



TRACER LA VOIE
LEAD THE WAY

Reprendre le pouvoir
Take back the power

CALACS des Rivières

Collectif de textes d'opinion

TRACER LA VOIE
LEAD THE WAY

Reprendre le pouvoir
Take back the power

Merci à Gabrielle Champagne qui a supervisé cette prise de parole citoyenne, ainsi qu'aux membres du jury, Anita Raymond, Marie-Ève Martel et Joel Mailloux pour leur disponibilité et leur rigueur.

Illustrations par Anita Moon Dancer

Mise en page par Sophie Bédard

TABLE DES MATIÈRES

Mot d'introduction	6
Mot du jury	7
1er prix	9
Les violences sexuelles dans notre société (signé Myriam Désilets)	
2e prix	11
Knowledge is power (signé Anonymous)	
3e prix	12
On t'a beaucoup tuée (signé Billie-Anne Leduc)	
Mention spéciale	15
Delicate thoughts (signé Sophie Jasmine Crawford)	
Une vie brisée par un acte de pouvoir (signé Livi Colombe)	17
La petite fille et le méchant loup (signé Mélanie Carrier)	19
Un regard appuyé (signé Julie Prévile)	21
Comment est-ce qu'ils peuvent se permettre (signé SYLG)	22
FEMMES (signé Lucile Dauvergne)	23
La scène reste gravée dans ma mémoire (signé Marie-Ève Cloutier)	25
15 ans, victime de violence sexuelle (signé Manon Godard)	27
Lettre d'opinion (signé Léa Girard)	28
Every day is the same (signé J. Lefrançois)	29
L'enfance ratée / 200 à 1000 maux (signé FM de Cowansville)	31
Moi (signé Anonyme)	33
Il était une fois, une jeune princesse de 17 ans (signé Maïca Messier)	35
À mon agresseur (signé Julie Coderre)	37
De nos jours (signé KG)	38
Non aux violences sexuelles (signé Karina Francoeur)	41
L'ombre de mon âme (signé Lyne Chabot)	42
Cocons d'énergie	45
Remerciements	46

MOT D'INTRODUCTION

Dans le cadre de son 35^e anniversaire, le CALACS a voulu créer une série d'événements rassembleurs. L'idée d'un concours est apparue. Pour demeurer en phase avec la mission qui nous est chère, cette idée a finalement pris la forme d'un concours de textes d'opinion sur les violences sexuelles. Quoi de mieux pour stimuler la créativité mais surtout une prise de position chez la population? Ce fut donc à son tour de prendre la parole (ou plutôt la plume), d'exposer ses convictions, de s'indigner.

Vous trouverez dans ce recueil tous les textes reçus, en commençant bien sûr par les favoris du jury, qui se sont d'ailleurs mérités de magnifiques prix. La plupart sont en français, quelques-uns sont en anglais. Certains prennent davantage la forme d'un poème ou d'un témoignage tandis que d'autres nous livrent directement un point de vue sur cette problématique inacceptable. Une chose est sûre, tous ces textes viennent du cœur, des tripes et tendent à nous éveiller vis-à-vis différents aspects des violences sexuelles, des lacunes au niveau de l'éducation jusqu'aux conséquences chez les victimes. Même s'il s'en dégage beaucoup de souffrance, d'incompréhension et de désarroi, on y perçoit aussi de l'espoir, la possibilité d'une reprise de pouvoir individuelle et collective sur les causes et les ravages de ces violences.

Au fil des pages, vous verrez des illustrations colorées. Celles-ci peuvent rappeler une spirale, un cocon ou un nid. Pour nous, elles représentent le mouvement entre l'intérieur et l'extérieur. Rédiger un texte d'opinion exige d'abord un acte d'introspection, un regard vers soi, un examen d'où nous en sommes. De ce «cocon» personnel où s'entremêlent convictions, sentiments et expériences diverses émerge ensuite un acte d'expression, d'affirmation, qui aura un impact sur le monde extérieur. Ce recueil tisse un fil qui unit les VOIX, esquisse une VOIE vers une reprise de pouvoir.

Bonne lecture, en espérant que ces textes généreusement offerts nourriront votre réflexion...

MOT DU JURY

À tous.tes les participant.e.s :

Que d'émotions vous nous avez fait vivre! Nous tenions à remercier chacun et chacune de vous pour vos offrandes, accueillies comme un cadeau que nous avons pris grand plaisir à découvrir. Merci de nous avoir confié vos réflexions profondes, vos témoignages et de nous avoir invités dans les recoins les plus secrets de votre parcours. Peu importe le style d'écriture, nous avons apprécié chacun de ces textes et nous espérons que leur publication suscite chez d'autres une réflexion qui contribuera à faire de notre société un milieu où il fait mieux vivre.

À tous et toutes, merci encore de nous avoir livré une part de vous-mêmes.

Anita Raymond, administratrice au CALACS des Rivières

Marie-Ève Martel, journaliste au journal la Voix de l'Est

Joel Mailloux, enseignant en Éthique et culture religieuse à l'école secondaire l'Envolée



PREMIER PRIX

LES VIOLENCES SEXUELLES DANS NOTRE SOCIÉTÉ

Par Myriam Désilets

Les violences sexuelles sont ancrées dans notre société à un point tel qu'elles sont devenues banales. On ne se rend même plus compte que nous y participons nous-mêmes. Une blague par-ci, un petit commentaire par là. Même certaines de nos expressions véhiculent des violences sexuelles. Partout, on entretient des stéréotypes qui nous apparaissent banals, car ils sont présents depuis des années, et on en vient même à justifier des comportements de violences sexuelles par ces mêmes stéréotypes. Prenons l'exemple suivant : les annonces de bières. On voit toujours des gens sur le party, avec de jeunes filles plus ou moins habillées et des hommes qui se tapent dans les mains lors de son passage. C'est banal comme publicité. Mais lors d'un de ces partys dans la vraie vie, et que tout se passe de façon similaire à l'annonce et qu'un homme, ou une femme, décide d'aller plus loin sans le consentement de l'autre et que la personne en parle, dénonce, le premier argument sera, « oui, mais on était sur le party, elle avait bu, c'est ça faire le party ! » Ouin, mais... NON. C'est l'image que l'on donne d'un party, mais ce n'est pas la réalité. Et le plus triste là-dedans c'est que la plupart des gens abonderont dans le même sens.

Les violences sexuelles...

C'est quand une jeune fille commence à fréquenter l'école secondaire et que mononcle et matante ne cessent de lui demander si elle a un p'tit chum. Ou encore de lui dire « Si tu veux des trucs, j'peux t'en donner moi !! »

C'est lorsque tu parles à une amie, un parent ou un/e thérapeute sur ton manque de désir sexuel, sur tes inquiétudes face à la sexualité et qu'on te répond « Tu sais des fois il faut juste se forcer un peu ! » (eh oui on me l'a déjà dit).

C'est un petit commentaire du genre « T'as les lèvres toutes sèches, tu dois avoir frenché en masse ! »

C'est d'entendre des gars dire « Ouin est chaude elle ! » quand une fille passe dans la rue. C'est ce genre de remarque qui ramène la femme à un simple objet de désir, et non pas à l'entièreté de ce qu'elle est.

C'est des examens de routine chez les médecins, qui ne prennent plus le temps de nommer ce qui va être fait ni d'obtenir le consentement, et encore moins lors de l'accouchement.

C'est de mettre une date sur le retour de la vie sexuelle après un accouchement, au lieu de laisser la femme choisir quand elle sera prête.

C'est de dicter à nos jeunes de ne surtout pas mettre de camisoles à l'école, car ELLES exciteront beaucoup trop les garçons, au lieu d'éduquer nos garçons au respect de CHAQUE être humain, quel qu'il soit.

C'est de demander à des filles d'avoir un corps parfait et de dénigrer les autres. C'est de dire que nous atteindrons le bonheur que SI et seulement SI nous sommes dans ce genre de corps.

Mais que fait-on alors ?

Il faut prendre le temps d'écouter ce que l'on dit. Il faut prendre le temps de peser nos mots et de prendre conscience de leur sens. C'est de regarder la réaction de l'autre lorsque les mots sortent de notre bouche. C'est de remettre en doute tous les stéréotypes bien ancrés dans nos mémoires. C'est d'écouter, de regarder, pour vrai, les annonces publicitaires. C'est de poser des questions pour tous les soins qui vous sont offerts. C'est de respecter les limites des autres, de respecter leur intimité.

C'est de ne pas accepter ce genre de commentaires nommés plus haut. C'est de dénoncer, de ramener les gens sur le moment. Mais ce n'est pas d'engueuler, de crier, de frapper. On condamne les violences sexuelles, nous ne pouvons donc pas répondre par la violence.

Les violences sexuelles sont partout, tout le temps. À chaque coin de rue, à chaque rencontre, une remarque, une blague, un dicton, un commentaire volontairement déplacé, une publicité. Les violences sexuelles sont partout, et même en nous. Il faut donc commencer par soi et s'observer dans nos comportements, nos gestes, nos paroles. Pour la majorité des gens, ils ne veulent blesser personne. Ils font seulement ce qu'ils ont toujours appris. Il est maintenant temps de réapprendre à s'écouter, à nommer les choses, à se respecter, à respecter les autres et à aimer pour de vrai.

DEUXIÈME PRIX

KNOWLEDGE IS POWER

Par Anonymous

Knowledge is power. Sexual violence is a misnomer because it doesn't take into account how non violent sexual harassment or rape can be. Especially in a long term relationship, when your partner wants to have sex and asks you 9 times in the same day. As a person you can just assume he is being annoying, and also that maybe it's normal behavior. When he starts to touch intimate places and you try to push him away, again you can just assume your partner is being annoying. I think sexual non consent needs to be spoken about more often. We know about 40% of women will be victims of sexual violence. Knowledge is power and this is a subject that would have benefited me and alot of young women in sexual education.

The news highlighting stories where the rapist gets a very low sentence for the horrible crime he committed doesn't help victims who have been raped feel respected, or even that they should come forward. The stigma of being a victim is so ingrained that it goes back to being a kid and a tattle tail.

We know that alot of victims remain silent and don't come forward but why blame them. We as a society are very silent about talking about sex, consent and even sexual violence. As a social species that is supposed to look out for each other, we do a poor job at communicating and sharing beneficial knowledge.

The last subject I want to speak about is the sexual abuse culture in the Canadian military plastered all over the news. As a women I find it ridiculous that it hasn't already been fixed. They are supposed to protect our country yet they are victimizing women from our own country. It says alot that women would be better off in our own military if they were separated from men and had there own base.

It might be optimistic to say but maybe we can lower the occurrence of sexual assault using our public education and teaching our young what is acceptable in all forms of relationships and what is not acceptable.

TROISIÈME PRIX

ON T'A BEAUCOUP TUÉE

Par Billie-Anne Leduc

Tu t'es fait poignarder plusieurs fois dans ta vie. Comme si ton corps était fait d'une substance attirante pour les couteaux. Une sorte de beurre, de mollesse, appelant la déchirure.

On t'a parlé, abordée, pour te détruire. Pour te planter une lame dans le ventre. On t'a enlevée à toi. Découpé l'âme.

Longtemps les gens ont enfoncé leur haine dans ta tendresse et ton plexus. Avec leurs poings, les massues et la dureté.

*

Plusieurs fois dans ta vie on t'a tuée. Clouée; intimidée.

Par peur de ta douceur on t'a lapidée. Par peur de ta vulnérabilité et de l'humain on t'a assassinée.

Non, les meurtriers n'ont pas voulu voir ton être-vitre, ton infini bouillant, ton coeur battant.

Pas voulu voir le rien, le tout, les nuances, le néant, les craquements, les pleurs et les pincements. Pas voulu voir tes yeux ouverts et profonds; pas voir toi.


*

Plusieurs fois dans ta vie on t'a décapitée. On a enlevé ton visage pour qu'il ne soit qu'un crâne. On a brûlé tes cheveux et leur couleur, dé-regardé tes yeux, cassé ton nez pour n'être qu'un trou. On a durci ta peau, ignoré tes joues - maison d'accueil des larmes.

On t'a affamée. Dispersée. Désimpressionnée. Tranché la gorge et l'air.

Maintes fois on t'a coupé la langue dans un combat contre la sienne. La guerre des langues : une meurt, une crie.

*



Les gens, dans ta vie, t'ont déforestée. Ont bu ta sève sans vergogne et sans permission.

Des gens ont avalé ton feu pour en faire le leur.

Ils t'ont dé-calculée et désordonnée. Ils ont commandé le torrent en toi et se sont servis.

Ils ont pris, colonisé, ce qui te fait femme.

Ils ont noyé ton corps et sa chair de leur torse imposant.

*

Les gens ont valorisé tes pères et rabaisé tes sœurs. Ils ont baisé tes mères et les ont amputées de la parole.

Les gens dans ta vie n'ont pas écouté ton esprit et ton être. N'ont pas lu ta bonté et l'ont jetée.

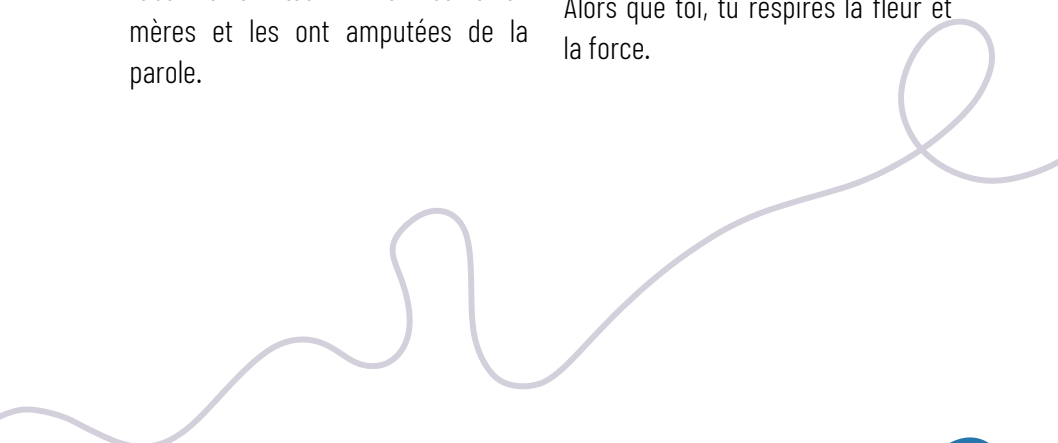
Les gens t'ont étiquetée de beauté. Parodié le mystère.

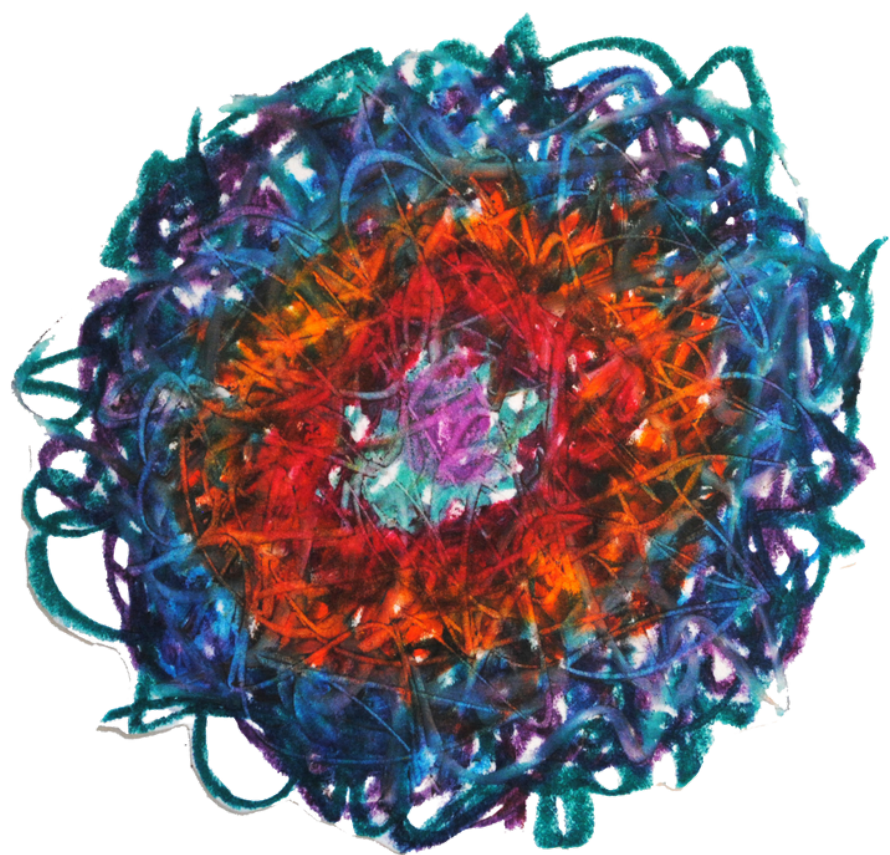
Ils t'ont rapetissée, fait fourmis. T'ont décolorée – mise transparente. Les gens t'ont fait fantôme. Déjà-morte. Ils t'ont pourrie, putréfié la présence et sucé l'amour.

Les gens t'ont beaucoup tuée.

Les dominants ne sont pas ceux qui triompheront. Ils n'obtiendront qu'épines en retour de ce qu'ils lancent, frappent et tuent.

Alors que toi, tu respires la fleur et la force.





MENTION SPÉCIALE

DELICATE THOUGHTS

Par Sophie Jasmine Crawford

May water polish my afflictions;
And the soap absorb my mind.
May the cruelty,
And my memory,
Stop being intertwined.

An immortal soul untouched,
Was what I thought to be.
But a stranger took my body,
And forgot to give it back to me.

I am recollecting pieces.
My head; my shoulders; knees; & toes.
This home that I inhabit,
Stolen by a moment I never chose.

My head and Cape Town shorelines,
both beaten yet benign.
We let water hit the surface,
Hoping it'll wash away the grime.

I can feel myself sinking,
But the bath will never be deep enough.
There is an unexplored depth,
And it lives inside my thoughts.

As days pour into nights,
My silence becomes sound.
I can feel myself awakening,
Stretching out for solid ground.

They say 'time is of the essence',
But they forget to tell you 'time',
It is but a fickle thing.
Much less real than my own mind.

Tonight I lay alone,
Wrapped in nothing but soft white
skin.
Making myself a promise,
That my existence is not a sin.

[...]

A crack of morning,
A glimpse of April's first Primrose,
Awoken in last night's bath,
Awoken with delicate thoughts.



UNE VIE BRISÉE POUR UN ACTE DE POUVOIR

Par Livi Colombe

Pour tous, les violences sexuelles n'ont pas la même forme ou la même force. Il s'agit d'un acte qui a été fait une seule fois, ou à plusieurs reprises, mais dont les conséquences sont aussi grandes. Il peut s'agir d'un attouchement, de paroles. Il peut avoir été fait sous la menace d'un couteau ou de manipulation verbale. La façon de faire n'a pas d'importance. Le résultat est le même. Il brise une vie.

L'acte comme tel se définit de la même façon pour tous les agresseurs : c'est un acte de pouvoir. L'agresseur a besoin de sentir qu'il prend possession de sa victime en lui faisant peur... Peut physiquement ou verbalement. L'arme qu'il choisit n'a pas d'importance. Que ce soit avec une arme physique, une main, une parole menaçante, une manipulation pour que sa victime se sente coincée, les conséquences sont les mêmes. Il y a autant de façon de faire que de crimes.

Il y a un AVANT et un APRÈS pour les personnes agressées. Elles ont toutes eu une vie normale AVANT, et après, elles doivent tenter de retrouver une certaine normalité. Bien entendu, leur vie ne sera plus jamais la même et les répercussions auront de lourdes conséquences. Mais elles devront travailler fort pour guérir et recoller ce qui a été brisé en elles.

Certaines veulent s'effacer, devenir invisibles afin de ne pas attirer encore des agressions, de ne pas voir la pitié dans le regard des gens.

Ces victimes sont autant des hommes, des femmes...des enfants, des adultes, et de toutes les origines. Que cet acte qui a brisé leur vie soit arrivé à n'importe quel moment de leur vie, on peut retrouver beaucoup de points communs, de ressemblances dans leur parcours, dans leur vécu.

Moi-même ayant été victime de violences sexuelles, je sais qu'on peut ignorer et banaliser les répercussions de cet acte vécu. Mais elles nous rattrapent toujours, que ce soit dans nos relations personnelles, professionnelles ou nos comportements de tous les jours. Il faut une victime d'agression sexuelle pour en comprendre une autre.

Pour les personnes ayant subi une agression, il en résulte un traumatisme. Il est unique à chacune. Mais pourquoi eux (les agresseurs) peuvent continuer leur vie paisiblement pendant qu'elles (les victimes) ont peur?

Les « victimes » de violences sexuelles ont toutes une chose en commun, elles ont été brisées et aimeraient avoir droit à une petite portion de leur vie puisque l'autre leur a été brutalement, égoïstement enlevée.

Les victimes d'agressions sexuelles ne devraient pas avoir peur de sortir de chez elles, elles ont le droit de vivre comme n'importe quel individu...mais comme leur vie a été brisée, elles ont besoin de sentir qu'elles sont crues, entourées et protégées pour croire encore en la vie, pour garder espoir et cesser d'avoir peur. Heureusement des groupes d'entraide existent afin de les aider à reprendre goût à la vie et à découvrir qu'il n'est jamais trop tard pour reprendre le contrôle de sa vie, sans culpabilité, la tête haute et en reprenant confiance en elles.

Mais pour les agresseurs, il faut trouver des solutions pour leur enlever le pouvoir qu'ils ont sur les vies des autres afin que plus personne ne puisse briser la vie d'enfants, de femmes et d'hommes qui ne demandent qu'à vivre LEUR vie. Pas une portion de vie...mais LEUR vie, à laquelle elles ont droit elles aussi.

Donnons le droit aux victimes de se donner une deuxième chance de vivre une vie sereine, sans cette peur au ventre qui les paralyse et leur pourrit la vie. Commençons par trouver des solutions pour qu'elles n'aient plus à croiser le regard, la route de leurs bourreaux. Nous savons que la majorité de ces crimes sont faits par des hommes sur des femmes et des enfants. On se doit d'agir et de renverser la vapeur car sans les femmes, il n'y a pas d'enfants, et les enfants sont nos adultes de demain. Protégeons nos générations futures, rendons-leur le pouvoir sur leur propre vie.

LA PETITE FILLE ET LE MÉCHANT LOUP

Par Mélanie Carrier

Il était une fois une petite fille qui était née d'une maman sauveuse et d'un papa malade. Pour lui tenir compagnie, elle avait un grand frère toujours là pour la protéger... et aussi l'embêter. Un jour, la maman sauveuse en avait assez de devoir aider le papa qui faisait souvent des allers-retours entre le pôle Nord et le pôle Sud et qui risquait sa vie à chaque fois. Cette maman fit alors ce qu'elle faisait de mieux, elle sauva sa peau et celle de ses enfants, en chassant le papa qui était envahi par ses 2 pôles. Après plusieurs années à vivre paisiblement, la maman voulut se trouver un nouvel amoureux qui l'aiderait à prendre soin de sa famille. Après avoir rencontré plusieurs vilains canards, la maman rencontra ce qu'elle croyait être son prince charmant. Il paraissait bien, leur offrait des cadeaux et lui promettait de la rendre heureuse dans son beau château à la campagne. C'est alors qu'à l'âge de 7 ans, la petite fille et sa famille déménagèrent dans le château du beau prince, sans savoir que ce château allait vite se transformer en donjon maléfique.

Un jour où la maman était partie travailler, le beau prince montra son vrai visage à la petite fille. Un méchant loup, voilà ce qu'il était réellement. Ce loup profita d'un moment où il était seul avec la petite fille pour lui montrer qu'il pouvait se grattouiller à un endroit qui lui faisait beaucoup de bien. Il expliqua que c'est un jeu très agréable et que si elle voulait, ils pourraient jouer ensemble une prochaine fois. La petite fille ne comprenait pas vraiment ce drôle de jeu, mais elle comprenait que ça devait rester entre eux. Malheureusement pour la fillette, elle ne voyait pas que le loup refermait tranquillement ses griffes sur sa candeur d'enfant pour la lui voler à tout jamais.

Pour s'amuser, le loup aimait beaucoup se faire flatter, mais grand cœur qu'il avait, il flattait aussi la petite fille. Il lui montrait à quel point ça pouvait être plaisant pour elle également. Il arrivait aussi, lorsque la petite fille s'assoit sur les genoux du prince, que le loup, bien caché, ne puisse retenir sa nature et donne des petits coups avec sa queue sur le popotin de la gamine. Cette dernière s'en offusquait devant sa mère, qui n'y voyait que du feu, croyant qu'il l'avait seulement chatouillée. Que de colère et de tristesse envahissaient la petite fille qui essayait seulement d'être aimée, mais qui réalisait assez rapidement que pour lui, elle ne serait toujours qu'un objet pour combler ses désirs. Elle avait envie de crier, mais se sentait étouffée par la grosse patte du loup.

Par contre, comme la petite fille avait un grand-frère, le jeu devenait plus compliqué pour le loup. Il décida d'utiliser son pouvoir de prince et il harcela le jeune homme jusqu'à ce qu'il décide d'aller vivre chez son papa. Le loup était bon dans son rôle, il savait comment jouer avec ses pions pour arriver à ses fins.

Il faisait si bien son travail, que la petite fille allait parfois lui demander elle-même pour jouer. Chose pour laquelle elle s'en est voulu longtemps. Cependant, en vieillissant, la jeune fille

n'aimait plus le jeu, elle sentait qu'elle était la seule à toujours perdre la partie et remarquait qu'un jour, elle allait payer cher le prix de toutes ces défaites.

À un certain point, la jeune fille avait développé une peur bleue du loup. Quand il tentait de l'attraper, alors qu'il portait ses habits de prince, elle faisait la roche pour être la plus lourde possible et que le loup ne puisse pas la toucher. Elle détestait le contact de ses mains et surtout de ses pattes sur elle. Comme le loup ne pouvait plus gratter ou se faire gratter, il dut trouver une nouvelle stratégie pour conserver son pouvoir. C'est alors, qu'à tous les matins, lorsque la maman était partie travailler, le loup apparaissait dans son plus simple appareil dans la salle de bain la porte ouverte. Il devait s'assurer qu'elle le voit bien et qu'il n'était pas disparu. La rage montait en elle chaque fois qu'elle devait passer devant cette salle maudite. Pour survivre à cette torture, elle fonçait vers sa chambre en courant et en regardant droit devant elle.

Notre amie tentait tant bien que mal de vivre sa vie normalement, malgré le secret qu'elle portait seule sur ses épaules. Elle avait peur de soigner son apparence, pour ne pas trop attirer l'attention du loup sur elle et continuait de vivre dans la crainte. Une autre chose qui n'a pas aidé pendant cette période, c'est son papa qui, car il en avait marre de vivre entre les pôles Nord et Sud, décida de partir vivre au paradis, là où il faisait plus beau. Il arriva alors, trop souvent, à la jeune fille de pleurer la nuit en rêvant d'aller visiter son papa et qu'enfin le loup et la souffrance disparaissent. Parfois même, elle souhaitait recréer la célèbre scène finale du petit chaperon rouge, où elle jouerait le rôle du bûcheron sauvant la fillette.

Ce qui sauva notre héroïne, c'est son frère qui la questionna sur la réelle identité du prince lors de son anniversaire de 18 ans où ils étaient seuls tous les deux. La jeune femme qui avait porté ce fardeau si longtemps pleura toutes les larmes de son corps sachant qu'elle n'était plus la seule avec son secret.

Ils prirent donc la décision d'annoncer la terrible nouvelle à la maman. Cette dernière n'était pas prête à recevoir la nouvelle. Elle pleura, elle aussi, toutes les larmes de son corps en sentant son avenir se dérober sous ses pieds. Heureusement, comme elle avait un cœur de sauveuse pour ses enfants, qui dormait bien profondément, elle alla le réveiller et se mit à la recherche d'une nouvelle demeure. Elle quitta le prince et partit vivre loin de cette vilaine bête.

J'aimerais bien pouvoir vous dire que l'histoire se finit bien comme dans les contes de fée. Malheureusement, l'histoire ne se termine jamais réellement et la petite fille devenue femme doit constamment se battre avec les conséquences de ce jeu bien malsain, qui l'a laissée remplie de blessures. Elle a su user de courage pour amener le loup devant le tribunal avec une autre femme ayant vécu une histoire trop similaire à la sienne. Par contre, elle comprend qu'un jour ses plaies vont guérir et qu'elle pourra arborer fièrement ses cicatrices.

UN REGARD APPUYÉ

Par Julie Prévile

Un regard appuyé, un sourire, un souffle bruyant, un mot soutenu, un geste ébauché ; tous ces petits riens anodins pour les autres, mais qui ont une signification immense pour la proie. Mais non ! C'est une mauvaise interprétation, des idées préconçues, cette tension presque palpable, ce sentiment de malaise que quelque chose n'est pas comme il faut, c'est dans la tête.

De la violence ? Mais non ! C'est l'expression de la pensée, d'un désaccord de point de vue, c'est une blague. Du contrôle ? Mais non ! Je choisis librement de plaire, de faire plaisir, de me conformer aux désirs de l'autre.

Les regards se font plus directs et précis, le souffle insistant toujours plus près, des mots plus équivoques, des gestes plus décidés. Si les autres ont remarqué quelque chose, ils détournent le regard. « Ce n'est pas possible, tu l'as sûrement provoqué, je n'ai pas à juger, il doit y avoir une bonne raison, ce n'est rien de méchant ! »

Tu l'évites le plus possible, tu es malade de stress, qu'as-tu fait de mal ?
Pourquoi ça t'arrive à toi ? Qu'est-ce que tu peux faire ?

Fini les simples regards et le souffle dans le cou, les mots sont définitifs et sans détour. Les gestes sont implacables, ils sont accompagnés de menaces et d'exigences. On agresse, on prend, on pleure et on implore.

Puis vient le NON, on n'en peut plus, on n'en veut plus ! On dénonce, on accuse, on se débat. On trouve du soutien et de l'aide, on espère. On obtient justice... Et on guérit.

COMMENT EST-CE QU'ILS PEUVENT SE PERMETTRE

Par SYLG

Comment est-ce qu'ils peuvent se permettre de toucher une vie comme ça?

Peu importe c'est qui, ils ne devraient pas. Ils devraient s'abstenir.

Ne rien laisser à elles-mêmes. À elles qui seront seules à gérer tout ça. Parce que quand eux vont partir, elles seront seules. Seules et sans défense, blessées, meurtries, traumatisées.

Ils devraient le voir, tout ça, tout le mal qu'ils créent. Que leurs actes font.

Pourquoi ne le voient-ils pas ? Ce mal, qui consume, la tête, le corps, la santé, les relations par la suite. Ce mal qui ne fera qu'empirer. Que détruire. Qui fera vouloir, l'autodestruction. La fin, une façon de faire arrêter ce mal laissé par eux. Où est ce manque, dans le processus ?

Dans l'éducation ?

Dans le système ?

Dans les cœurs ?

Dans le milieu ?

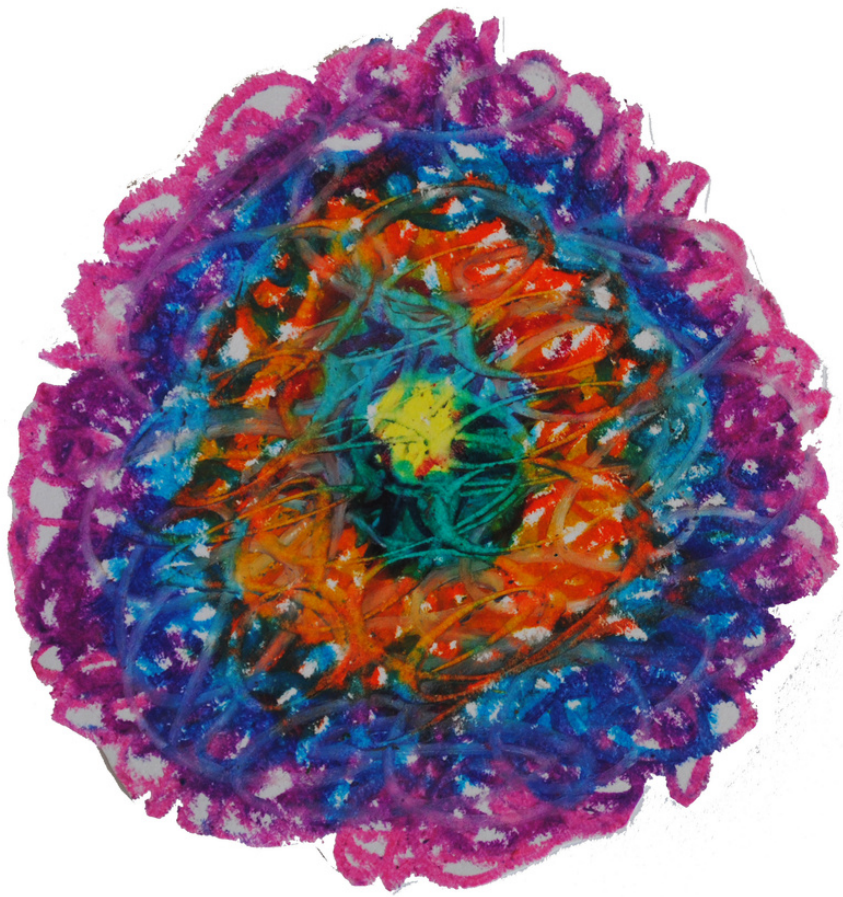
Pourquoi personne n'a encore réussi à trouver les solutions pour faire finir, ces maux, ces douleurs, ces cassures. Faire arrêter tout ce mal. Les faire arrêter eux, eux qui font mal. Leur faire comprendre, les éduquer, mais aussi le faire pour ceux qui suivent. Pour les générations futures, celles qui feront le monde de demain. Pour celle qui présentement peut se cacher derrière une application pour écrire, pour dire, pour faire sentir, ce qu'elle veut. Sans conséquence ? Sans reproche ? Sans parents proches pour leur faire comprendre qu'une telle chose ne se fait pas. Sans système pour leur faire comprendre qu'il peut y avoir des répercussions judiciaires claires et que quand tu fais du mal à quelqu'un il y a des conséquences. Sans milieu où grandir en pensant aux autres, à leurs sentiments, à leurs valeurs. Sans être parfait, juste sans blesser autant une personne que les répercussions sur celle-ci affecteront sa vie, à jamais.

FEMMES

Par Lucile Dauvergne

Je rêvais du prince charmant
Tu rêvais d'une belle t'obéissant
Je te parlais à coeur ouvert
Tu me la faisais à l'envers
Première dispute, c'est une erreur!
Premiers cris, tu m'as fait peur...
Mon visage devient pâleur
Tes poings deviennent douleur
Un jour je crois au bonheur
Car tu sais conter, menteur!
Je me change, je m'oublie
Ça te change, tu souris
Je ne mange plus, je maigris
Je suis légère, tu es ravi
Deuxième dispute, c'est pas une
erreur!
Et la frayeur, cognant dans mon
coeur
Mes idées sont éparpillées
Toi tu penses qu'enfin, j'ai plié
Je me noie, je me perds
Tu aboies, en colère
Les fleurs et les espoirs?
Trop faible, je veux encore y croire
Je change, je m'oublie
Ça te change, tu souris
Je ne parle plus, ne souris
Du calme à tes oreilles, exquis!
Troisième, quatrième, cinquième
dispute...

D'accord, mon prince n'est qu'une brute
Mon corps a mal
Des bleus je voile
Pour la première fois tu m'obliges
De toute ta force tu m'affliges
« Mais comment peut-il? », comme
prières
Pourtant, ce ne sera pas la dernière...
Nue, je me blottis...
Toi, tu m'as tout pris.
D'amour, je voulais que mon coeur
batte
De peur, il faudra qu'il combatte.
Nombreuses sont les combattantes
D'hommes violents, les survivantes
Toutes en coeur, à l'unisson
Léguons à nos garçons, une leçon
De nos âmes aimantes et triomphantes
nous devons les éduquer
Devenus hommes ils connaissent la
beauté de savoir aimer.



LA SCÈNE RESTE GRAVÉE DANS MA MÉMOIRE

Par Marie-Ève Cloutier

La scène reste gravée dans ma mémoire. La caméra fait un gros plan sur le visage d'une jolie jeune fille, une fraîche recrue de l'industrie. Elle a le haut-le-cœur parce qu'un homme lui enfonce un jouet sexuel dans le fond de la gorge. Elle se fait ordonner de jouir de plaisir, mais elle finit par vomir, sous les rires et les insultes du « talent masculin ». La vidéo s'intitule « Abus oral dégradant ».

En 2016, j'ai visionné le documentaire « Hot Girls Wanted » sur Netflix, d'où provient l'extrait ci-haut. J'ai été bouleversée. Je savais bien que l'industrie pornographique présentait des comportements sexuels « alternatifs » ou « en marge ». Mais je ne me doutais pas à quel point la pornographie actuelle est à des années lumières des magazines aux oreilles de lapin coquin que nos pères et nos frères dissimulaient jadis dans leur tiroir de boxers. D'un coup, ma naïveté a été remplacée par l'indignation.

J'ai éventuellement appris que 88% des vidéos pornographiques les plus populaires aujourd'hui démontrent de la violence physique, presque exclusivement de la part des hommes envers les femmes. J'ai appris que la très grande majorité des femmes qui se retrouvent dans l'industrie pornographique sont vulnérables. Elles viennent de situations économiques défavorables et présentent un taux élevé d'usage de drogues. Elles ont pour la plupart un historique d'abus sexuel ou de violence domestique. Elles sont aussi très souvent leurrées dans l'industrie par un copain-proxénète qui leur promet amour, argent et succès. Si ces femmes avaient réellement le choix et qu'elles ne présentaient pas de nombreux facteurs de risque, elles auraient presque toutes choisi un autre métier. D'ailleurs, la porno opère un si grand ravage sur leur corps et leur âme que la durée moyenne d'une carrière dans ce milieu est de deux à trois mois.

J'ai appris qu'il y a un lien direct entre la pornographie et la prostitution, car la frontière entre ces deux industries est très poreuse. Plusieurs femmes se font promener d'une à l'autre par leur producteur ou proxénète. La pornographie empire la vie des femmes prostituées, car les clients leur exigent souvent de rejouer des scènes pornographiques qu'une femme « typique » n'accepterait jamais de faire. En d'autres mots, la pornographie alimente l'exploitation sexuelle.

J'ai appris que la pornographie virtuelle agit sur le cerveau comme la consommation de substances psychotropes. C'est pourquoi les individus qui commencent avec du contenu « soft » peuvent se rendre un jour à visionner du contenu qu'ils considéraient auparavant comme dégoûtant. Leur niveau de tolérance a augmenté et ils ont besoin

d'une « dose » plus forte pour atteindre l'euphorie – ou l'orgasme, en l'occurrence. L'industrie pornographique n'hésite pas à créer du contenu de plus en plus choquant pour satisfaire son audience dépendante et empocher les milliards de dollars ainsi générés chaque année.

J'éleve quatre enfants à l'ère digitale. Depuis leur jeune âge, je tente de leur inculquer le respect, le consentement, l'autonomie corporelle, l'usage judicieux des outils technologiques et la prudence sur les réseaux sociaux. Mais je sais que les parents autour de moi ne sont pas nécessairement conscients de la gravité du contenu qui circule librement dans l'espace virtuel et qu'ils ne sont pas outillés pour en parler avec leurs jeunes. La première introduction à la sexualité des amis de mes enfants et de leurs futurs partenaires pourrait se faire via la pornographie à cause d'un clic accidentel.

Cela me perturbe. Je n'ai pas envie qu'une industrie qui est plus motivée par les profits que par la santé publique éduque une génération complète au sujet de la sexualité avec des scripts axés sur des actes dépourvus d'amour ou de sensualité. Mais c'est ce qui est en train de se produire sur les écrans de nos jeunes. Les conséquences se font déjà sentir, mais peu en parlent.

J'ai donc compris que je ne devais pas rester silencieuse à ce sujet. J'ai la conviction que les humains ne devraient pas être utilisés comme des biens de consommation. Je crois que toute personne devrait pouvoir vivre sa sexualité de façon épanouie et sans coercition physique ou virtuelle.

L'industrie pornographique s'enrichit sur le corps des femmes et sur les cerveaux accros des consommateurs et non pas sur la dignité et la valorisation de chaque être humain. Si nous voulons réellement dire que nous sommes contre la violence sexuelle, nous devrions dire non à la pornographie.

15 ANS, VICTIME DE VIOLENCE SEXUELLE

Par Manon Godard

«Fermez vos yeux et essayez de penser à votre ado»

Endossez-vous que ce passage à l'âge adulte vole en éclats? Un dur chemin à vivre, ce ne sont plus des enfants, pas encore des adultes, et pourtant...

Je côtoie parfois malheureusement ces victimes qui n'ont pas atteint l'âge adulte et néanmoins traînent déjà dans leur bagage les conséquences de la violence sexuelle. La violence sexuelle et tous types de violence n'étant ni acceptables à l'adolescence qu'à l'âge adulte à mon avis, cependant ces premiers sont souvent moins outillés dans cette situation. Avons-nous attendu trop longtemps avant de prévenir, d'informer et d'éduquer en ce qui a trait aux relations saines et à la sexualité ?

Des paroles ou des gestes de domination, d'humiliation, d'abus lors du premier amour, le seul et unique grand amour n'autorise pas la manipulation affective ou le chantage peut-être même par le biais de moyens technologiques. Un problème social moderne, dans les années 50, 60 et 70, nous n'entendions pas parler de cyberagression, drogue du viol ou de diffusion non consensuelle d'image intime par de jeunes « idoles » de sport ou du milieu artistique entre autres. Est-ce que la populace en parlera encore dans un an? Probablement pas, mais pour la victime comment vivra-t-elle avec les conséquences et les impacts de cette agression à caractère sexuel dans un an, et pour combien de temps après ?

Ça ne se passe pas dans ma maison! Vraiment? La violence sexuelle est présente dans toutes les classes de la société : elle n'a pas l'âge, c'est un bon garçon, ce n'est pas dans nos valeurs, ce n'est pas comme ça que je l'ai élevé, je connais ses parents - Saviez-vous que la majorité des victimes d'agression sexuelle sont mineures (18 ans et moins) ? C'est alarmant!

Elle ne m'a rien dit!

- C'est ta faute !
- Ne parle pas de ça à personne, de quoi nous allons avoir l'air !
- Avec la façon que tu t'habilles, tu as couru après!
- Ce n'est pas si grave que ça, il y a bien pire dans la vie !
- Attends d'être une femme avant de chialer !

L'avez-vous protégée, sécurisée? Avez-vous été à son écoute ? L'avez-vous crue ? Même si mon texte semble féminin, les garçons peuvent être victimes aussi. Même si mon texte parle de l'adolescence, la victime sexuelle se vit à tous les âges. Les conséquences de la violence sexuelle est un enjeu social, ne restez pas un témoin muet !

« Ouvrez vos yeux et essayez de penser à votre ado »

LETTRE D'OPINION

Par Léa Girard

Bonjour, je m'appelle Léa Girard et j'ai 15 ans. Le texte que je vous présente aujourd'hui, est à propos d'un sujet actuel et il est écrit de mes propres mains. Le sujet des agressions sexuelles me touche personnellement et je trouve qu'il n'est pas à prendre à la légère. Selon moi, les victimes d'agression n'en parlent pas assez et je les comprends, car c'est difficile. Dans ce texte, je vous partagerai mon avis sur les conséquences qu'elles peuvent causer, sur le consentement et sur la sexualité.

Premièrement, je crois que les personnes qui n'en parlent pas ont peur car, elles ne veulent pas se faire juger ou être ridiculisées. Dans ce cas-là souvent elles se renferment sur elles-mêmes. Selon moi, ce n'est pas la meilleure solution car, cela peut causer beaucoup de conséquences. Par exemple, beaucoup tombent en dépression, développent des problèmes d'alcool ou des dépendances aux drogues. Certains perdent aussi leur vie sociale car, ils arrêtent de parler aux autres et s'isolent de leur vie habituelle. Passer à travers cette expérience est difficile et c'est pour cela que je pense que de ne pas la vivre seule est la meilleure solution pour vous.

Deuxièmement, je crois que ce n'est pas tout le monde qui comprend ce qu'est le consentement. Pour moi, le fait de respecter les autres est une base de la vie. Selon moi, ce n'est pas tout le monde qui sait se défendre et dire non, car ce n'est pas facile c'est vrai et j'ai moi-même eu de la difficulté à apprendre à m'affirmer. C'est pour cette raison que je crois que si quelqu'un ne te respecte pas même après lui avoir dit de s'en aller, le mieux est d'en parler à quelqu'un qui pourra vous soutenir et vous aider. Peu importe ce que vous ressentez il y a toujours de l'aide disponible un peu partout.

Ensuite, je crois que le manque d'affection et le besoin de sexualité est une grande cause d'agressions sexuelles partout dans le monde. Je pense que quand quelqu'un a envie d'agresser une autre personne, il devrait en parler avant même d'agir. Si la personne se met à l'acte, il pourrait le regretter et blesser la personne et il pourrait alors ne jamais se le pardonner. Selon moi, la sexualité se contrôle si la personne le veut, donc je crois que si une personne te fait des choses que tu ne veux pas, tu ne dois pas te laisser faire et que tu devrais demander de l'aide.

En conclusion, ce texte s'adresse à beaucoup de gens de tout âge et je crois énormément en toutes les femmes qui sont victimes d'agressions sexuelles. Je pense que d'en parler a des intervenants comme le CALACS pourra vous aider à vous redécouvrir et à vous prodiguer des conseils pour passer à travers vos difficultés.

EVERY DAY IS THE SAME

Par J. Lefrançois

Today will be different,
Today I will change.
No more haunting thoughts,
Today is the day.

I awake from a nightmare,
I look all around.
Nothing is different.
I'm not safe and sound.

I remember his hair,
The way he said my name.
Shake off the image.
Wipe off the shame.

Today can be different.
I wish I knew how.
How to stop thinking,
And change it all now.

I take my first steps,
Starting my day.
The pain always crippling,
Getting in my way.

I remember each detail.
I'm broken, a mess.
No hunger, no interest.
I'm utterly hopeless.

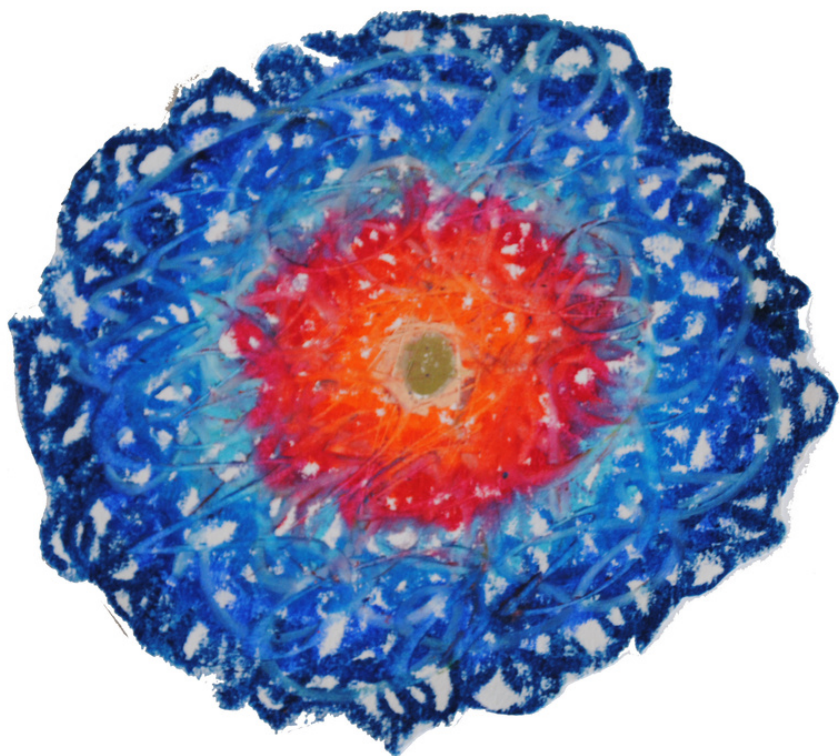
I can see myself walking,
As if I'm floating on air.
Disassociated from myself,
It helps me not care.
I sit on the couch,
Seeking distraction.
The flashbacks begin.
They start to take action.

Push back the pain.
Squeeze it all in.
Play pretend and smile.
That's how I'll win.

Hours pass slowly.
I wait for nightfall.
At least when I'm dreaming,
The pain will stall.

Other than nightmares,
Which seem to persist.
If they were gone,
They would not be missed.
I lay down to sleep,
I hope the pain passes.
I have a message for all,
I speak to the masses.

If your day sounds like mine,
And you wish it was through,
Make sure you seek help.
That's what I'm going to do.



L'ENFANCE RATÉE / 200 À 1000 MAUX

Par Francine Morin

LA MANIPULATION

Ce qui me touche le plus pour l'avoir vécu ce sont tous les genres d'agressions sexuelles vis-à-vis un enfant. L'inceste commence souvent par de la manipulation, il me donnait des bonbons, des chips, du chocolat. Il était mon gardien quand maman sortait ou lorsqu'elle m'envoyait dans sa chambre pour lui tenir compagnie.

ISOLEMENT, INCONFORT, MANQUE DE PROTECTION, HABITUDE DE GESTES IRRESPECTUEUX BIEN ANCRÉS

Il venait de marier ma mère, j'avais 4 ans et j'avais peur de lui. Après avoir gagné superficiellement ma confiance, seule avec lui, il m'assoyait sur sa cuisse et on regardait la télévision. L'habitude prise, il me flattait le dos et passait aussi sa main dans ma culotte. Petit à petit et à mesure que cela se reproduisait, je pensais qu'il vérifiait si j'avais fait « pipi » car il me touchait toujours là où je fais pipi. Je n'aimais pas ce geste et il recommençait chaque fois que j'étais seule en sa présence. Mes sœurs et frères vont à l'école et maman s'absente souvent pour toutes les commissions. Il est mon gardien !

TRISTESSE, MAL-ÊTRE

J'ai maintenant 6 ans et ce geste se prolonge plusieurs fois par jour et par nuit. Je suis de plus en plus triste et me sens de plus en plus mal. Je ne souris plus, je ne joue plus et j'ai toujours envie de pleurer.

FAIRE SEMBLANT

Ma première journée à l'école, j'étais surprise de voir autant d'enfants joyeux tandis que moi je me sentais tellement différente. Sans joie de vivre, éteinte. Pour ne pas me sentir différente, j'ai commencé à « FAIRE SEMBLANT » d'être heureuse.

PRISE DE CONSCIENCE, HONTE, IDÉES SUICIDAIRES

J'ai maintenant 8 ans, je continue à faire semblant. À l'école, la maitresse nous demande si on connaît le mot inceste et nous l'explique. Je me reconnais, je reconnais l'agresseur. Je peux enfin mettre un mot, comprendre ma détresse, mon inconfort quand il me touche. Sachant que c'est mal, la honte et les idées suicidaires s'intensifieront.

J'ai 13 ans, je continue à faire semblant jusqu'au jour où maman « décide de voir ». Pour me dire que je l'avais provoqué. J'ai mal à l'âme, la blessure est encore plus grande. - J'aimais maman, je ne voulais pas lui faire de la peine; alors je ne lui avais jamais dit parce que c'était son mari.

J'ai 67 ans, je ne fais plus semblant. 1000 MAUX plus tard, je reste perplexe, je ne sais quoi penser, je ne sais quoi dire.

Ma plus grande peine réside en sachant qu'encore des enfants subissent l'inceste tous les jours et que tout a été dit sur le sujet... ..

L'inceste est un problème qui touche l'enfant dans tout son être « SANS DÉFENSE ». Perturbant son corps, sa tête, son âme pour toute sa vie. L'inceste est une grande problématique de violence sexuelle. Tout comme ces enfants sans voix, entendons-nous et voyons-nous leur détresse ?

Tous ces sites de pédophiles sur internet : Combien de films ou photos d'enfants violés dès leur jeune âge sans que la loi soit capable de les éradiquer. Ces sites ne font qu'attiser la déviance des pédophiles.


Mon opinion... à y penser...je suis dégoûtée par l'inaction.

MOI

Par Anonyme

Moi
a connu la violence, sexuelle,
Émotionnelle,
et verbalement.
Je réalise que plusieurs jeunes
filles mineures qui, qui soient
affectées des attouchements
sexuels, qui le silence
les habitent, fait fuir autre ville
Mère et fille,
Même ne pas obéir à sa mère,
décide de faire avortement
sans l'avis de sa mère,
qui très affectée de mon passé
qui a manqué ma profession,
tant de détresse cause
manque de dialogue
avec son conjoint.

J'ai connu Halte-Crise (450-378-0487, rue Horner, Granby)
Je conseille que travailleuse sociale là, voilà,
ou autre endroit qui aidera
à vous recheminer sa santé
Moi Connu violence
Verbalement et émotionnelle
il faut la dénoncer,
car je me retrouve
un jour à la maison alternative l'Autre Versant (450-777-7611, 20 Drummond,
Granby)
au fur que les années passèrent



j'acquière de l'expérience
afin que vous sachiez ceci et cela

*psaumes = 16 Verset 1

Dieu est mon refuge
attention à la dépendance affective.

Retournez-vous vers Dieu
une Vie Meilleure vous est réservée...

Mon effort sera dans le confort,
faire face à vos peurs et tout s'effacera...

Conclusion =
sachez cheres ami(es) de près, de loin

acceptez soins médicaux

très important on ne

vous jugera pas

car parfois j'étais

une petite fille naïve, ignorante

parmis une grosse famille

Je n'étais pas en bon endroit

aujourd'hui, je suis heureuse,

joyeuse et libre

de choisir et prendre ma place

assurez-vous que le dialogue

est de mise, en douceur,

et surtout même entente

avec une bonne musique douce...

J'ai repris de la SANTÉ

malgré et malgré

ce n'est pas nécessaire de se

plonger dans Alcool et drogue etc...

surtout durant étude scolaire ou University...

Pardon est suggéré...

IL ÉTAIT UNE FOIS, UNE JEUNE PRINCESSE DE 17 ANS

Par Maïca Messier

Il était une fois, une jeune
princesse de 17 ans,
Attendait son prince charmant
impatiemment,
Elle était démunie d'amour,
Rêveuse d'un meilleur jour,

Un bon jour, elle se rendit à un
mariage,
Non loin de son village,
C'est lorsque qu'elle aperçut,
Ce qu'elle croyait être son prince
charnu,

Ce faux prince était en fait un ogre
ignoble,
Assoiffé de jeune femme noble,
Il lui donna tout ce qu'elle rêva,
Un homme qui serait là,

Cette histoire d'amour,
Était comme des vautours,
Dévorant tout sur son passage,
Laisant la princesse avec un bien
triste visage,

Le prix qu'elle devait payer,
Pour cet amour tant rêvé,
Fut si horrible,
Que jamais plus elle ne connut une
nuit paisible,

Un soir d'hiver comme les autres,
La princesse ose refuser les
avances de cet ogre,
Prise de peur et de tristesse,
Elle lui laissa prendre sa dernière
tendresse,

Depuis ce jour,
Jamais elle n'accorda la confiance
à son tour,
Refusant tout prétendant,
Sous des airs de prince charmant,

Elle apporta cet ogre devant la
reine,

Ou devant les faits,
Ne put qu'accepter sa peine,
Sans doute pour avoir une paix,

La princesse fut anéantie,
Mais sut redonner confiance,
À son nouvel ami,
Digne de confiance,

Elle vécut heureuse pour toujours,
Avec son nouvel amour,
Qui l'aide à chaque jour,
À vaincre ses démons enfouis.



À MON AGRESSEUR

Par Julie Coderre

Cela me fait vraiment étrange d'utiliser ce mot pour te désigner, toi à propos de qui je me suis engagée pour le meilleur et pour le pire jusqu'à la fin de ma vie. Au début de la relation toutes mes amies m'enviaient car tu étais si attentionné... Les choses ont changé tranquillement. Une critique de temps en temps, puis le ton qui montait de plus en plus. Comme tu n'aimais pas mes amies, j'ai perdu contact avec elles. Nous avons eu 3 beaux enfants et notre couple s'est encore plus dégradé...

Maintenant grâce au soutien de mon intervenante, je commence à utiliser les mots violence verbale, sociale et psychologique. Cela a été très difficile à accepter. Récemment, je me suis ouverte à mon intervenante au sujet de cette fameuse nuit du 15 janvier 2021 où tu es rentré complètement ivre à la maison. Je t'avais dit que je ne voulais pas avoir de relation sexuelle avec toi mais vu ton insistance et ta colère qui montait je n'ai pas vraiment eu le choix. Ce soir-là, tu m'as exigé de faire des choses que je ne voulais pas... des choses dégoûtantes et dégradantes. Le lendemain, en regardant mes culottes qui saignaient je pleurais de mal mais mes larmes étaient encore plus des larmes de douleur intérieure. J'avais tellement honte. Toi tu as fait comme si rien ne s'était passé la veille...

À qui je pouvais en parler? Qui pourrait me comprendre? Alors j'ai gardé ce secret enfoui... J'ai tenté de l'enfouir avec des médicaments mais cela n'a pas fonctionné. J'ai tout de même eu le courage de te quitter après cet événement. Reprendre le contrôle sur ma vie est tellement difficile. J'ai compris grâce à mon intervenante que je peux dire non pour un rapport sexuel quand je n'en ai pas envie. Non, je n'avais pas ce «devoir conjugal» de répondre à tes moindres caprices. Je n'ai aucune envie d'entreprendre des démarches judiciaires au sujet de mon viol. Maintenant je suis capable d'utiliser ce mot : viol conjugal. Ce mot fait partie du langage judiciaire seulement depuis 1990 au Québec. Je n'ai aucune énergie à consacrer à aller témoigner devant un juge qui me fera sentir coupable et qui passera ma vie sexuelle au peigne fin. Tout ce que je veux te dire c'est que je prends maintenant ma vie en main et que maintenant je suis capable de dire que je suis une victime, une victime de violence sexuelle. Vais-je être capable de faire confiance à nouveau à un homme? C'est incertain mais ce qui est par contre une certitude maintenant pour moi est que je ne méritais pas cela...

DE NOS JOURS

Par KG

De nos jours, même si nous sommes en plein XXI^e siècle, parler d'intimidation ou d'agressions sexuelles est toujours difficile car ce sont des sujets encore très tabous.

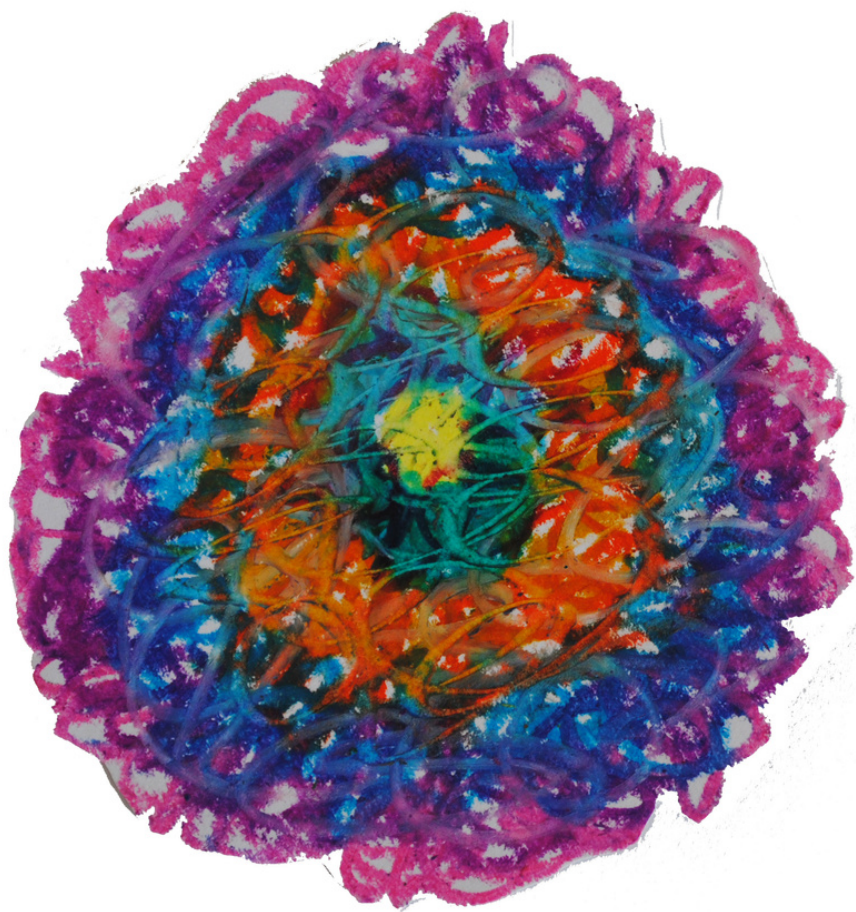
Bien sûr, depuis plusieurs années, la prévention auprès de nos enfants est davantage présente dans les écoles mais on dirait que ce n'est pas suffisant. Il faudrait encore plus de conscientisation en lien avec la gravité des conséquences que laisse une telle situation. Pour y arriver, dans un monde idéal, ce sont des familles complètes, des juges et des procureurs qui seraient sensibilisés, en plus de faire en sorte que les conséquences envers les agresseurs soient plus sévères.

Malheureusement, la personne qui a été victime d'une agression sexuelle doit apprendre à vivre avec une blessure difficile de guérir car les séquelles sont assez graves (hypervigilance, culpabilité, peur constante etc.). Autrement dit, le corps devient une prison, la liberté d'expression est affectée de multiples façons. Il faut apprendre à accepter la situation survenue et à changer sa perception de la vie sans se poser trop de questions car il n'y a que peu de réponses, seulement laisser le temps faire son travail. Je dois vous avouer que parfois, j'aimerais entrer dans les pensées d'un agresseur et savoir... Pourquoi? Pourquoi une personne se permet-elle de briser les rêves d'un enfant? Pourquoi se permettre de prendre la vie de quelqu'un d'autre pour acquis? Pourquoi faire mal si aucun être humain ne le mérite? Lancer ce cri de l'âme qui a mal par l'écriture n'est probablement pas assez pour faire comprendre aux autres cette immense cruauté. J'aimerais avoir une baguette magique pour pouvoir prêter mes émotions à mon agresseur au moins cinq minutes et qu'il comprenne à quel point ça fait mal, à quel point il est triste de voir ce que la vie de la victime est devenue.

Souvent, j'entends dire qu'il faut donner un gros câlin à une situation indescriptible, même si c'est une situation toute simplement INACCEPTABLE, puis essayer de tourner cette page douloureuse de la vie...

Arrêtez de réduire la femme à un être en état de vulnérabilité! Arrêtez le machisme qui est encore trop présent dans notre société! Il faut briser les dynamiques d'oligarchie que nos ancêtres ont laissées et éviter que cela se répète de génération en génération. Pourquoi nous, les femmes indépendantes, devons porter sur nos épaules la lourdeur du harcèlement, de l'intimidation et des mauvais commentaires quand nous ne voulons pas plier devant le désir de l'autre ou une proposition qui ne nous convient pas? Pourquoi c'est à nous de TOUJOURS se retrouver avec la partie la moins agréable? Est-ce si difficile de respecter et d'accepter la décision de l'autre? Va-t-il falloir commencer à rééduquer nos pensées? Je pense que ce serait une bonne idée parce que plusieurs valeurs manquent visiblement à notre société. Il n'y a aucune empathie, aucun respect, les gens sont de plus en plus indolents et egocentriques, chacun se dispute pour avoir le plus « gros morceau du gâteau » sans penser aux conséquences et malheureusement, ça a toujours été comme ça.

En tant que victime d'agression sexuelle, mon calvaire a commencé depuis quelques mois déjà et ce n'est pas facile, même si je suis bien entourée par des organismes qui sont bien formés pour me soutenir et m'aider à m'en sortir comme le CALACS des Rivières. Je sais qu'après la pluie, un beau soleil m'attend. Je garde l'espoir que tranquillement tout va mieux aller pour moi. Un jour à la fois, chaque jour est une victoire. Il est temps de briser le silence!



NON AUX VIOLENCES SEXUELLES

Par Karine Francoeur

A toi chère femme, n'ait pas honte de parler. N'aie pas peur de dénoncer. Tu n'as pas à subir aucune forme de violence et encore moins sexuelle. Respecte-toi et respecte ton corps. N'aie pas peur d'aller chercher de l'aide si l'on abuse de toi. Ton corps t'appartient. Tu as le droit d'être respectée. Ça prend du courage pour traverser une épreuve de violence mais tu n'es pas seule et même dans les cas extrêmes, on peut arriver à se reconstruire et à se refaire une vie. Il faut bien s'entourer et surtout ne pas avoir honte d'en parler avec les bonnes personnes car les victimes n'ont pas demandé ces souffrances. Dans votre entourage, ne laissez jamais un enfant sans défense en vous fermant les yeux sur la situation. Si vous réalisez qu'une femme subit cette violence, allez la soutenir et encouragez-la à dénoncer puis lui faire comprendre qu'elle n'a pas à subir cela. Tous ensemble, on peut arriver à faire un monde meilleur car la violence sexuelle n'a pas sa place tout comme les autres formes de violence. Plus il y aura de femmes qui dénonceront, plus d'autres femmes se sentiront inspirées et encouragées de le faire à leur tour.

L'OMBRE DE MON ÂME

Par Lyne Chabot

J'ai vécu 11 viols au cours de ma vie
Dont tous j'ai été incompris
Je me suis sentie seule, salie
Rejetée par ma famille et de mes amis

Avec ce lourd fardeau, j'ai survécu
À n'être qu'une ombre dans la rue
Un corps vide déambulant
Au travers des violences, de ces châtiments

Quand la violence est telle
Qu'il faut partir dans sa tête
Pour oublier l'abus sexuel
Pour nous soustraire de la bête

Je sens mon âme se dissoudre
À chaque pas je m'enfonce
Je ne peux me résoudre
À ne pas trouver de réponse

Au secours aidez-moi, dit une petite voix
Qui trop souvent s'est fait taire
Par une société sans foi ni loi
Pour nous les victimes accusées à tort, d'erreurs judiciaires

De revivre toujours les mêmes drames
Et vous qui minimisez nos blessures
En nous rabattant des paroles sans âmes
Que le passé c'est le passé, c'est sûr !!!

Et qu'il faut pardonner pour avancer
Que de belles paroles pour vous faire sentir mieux
Mais ces blessures je les vis chaque jour, ok?
Et vous pardonner ne vous fera pas aller aux cieux

Je ne suis que l'ombre de mon âme
Si vous pouviez comprendre le centième de ma douleur
Vous vous terreriez dans un trou infâme
Le temps de pouvoir respirer entre deux malheurs

Car on revit ces moments toute la journée
Même la nuit cela nous suit en cauchemar
Imprégné dans notre peau sans arrêter
Imprégné dans notre âme nous empare

On est doublement victime
Car soit on doit souvent se justifier
D'avoir subi ce crime
Nous les mal aimées, les sacrifiées
Même la famille, les amis et au travail
Veulent ignorer notre détresse
Il ne faut pas en parler, pas un détail
Pour ne pas briser leurs fragiles forteresses

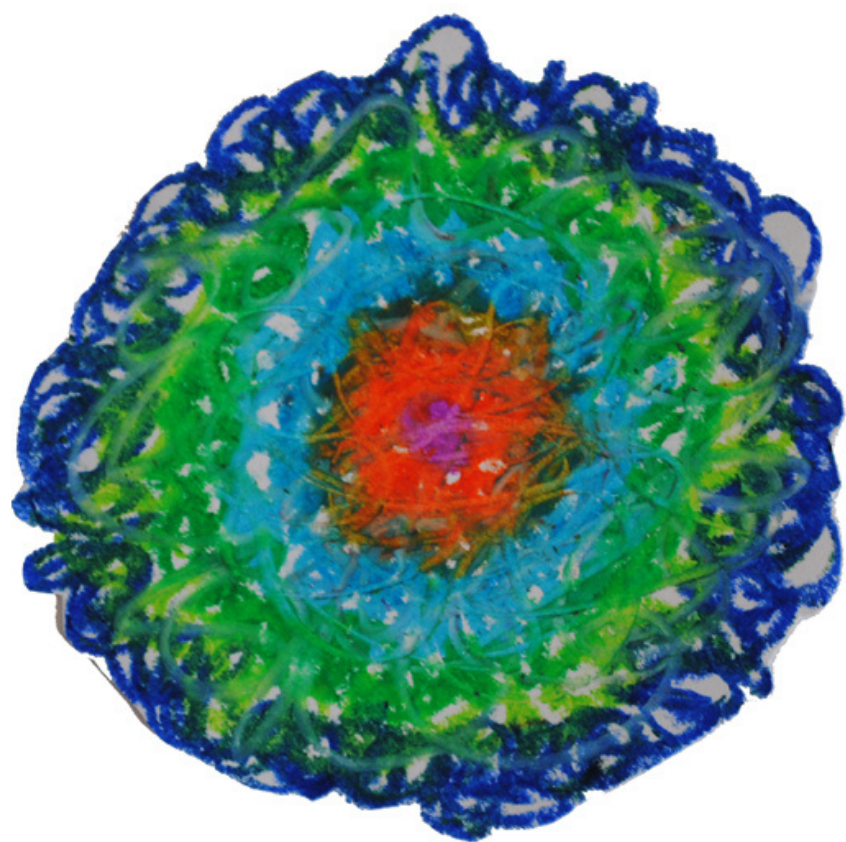
J'ai réussi à guérir mes blessures
Pour cela il a fallu ôter mon armure
Que je m'étais forgée au cours du temps
Pour me rendre vulnérable comme avant

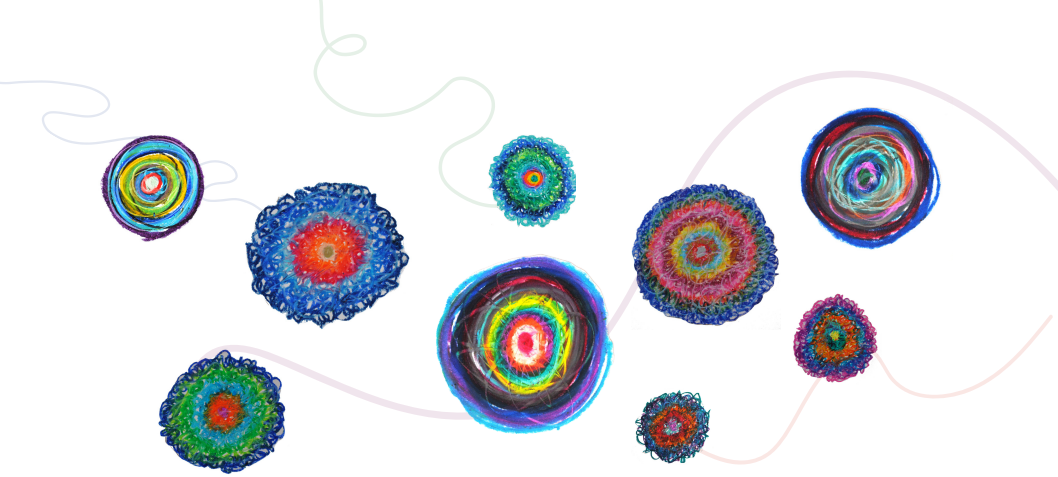
Aujourd'hui je réalise que le silence
Est notre plus grand ennemi
Faire l'autruche en permanence
Pour ne pas nuire à sa réputation, cela détruit

Il faut dire la vérité au grand jour
Et aider ta fille, ta sœur, ton amie, ta nièce
Pour que ce cercle de violence cesse par amour
Pour que notre âme ne s'envole pas par petites pièces

Aimez-moi comme je suis
Ne me demandez plus d'être votre marionnette
Ce jeu-là je l'ai assez subi
Voyez ce que mon cœur reflète

Je m'appelle Lyne, Lyne Chabot
Je suis une survivante, une gagnante
Et je mérite ce qu'il y a de plus beau
Comme vous, je suis importante !!!





Ces colorés cocons d'énergie sont uniques et possèdent leur énergie propre. Certains sont dessinés dans un mouvement circulaire non contrôlé, créant une sorte de mandala méditatif. D'autres reflètent une énergie vive, comme des arabesques vibrantes de couleurs. Pour moi, un cocon est une enveloppe de douceur, un espace de paix et de sécurité. Un endroit où se retirer pour refaire ses forces, reprendre son pouvoir personnel et briller ensuite de tout son potentiel. Le besoin d'intérioriser et d'extérioriser l'énergie qui m'anime a présidé à la création de ces dessins au pastel gras spontanés.

Je souhaite que la personne qui regarde mes cocons reçoive ce dont elle a besoin et en soit énergisée, me permettant ainsi de contribuer à son bien-être.

Anita Moon Dancer

Le CALACS DES RIVIÈRES Haute-Yamaska Brome-Missisquoi (Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel) est un organisme féministe à but non lucratif qui œuvre dans la communauté, depuis plus de 35 ans. Depuis sa fondation, le Centre aide les filles et les femmes victimes d'agression sexuelle ainsi que leur entourage et lutte afin de faire changer les mentalités quant à l'ensemble de la problématique des violences à caractère sexuel.

Bon nombre de services sont déployés sur trois volets, à savoir, l'AIDE DIRECTE, la PRÉVENTION/SENSIBILISATION et la DÉFENSE DE DROITS, et ce, sur les territoires des MRC de la Haute-Yamaska et de Brome-Missisquoi.



Dans la foulée des activités entourant le 35^e anniversaire de sa fondation le CALACS des Rivières Haute-Yamaska Brome-Missisquoi a invité la population à prendre la parole contre les violences sexuelles. Elle a été conviée à participer à un concours de textes d'opinion traduisant sa position face aux violences sexuelles.

Ce recueil est le résultat de plusieurs voix, fortes, qui s'élèvent contre l'injustice et célèbrent la résilience.

Souhaitons qu'elles trouvent écho et résonnent en vous.

