MON VERRE
MON CHOIX

Centre d'Aide et de Lutte contre les Agressions à Caractère Sexuel (CALACS) des Rivières

Haute-Yamaska Brome-Missisquoi



2025

SOMMAIRE

Campagne de sensibilisation

1 Introduction

2 Présentation de la campagne

3 Votre rôle comme propriétaire de bar

4 Votre rôle comme témoin

5 Matériel distribué

6 Autres produits disponibles

7 Commande un Angelot

8 Ressources



1 INTRODUCTION



La sécurité de tous est une responsabilité collective!

Les campagnes de sensibilisation au consentement visent à éduquer et à prévenir les agressions à caractère sexuel (ACS) en promouvant une culture du consentement clair, libre et éclairé. Elles expliquent l'importance du respect des limites, informent sur les ressources d'aide et outillent les individus à identifier et à réagir aux situations de violence sexuelle dans divers milieux scolaires, milieux de restaurant-bars et les milieux sportifs.

La campagne *Mon verre, mon choix* est une initiative portée par le CALACS des Rivières en partenariat avec la campagne *Commande un Angelot*, du Collectif Social.

Culture du consentement



C'est une expression de valeurs et d'attitudes qui respecte l'autonomie corporelle et qui repose sur la croyance qu'une personne soit toujours la mieux placée pour déterminer ses propres désirs et besoins. C'est une culture au sein de laquelle l'ensemble des interactions et des relations sont centrées sur un accord mutuel de participation, donné sans contrainte, éclairé et enthousiaste.

Définition du consentement

L'accord qu'une personne donne à ses partenaires au moment de participer à une activité sexuelle. La coercition verbale, comme tenter de convaincre ou former à travers des mots, est une forme de contrainte qui invalide le consentement. Voici les cinq dimensions essentielles du consentement:

- Un accord exprimé clairement;
- Manifesté de façon volontaire;
- **Libre, éclairé et enthousiaste : Les partenaires doivent être en mesure de donner leur consentement (incapacité physique ou intellectuelle, état d'intoxication ou de sommeil). La personne doit pouvoir donner son consentement librement sans peur de représailles et doit savoir ce à quoi elle consent.**
  - **Libre: Volontaire, sans menaces et sans pression.**
  - **Éclairé : La personne doit comprendre pleinement ce à quoi elle consent et être en mesure de donner son consentement.**
  - **Enthousiaste : La personne a envie de participer à ce qui lui est proposé. Cela se traduit par une cohérence entre ses gestes, son langage corporel et ses paroles. Si une personne dit oui, ses gestes doivent faire preuve d'une expression de désir et de plaisir.**
- Renouvelable;
- Peut être retiré à tout moment.

2 PRÉSENTATION DE LA CAMPAGNE

À QUI S'ADRESSE LA CAMPAGNE

Cette campagne s'adresse à toutes les personnes pouvant s'identifier comme un témoin possible. Qu'il s'agisse du personnel des établissements, des autres clients et même des autres témoins pouvant croiser la route des personnes intoxiquées.



La première partie de la campagne s'adresse aux propriétaires de bars et les mesures qu'ils peuvent prendre pour prévenir les agressions liées au intoxication, tel que le GHB.

La deuxième partie s'adresse aux autres clients des établissements fréquentés et des personnes sur le chemin de ceux pouvant être intoxiqués.

OBJECTIF DE LA CAMPAGNE

L'objectif de la campagne *Mon verre, mon choix* est de responsabiliser la population entière. Il ne s'agit pas de mettre la responsabilité uniquement sur les victimes, mais de montrer qu'il y a des solutions pour que chacun.e puisse aider à prévenir les agressions liées à une intoxication non désirée.

Dans cette campagne, nous offrons des stratégies pour prévenir et contrer les agressions liées à une intoxication non désirée. Il est important de responsabiliser les propriétaires et employé.es des bars afin de diminuer ces agressions. Il s'agit de proposer des mesures pour former adéquatement leur personnel et mettre à disposition des endroits sécuritaires pour toute personne ne se sentant pas en sécurité.

Un autre objectif est de présenter des agirs pour toute la population. Que ce soit dans un établissement public ou privé, il s'agit d'une responsabilité collective d'intervenir lors de ces situations.

3 RÔLE EN TANT QUE PROPRIÉTAIRE DE BAR

Tes actions ont le pouvoir d'interagir sur la sécurité d'autrui



En tant que propriétaire de l'établissement, il y a plusieurs outils et stratégies pouvant être mis de l'avant pour contrer les violences liées aux intoxications non désirées. Votre rôle est crucial dans la lutte vers un monde sans violence. Vous pouvez intervenir directement, soutenir la victime et mettre en place des stratégies de prévention.

Actions immédiates

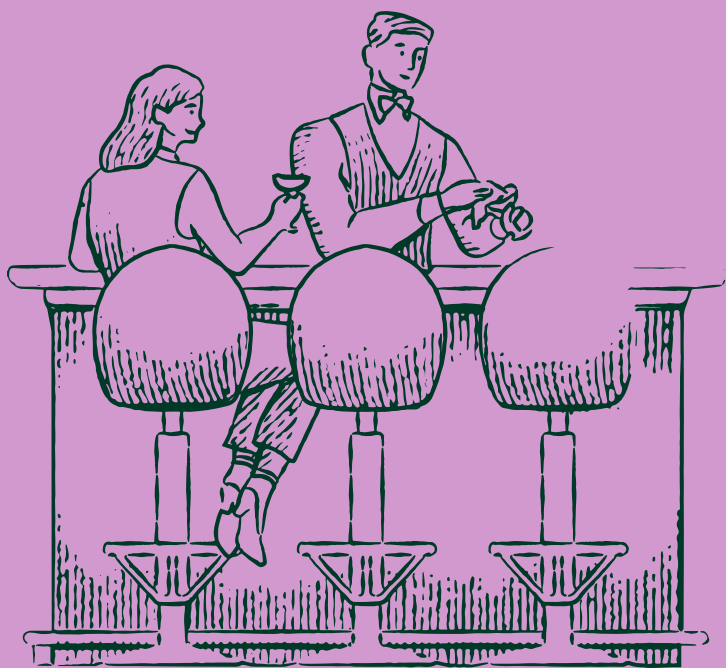
- **Mettre à disposition du matériel de prévention** : Procurez-vous et mettez à disposition le matériel existant pour contrer les agressions liées au intoxication non désirées. (Protège-verre, bracelet de détection du GHB, etc.)
- **Adopter la campagne "Commande un Angelot"** : Apprenez à la page 13 tout sur la campagne de prévention qui se s'installe dans plusieurs établissements à travers le Québec et implantez-la dans votre commerce.
- **Surveiller les tables et les consommations** : Portez un œil aux verres de votre clientèle ou demandez à vos employé.es de le faire, quand les gens quittent pour aller aux toilettes ou à l'extérieur.
- **Offrir plus de sécurité dans les toilettes mixtes**
- **Repérer les mauvais clients** : Optez pour une surveillance accrue de votre clientèle et interpeler les mauvais clients en leur demandant de quitter l'établissement pour la sécurité de toutes et tous.
- **Appeler la police** : Si vous ne pouvez pas intervenir directement, contactez les services d'urgence (comme le 911 en cas d'urgence).
- **Former votre personnel** : Offrez des formations dès l'embauche afin que vos employé.es puissent reconnaître les signes d'une possible agression et offrez des formations supplémentaires sur les attitudes aidantes. Que ce soit la personne à l'entrée, les serveur.se ou ceux et celles derrière le comptoir.
- **Mettre en place des protocoles clairs**
- **Afficher des messages de prévention visibles et inclusifs** : Rendez visible les rôles que chaque personne peut prendre pour prévenir les violences sexuelles et les intoxication non désirées. Également, vous pouvez indiquer quoi faire si l'on se sent intoxiqué. Vous pourriez mettre des affiches dans les toilettes et à l'entrée, par exemple.
- **Afficher les notions du consentement** : Le consentement est la responsabilité de tous. Vous pourriez afficher les notions du consentement et les cinq dimensions pour rappeler à votre clientèle le respect d'autrui.

Soutien à la victime

- **Offrir des espaces sécuritaires** : Assurez-vous de la sécurité psychologique et physique de vos clients en leur offrant des endroits où se réfugier.
- **Faire confiance à son instinct** : Osez aller voir les personnes qui ne semblent pas bien et posez des questions ouvertes afin de savoir si elles ont des besoins particuliers ou besoin d'aide.
- **Offrir votre aide et valider l'état de la personne** : Demandez à la victime si elle a besoin d'aide, respectez ses choix et son rythme.

Orientations à long terme

- **Proposer des ressources :** Encouragez la victime à consulter des professionnels ou des associations spécialisées qui peuvent l'écouter et lui proposer des solutions.
- **Offrir votre soutien :** Restez en contact avec elle après l'incident, si elle le souhaite.
- **Référer vers des ressources d'aide :** Fournissez-lui les contacts d'organismes d'aide ou de soutien, comme Info-Aide Violence Sexuelle.



4 RÔLES EN TANT QUE TÉMOIN

Tes yeux ont le pouvoir d'interagir sur la sécurité d'autrui

«Je regrette de n'avoir rien fait», «Je m'en doutais», «Tout le monde le savait dans l'établissement»… ces commentaires sont communs lors d'un cas de violence.

Le rôle du témoin d'une agression sexuelle est crucial pour la victime et la prévention. Un témoin peut intervenir directement, en interrompant l'agression, en offrant de l'aide à la victime ou en alertant une personne en autorité. Il est aussi important de croire et soutenir la victime, de respecter son rythme et de la diriger vers des ressources d'aide appropriées.

Actions immédiates

- **Assurer la sécurité de la victime** : Évaluez le danger de la situation. Si nécessaire, intervenez directement, créez une diversion, ou éloignez la personne agressée pour lui permettre de s'enfuir. Faites confiance à votre instinct si quelque chose ne vous semble pas normal. Soyez alerte et vigilent des autres autour, vous pouvez observer les verres et vous soucier du bien-être des autres.
- **Intervenir directement** : Si la situation est sécuritaire, interpellez l'agresseur pour faire cesser le comportement. La plupart des agressions cessent en moins de 10 secondes si une personne intervient.
- **Contacter une autorité ou le personnel de l'établissement** : Si vous ne pouvez pas intervenir directement, alertez une personne en position d'autorité ou contactez les services d'urgence (comme le 911 en cas d'urgence). Oser impliquer d'autres témoins, comme la personne derrière le bar ou à la porte de l'établissement.
- **Ne pas encourager l'agresseur** : Ne riez pas, ne propagez pas de rumeurs et n'encouragez pas le comportement de l'agresseur, que ce soit en ligne ou en personne.

Soutien à la victime

- **Croire la victime** : Prenez son témoignage au sérieux et ne la jugez pas.
- **S'assurer que personne n'est isolée** : Accompagnez vos ami.es aux toilettes ou à l'extérieur, particulièrement lorsque vous constater que la personne ne se sent pas bien.
- **Offrir votre aide et valider l'état de la personne** : Demandez à la victime si elle a besoin d'aide, respectez ses choix et son rythme.
- **Déculpabiliser la victime** : Rappelez que la responsabilité de l'acte incombe uniquement à l'agresseur.
- **Être à l'écoute** : Accueillez ce qu'elle a à dire sans minimiser ni amplifier les faits. Si la victime a besoin de parler, soyez une oreille attentive.

Orientations à long terme

- **Proposer des ressources** : Encouragez la victime à consulter des professionnels ou des associations spécialisées qui peuvent l'écouter et lui proposer des solutions.
- **Offrir votre soutien** : Restez en contact avec elle après l'incident, si elle le souhaite.
- **Référer vers des ressources d'aide** : Fournissez-lui les contacts d'organismes d'aide ou de soutien, comme Info-Aide Violence Sexuelle.



Recevoir un dévoilement d'agression

Accueillir la personne avec des attitudes aidantes:

- La croire;
- L'écouter sans juger;
- Respecter son rythme, son vécu et ses mots;
- La recevoir sans amplifier ou minimiser;
- Assurer la confidentialité;
- Éviter les réactions trop fortes;
- Valider ses émotions et sentiments;
- La déculpabiliser;
- Garantir sa sécurité;
- Offrir du soutien, assurer une présence et être disponible;
- L'aider à cerner ses besoins, favoriser son autonomie;
- L'orienter vers les ressources.

5 MATÉRIEL DISTRIBUÉ

PASTILLES DE SOL

Afin de sensibiliser rapidement et de capter l'œil, des pastilles de sol ont été créées pour promouvoir la responsabilité collective. Elles pourront être disposées dans les toilettes d'établissements publics afin de remettre de l'information au plus de personnes possibles.

Ces pastilles de sol adoptent une esthétique urbaine et contemporaine pour capter l'attention des jeunes adultes. Les visuels, inspirés du style graffiti, mélangent couleurs vives et formes dynamiques évoquant l'énergie et la spontanéité des soirées festives.

Sur les pastilles de sol, nous pouvons retrouver le message *"Sans consentement, y'a pas de plaisir"*, qui rappelle que le consentement doit toujours être demandé et respecté. Un rapport sexuel sous l'effet du GHB (ou toute autre substance administrée à l'insu de la personne) n'a rien à voir avec du désir ni du plaisir, mais bien avec une agression.

Pour trouver davantage d'informations, les pastilles de sol comprennent un code QR amenant au site web du CALACS des Rivières.









SOUS-VERRES

Dans la même optique que les pastilles de sol, nous retrouvons des sous-verres à être distribués directement par le bar, avec la consommation commandée. Comme il s'agit de mettre la responsabilité au bar et non aux victimes de se protéger, les sous-verres ont été créés avec deux slogans, de chaque côté de l'objet.

Le premier slogan, "*Mon verre, mon choix*", promeut qu'il ne devrait pas être à toi de te protéger. Qu'il est criminel de droguer les gens à leur insu et que chaque personne a droit de vivre librement et en sécurité.

Le deuxième slogan, *"Mon corps, mon choix"*, rappelle que le consentement doit toujours être demandé et respecté.

Cette campagne vise à sensibiliser la population entière que le respect et la protection des limites sont l'affaire de tous. Ensemble, nous pouvons créer des lieux où la sécurité et le respect sont dans la norme.

Les sous-verres permettent aussi de protéger les verres, en le mettant sur le dessus et que les personnes ont le droit de choisir le déroulement de leur soirée.









PROTÈGES VERRE



Ces couvercles réutilisables se placent par dessus votre verre de façon hermétique et il est également possible d'y insérer une paille. Cet objet évite qu'un individu ajoute discrètement l'une des drogues du viol dans votre verre.

*Si vous avez été **intoxiqué.e à votre insu ou si vous avez détecté une drogue dans votre verre**, il est impératif d'en **informer les policiers**. Ceux-ci pourront vous aider.*

TROUSSES DISPONIBLES

Depuis 2023, tous les centres hospitaliers ont des trousses à disposition permettant de détecter les substance, tel que le GHB.
Pour les victimes d'intoxication à leur insu, ces trousses permettent de faciliter le signalement des agresseurs sexuels auprès des services de police et d'être mieux accompagner.
Toute personne qui croit avoir été intoxiquée peut dorénavant se présenter à n'importe quelle urgence, dans l'ensemble des régions du Québec, et demander une trousse urinaire légale. Pour bénéficier de cette trousse, l'intoxication doit avoir eu lieu dans les 48 heures précédentes, car après ce délai, il devient plus difficile de détecter les substances ayant pu être utilisées par l'auteur de l'intoxication.

6 AUTRES PRODUITS DISPONIBLES

Prévenir les intoxications non désirées

Bracelet avec tests intégrés

Ce bracelet vous permet d'avoir avec vous, en tout temps, deux tests pour vérifier vos breuvages.

Advenant une situation où un doute subsiste face à votre drink, il suffit d'ajouter deux gouttes sur l'espace prévu à cet effet sur votre bracelet. Si la pastille devient bleue après 1 ou 2 minutes, cela signifie qu'une drogue a été ajoutée dans votre verre.

Paquet de 5 tests «Check Your Drink» pour détecter les drogues du viol

Ces tests se glissent aisément dans n'importe quel sac et permettent de vérifier si des drogues ont été ajoutées à votre breuvage. Ces bandes permettent de détecter plus de 600 drogues. Placez quelques gouttes sur la bandelle. Elle devient bleue: c'est que du GHB s'y trouve; elle devient orange, c'est plutôt de la kétamine.

Bref, dans tous les cas, si la bande se teinte de bleu ou d'orange, vous devez éviter de boire votre drink ou votre simple verre d'eau. Si vous avez déjà trempé vos lèvres, informez vos ami.e.s et quittez les lieux dès que possible avec des gens de confiance.

Ces produits sont disponibles sur le site d'**Alco Prévention Canada.** Une entreprise en matière de prévention de l'alcool et des drogues.

7 COMMANDE UN ANGELOT

Campagne de sensibilisation dans certains bars

Lutter contre la violence sexuelle

Dans une avancée significative pour la sécurité dans le milieu de la vie nocturne, plus de 150 bars et établissements nocturnes à travers sept provinces et un territoire du Canada ont adhéré au programme Commande un Angelot du Collectif social. Fondé en 2020, cet organisme à but non lucratif basé à Montréal s'est donné pour mission de lutter contre la violence sexuelle dans les bars et les espaces festifs. Son programme phare axé sur la prévention, Commande un Angelot, dote le personnel des compétences nécessaires pour reconnaître les situations de violence sexuelle et y réagir afin de les empêcher, transformant ainsi le personnel en Témoins actifs

L'approche Témoin actif figure au cœur de la stratégie de prévention du programme Commande un Angelot. Cette démarche permet de former le personnel à reconnaître les signes de violence sexuelle et à intervenir en amont. Grâce à une formation interactive et à des scénarios de jeux de rôle, le personnel apprend à discerner les situations potentiellement dangereuses pour les client(e)s, à comprendre l'impact de l'alcool sur le consentement et à se familiariser avec les ressources locales disponibles pour ceux et celles qui cherchent de l'aide.

Les établissements participants arborent des panneaux (affiche dans les toilettes, autocollant sur la porte) informant la clientèle que celle-ci peut commander un Angelot pour demander discrètement de l'aide si elle ne se sent pas en sécurité

Pour en apprendre davantage sur le programme Commande un Angelot ou pour vous impliquer, visitez lecollectifsocial.ca/angelot.
Formation GRATUITE
angelot@collectifsocialcollective.ca

8 RESSOURCES



INFO-SANTÉ/INFO-SOCIAL
Services : Évaluation, conseils pour un problème de santé ou psychosociaux
Téléphone : 811
Heures d'ouverture : 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

LIGNE-RESSOURCE POUR LES VICTIMES D'AGRESSION SEXUELLE
Services : Soutien et information offert à toute personne touchée par la violence sexuelle. Service anonyme et confidentiel, gratuit et bilingue.
Téléphone : 1 888 933-9007
Heures d'ouverture : 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7
Site internet : infoaideviolencesexuelle.ca

CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS À CARACTÈRE SEXUEL (CALACS)
Services : Accueil, écoute et intervention, lutte et défense des droits, formation et sensibilisation.
Téléphone : (450) 375-3338
Heure d'ouverture : 8h30 à 16h30, lundi au vendredi
Site internet : calacsdesrivieres.ca

CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS (CAVAC)
Services : Accueil et accompagnement, intervention post-traumatique et psychosociale, information judiciaire, référencement.
Téléphone : 1 866 LE CAVAC
Heures d'ouverture : Sur rendez-vous
Site internet: cavac.qc.ca

INDEMNISATION DES VICTIMES D'ACTES CRIMINELS (IVAC)
Services : Accompagnement pour les personnes victimes, leurs proches et les sauveteuses et sauveteurs.
Téléphone : 1 800 561-4822
Heure d'ouverture : 8h30 à 16h30, lundi au vendredi
Site internet : ivac.qc.ca

CENTRE D'ASSISTANCE & D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES (CAAP) ESTRIE
Services : Assistance et accompagnement, défense des droits.
Téléphone : 1 877 767-2227
Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30 et vendredi de 8h30 à 16h
Site internet : caapestrie.org

CENTRE COMMUNAUTAIRE JURIDIQUE DE LA RIVE-SUD - AIDE JURIDIQUE
Services : Service d'un avocat offert gratuitement ou moyennant un contribution.
Téléphone : (450) 776-7157
Heures d'ouverture : 8h30 à 16h30, lundi au vendredi
Site internet : ccjrs.com

HAUTE-YAMASKA



POSTE DE POLICE ET DE LA CASERNE DE POMPIER DE GRANBY
Adresse : 125, rue Simonds Sud, Granby
Téléphone : (450) 776-3333

SURETÉ DU QUÉBEC - MRC HAUTE-YAMASKA
Adresse : 415 rue de la Cour, Waterloo
Téléphone : (450) 539-3252

HÔPITAL DE GRANBY
Adresse : 205, boulevard Leclerc Ouest, Granby
Téléphone : (450) 375-8000

CIUSSS DE L'ESTRIE-CHUS (CLSC HAUTE-YAMASKA)
Services psychosociaux : Soutien social, situation difficile et plus.
Téléphone : (450) 375-1442
Heures d'ouverture : 8h à 16h

MAISON ALICE-DESMARAIS
Services : Écoute téléphonique, informations, sensibilisation et prévention ; avec ou sans hébergement.
Téléphone : (450) 378-9297
Heures d'ouverture : 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7
Site web : maisonad.org

CENTRE DE FEMMES ENTR'ELLES
Services : Amélioration de la qualité de vie des femmes, accueil et écoute, ateliers de groupe, références.
Téléphone : (450) 375-4042
Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30 et vendredi de 8h30 à 16h
Site web : entrelles.ca

RESSOURCES POUR HOMME DE LA HAUTE-YAMASKA
Services : Intervention de groupe et suivi individuel.
Téléphone : (450) 777-6680
Heures d'ouverture : 8h30 à 17h, lundi au jeudi (soirs et vendredi sur rendez-vous)
Site web : rhhy.qc.ca

BROME-MISSISQUOI

POSTE DE POLICE ET DE LA CASERNE DE POMPIER DE BROMONT
Adresse : 28a, boulevard de l'Aéroport, Bromont
Téléphone : (450) 534-3131



SURETÉ DU QUÉBEC - MRC BROME-MISSISQUOI
Adresse : 111 rue de la Sureté, Dunham
Téléphone : (450) 266-1502

HÔPITAL BROME-MISSISQUOI PERKINS
Adresse : 950, rue Principale, Cowansville
Téléphone : (450) 266-4342

CENTRE FEMMES DES CANTONS
Services : Amélioration de la qualité de vie des femmes, accueil et écoute, ateliers de groupe, références.
Téléphone : (450) 263-1028

HORIZON POUR ELLE
Services : Écoute téléphonique, informations, sensibilisation et prévention ; avec ou sans hébergement.
Téléphone : (450) 263-5046
Heures d'ouverture : 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7
Site web : horizonpourelle.ca

AVANTE WOMEN'S CENTRE
Services : SERVICES EN ANGLAIS, amélioration de la qualité de vie des femmes, accueil et écoute, ateliers de groupe, références.
Téléphone : (450) 248-0530
Heures d'ouverture : 9h à 16h, lundi au vendredi
Site web : awcentre.com

@CALACSDESRIVIÈRES