

Qui sommes-nous?

Un groupe d'associations actives dans divers secteurs (éducation sexuelle, réduction des risques liés à l'usage de drogues, promotion de la santé, prévention, santé des femmes et des personnes LGBTQIA+, éducation permanente, lutte contre les violences sexistes et sexuelles).

Que trouveras-tu dans cette brochure?

- * On te propose des questions à te poser seul-e ou avec tes proches dans un cadre bienveillant.
- * On déconstruit aussi quelques idées reçues sur la consommation de drogues et la sexualité en milieux festifs.
- * Quelques ressources sont proposées à la fin pour aller plus loin.

La consommation de drogues (alcool compris) et le consentement ne sont pas des sujets simples et faciles à aborder. Certaines campagnes encouragent à ne pas consommer si on souhaite avoir des rapports sexuels. Selon nous, cette position n'est pas tenable. **Nous pensons que mêler psychotropes, sexualité et fêtes de manière joyeuse et agréable est possible¹. Mais pas n'importe comment!**

Pour encourager une culture du consentement en milieux festifs, cette brochure propose de te questionner sur tes pratiques et de déconstruire certaines idées reçues. Réfléchir, s'interroger et échanger autour de ces questions peut aider à sortir du non-dit, clarifier les situations et éviter le non-respect du consentement.

1. Le but de cette brochure n'est pas d'encourager ou de décourager la consommation de drogues. Elle vise à donner une information la plus neutre possible, pour un usage à moindre risque et permettre ainsi à tout-e consommateur-trice de faire des choix libres et éclairés quant aux risques pris. La détention et l'usage de drogues sont illégaux et peuvent entraîner des sanctions pénales (loi de 1921, révisée en 1975 et modifiée en 2003).

POUR FAIRE LA FÊTE... CLARIFIE TES LIMITES ET DISCUTE AVEC TES AMI·E·S...

Avant de sortir, tu peux réfléchir à ta consommation de drogues et à tes attentes en matière de rencontres ou de sexualité. De cette façon, tu peux clarifier tes envies, établir tes limites, et aussi t'assurer que tes potes et toi veillez les un·es sur les autres. Ces questions te permettront également de réfléchir à la manière dont tu souhaites réagir si quelque chose ne se passe pas comme prévu pendant ou après la fête. Il n'y a pas forcément de bonnes ou mauvaises réponses.

Nous te conseillons de faire souvent le point avec toi-même et tes ami·e·s sur ces questions, car les réponses peuvent changer en fonction de ton état d'esprit et du contexte.

AVANT DE PARTIR EN SOIRÉE, CONNAIS-TU TES LIMITES?

- * Sais-tu ce dont tu as envie en matière de rencontres et de sexualité?
- * Sais-tu ce dont tu as envie en matière de consommation de produit(s)?
- * Souhaites-tu être dragué·e ou draguer? Si oui, comment?
- * Si tu prévois de consommer, sais-tu quel·s produit·s? En quelle quantité?
- * Comment vas-tu réagir si quelqu'un·e te propose un produit? Ta réaction sera-t-elle différente si c'est un·e ami·e ou un·e inconnu·e qui te le propose?
- * Sais-tu comment les produits que tu souhaites consommer peuvent influencer:
 - ✗ ta façon de draguer ou d'aborder les gens?
 - ✗ ta capacité à déterminer et exprimer ton consentement sexuel?
 - ✗ ta capacité à respecter le consentement sexuel de l'autre?
 - ✗ tes sensations de plaisir sexuel?

PENDANT... TU AS DÉFINI TES LIMITES, TU ES EN SOIRÉE:

- * Est-ce que tu t'y tiens?
- * Tu as consommé, restes-tu respectueux·euse dans tes interactions?
- * Comment réagis-tu quand tu es face à un comportement harcelant? Si quelqu'un·e insiste pour que tu consommes ou qu'il·e t'opresse sexuellement?
- * Comment réagis-tu quand tu es témoin d'un comportement harcelant? Est-ce que tu intervienst?
- * Que faire si quelque chose te met mal à l'aise avant, pendant ou après un rapport sexuel? Avant, pendant ou après la prise de produits?
- * Comment t'assures-tu du consentement sexuel de la personne avec qui tu es? Si iel a consommé, qu'est-ce que ça change?
- * Dans toutes ces situations, est-ce que c'est différent quand c'est un·e ami·e ou un·e inconnu·e?

2. *Iel* est un pronom neutre inclusif de la troisième personne pour désigner une personne dont on ne connaît pas le genre, soit pour désigner une personne non binaire (qui ne se considère ni comme un homme, ni comme une femme)

APRÈS... TU ES EN LENDEMAIN DE SOIRÉE:

- * As-tu l'impression de ne pas avoir respecté tes limites? Comment te sens-tu par rapport à ça? Si ça ne va pas, que mets-tu en place? (Voir les ressources présentées à la fin de cette brochure)
- * T'est-il déjà arrivé de regretter ta consommation, un comportement, une rencontre ou un acte sexuel? Qu'as-tu fait pour gérer ton regret? Que peux-tu faire pour te sentir en accord avec tes décisions la prochaine fois?
- * Une personne n'a pas respecté ton consentement sexuel. Comment réagis-tu? As-tu des personnes de confiance avec qui tu peux en parler?
- * Tu n'as pas respecté le consentement sexuel d'une autre personne. Comment réagis-tu? En parles-tu avec des proches? Comment aborderais-tu ton comportement avec la personne concernée en lui permettant d'être en sécurité?

VERS UNE CULTURE DU CONSENTEMENT

Tu as peut-être déjà entendu “Iel dit non mais ça veut dire oui”, “c’est aux mecs de draguer”, “le GHB, c’est la drogue du viol’... Tout cela est faux... Et on t’explique pourquoi ici...

SI UNE PERSONNE DIT NON, ÇA VEUT DIRE NON.

Le consentement sexuel³ désigne l’accord que les personnes se donnent **mutuellement** pour qu’une activité sexuelle ait lieu entre elles. Il est **réversible: c’est ok de changer d’avis à tout instant**. Il doit être renouvelé à chaque nouveau moment et à chaque nouvelle pratique.

Le consentement doit être **libre et éclairé**.
Ce qui signifie :

- * Qu’il ne doit **pas être contraint**, ni par la force, ni par la menace, ni par un rapport de domination (âge, figure d’auto-

3. La notion de **consentement** est désormais nommément inscrite dans la réforme du Code pénal, en précisant bien que celui-ci ne peut être déduit de la simple “absence de résistance de la victime et qu’il peut être retiré à tout moment”.

rité, supérieur-e hiérarchique, contexte, soumission chimique, etc.). **Céder, parce que l’autre insiste ou nous manipule, ce n’est pas consentir!**⁴

- * Que **la personne est consciente**: elle n’est pas endormie ou sa lucidité n’est pas réduite par la consommation d’alcool ou d’autres drogues

QUE DIT LA LOI?

L’atteinte à l’intégrité sexuelle, le viol et le harcèlement sexiste ou sexuel sont inscrits au code pénal et leurs auteur-e-s encourrent des amendes et/ou des peines de prison⁵.

ON EST PAS TOUS-TES ÉGAUX-ALES FACE AU CONSENTEMENT

On doit être conscient-e des rapports de pouvoir implicites (genre, orientation sexuelle, race

4. **MATHIEU, Nicole-Claude**. “Chapitre 5 : Quand céder n’est pas consentir», L’Anatomie politique. Catégorisations et idéologies du sexe, Paris, Côté-femmes, 1991.
https://infokiosques.net/lire.php?id_article=1548

5. <https://www.lachambre.be/FLWB/PDF/55/2141/55K2141018.pdf>

présumée, âge, apparence physique, classe sociale, actif-ve/passif-ve, etc.). On présume souvent qu’on est à égalité avec les personnes que l’on fréquente et que tout le monde consent par défaut, mais c’est beaucoup plus subtil que ça. **Tout le monde n’a pas les moyens de ne pas être d’accord, de poser ses limites**. Cette réalité est aussi vraie entre ami-es. On croit parfois que les agressions sexuelles se passent dans une ruelle sombre avec un inconnu alors que 91% des violeurs sont des proches des victimes⁶.

Checke tes privilèges et si tu ne sais pas comment faire, voici quelques comptes insta pour t’y aider :

@ckyourprivilege
@pracisees_vs_grindr

COUCHER AVEC QUELQU’UN-E QUI DORT, C’EST UN VIOL.

Coucher avec toute personne inconsciente (qu’elle ait consommé ou qu’elle dorme) est considéré comme un viol. Cela est puni par la loi.

6. Selon un rapport du Haut Conseil à l’Egalité entre les femmes et les hommes en France - 22 février 2018.

QUE DIT LA LOI?

Un viol désigne tout acte de pénétration sexuelle de quelque nature qu’il soit (cela peut être vaginal, oral, anal, etc.) et par quelque moyen que ce soit, commis sur une personne qui n’y consent pas.

L’atteinte à l’intégrité sexuelle consiste à accomplir un acte à caractère sexuel sur une personne qui n’y consent pas, ou à faire exécuter un acte à caractère sexuel par une personne qui n’y consent pas. Par exemple: embrasser de force, toucher les parties génitales, les fesses, les seins, obliger à se déshabiller, obliger à (se) masturber, etc.

Retiens que tout acte lié à la sexualité et réalisé sans le consentement d’une personne est considéré comme une violence sexuelle. Ces actes font partie d’un continuum de la violence et sont inacceptables. Dès lors que tu souhaites interagir sexuellement avec quelqu’un-e, cette personne doit te donner son accord.

LA DRAGUE C'EST POUR TOUT LE MONDE!

Draguer, ce n'est pas qu'un truc de mecs *cis*⁷. Les filles, les personnes trans, les mecs qui se disent passifs, les jeunes... peuvent aussi être actifs-ves dans la drague. Consommer des produits peut aider à se sentir mieux dans son corps et être plus à l'aise pour aller vers les autres. Cela peut aussi compléter notre capacité à écouter et prendre en compte la réaction de l'autre. Draguer doit rester une proposition, peu importe la quantité de produits ingérée. Si l'autre dit non ou exprime qu'il est mal à l'aise, il faut s'arrêter. Draguer sans consentement, c'est du harcèlement.

7. **Cisgenre ou cis** : Personne dont le genre officiel, celui qu'on lui assigné à la naissance, correspond au genre ressenti. Il s'agit donc par exemple d'un homme qui, lorsqu'il est né, a été identifié comme garçon, et qui se reconnaît dans ce genre.

QUE DIT LA LOI?

Le harcèlement sexiste ou sexuel est un ensemble de gestes, d'attitudes et de paroles ayant une connotation sexuelle ou sexiste, visant à considérer une personne en raison de sexe, de son genre ou de son orientation sexuelle ou de la réduire à ces dimensions.

Cela est susceptible de porter atteinte à sa dignité et à son intégrité, morale et/ou physique, et de créer un environnement hostile, humiliant, dégradant ou offensant. **Il ne faut pas que le comportement soit répété pour être considéré comme du harcèlement... Même si c'est malheureusement le cas.**

CONSOMMER A UN IMPACT SUR LES SENSATIONS CORPORELLES ET LE PLAISIR SEXUEL!⁸

Si consommer des produits permet parfois d'être plus à l'aise dans la drague, les produits vont aussi avoir un impact sur la réponse sexuelle, c'est-à-dire la manière dont le corps réagit à la stimulation sexuelle. Une consommation de produits peut influencer positivement ou négativement tes sensations corporelles, l'érection du pénis ou du clitoris, la lubrification vaginale, l'accès à l'orgasme, etc.

Chacun-e est différent-e par rapport à cela : **cela dépend évidemment du type de produits, de la quantité consommée, de l'état de bien-être physique et mental dans lequel on se trouve ce jour-là, mais aussi du contexte** dans lequel on consomme et avec qui on a des rapports sexuels.

8. Actions Traitements. "Quels impacts les principales drogues ont-elles sur la sexualité?" <https://www.actions-traitements.org/impact-principales-drogues-ont-sexualite/>

QUAND ON COMMENCE UN RAPPORT SEXUEL, ON N'EST PAS OBLIGÉ-E DE JOUIR, NI DE FAIRE JOUIR.

Jouir, c'est agréable, mais cela n'est pas obligatoire. Ce n'est pas parce qu'on commence à se caresser, se toucher, se lécher, se sucer, se pénétrer, que le rapport doit forcément se terminer par un orgasme. On peut continuer la fête, rentrer chez soi ou s'endormir excité-e; ce n'est pas grave. C'est ça aussi le plaisir.

Le rapport ne se termine pas non plus nécessairement après un orgasme. Même après avoir joui, plein de choses peuvent encore se passer avec les doigts, la langue, un sex toy, etc. Tant que les partenaires en ont envie...

LE CONSENTEMENT.

Très souvent, on n'ose pas demander si l'autre est d'accord ou a envie de faire telle ou telle pratique. On ne trouve pas cela très sexy: il faudrait que cela aille tout seul, que cela soit "naturel", "intuitif". **En réalité, souvent on n'ose pas demander car on a peur de recevoir un "non", que l'autre soit mal à l'aise ou se moque de nos préférences sexuelles.**

Se parler et prendre le temps de découvrir le corps de l'autre, c'est sexy... même si au début, cela peut aussi être gênant. Et cela n'est pas grave: la gêne, les rires font aussi partie de la sexualité.

On peut aussi avoir tendance à dire "oui" par facilité, pour avoir l'air de quelqu'un-e de sympa et d'ouvert-e à la sexualité. Mais si la pratique qui t'est proposée ne te plaît pas, c'est toi-même que tu vas blesser en l'acceptant. **N'aie pas peur de dire "non" et de proposer ce qui te plaît.** Et si vous n'avez pas les mêmes envies sexuelles, peut-être que l'échange doit s'arrêter là.

La consommation peut parfois altérer nos envies. Il se peut qu'on accepte des

choses qu'on n'aurait pas acceptées dans d'autres circonstances. Si tu as pris du plaisir, tu n'as pas à être gêné-e de cela. **Si par contre tu as l'impression qu'on a profité de ton état pour t'imposer certaines pratiques, ne reste pas dans le silence:** parles-en autour de toi, dirige-toi vers les services compétents, trouve de l'aide pour que soit reconnue l'agression vécue. Porter plainte est une option que tu peux choisir d'utiliser.

LE GHB/GBL DROGUE DU VIOL?

Le GHB (gammahydroxybutyrate) est à l'origine un anesthésiant utilisé en médecine pour ses qualités sédatives (calmantes). En règle générale, les effets attendus par les usager-ère-s sont un sentiment de quiétude, une désinhibition et une légère euphorie. Le GHB peut faire l'effet d'un somnifère puissant, pouvant entraîner un coma et une amnésie temporaire (en particulier mélangé avec l'alcool).

Le GHB disparaît assez vite de l'organisme en cas d'analyse. Son côté rapidement indétectable lors des analyses de sang peut engendrer une remise en question des

faits et de la parole des victimes. L'aspect discret du GHB le rend propice à une utilisation criminelle. D'où sa réputation de "drogue du viol". **En réalité, l'alcool et les médicaments sont les produits psychotropes les plus rapportés dans les cas d'agressions sexuelles (que ça soit une consommation de la part de la victime et/ou de l'agresseur).**

SOUSSION CHIMIQUE

Nous préférons parler de «soumission chimique» plutôt que de «drogue du viol» (peu importe la drogue en question). La soumission chimique est le fait de faire consommer une substance à une personne à son insu, en vue de l'agresser, la voler ou la violer. En d'autres termes, le problème, ce ne sont pas les produits... c'est la personne qui administre la substance psychotrope et agresse/viole.

POUR QUE SEXE ET DROGUES RESTENT UNE EXPÉRIENCE POSITIVE ET AGRÉABLE:

QUE CELA SOIT POUR LA CONSOMMATION DE DROGUES OU LA SEXUALITÉ:


- * Identifie tes envies.
- * Définis tes propres limites.
- * Identifie comment tu pourras les faire respecter étant donné le lieu où tu vas faire la fête et les personnes qui vont t'entourer.
- * Parle avec tes ami-e-s si tu attends du soutien de leur part.
- * Apprends à écouter les limites des autres et à les respecter.
- * Prends conscience des rapports de pouvoir dans lesquels tu te trouves, de tes privilèges et de ce qui t'influence.

VOICI ÉGALEMENT QUELQUES CONSEILS DE RÉDUCTION DES RISQUES LIÉS À L'USAGE DE DROGUES, Y COMPRIS L'ALCOOL.

- * Prends en compte ton environnement: consommer avec des potes, des inconnu-e-s ou en famille, dans un endroit clos, sombre ou lumineux, n'a pas les mêmes effets.
- * Renseigne-toi sur le produit, ses effets positifs et négatifs, comment il interagit avec d'autres produits, la quantité conseillée.
- * Évite de mélanger les produits entre eux, particulièrement avec l'alcool.
- * Ne partage pas ton matériel (paille, seringue, pipe, etc.). L'échange de matériel favorise la transmission d'infections (telles que l'hépatite B et C ou le VIH).
- * Fais tester tes produits (à Bruxelles, il est possible de faire tester ses produits via le projet TRIP, cf. www.facebook.com/tripbxl).
- * Écoute ton corps et ton esprit. Il est préférable d'être dans un mood po-

sitif pour consommer des drogues pour éviter un "bad trip" car nos émotions peuvent être décuplées.

- * Hydrate-toi, mange, prends du repos.



**CES CONSEILS
NE VISENT NI À
ENCOURAGER,
NI À DÉCOURAGER
LA CONSOMMATION DE
PRODUITS PSYCHOTROPES,
MAIS À COMMUNIQUER
DES INFORMATIONS
POUR UN USAGE
À MOINDRE RISQUE.**

RESSOURCES POUR ALLER PLUS LOIN

Ici, on a compilé une série de ressources pour t'aiguiller. C'est une liste non-exhaustive. N'hésite pas à venir rencontrer nos associations.

CONSETEMENT:

- * Vidéo « **Le Consent-quoi?** », Ville de Liège
- * Campagne « **Le consentement – La sexualité, ça passe d'abord par le respect** », Fédération des Centres de Planning familial des FPS
- * Brochure « **Le Consentement. 100 questions sur les interactions sexuelles** », Infokiosques.net
- * Brochure « **Quand céder n'est pas consentir** », Infokiosques.net
- * Vidéo « **Le consentement expliqué à travers une tasse de thé** »
- * Campagne « **#jdiwi pour le consentement** », Amnesty International
- * Outil pédagogique « **Consentement t'en dis quoi?** », Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial et L'Estime asbl
- * **Kit de prévention en milieu festif**, consentis.info
- * Vidéo de Simone Média « **8 femmes nous parlent de consentement** »

- * **Sex&Co Le sexe, l'amour, le plaisir, les risques... parlons-en!**
[instagram.com/sex8co](https://www.instagram.com/sex8co)

CONSOMMATION DE DROGUES:

- * Modus Fiesta lieu d'accueil et d'échanges autour des consommations de drogues [instagram.com/modusfiesta](https://www.instagram.com/modusfiesta)
- * Kit « à faire la fête », Safe Ta Night www.safetanight.be
- * Parler de sa consommation: Infor-Drogues asbl (02/227.52.52 ou e-permanence)
- * Consultation psychologiques et formation des professionnel-le-s: **Prospective Jeunesse, prévention des assuétudes et promotion de la santé**
- * www.chemsex.be des infos sur le chemsex et du matériel pour mieux consommer, un site d'Ex Aequo et de l'Observatoire du Sida et des Sexualités
- * Des infos sur la santé des hommes qui ont des rapports sexuels avec d'autres hommes www.exaequo.be
- * **Page sur le GHB/GBL** du site de Infor-Drogues
- * Brochure **Set and Setting** de Modus Vivendi
- * Brochure « **Sexe et drogues** », Spiritek association

AIDE AUX VICTIMES DE VIOLENCES SEXUELLES ET VIOL:

- * SOS Viol
info@sosviol.be
0800 98 100
- * Centres de Prévention des Violences Sexuelles
 - Chat en ligne
www.violencessexuelles.be
 - Bruxelles
02 535 45 42
CPVS@stpierre-bru.be
 - Gent
09 332 80 80
zsg@uzgent.be
 - Liège
04 367 93 11
cpvs@chu.ulg.ac.be

- * Vidéo
« Que faire en cas
d'agressions? »

LES CONSEILS IMPORTANTES

Qu'est-ce que je dois savoir si j'ai été agressé·e?:
<https://www.violencessexuelles.be/centres-prise-charge-violences-sexuelles>

URGENCES: 112

CENTRE ANTIPOISONS
(en cas d'intoxication): 070 245 245

Avec le soutien de :



**LA BROCHURE T'A PLU,
SCANNE MOI
POUR EN DÉCOUVRIR PLUS !**



SPOTIFY



INSTAGRAM

C'est quoi cette brochure?

- Une brochure à destination des jeunes présent·e·s en milieux festifs, qui consomment des drogues légales (alcool, médicaments psychotropes) et illégales (MDMA/XTC, LSD, kétamine, cocaïne, etc.)
- Un projet de podcast rassemblant les paroles de différents groupes de jeunes personnes (à retrouver sur ...)

Que trouveras-tu dans cette brochure?

- des questions à te poser avec tes ami·e·s sur ta conso et ce dont tu as envie en matière de sexualité en soirée,
- quelques pistes de réflexions pour aller vers une culture du consentement,
- des ressources: vidéos, podcasts sympas.

Qui sommes-nous?

Un groupe d'associations actives dans divers secteurs (éducation sexuelle, réduction des risques lié à l'usage de drogues, promotion de la santé, prévention, santé des femmes et des personnes LGBTIQIA+, éducation permanente, lutte contre les violences sexistes et sexuelles)



**ET TOI, TU FAIS
QUOI POUR
ENCOURAGER LE
CONSENTEMENT
DANS LES MILIEUX
FESTIFS? VIENS LE
PARTAGER SUR
INSTA...**

