

Âge  
16-24

Bon toucher

mauvais

toucher



## Quelle est la différence entre un bon toucher et un mauvais toucher ?

Un exemple de « bon toucher » est quand ta mère t'embrasse sur la joue pour te dire au revoir, ou que ton père passe son bras autour de tes épaules. Ou c'est peut-être ton oncle qui te tape amicalement dans le dos. C'est de l'affection. Tu te sens en sécurité et aimé(e).

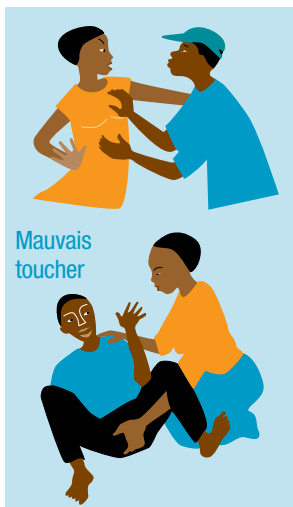
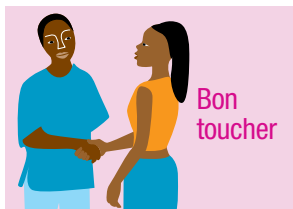
Mais quelqu'un pourrait essayer de toucher des parties de ton corps d'une manière que tu n'aimes pas.

Il est interdit à quiconque de toucher tes organes génitaux ou tes seins sans ta permission. Si une personne te touche d'une manière qui te fait peur, t'inquiète, te rend triste, te fait honte ou te rend mal à l'aise, ce n'est pas acceptable. C'est un « mauvais toucher » ou un abus sexuel.

Si un médecin ou une infirmière doit t'examiner, ils doivent obtenir ta permission. Ils doivent t'expliquer pourquoi ils ont besoin de t'examiner.

### Répondre au mauvais toucher

Ton corps est à toi. Donc c'est à toi de décider qui peut le toucher.



Quelqu'un peut essayer de te faire faire quelque chose que tu ne veux pas. Quelqu'un peut t'offrir quelque chose dont tu as besoin ou que tu veux, te dire qu'il t'aime ou te menacer. Quelqu'un peut essayer de te toucher d'une manière qui te met mal à l'aise ; toucher tes seins ou tes parties génitales ; te demander d'enlever tes vêtements ; prendre une photo/vidéo de toi quand tu es nu(e) ; te parler de relations sexuelles ; ou te demander de toucher ses organes génitaux.

Si quelque chose ne va pas, même si l'autre personne ne te touche pas, fais confiance à ton instinct et pars. Tu as le droit de dire non. Évite d'être seul(e) avec des gens qui te mettent mal à l'aise ou avec lesquels tu ne te sens pas en sécurité.

Si'il t'arrive quelque chose comme ça, voici ce que tu peux faire :

- ▲ **Crie** « Non, arrête ! » ou dis d'une voix forte : « Va-t'en, je n'aime pas ça ! »
- ▲ **Enfuis-toi** et demande de l'aide.
- ▲ **Defends-toi** si tu te sens suffisamment en sécurité.

Si quelqu'un te touche ou te force à le toucher sexuellement, tu pourrais avoir honte ou te sentir coupable. Cette personne peut te demander de garder un secret ou menacer de te faire mal si tu le dis. Tu peux avoir le sentiment d'être seul(e), comme si personne ne pouvait t'aider. Cette personne peut même te faire croire que c'est ta faute. Souvent, la personne qui fait ça essaie de montrer qu'elle est plus forte que toi.

Ce n'est pas facile de signaler un abus sexuel. Mais parler à quelqu'un peut t'aider à te sentir mieux et à obtenir l'aide dont tu as besoin. Parle à quelqu'un en qui tu as confiance

(peut-être un parent, un enseignant ou un médecin), même si la personne qui t'a touché(e) est un ami de la famille ou un parent. Si la première personne à qui tu parles ne peut pas ou ne veut pas t'aider, dis-le à quelqu'un d'autre jusqu'à ce que tu trouves quelqu'un qui te croit et qui peut te soutenir.

Si la personne qui t'a touché(e) de cette manière vit chez toi ou est souvent près de toi (peut-être à l'église ou sur ton lieu de travail), il est vraiment important de le dire à quelqu'un pour que cela ne se reproduise plus. Tu pourrais également avoir accès à un service pour les jeunes personnes ayant subi des abus sexuels.

Si ça t'arrive, tu dois savoir que :

- ▲ Tu n'as rien fait de mal : ce n'est pas ta faute. Crois en toi.
- ▲ Tu n'es pas quelqu'un de mauvais.
- ▲ Cela ne t'empêchera pas d'avoir des relations heureuses et épanouies.