le coupable c'est lui.

Il n'avait pas le droit, c'est la loi.

Tu as raison de chercher de l'aide,
nous sommes là pour t'aider à en trouver.

Deux numéros de téléphone pour trouver de l'aide :

Viols Femmes Informations

0 800 05 95 95

Du lundi au vendredi, de 10h à 19h.
Numéro gratuit et confidentiel

Violences Sexuelles dans l'Enfance

0 805 802 804

Du lundi au vendredi, de 10h à 19h.
Numéro gratuit et confidentiel

**COLLECTIF FEMINISTE
CONTRE LE VIOL**

VIOLS FEMMES INFORMATIONS

N° national **0 800 05 95 95**
APPEL GRATUIT / ANONYME / LUN-VEN 10H-19H

La ligne d'écoute

“ **Viols Femmes Informations - 0 800 05 95 95** ”
existe depuis le 8 mars 1986.

La ligne d'écoute

“ **Violences Sexuelles dans l'Enfance - 0 805 802 804** ”
a été créée en septembre 2021 avec
la Commission Indépendante sur l'Inceste
et les Violences Sexuelles faites aux Enfants (CIIVISE).



**Ce sont des lignes d'écoute gratuites et anonymes.
Tu peux nous appeler du lundi au vendredi
de 10 heures à 19 heures.**



Les écoutantes des lignes téléphoniques

“ **Viols Femmes Informations - 0 800 05 95 95** ”
et
“ **Violences Sexuelles dans l'Enfance - 0 805 802 804** ”
ont pour mission de :



Rassurer

Les écoutantes sont formées sur
les violences sexuelles.
C'est une ligne gratuite et anonyme.



Nommer

Nommer, dire les bons mots,
c'est remettre les choses à l'endroit.
Nous utilisons les définitions des violences
sexuelles écrites dans la loi pour remettre
la culpabilité du bon côté.
Il n'avait pas le droit, c'est la loi.



Valoriser

Valoriser c'est déconstruire
la stratégie de l'agresseur avec toi.
La stratégie de l'agresseur,
c'est ce que la personne qui t'a fait du mal a mis
en place pour commettre des violences sexuelles.
Nous appeler, c'est beaucoup de courage.

Bravo à toi !



Orienter

Les écoutantes de la ligne “ Viols Femmes Informations ” et
“ Violences Sexuelles dans l'Enfance ” sont là pour t'informer
de tes droits.
Nous pouvons t'orienter vers des associations proches de chez toi.

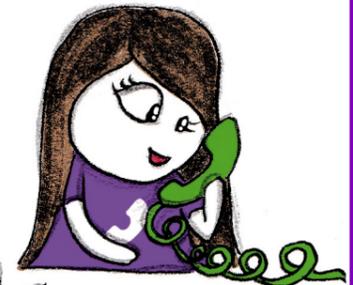
Les associations pourront t'apporter un soutien :

- médical ;
- psychologique ;
- juridique.



Soutenir

Soutenir, c'est rester disponible.



Tu as la possibilité de rappeler
“ **Viols Femmes Informations** ” ou
“ **Violences Sexuelles dans l'Enfance** ”
avec un code personnalisé.
Tu peux ainsi nous recontacter sans
avoir à répéter ce que tu nous
as déjà dit.



POURQUOI AVOIR ÉCRIT CE LIVRET ?

En France,
1 femme sur 7 est victime de violences sexuelles au cours de sa vie, (1)



et 3 enfants par classe sont victimes de violences sexuelles. (2)



En novembre 2022, le Collectif Féministe Contre le Viol a écrit un livret pour permettre aux victimes de connaître leurs droits. Ce livret est une version illustrée du premier que nous avons publié.



Sur nos lignes d'écoute, nous entendons souvent
" Est-ce que ce que j'ai vécu est un viol? "
" Est-ce que ce que j'ai vécu est une agression sexuelle? "



Ce livret est là pour t'aider à comprendre et répondre à tes questions.

SOMMAIRE

JE VIENS D'ÊTRE VICTIME DE VIOL OU D'AGRESSION SEXUELLE 8

CE QUE DIT LA LOI 11

Les principes du droit	12
Les crimes	17
Les délits	21
Définir la violence, la menace, la contrainte et la surprise	24
Le recours à la prostitution d'autrui	27
D'autres délits	28

LA STRATÉGIE DE L'AGRESSEUR 31

QU'EST-CE QUE JE PEUX FAIRE SI JE SUIS VICTIME ? 39

Si les faits sont récents	40
Si les faits sont anciens	42
Personne mineure (moins de 18 ans) victime de violences sexuelles, que faire	44
Tu as plus de 18 ans et tu souhaites porter plainte	45

LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DE LA PROCÉDURE 47

J'ai porté plainte, et après?	48
Les acteurs et actrices de la justice	53
L'aide juridictionnelle	54

SE RECONSTRUIRE 57

OÙ TROUVER DE L'AIDE 61

JE VIENS D'ÊTRE VICTIME DE VIOL

Ces violences sont graves et interdites par la Loi. Nous pouvons t'aider.



Si tu viens d'être victime, tu peux contacter la police (17) ou le 114. Le 114 est le numéro d'appel pour les personnes sourdes ou malentendantes.



Si les violences datent de quelques jours, tu peux te rendre sur la plateforme numérique d'accompagnement des victimes.



SI TU NE PEUX PAS PARLER
PAR SMS 114

POUR TOUT DANGER
17

LA PLATEFORME NUMÉRIQUE
D'ACCOMPAGNEMENT
DES VICTIMES

[HTTPS://WWW.SERVICE-PUBLIC.FR/CMJ](https://www.service-public.fr/cmj)

TU PEUX PORTER PLAINTÉ À LA POLICE ou À LA GENDARMERIE. Porter plainte, c'est signaler la personne qui t'a fait du mal à la justice.



NOUS TE CONSEILLONS DE GARDER LES PREUVES DANS DES SACS EN PAPIER. Les preuves peuvent être : LES VÊTEMENTS que tu portais lors de l'agression, DRAPS, OBJETS.



EN PORTANT PLAINTÉ, TU PEUX AVOIR ACCÈS À UNE UNITÉ MÉDICO-JUDICIAIRE (UMJ). Les unités médico-judiciaires sont dans des hôpitaux. Ce sont des médecins spécialisés. Tu peux y recevoir les 1^{ers} soins. Des examens seront aussi réalisés. Ils servent à constater les traces de violences.



Si tu es mineurE,
tu peux en parler à unE adulte de confiance
qui devra t'aider à être protégéE.

OU D'AGRESSION SEXUELLE.



La plainte est un droit, pas une obligation. Si tu ne souhaites pas porter plainte, nous te conseillons d'aller à l'hôpital ou de voir unE médecin pour recevoir des soins.

IL PEUT T'ÊTRE PRES CRIT :
UNE CONTRACEPTION D'URGENCE "pilule du lendemain" à prendre dans les 72 heures après le viol ou la pose d'un stérilet à faire dans les 5 jours afin de prévenir une éventuelle grossesse.
UN TRAITEMENT POST EXPOSITION (TPE) CONTRE LE VIH à prendre dans les 24 heures suivant le viol (possible 48h suivant le viol), ainsi qu'un traitement antibiotique préventif des infections sexuellement transmissibles.



ET DES PRÉLÈVEMENTS À DES FINS DE DÉPISTAGE DE CONTAMINATIONS.



Un certificat médical pourra t'être donné, il s'appelle "certificat d'incapacité totale de travail". Il y sera écrit les blessures physiques et psychologiques.



Dans tous les cas, tu peux parler à une personne de confiance.



Si après un test de grossesse ou des analyses, tu es enceinte, tu peux avoir recours à une interruption volontaire de grossesse IVG.



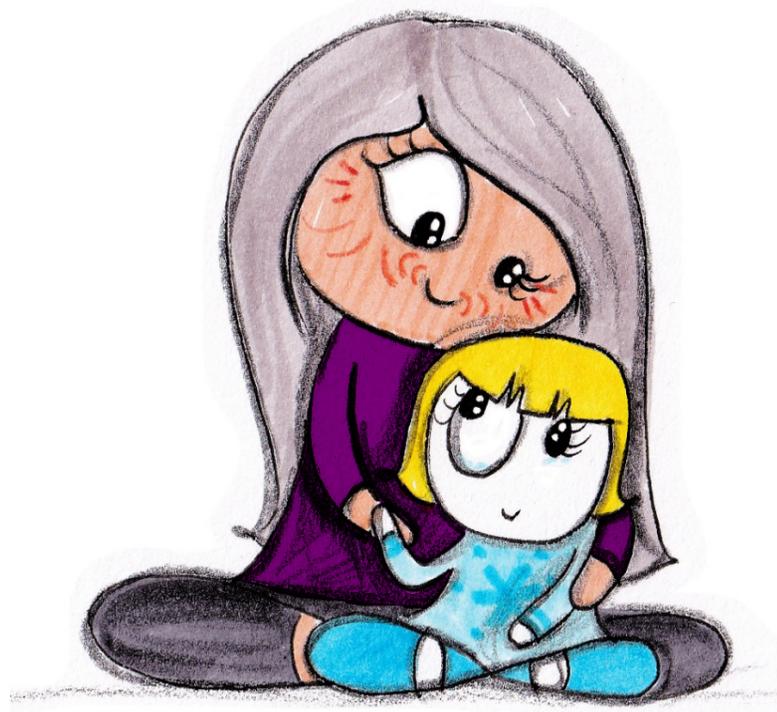
Si une personne vient de te confier des violences, tu peux demander de l'aide à des personnes spécialisées. Appelle-nous.



Nous sommes là pour t'aider.



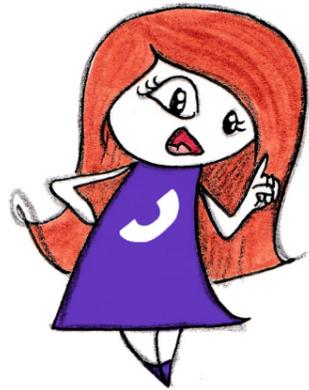
“Tu n'es pas seule.”



CE QUE DIT LA LOI

Dans cette partie, tu trouveras plusieurs définitions des violences sexuelles écrites dans la loi pour t'aider à nommer et à comprendre ce que tu as subi.

Les types d'infractions



Une infraction, c'est lorsqu'une personne ne respecte pas la loi. La loi, ce sont des règles. La loi définit ce que tu as le droit de faire et de ne pas faire.

Il existe 3 types d'infractions :

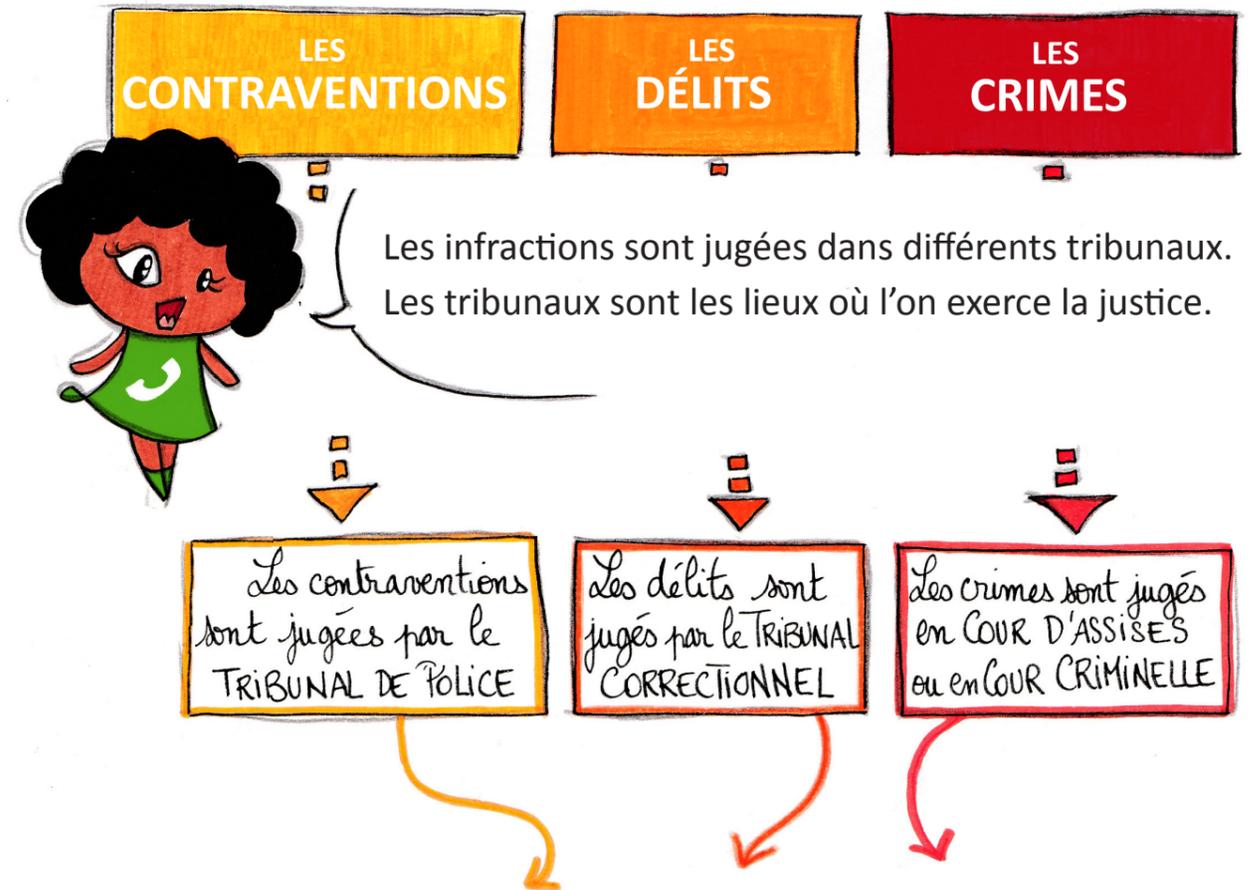
LES
CONTRAVENTIONS

LES
DÉLITS

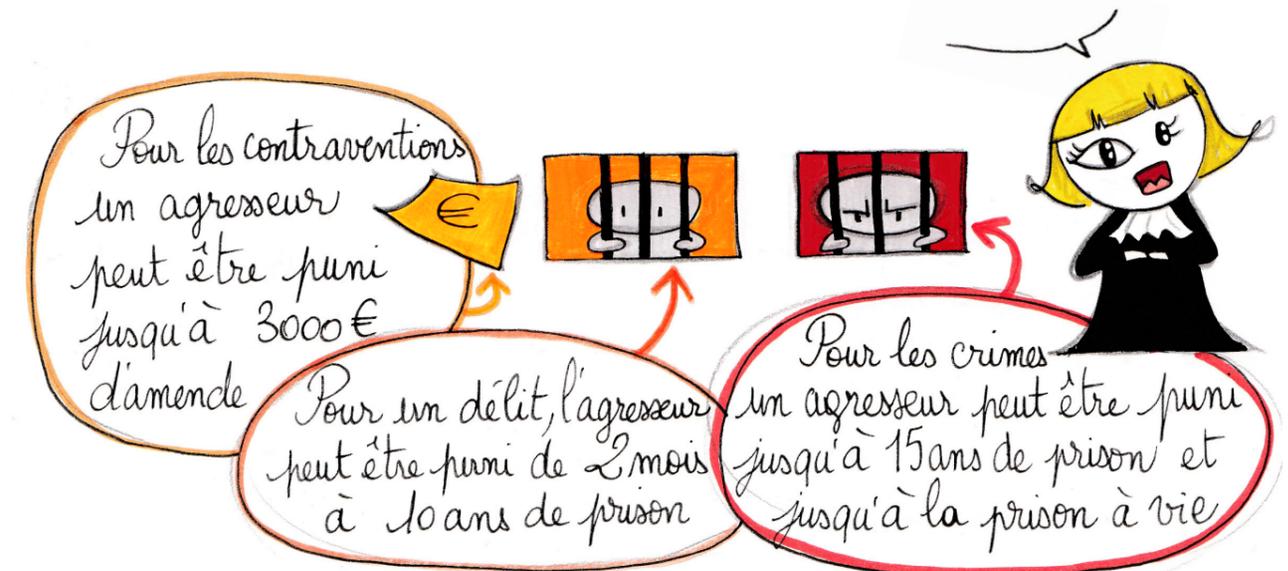
LES
CRIMES



La loi française classe les infractions de la contravention jusqu'au crime.



Les peines maximales encourues sont différentes selon le type d'infraction. La peine maximale encourue correspond à la sanction maximale qu'un agresseur peut recevoir lorsqu'il est jugé pendant un procès.



Le principe de non-rétroactivité de la loi pénale

La non-rétroactivité est un terme technique du droit français.

C'est le fait qu'une nouvelle loi ou la modification d'une loi s'applique à des faits qui se sont passés à partir de la date d'application de la loi.

Cela signifie que la loi ne s'appliquera pas pour des faits qui se sont passés avant l'application de la nouvelle loi.



L'application territoriale de la loi



La loi française s'applique :

- A toutes les infractions commises sur le territoire français peu importe la nationalité de la victime ou de l'agresseur.

**Si tu es sans papier, tu n'es pas sans droit.
Tu as le droit de porter plainte.**

- Lorsqu'une infraction est commise dans un pays étranger par un agresseur français.

- Lorsqu'une infraction est commise à l'étranger et que la victime est française.

La prescription

La prescription est un terme technique du droit français.

Le délai de prescription, c'est le temps durant lequel tu peux porter plainte.

Le délai de prescription peut varier selon les situations.

Il varie aussi selon la loi et l'âge que tu avais lors de l'agression.



Les circonstances aggravantes

Il existe des circonstances aggravantes aux délits et crimes sexuels.

Ce sont des faits qui peuvent alourdir la peine encourue par l'agresseur ou rallonger le délai de prescription.

Voici quelques exemples de circonstances aggravantes:

- Lorsque les violences ont été commises par un agresseur qui abuse de l'autorité liée à ses fonctions comme un professeur, un entraîneur de sport, un policier, un professionnel de santé.

- Lorsque les violences sont commises par plusieurs personnes. Il peut s'agir de personnes qui vous ont fait du mal directement ou de personnes qui ont été complices.

- Lorsque l'agresseur est drogué ou alcoolisé lors des violences.

- Lorsque l'agresseur est rentré en contact par l'utilisation des réseaux sociaux.

- Lorsque l'agresseur est un conjoint ou un concubin (c'est à dire qu'il vit avec toi).

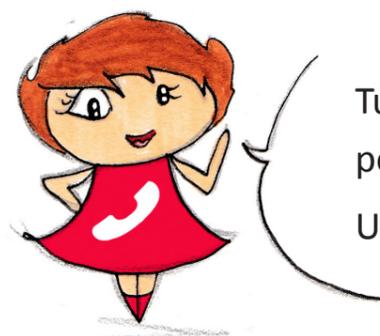
- Lorsque les violences sont commises sur unE mineurE ou une personne vulnérable.



Il existe d'autres circonstances aggravantes.

Nous te conseillons de prendre rendez-vous avec unE juriste pour en savoir plus. Tu peux aussi nous appeler.

Chaque situation est différente.



Tu peux t'adresser à un bureau d'aide aux victimes pour avoir un rendez-vous avec unE juriste.

UnE juriste est une personne spécialiste du droit.

“ Le seul responsable
c'est l'agresseur ”

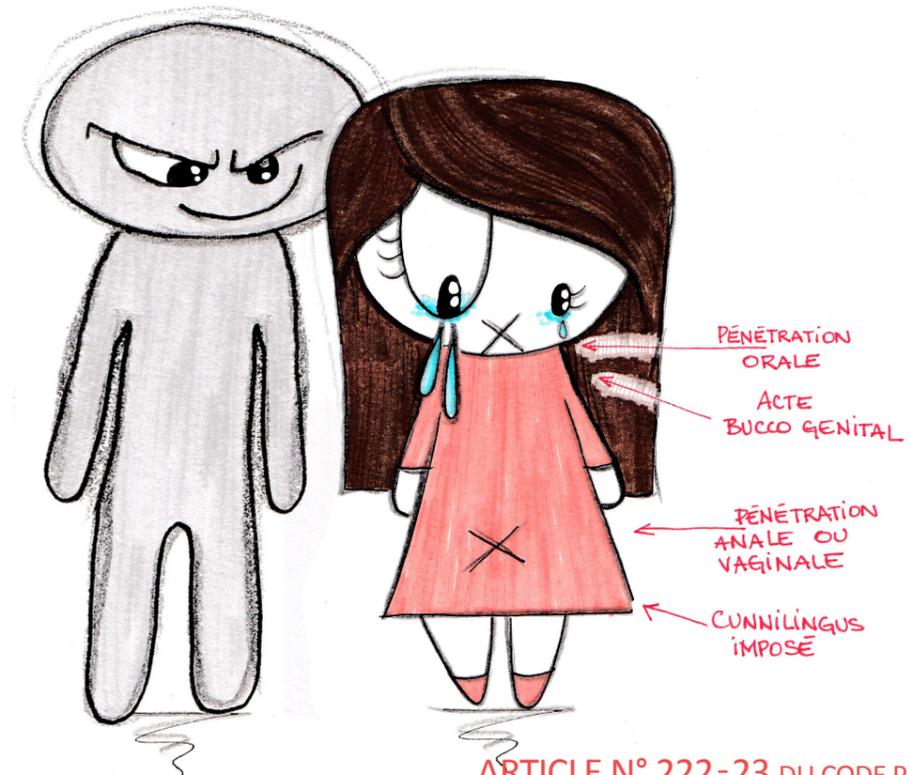


CRIME LE VIOL

LA LOI

LE VIOL c'est un acte de pénétration forcée commis par violence, contrainte, menace ou surprise.

Cela veut dire que l'agresseur t'as violentéE, contraintE, menacéE et/ou surprisE pour commettre l'acte de pénétration. (voir page 24 pour la définition)



ARTICLE N° 222-23 DU CODE PÉNAL



- Lorsque l'agresseur te force à avoir un acte sexuel avec lui, **c'est un viol.**
- Lorsque l'agresseur te pénètre dans les fesses ou le vagin avec son sexe, sa main ou un objet, **c'est un viol.**
- Lorsque l'agresseur met sa bouche sur ton sexe, **c'est un viol.**
- Lorsque l'agresseur te force à réaliser des actes sexuels sur lui, **c'est un viol.**

Par exemple, lorsque l'agresseur te force à faire une fellation sur lui, ou qu'il te fait une fellation, c'est un viol.

Tu avais moins de 15 ans au moment des violences.

CRIME LE VIOL PAR SEUIL D'ÂGE

Si tu avais moins de 15 ans lors du **VIOL**, que l'agresseur avait 18 ans ou plus et qu'il y avait un écart d'âge d'au moins 5 ans entre les deux.

ALORS C'EST UN VIOL.



ARTICLE N° 222-23-1 DU CODE PÉNAL



Cela veut dire qu'il n'y a pas besoin de prouver que l'agresseur a utilisé la violence, la contrainte, la menace ou la surprise pour dire que **c'est un viol.**

La loi du 21 avril 2021 a créé le crime de « viol incestueux ».

CRIME LE VIOL INCESTUEUX

LE VIOL INCESTUEUX c'est un viol commis sur une personne de moins de 18 ans par :

- unE ascendantE ;
- un membre proche de ta famille ;
- ou le compagnon ou la compagne d'une des personnes mentionnées au-dessus s'il a sur toi une autorité.



ARTICLE N° 222-23-2 DU CODE PÉNAL

UnE ascendantE est unE parentE dont on descend directement.

Par exemple : un père, une mère, un grand-père, une grand-mère.

Un membre proche de ta famille c'est

par exemple : un frère, une sœur, un oncle, une tante, un grand-oncle, une grande-tante, un neveu, une nièce.



Une personne ayant autorité sur toi dans le cadre de la loi sur l'inceste peut être, **par exemple : ton beau-père, ta belle-mère, le compagnon ou la compagne de ton oncle ou de ta tante, ton beau-frère, ta belle-sœur.**

Dans les trois cas, il n'y a pas besoin de prouver que l'agresseur a utilisé la violence, la contrainte, la menace ou la surprise pour dire que **c'est un viol.**

“ Nous te croyons. ”

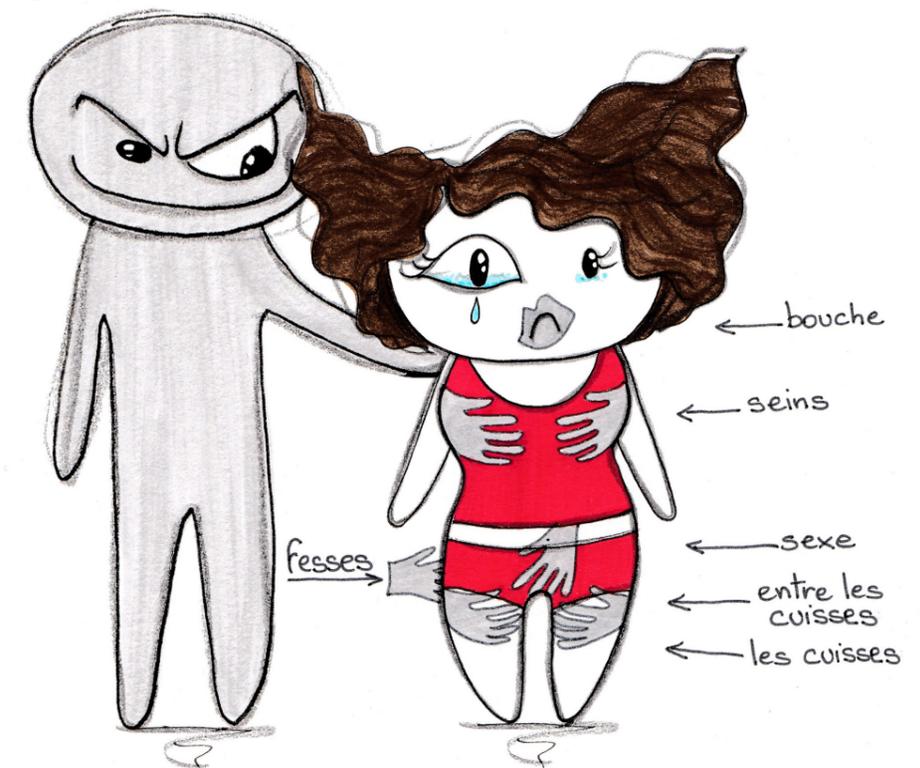


LES DÉLITS

DÉLIT L'AGRESSION SEXUELLE

LA LOI

L'AGRESSION SEXUELLE c'est lorsqu'un agresseur te touche :
- la poitrine ;
- les fesses ;
- les cuisses ;
- le sexe ;
- ou t'embrasse de force ;
en utilisant la violence, la menace, la contrainte et/ou la surprise.
(voir page 24 pour la définition)



ARTICLE N° 222-22 DU CODE PÉNAL

Par exemple:
Lorsque le sexe de l'agresseur touche
une partie de ton corps,
c'est une agression sexuelle.



Tu avais moins de 15 ans au moment des violences

DÉLIT L'AGRESSION SEXUELLE PAR SEUIL D'ÂGE

Si tu avais moins de 15 ans lors de **L'AGRESSION SEXUELLE**, que l'agresseur avait 18 ans ou plus et qu'il y avait un écart d'âge d'au moins 5 ans entre les deux.

ALORS C'EST UNE AGRESSION SEXUELLE



ARTICLE N° 222-29-2 DU CODE PÉNAL



Cela veut dire qu'il n'y a pas besoin de prouver que l'agresseur a utilisé la violence, la contrainte, la menace ou la surprise pour dire que **c'est une agression sexuelle**.

La loi du 21 avril 2021 a créé le délit « d'agression sexuelle incestueuse ».

DÉLIT L'AGRESSION SEXUELLE INCESTUEUSE

UNE AGRESSION SEXUELLE INCESTUEUSE c'est une agression sexuelle commise sur une personne de moins de 18 ans par :

- unE ascendantE ;
- un membre proche de ta famille ;
- ou le compagnon ou la compagne d'une des personnes mentionnées au-dessus s'il a sur toi une autorité.



ARTICLE N° 222-29-3 DU CODE PÉNAL

UnE ascendantE est unE parentE dont on descend directement.

Par exemple : un père, une mère, un grand-père, une grand-mère.

Un membre proche de ta famille c'est **par exemple : un frère, une sœur, un oncle, une tante, un grand-oncle, une grande-tante, un neveu, une nièce.**



Une personne ayant autorité sur toi dans le cadre de la loi sur l'inceste peut être, **par exemple : ton beau-père, ta belle-mère, le compagnon ou la compagne de ton oncle ou de ta tante, ton beau-frère, ta belle-sœur.**

Dans les trois cas, il n'y a pas besoin de prouver que l'agresseur a utilisé la violence, la contrainte, la menace ou la surprise pour dire que **c'est un agression sexuelle**.

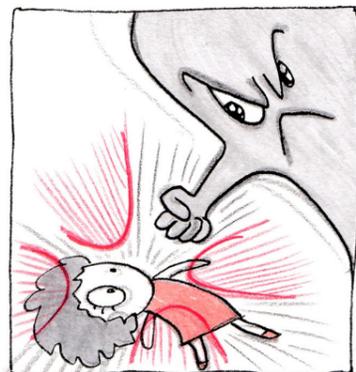
Si tu as un doute, appelle-nous au 0 805 802 804. Nous pouvons t'aider.

DÉFINIR LA VIOLENCE, LA MENACE,



La violence est physique.

Par exemple, lorsque l'agresseur te frappe pendant le viol, ou l'agression sexuelle, c'est de la violence.



La menace

c'est lorsque l'agresseur cherche à te faire peur.

Par exemple, lorsqu'un agresseur te dit qu'il va te tuer si tu ne le laisses pas faire, c'est de la menace.



DÉFINIR LA CONTRAINTE,

La contrainte peut être physique ou morale.

La contrainte physique

c'est lorsque l'agresseur t'empêche de bouger.

Par exemple, lorsque l'agresseur te tient les bras ou te coince contre le mur, c'est de la contrainte physique.



La contrainte morale, c'est lorsque l'agresseur dit

ou fait des choses pour que tu cèdes à un acte sexuel.

Céder c'est faire quelque chose dont tu n'as pas envie sous la pression.

Tu peux céder parce que tu as peur de l'agresseur et de ses réactions si tu lui dis non.

Tu peux céder parce que l'agresseur a insisté pour obtenir un acte sexuel avec toi.



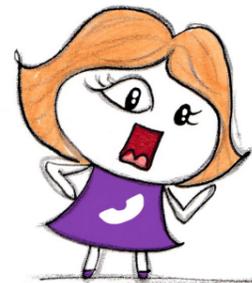
La contrainte morale existe même si tu n'as pas dit "non" à l'oral.

Céder, cela ne veut pas dire que tu es d'accord. Cela veut dire que l'agresseur est organisé pour commettre les violences.

ET LA SURPRISE.

La surprise, c'est lorsque l'agresseur t'agresse alors que tu ne peux pas dire « oui » ou « non ».

Par exemple, si l'agresseur t'agresse pendant que tu dors, c'est un viol par surprise



Exemples de violence, menace, contrainte et/ou surprise

Voici quelques exemples où l'agresseur commet une agression sexuelle ou un viol.



C'est aussi valable pour les maris, les conjointEs et les petitEs amiEs



LE RECOURS À LA PROSTITUTION...

RECOURS À LA PROSTITUTION D'AUTRUI

LA LOI DU 13 AVRIL 2016

LA PROSTITUTION c'est un client qui propose de considérer un corps comme un objet et de l'acheter.

LE CLIENT DE LA PROSTITUTION c'est celui qui achète des corps. Il a de l'argent et utilise ce pouvoir. Pour obtenir un acte sexuel, il fait la promesse de donner quelque chose en échange ou donnera quelque chose en échange. Ça peut être de l'argent, un hébergement, des médicaments, de la drogue, des vêtements, etc.

LE PROXÉNÈTE c'est celui qui va t'inciter ou te forcer à avoir des rapports sexuels avec quelqu'un contre de l'argent, un hébergement, des médicaments, de la drogue, des vêtements, etc.



ARTICLE N° 611-1 DU CODE PÉNAL

La loi dit que ce sont eux les coupables. Les personnes en situation de prostitution doivent être protégées.



Si tu as moins de 15 ans ou que tu es vulnérable, la loi considère tout acte de pénétration contre rémunération d'un adulte comme un viol. **C'est un crime.** (Article 222-23-1 du code pénal)

Si tu as plus de 15 ans, la loi dit que le client est un agresseur. **C'est un délit.** (Article 225-12-1 du code pénal)

Si tu as besoin d'aide, appelle-nous au 0 800 05 95 95. Nous pouvons t'aider.

D'AUTRES DÉLITS

DÉLIT HARCÈLEMENT SEXUEL

LA LOI

LE HARCÈLEMENT SEXUEL c'est lorsqu'un ou plusieurs agresseurs te disent des propos à caractère sexuel, ou ont des comportements à caractère sexuel.

Les propos peuvent être répétés ou non.



ARTICLE N° 222-33 DU CODE PÉNAL

Par exemple,
lorsqu'un ou plusieurs agresseurs
font pression sur toi
pour obtenir un acte sexuel avec toi,
c'est du harcèlement sexuel.



DÉLIT CYBERHARCÈLEMENT

LA LOI

LE CYBERHARCÈLEMENT, c'est du harcèlement sur internet.

Le harcèlement, c'est lorsqu'une ou plusieurs personnes ont des propos ou des comportements qui ont des effets négatifs sur ta santé mentale et physique.

Sur Internet ces propos ou comportements peuvent prendre la forme de :

- commentaires ;
- vidéos ;
- montages photos ou vidéos ;
- messages privés ou sur des forums.



ARTICLE N° 222-33 DU CODE PÉNAL

DÉLIT DIFFUSION D'IMAGES À CARACTÈRE SEXUEL

LA LOI

Si tu es mineurE et qu'un agresseur majeur te demande d'enregistrer des images à caractère sexuel ou qu'il diffuse, enregistre ou transmet en ligne des photos ou des vidéos de toi à caractère sexuel, il n'a pas le droit, **c'est une violence sexuelle.**

C'est interdit par la loi.



ARTICLE N° 227-22-2 DU CODE PÉNAL — ARTICLE N° 227-23-1 DU CODE PÉNAL

Il existe d'autres crimes et délits sexuels.

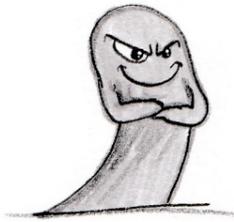
“ Tu n'y es pour rien. ”



LA STRATÉGIE DE L'AGRESSEUR

Les agresseurs qui commettent des violences sexuelles sont organisés. Dans cette partie, tu trouveras des éléments de la façon dont ils peuvent s'y prendre pour te faire du mal.

LA STRATÉGIE DE L'AGRESSEUR



Les violences sexuelles sont volontaires.

Depuis plusieurs années, les écoutantes de " **Viols Femmes Informations** " et " **Violences Sexuelles dans l'Enfance** " reçoivent les témoignages des victimes de violences sexuelles.

À partir de ces témoignages, le Collectif Féministe Contre le Viol a identifié la stratégie des agresseurs.



Dans ta situation, tu peux réfléchir à ce que t'évoque la stratégie de l'agresseur.

Un agresseur choisit une victime dans un contexte vulnérabilisant.

Le contexte vulnérabilisant c'est un moment où tu es plus fragile.

Par exemple:

- Tu peux être plus vulnérable parce que tu as subi d'autres violences avant.
- Tu peux être plus vulnérable parce que tu es en situation de handicap.
- Tu peux être plus vulnérable en raison de ton âge.



Dans tous les cas **tu n'es jamais responsable** de l'agression que tu as subie.



Un agresseur te met en confiance. Il met en confiance ta famille et tes amiEs.

Par exemple, l'agresseur peut te faire des cadeaux. Il peut être gentil avec toi quand ta famille ou tes amiEs sont là. Mais lorsque tu es seule avec l'agresseur, il t'insulte, te dévalorise, te violence...



Un agresseur t'isole.

L'isolement peut être physique.

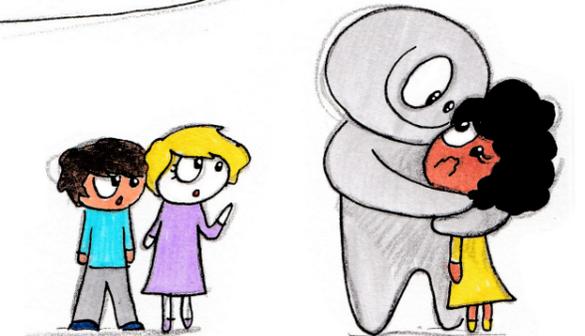
Par exemple, l'agresseur :

- te demande d'habiter avec lui loin de ta famille ;
- insiste pour que tu habites dans une maison loin de tout ;
- t'enferme dans une pièce au moment des violences.



L'isolement peut être social.

Par exemple, un agresseur peut t'empêcher de voir ta famille ou tes amiEs.



Un agresseur te dévalorise.

Il peut t'insulter. Il peut te dire que tu n'es pas capable. Ces mots blessent. Ils peuvent te faire penser que tu ne peux pas demander d'aide.

Ce n'est pas vrai.

Un agresseur va souvent mettre en place un climat de peur et d'insécurité.

Il peut être violent psychologiquement.

Par exemple, il peut te menacer.

Il peut être violent physiquement.

Par exemple, il peut te frapper.



Un agresseur va souvent créer de la confusion dans ta tête.



Un agresseur peut embrouiller tes pensées. Il t'empêche de penser que tu as été victime d'une agression. Il t'empêche de penser qu'il n'avait pas le droit.

Un agresseur va souvent inverser la honte et la culpabilité.

Par exemple :

- Il peut te dire que ce n'est pas un viol parce que ton corps réagit.
- Il peut te dire que c'est toi qui avais envie d'avoir un acte sexuel.
- Il peut te dire que c'est de ta faute parce que tu l'as cherché.

Ce n'est pas vrai.

**Le seul responsable, c'est l'agresseur.
Le seul coupable, c'est l'agresseur.**



Un agresseur va souvent verrouiller le secret.

Verrouiller le secret, c'est t'empêcher de parler des violences.

Un agresseur veut continuer à agresser sans être dénoncé.



Pour cela, il veut t'empêcher de parler.



Par exemple, un agresseur va :

- te menacer ;
- te faire du chantage ;
- te dire que c'est un secret entre lui et toi ;
- te faire culpabiliser.

Te faire culpabiliser c'est par exemple :

- te dire qu'il se sent mal ;
- te dire que c'est de ta faute.



Les écoutantes peuvent t'aider à mieux comprendre la stratégie de l'agresseur. N'hésite pas à les appeler.

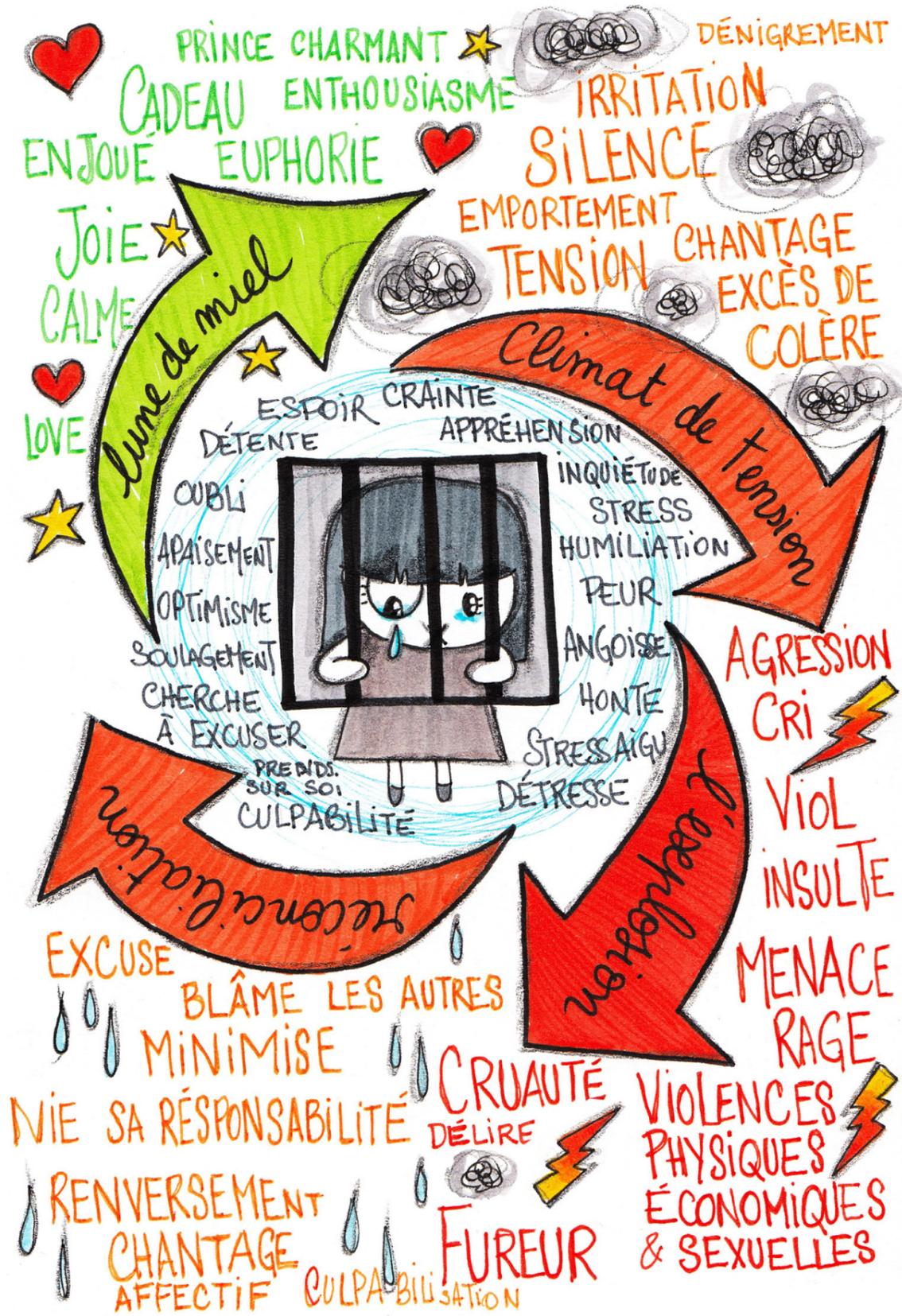
“ Viols Femmes Informations ”

0 800 05 95 95

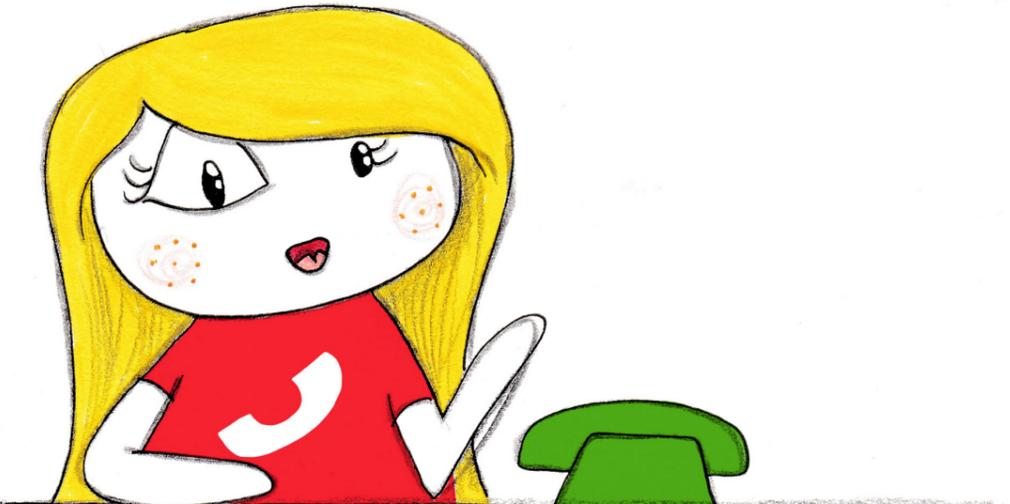
“ Violences Sexuelles dans l'Enfance ”

0 805 802 804

Le cycle des violences



Nous appeler, c'est beaucoup de courage parce que parler d'une agression que l'on a subie, c'est très difficile.



Bravo à toi, tu peux être fière de toi.



“Tu as raison
de chercher de l'aide,
nous sommes là
pour t'aider.”



QU'EST-CE QUE JE PEUX FAIRE SI JE SUIS VICTIME ?

Dans cette partie, tu trouveras quelques conseils pour t'aider à déposer plainte et/ou à bénéficier de soins adaptés que tu aies été victime de violences sexuelles récemment ou il y a longtemps.

SI LES FAITS SONT RÉCENTS

Tu peux porter plainte au commissariat de police ou à la gendarmerie.
Porter plainte c'est signaler un agresseur à la justice.



Si tu as 18 ans ou plus la plainte est un droit pas une obligation.
Si tu as moins de 18 ans, des adultes doivent te protéger.

Les gendarmes ou les policiers sont obligés de prendre ta plainte.
(ARTICLE 15-3 DU CODE DE PROCÉDURE PÉNALE)

Nous te conseillons de prendre rendez-vous pour porter plainte.

Il existe dans certains endroits des personnes "référentes violences" qui peuvent prendre ta plainte.

Tu peux appeler directement le commissariat ou la gendarmerie pour prendre rendez-vous.



Tu peux également te rendre sur la **Plateforme numérique de signalement des atteintes aux personnes et d'accompagnement des victimes (PNAV)**

Site internet : <https://www.service-public.fr/cmi>

Le jour du dépôt de plainte, nous te conseillons d'être accompagnéE par unE proche soutenantE et bienveillantE.

Lorsque tu auras terminé de raconter ce qu'il s'est passé, la policière, le policier, la gendarme, le gendarme te fera lire puis signer le procès-verbal. Le procès-verbal est le document sur lequel est écrit ton témoignage. Avant de le signer, assure-toi que ce qui est écrit sur le papier correspond à ce que tu as dit. Tu peux demander une copie du procès-verbal.



Si les faits sont récents, deux situations possibles :

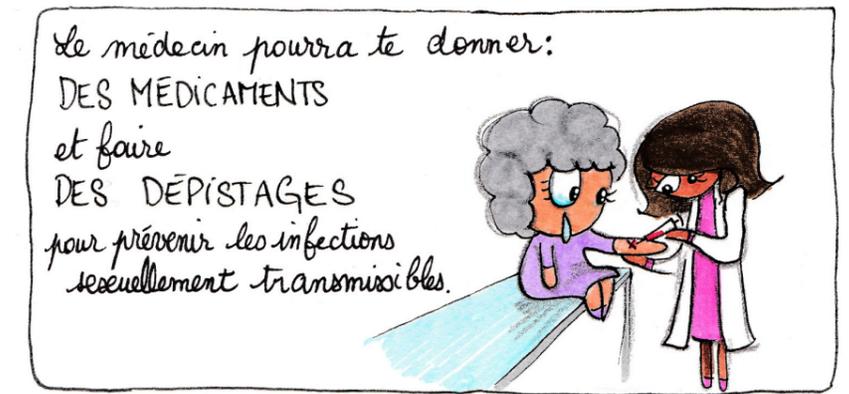
1 - TU AS PORTÉ PLAINTE IMMÉDIATEMENT APRÈS LES FAITS.



▶ METS-LES DANS UN SAC EN PAPIER

2 - TU NE SOUHAITES PAS PORTER PLAINTE.

Tu peux te rendre aux urgences de l'hôpital. C'est une étape importante pour ta santé.



SI LES FAITS SONT ANCIENS

Démarches juridiques

Tu peux porter plainte :

- Auprès du commissariat de police ou de la gendarmerie ;
- Ou en écrivant une lettre au Procureur ou à la Procureure de la République.



Nous te conseillons de ne pas écrire plus de 2 pages.
Dans cette lettre tu peux :

- dire contre qui tu portes plainte et pourquoi ;
- décrire l'agression que tu as subie.

Tu peux envoyer avec cette lettre tous les documents qui te paraissent utiles.

Par exemple : Des certificats médicaux, des témoignages écrits de personnes qui ont vu les violences ou à qui tu t'es confiée.



Pense à garder une copie de tous les documents.

Envoie ton courrier au Tribunal judiciaire rattaché au lieu où se sont passés les faits ou rattaché au domicile de l'agresseur.

Envoie ton courrier en recommandé avec accusé de réception, cela te permettra de savoir si le Tribunal a bien reçu ta lettre.

Sache que le ou la ProcureurE peut te demander de témoigner devant une policière, un policier ou un gendarme, une gendarme.



Nous te conseillons de te faire aider pour rédiger cette lettre.

Tu peux t'adresser à un bureau d'aide aux victimes pour avoir un rendez-vous avec unE juriste.

Les écoutantes de la ligne téléphonique "**Viols Femmes Informations**" peuvent aussi t'aider à écrire ta lettre, tu peux les appeler au **0 800 05 95 95**.



Si les faits sont anciens, tu peux toujours recevoir des soins.

Les violences sexuelles peuvent faire du mal à ta santé mentale.

Tu peux, par exemple : être angoissée, faire des cauchemars, avoir des souvenirs qui s'imposent dans ta tête...



Tu peux te faire aider par unE PSYCHOLOGUE
Tu peux lui confier les violences que tu as subies

Si c'est trop difficile tu peux te faire aider par unE PSYCHIATRE
Il ou elle peut te prescrire des médicaments adaptés à tes besoins.



Certaines associations peuvent proposer des rendez-vous gratuits avec des professionnelLes.

Tu peux t'adresser :

Au Planning Familial
site internet :
www.planning-familial.org

À un centre d'information sur les droits des femmes et des familles
site internet
www.infofemmes.com

À un bureau d'aide aux victimes
site internet
www.france-victimes.fr

Selon les départements tu peux trouver des juristes, des psychologues, des groupes de parole...



PERSONNE MINEURE (MOINS DE 18 ANS) VICTIME DE VIOLENCES SEXUELLES.

TU AS MOINS DE 18 ANS ET TU ES VICTIME DE VIOLENCES SEXUELLES.



Tu peux t'adresser :

- au commissariat ou à la gendarmerie ;
- au Juge ou à la Juge des enfants au Tribunal ;
- à l'avocatE des enfants au Tribunal ;
- au Procureur ou à la ProcureurE de la République ;
- au 119, numéro spécialisé dans l'enfance en danger ;



- sur la Plateforme numérique de signalement des atteintes aux personnes et d'accompagnement des victimes (PNAV)

Site internet : <https://www.service-public.fr/cmi>

TU CONNAIS UNE PERSONNE MINEURE (MOINS DE 18 ANS) VICTIME DE VIOLENCES SEXUELLES.

Si une victime mineure se confie à toi, il est important de lui dire :

Que tu la crois.

Qu'elle n'est pas responsable des violences dont elle a été victime.

Que ce sont des violences et qu'elles sont interdites par la loi.

Qu'elle a eu beaucoup de courage de se confier à toi.

Que tu vas l'aider.



**En tant qu'adulte, tu as l'obligation de protéger la victime mineure.
Tu dois signaler les violences sexuelles à la police ou la gendarmerie.**

Article du Code Pénal 434 - 3 DU CODE DE PROCÉDURE ET ARTICLE 40
DU CODE DE PROCÉDURE PÉNALE POUR LES FONCTIONNAIRES.



La loi condamne les personnes qui ne le font pas.
Signaler, c'est protéger la victime.
Signaler, c'est dire à la victime que personne n'a le droit de l'agresser.
Signaler, c'est dire à la victime que sa parole compte.

TU AS PLUS DE 18 ANS ET TU SOUHAITES PORTER PLAINTE.

Tu as des droits.

LORS DU DÉPÔT DE PLAINTE, TU PEUX :

ÊTRE ASSISTÉE
PAR UNE AVOCATE



ÊTRE AIDÉE PAR UNE
INTERPRÈTE SI TU AS
DES DIFFICULTÉS À
T'EXPRIMER À L'ORAL
OU À PARLER LE
FRANÇAIS



ÊTRE AIDÉE PAR UNE
ASSOCIATION D'AIDE
AUX VICTIMES



Les policières, policiers ou les gendarmes ont l'obligation d'accepter ta plainte. Cette obligation est garantie par L'ARTICLE 15 - 3 DU CODE DE PROCÉDURE PÉNALE.



Avant de déposer plainte, il est important de bien préparer ton récit. Essaie d'être le ou la plus précisE possible. Raconte les faits dans l'ordre chronologique lorsque c'est possible. Nous te conseillons d'écrire ton récit.

Pour préparer ta plainte voici quelques questions que tu peux te poser :

Comment as-tu
connu l'agresseur?

Où s'est passée
l'agression?

Quand s'est passée
l'agression?

Que faisait l'agresseur
au moment de l'agression?

Que disait
l'agresseur?

Est-il rentré en contact avec
toi après les violences?

Est-ce que tu en as
parlé à quelqu'un?



Tu peux aussi te demander :

- Est-ce que tu t'es sentiE obligéE de faire quelque chose ?
- T'es-tu sentiE paralyséE ?
- As-tu eu peur ?

“Tu peux être aidéE
pour préparer ta plainte.”

Tu peux prendre
rendez-vous avec unE juriste.
UnE juriste est une personne
spécialisée en droit

Nous t'invitons à
te rapprocher d'un bureau
d'aide aux victimes
Site internet : www.france-victimes.fr
Le rendez-vous est gratuit

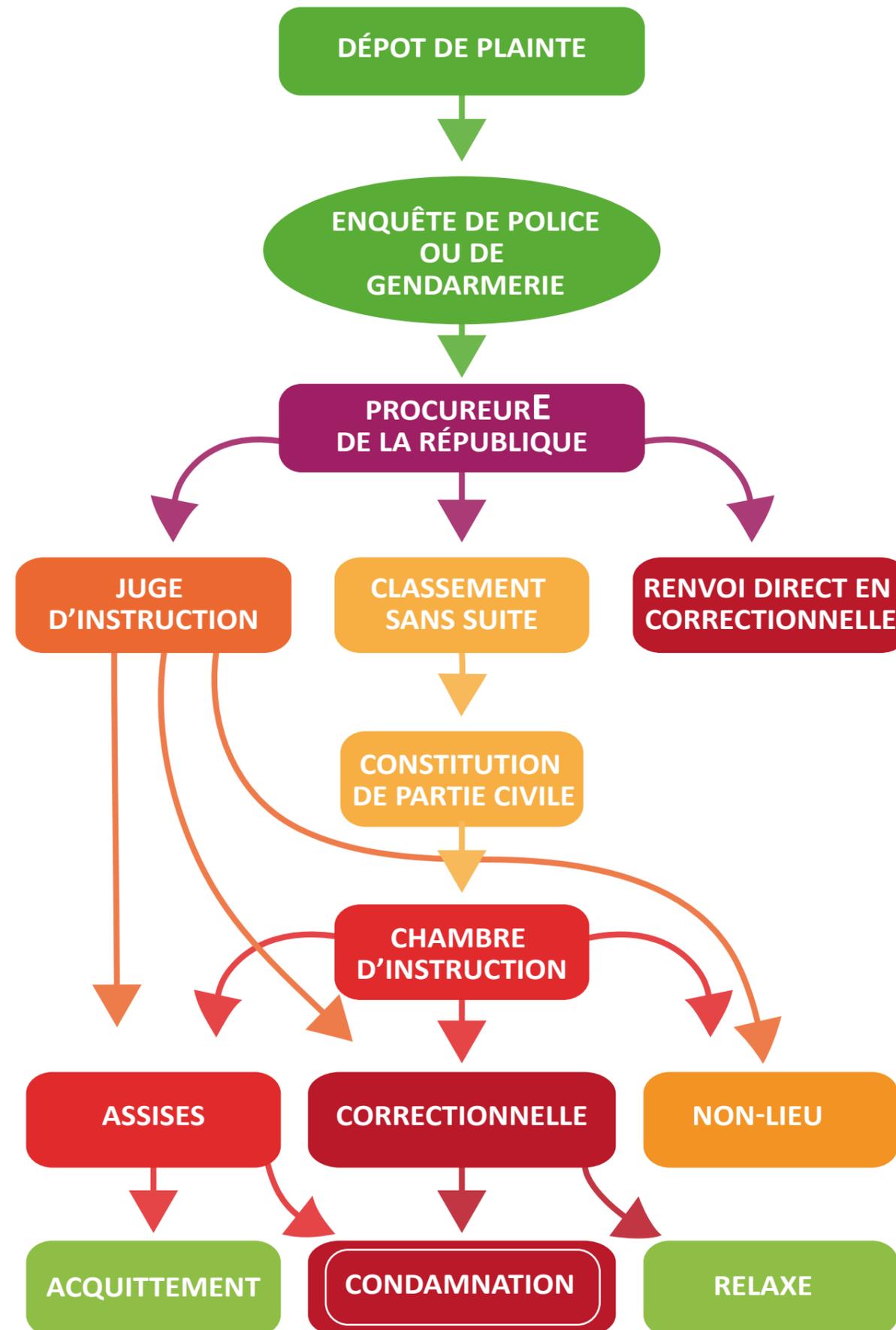


Les écoutantes de la ligne d'écoute
" **Viols Femmes Informations** "
peuvent t'aider à préparer ta plainte.
Tu peux les appeler au:
0800 05 95 95

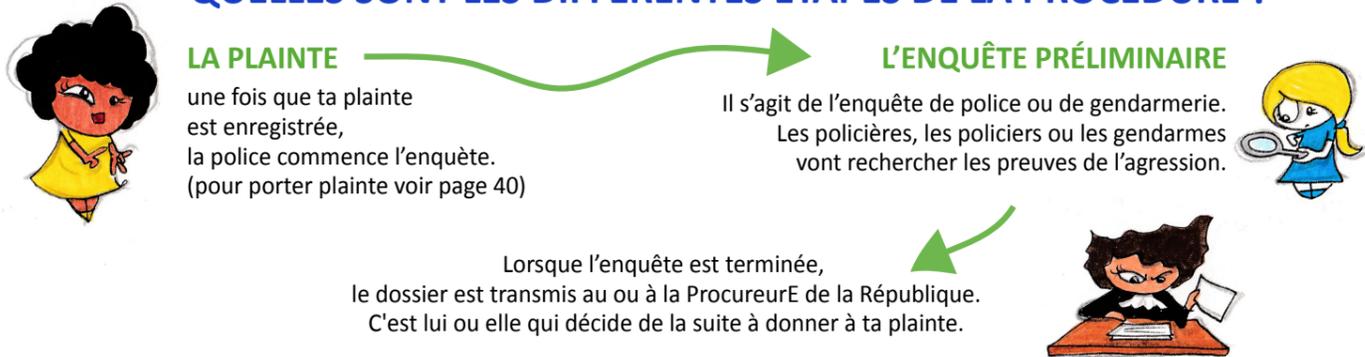
LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DE LA PROCÉDURE

Dans cette partie, tu trouveras des informations qui te permettront de comprendre les différentes étapes d'une procédure si tu déposes une plainte contre l'agresseur.
Tu trouveras aussi une description des personnes qui jouent un rôle dans la justice.

J'AI PORTÉ PLAINTE ET APRÈS ?



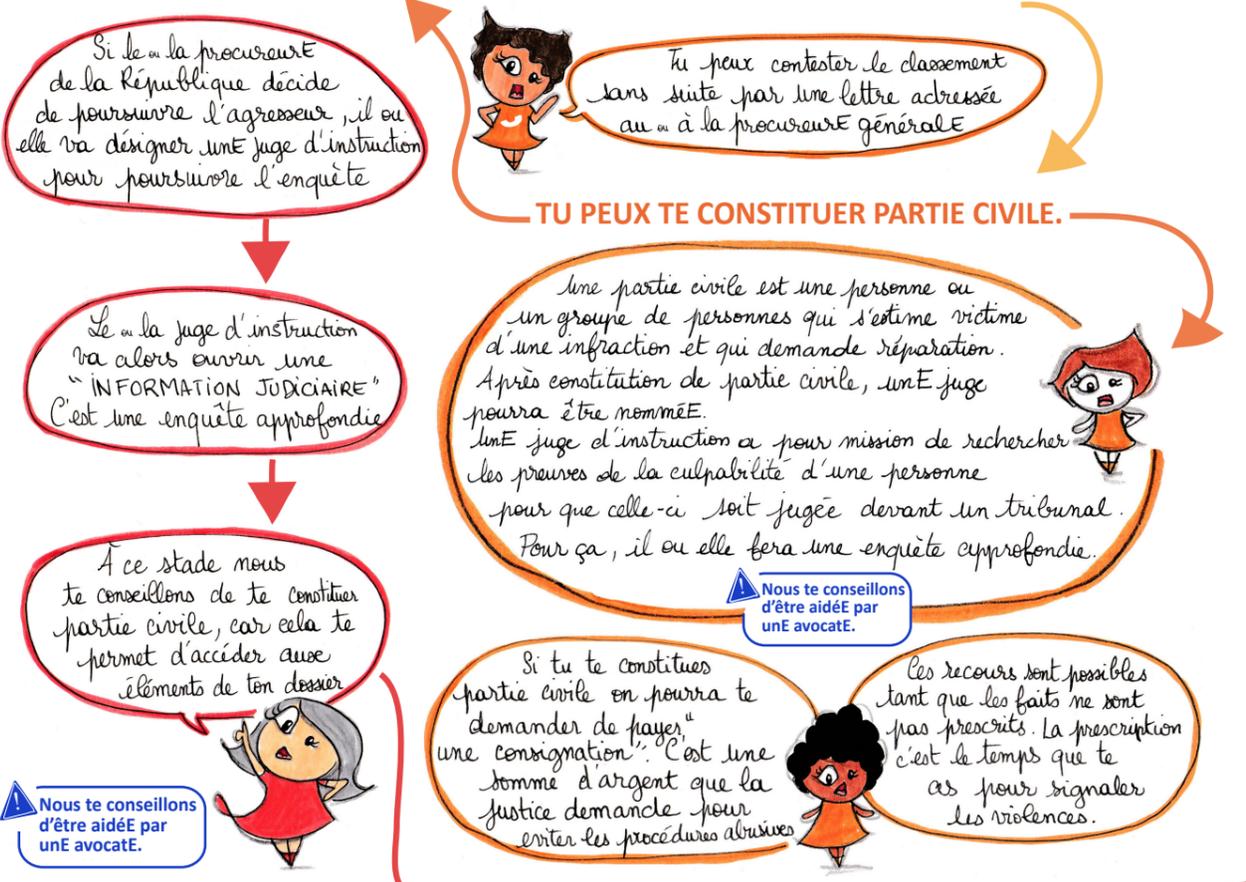
J'AI PORTÉ PLAINTE : QUELLES SONT LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DE LA PROCÉDURE ?



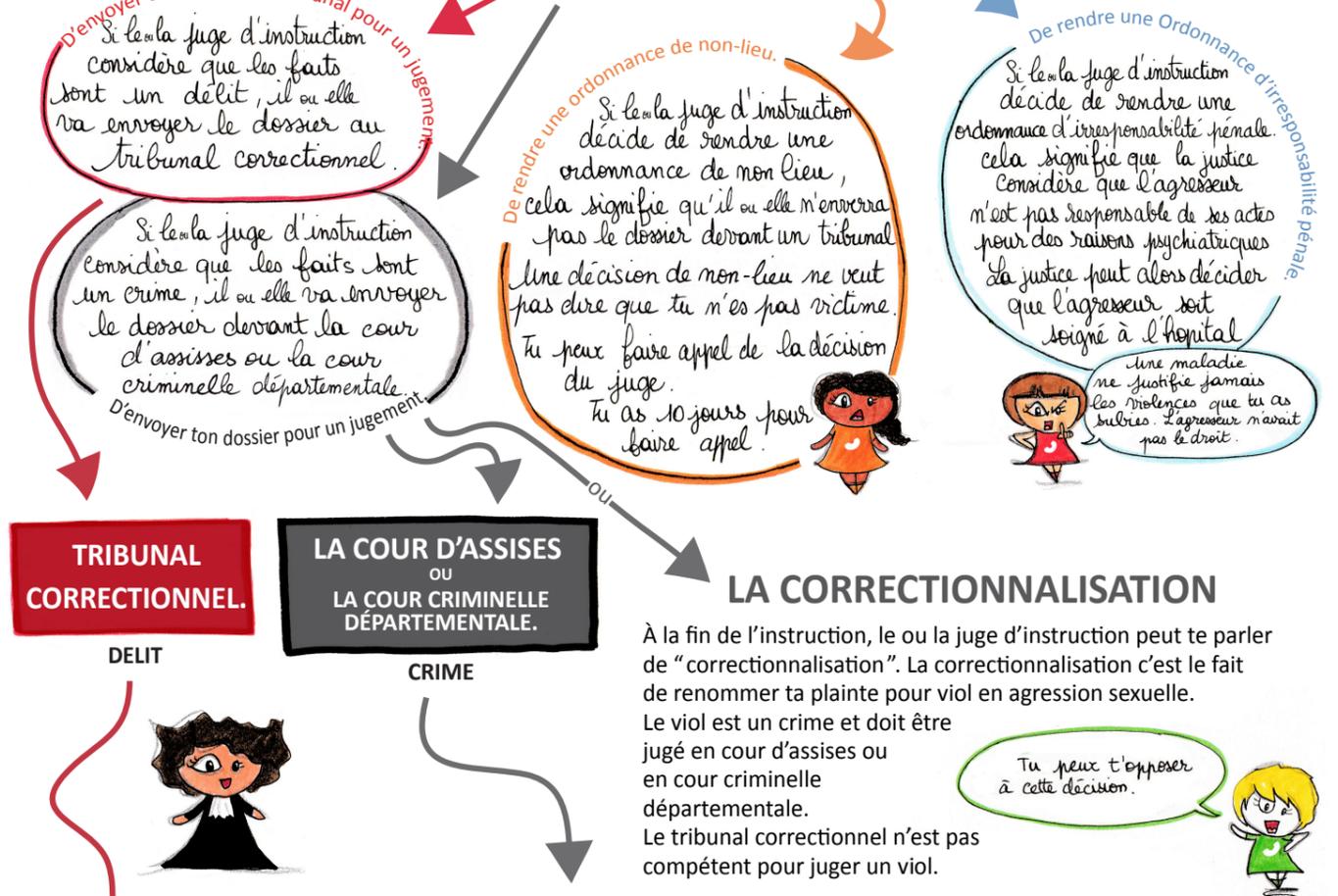
LE OU LA PROCUREUR E DE LA RÉPUBLIQUE PEUT DÉCIDER :



L'INSTRUCTION



À LA FIN DE SON ENQUÊTE, LE JUGE D'INSTRUCTION PEUT DÉCIDER DE



LE PROCÈS

LE TRIBUNAL CORRECTIONNEL

Le tribunal correctionnel juge les délits. Les agressions sexuelles ou le harcèlement sexuel sont des délits.

L'audience dure quelques heures maximum. Ton dossier est jugé au milieu d'autres affaires.

La décision peut être donnée plusieurs semaines après l'audience. Ça s'appelle un jugement en "délibéré".

L'AGRESSEUR PEUT ÊTRE PUNI DE 10 ANS DE PRISON MAXIMUM.



LA COUR D'ASSISES

La cour d'assises juge les crimes. Le viol est un crime.

La cour d'assises est composée de magistratEs et de juréEs populaires. Les magistratEs sont des personnes qui travaillent pour la justice. Les juréEs populaires sont des personnes tirées au sort. Ils participent au procès. Le procès est le temps pendant lequel l'agresseur est jugé. Les juréEs populaires ne connaissent pas les éléments du dossier.

Toute la procédure depuis ta plainte ou le signalement, est dite à l'oral. Ton témoignage à l'oral est entendu. Celui de l'agresseur et des témoins aussi. Un procès en cour d'assises dure plusieurs jours.

Les procès en cour d'assises sont publics. Cela signifie que n'importe qui peut être présent dans la salle. Il peut y avoir ta famille, tes amiEs, les associations qui te soutiennent, les médias et des inconnuEs.

Si tu ne veux pas que des personnes assistent au procès, tu peux demander le huis clos. Le huis clos, c'est l'absence de public jusqu'à la fin du procès. Tu peux aussi demander un huis clos partiel. Cela signifie que le public ne sera pas présent lorsque tu parleras.



* Si tu es toutE seulE, n'hésite pas à contacter des associations, ou à nous appeler.

LA COUR D'ASSISES PEUT CONDAMNER L'AGRESSEUR À DES PEINES DE PRISON ALLANT JUSQU'À 15 ANS DE PRISON À LA PRISON À VIE.

LES ACTEURS ET ACTRICES DE LA JUSTICE

Qui sont-ils / elles ?

Juriste

Je suis spécialiste du droit.
Je peux te conseiller dans tes démarches.
CertainEs juristes sont aussi avocatEs.



AvocatE

Je suis là pour te conseiller
et t'assister dans tes démarches juridiques.
Je défends tes droits lors d'un procès.



ProcureurE de la république

Je reçois des plaintes et des signalements.
Je décide de leur suite : classement sans suite,
ou alternatives aux poursuites, ou poursuite de l'enquête



Juge d'instruction

Je suis chargéE de rassembler toutes les preuves du dossier.
J'interroge les témoins, demande des actes d'enquête
et détermine la suite des procédures.



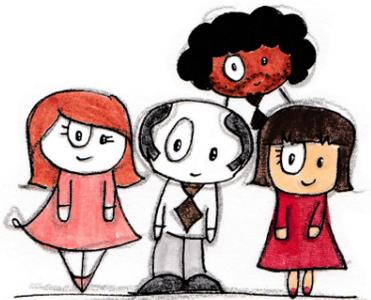
MagistratE

J'applique la loi lors des procès notamment.
Je prends des décisions juridiques conformes
au droit des citoyenNEs. Je peux décider de la peine
encourue par un agresseur.



JuréEs populaires

Nous sommes des citoyenNEs tiréEs au sort pour
participer au jugement d'un crime
aux côtés des magistratEs.



L'AIDE JURIDICTIONNELLE (AJ)

Qu'est-ce que c'est ?

Si tu as unE avocatE, tu devras payer des honoraires. Les honoraires sont des frais liés au travail de l'avocatE sur ton dossier.

Si tu ne peux pas payer les honoraires de l'avocatE, tu peux faire une demande d'aide juridictionnelle.



Il faut que l'avocatE accepte de te représenter avec cette aide.

L'aide juridictionnelle, c'est la prise en charge des frais liés à la procédure.

L'aide peut être totale ou partielle. Elle est calculée sur ton revenu.

Dans certaines situations, l'aide juridictionnelle est accordée sans condition de revenus.

Elle est accordée en totalité aux victimes de viol et sans regarder leurs revenus.



Où trouver le dossier de demande d'aide juridictionnelle ?



Tu peux trouver le dossier de demande d'aide juridictionnelle:

- en mairie ;
- dans les tribunaux ;
- dans les maisons de justice et du droit ;
- dans les associations d'aide aux victimes.

- ou sur internet : www.cours-appel.justice.fr

Le formulaire se nomme

"Formulaire CERFA N° 15626*02"



Deux numéros de téléphone pour trouver de l'aide :

Viols Femmes Informations

0 800 05 95 95

Du lundi au vendredi, de 10h à 19h.
Numéro gratuit et confidentiel.

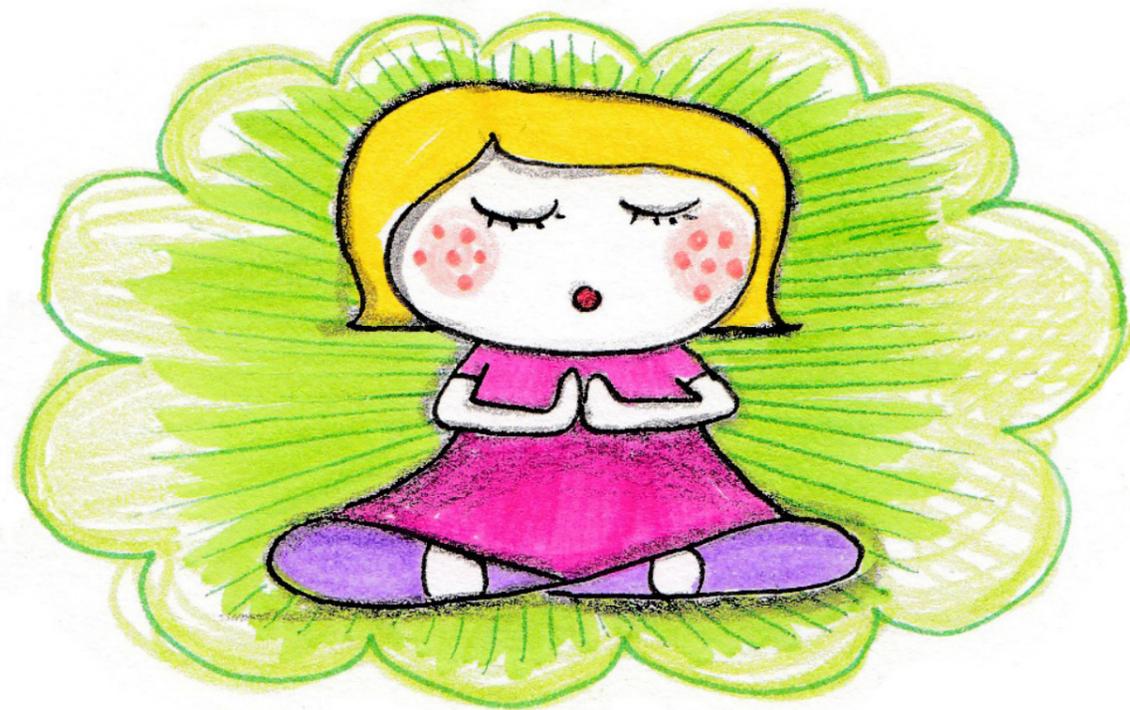
Violences Sexuelles dans l'Enfance

0 805 802 804

Du lundi au vendredi, de 10h à 19h.
Numéro gratuit et confidentiel.



“Tu peux aussi trouver
de l'aide pour te reconstruire”



SE RECONSTRUIRE

Dans cette partie, tu trouveras quelques idées de choses à faire et des adresses utiles pour t'aider à te sentir mieux et à prendre soin de toi.

SE RECONSTRUIRE

Les violences sexuelles peuvent faire beaucoup de mal.



Tu as le droit de prendre soin de toi.
Tu es la priorité.
Va à ton rythme.

Voici quelques idées de choses à faire pour prendre soin de toi :

- Te promener dans un parc ;
- Relire ton livre préféré ;
- Faire une longue sieste ;
- Manger ton dessert préféré ;
- Aller voir un film ;
- Voir tes amiEs ;
- Prendre un bon bain ;
- Faire des mots fléchés...

Parfois les émotions se mélangent. Tu peux être angoissée, triste, anxieux, anxieuse ou stresséE.



Nous te conseillons de faire des exercices de respiration.

Tu peux en trouver sur le site internet du Collectif Féministe Contre le Viol

(cfcv.asso.fr) :

↳ Relaxation et gestion du stress :

↳ Quelques outils

Il existe également des applications sur téléphone.



Nous te conseillons également d'écrire. Lorsque ça ne va pas, tu peux prendre un carnet et écrire tout ce que tu ressens. Lorsque tu te sens mieux, range le carnet. Si tu n'aimes pas écrire, tu peux dessiner ou enregistrer des audios sur ton téléphone.



Le plus important, c'est que tu trouves une activité qui te correspond.

**NOTES OU
DESSINS**



OÙ TROUVER DE L'AIDE

Dans cette partie, tu trouveras les numéros
d'associations qui peuvent t'aider.

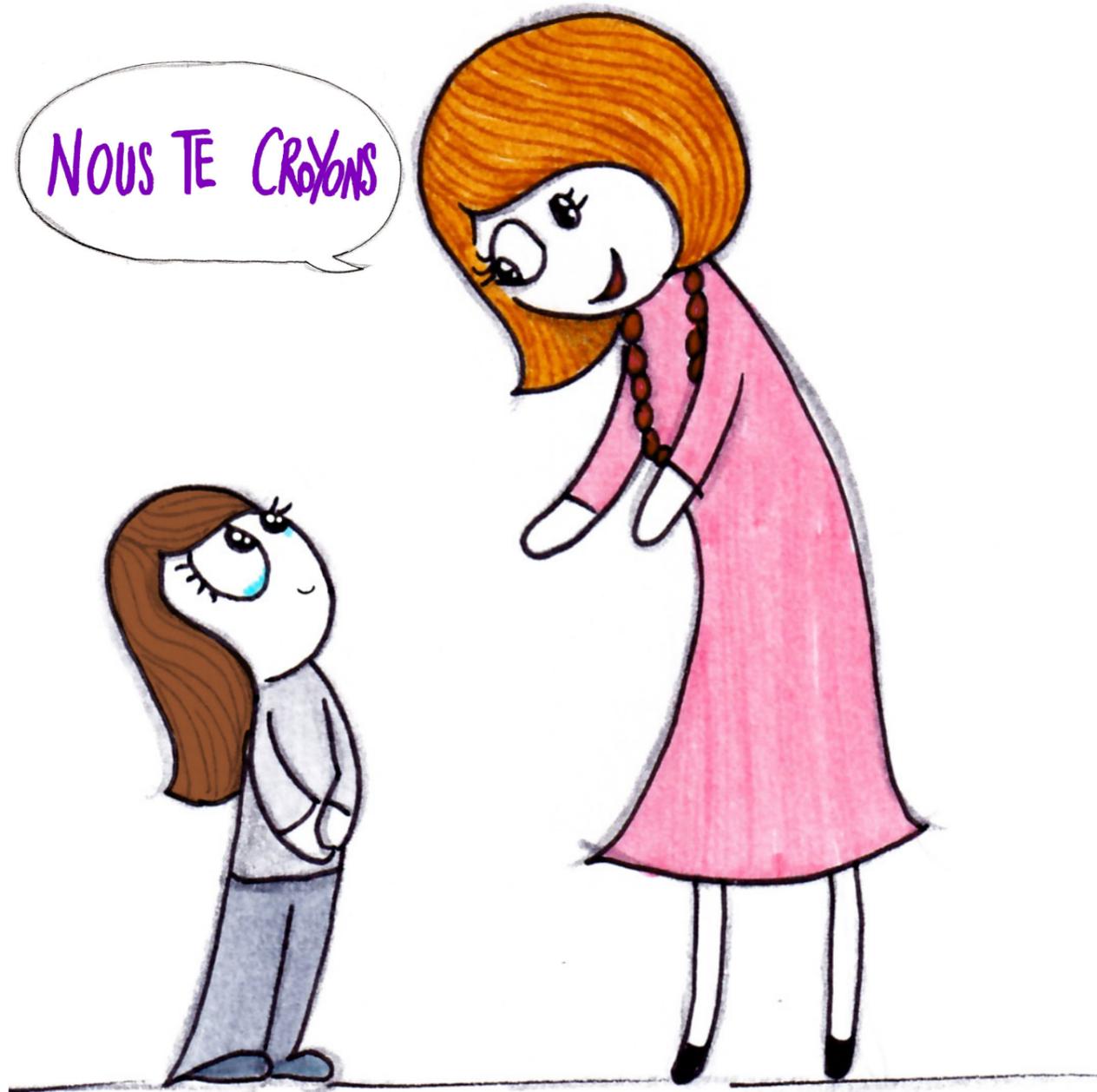
OÙ TROUVER DE L'AIDE

Tu as moins de 18 ans, où trouver de l'aide ?



Si tu as subi des violences sexuelles, des personnes ressources existent pour te protéger. Tu peux en parler à unE adulte de ton école, de ton établissement scolaire ou unE adulte de confiance.

NOUS TE CROYONS



UNE INFIRMIÈRE SCOLAIRE EST LÀ POUR APPORTER:

- une écoute
- une aide
- un soutien aux élèves

A cartoon illustration of a school nurse with grey hair, wearing a white coat, talking to two students, one with grey hair and one with brown hair.

ELLE PEUT ASSURER UN SUIVI ET UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Elle peut également établir les relais nécessaires au sein de l'établissement (Médecin de l'éducation nationale, assistante de service sociale, psychologue scolaire)

A cartoon illustration of a school nurse with grey hair, wearing a white coat, talking to a student with brown hair.

UNE INFIRMIÈRE SCOLAIRE PEUT DÉLIVRER LA CONTRACEPTION D'URGENCE

A cartoon illustration of a school nurse with grey hair, wearing a white coat, giving a pill to a student with black hair.

Les autres membres du personnel de l'établissement scolaire peuvent t'aider : conseillerE principalE d'éducation, assistantE de service social, professeurE, psychologue scolaire etc.

Tu peux parler à unE professionnelle de confiance.



Trouver du soutien par téléphone selon votre situation :

● **Le Collectif Féministe Contre le Viol (CFCV)**
Site internet : www.cfcv.asso.fr/

● **“ Viols Femmes Informations ” - 0 800 05 95 95**
Horaires : du lundi au vendredi de 10 heures à 19 heures.

● **“ Violences Sexuelles dans l'Enfance ” - 0 805 802 804**
Horaires : du lundi au vendredi de 10 heures à 19 heures.

● **119 - Allo enfance en danger (SNATED)**
Pour signaler des faits de violences psychologiques, physiques ou sexuelles sur des mineurEs.
Horaires : 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24
Téléphone : 119,
Numéro national et gratuit ou joignable également par tchat sur leur site internet : www.allo119.gouv.fr

● **3919 - Violences Femmes Infos**
Horaires : 7j/7 et 24h/24
Téléphone : 3919
Numéro gratuit et anonyme
Site internet : www.solidaritefemmes.fr



● **D'autres numéros existent selon ta situation:**

- En cas de harcèlement : **3020 “ Non au harcèlement ”**
- En cas de cyber-harcèlement : **3018 “ Net écoute ”**
- En cas de violences physiques et psychologiques :
0 800 05 12 34 “ Stop maltraitance ”

Il est possible de demander un rendez-vous téléphonique avec unE psychologue, un suivi est possible.

Site internet : www.enfance-et-partage.org

- Pour toute question sur la contraception :

0 800 08 11 11 “ Écoute sexualité contraception ”

- Pour toute question concernant ta santé (physique ou mentale):

0 800 235 236 “ Fil santé jeune ”

Numéro anonyme et gratuit pour les 12 -25 ans.

Trouver du soutien dans une association spécialisée :

● **L'association départementale du Mouvement français pour le planning familial**
Site internet : www.planning-familial.org

● **Le centre de planification d'éducation familiale (CPEF)**

Il est possible d'y rencontrer des professionnelLEs telLEs que des médecins ou des sage-femmes pour des informations.
Ces centres peuvent pratiquer des tests de grossesse, une interruption volontaire de grossesse ou orienter vers des médecins et partenaires.
C'est un lieu d'accueil, d'écoute et d'orientation. Les mineurEs peuvent y être reçuEs sans autorisation parentale, la consultation est confidentielle et gratuite.

● **Bureaux d'aide aux victimes**

Selon les départements tu peux y trouver des juristes et psychologues.
Site internet : www.france-victimes.fr

● **Centre d'information sur les droits des femmes et des familles**

Selon les départements tu peux y trouver juristes, psychologues, des groupes de parole...
Site internet : www.infofemmes.com

Enfance :

● **L'enfant bleu**

Il est possible de joindre directement unE psychologue par téléphone qui pourra fournir une écoute et te conseiller au **01 56 56 62 62**.

Cette association met également en place une prise en charge thérapeutique gratuite pour les mineurEs victimes autant de temps que nécessaire.

L'association se trouve en Île de France, à Lyon, Toulouse et Grenoble.

● **Innocence en danger**

L'association a mis en place une permanence juridique gratuite, il est possible de la joindre en envoyant un mail à l'adresse suivante : juridique@innocenceendanger.org
L'association permet également d'être mise en lien avec des avocatEs.

● Enfance et partage

L'association prend en charge le coût de séances de psychothérapie auprès d'une des 30 psychologues de son réseau.

L'association propose également un accompagnement juridique.

Site internet : www.enfance-et-partage.org

Handicap :

● Femmes pour le Dire, Femmes pour Agir (FDFA)

Horaires : du lundi au vendredi

de 10 heures à 13 heures, puis de 14 heures à 18 heures.

Téléphone : 01 40 47 06 06

Numéro anonyme et non surtaxé.

Site internet : www.fda.fr



● Pour les femmes avec une déficience auditive,
par mail : ecoute@fdfa.fr.

Prostitution, traite des êtres humains à des fins d'exploitation sexuelle :

● Amicale du Nid

L'Amicale du Nid est présente dans
16 départements.

L'association accueille et accompagne
les personnes victimes de prostitution.

Site internet : www.amicaldunid.org

● Mouvement du Nid

Horaires : du lundi au vendredi,
de 10h à 18h

Téléphone : 01 42 70 92 40

Site internet :

www.mouvementdunid.org

Si tes droits ne sont pas respectés, tu peux écrire :

● Défenseur des droits

Horaires : du lundi au vendredi de 9 heures à 18 heures.

Téléphone : 09 69 39 00 00

Site internet :

www.defenseurdesdroits.fr/demander-de-laide-au-defenseur-des-droits-146

Par courrier sans frais d'affranchissement :

Défenseur des droits / Libre réponse

71120 / 75342 Paris CEDEX 07

Prendre contact directement avec la police ou la gendarmerie

Si tu es ou as été victime de violences sexuelles,
tu peux :



● Appeler le 17

● Écrire par sms au 114

● En parler à des policiers sur
un tchat en ligne spécialisé :

La plateforme numérique de signalement des atteintes
aux personnes et d'accompagnement des victimes (PNAV)

Site internet : www.service-public.fr/cmi



NOTES OU DESSINS



Brochure réalisée avec
le soutien financier de :



VICTIME D'UN VIOL : TU N'Y ES POUR RIEN.

Quelles que soient les circonstances,
le coupable c'est lui.
Il n'avait pas le droit, c'est la loi.

Tu as raison de chercher de l'aide,
nous sommes là pour t'aider à en trouver.



Deux numéros de téléphone pour trouver de l'aide :

Viols Femmes Informations

0 800 05 95 95

Du lundi au vendredi, de 10h à 19h.
Numéro gratuit et confidentiel.

Violences Sexuelles dans l'Enfance

0 805 802 804

Du lundi au vendredi, de 10h à 19h.
Numéro gratuit et confidentiel.

**COLLECTIF FEMINISTE
CONTRE LE VIOL**

VIOLS FEMMES INFORMATIONS

N° national **0 800 05 95 95**
APPEL GRATUIT / ANONYME / LUN-VEN 10H-19H

Un grand merci à Élodie Pommier et Juliette Leclercq