

2021



COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION  
VAL D'YERRES VAL DE SEINE

LE +  
**GUIDE**  
**SANTÉ**

-----  
Vie sexuelle et affective



VAL D'YERRES  
VAL DE SEINE  
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION



# ÉDITO

*« Les neuf dixièmes de notre bonheur reposent sur la santé. Avec elle, tout devient source de plaisir. » (Arthur Schopenhauer)*

Parce que les questions de santé constituent le deuxième sujet d'inquiétude de la population, après celles liées au travail et à l'emploi, et dans la continuité de la création d'un Contrat Local de Santé, la Communauté d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine souhaite, à travers ce guide, aider chaque habitant du territoire à améliorer ses connaissances sur ses droits en matière de santé et à fluidifier les parcours de soins.

En effet, soucieux du bien-être de nos concitoyennes et concitoyens, les élus communautaires se sont engagés dans une politique locale pour favoriser l'accès aux soins et réduire les inégalités sociales, environnementales et territoriales de santé.

Ainsi, ce guide a été réalisé pour apporter de l'information à tous, et particulièrement aux professionnels du social, du médico-social et de la santé qui accompagnent les personnes au quotidien et qui pourront ainsi expliquer et rendre plus accessibles les démarches en matière de santé. Il est le fruit d'une riche collaboration entre des associations, des institutions, des collectivités locales, des travailleurs sociaux et des professionnels de santé du territoire, et nous les en remercions très sincèrement.

Particulièrement en cette période de contexte sanitaire difficile, la santé apparaît comme notre bien le plus précieux. Nous espérons que ce guide aidera ses lecteurs et lectrices à le préserver. Prenez soin de vous.

**François DUROVRA**  
Président de la Communauté  
d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine,  
Président du Département de l'Essonne

**Christine GARNIER**  
Vice-Présidente  
déléguée à l'habitat et à la santé

Nous remercions tout particulièrement pour leur contribution :

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie et Comité des usagers (CPTS)
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)



### Aidez-nous à améliorer notre guide santé

- *En nous rapportant les erreurs ou les oublis éventuels ;*
- *En nous signalant la mise à jour de coordonnées ;*
- *En nous proposant des idées d'amélioration.*



### Pour nous contacter ou nous rencontrer

- **Comité de conception / Guide Santé**  
*Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine*  
*Direction de la Cohésion Sociale et de la Politique de la Ville*  
*Coordinatrice du Contrat Local de Santé*



[politiquedelaville@vyvs.fr](mailto:politiquedelaville@vyvs.fr)



01 69 73 15 20

## Ma vie sexuelle et affective

Les rapports affectifs et la sexualité sont des composantes essentielles de la vie. Bien vécues, elles sont source de bien-être physique, émotionnel et mental. La sexualité nous concerne tous dès notre naissance et évolue jusqu'à la fin de notre vie ; à tout âge, chacun a droit à l'accès aux structures d'information et de prévention pour une vie affective et sexuelle épanouie.

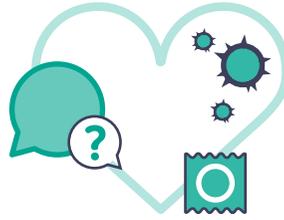
# SOMMAIRE

	5	
<b>[ MA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE ] M'INFORMER, ME PROTÉGER ET ÊTRE ACCOMPAGNÉ</b>	27	<b>[ LES VIOLENCES SEXUELLES ] COMPRENDRE ET AGIR</b>
<b>ANNUAIRE</b>	38	



[ MA VIE AFFECTIVE  
ET SEXUELLE ]

# M'INFORMER, ME PROTÉGER, ÊTRE ACCOMPAGNÉ



- pages 6 ... 7
  - Je me pose des questions sur ma vie sexuelle et affective
- pages 8 ... 15
  - Je m'informe sur les moyens de contraception
- pages 16 ... 18
  - J'obtiens ma contraception et je me fais suivre
- pages 19 ... 22
  - Je souhaite interrompre ma grossesse
- pages 23 ... 28
  - Je me protège du virus du sida (VIH) et des infections sexuellement transmissibles (IST)

## Je me pose des questions sur ma vie sexuelle et affective

- Je me pose des questions sur ma sexualité, sur ma vie affective ? J'ai des interrogations, des doutes, je ne me sens pas à l'aise dans certaines situations... Je n'hésite pas à en parler à des professionnels. Ils sont là pour m'aider à me respecter, à respecter l'autre, et à m'épanouir dans cette dimension de ma vie.

### À QUI EN PARLER ?

#### Pour m'informer et être accompagné

Je peux contacter :

- **Des professionnels de santé**

- mon médecin traitant ;
- un professionnel sur mon lieu de travail ou d'étude : infirmière scolaire, psychologue universitaire, médecin du travail... ;
- un psychologue en libéral.

- **Les structures spécialisées dans la santé affective et sexuelle**

- les Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF) ;
- les Centres Départementaux de Prévention Santé (CDPS) ;
- les Centres de Santé Sexuelle (CSS) ;
- les infirmeries des établissements scolaires.

- **Les structures spécialisées dans l'information et l'accompagnement des adolescents et jeunes adultes**

- la Maison des adolescents de l'Essonne ;
- les Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ) ;
- des associations d'écoute et d'accompagnement.

Voir Annuaire  
CPEF : p. 44  
CDPS : p. 43  
CSS : p. 45

Voir Annuaire  
Maison des  
adolescents :  
p. 45  
PAEJ : p. 45



## Pour être écouté et accompagné psychologiquement

- *Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)*
- *Association Tempo*
- *Association Filigrane*
- *Association PAUSE*  
*Écoute et soutien*  
*psychologique gratuit*

Voir Annuaire  
p. 46

Je peux aussi :

### Me connecter sur le tchat en ligne **CommentOnS'aime**

- anonyme et gratuit, animé par des professionnels,
- s'adresse aux jeunes, femmes et personnes LGBTQIA+ qui se posent des questions sur leur couple, sexualité et/ou identité,
- [commentonsaime.fr](https://commentonsaime.fr)

### Appeler des lignes d'écoute gratuites et anonymes

→ **Fil Santé Jeunes** : au **0 800 235 236**

- Pour les 15-25 ans qui se posent des questions sur leur santé, leurs droits, leur sexualité...

→ **Numéro vert du Planning Familial** : au **0 800 08 11 11**

- Pour toute question sur la contraception, la sexualité, l'IVG...

## Je m'informe sur les moyens de contraception

- La contraception permet d'éviter une grossesse non désirée à la suite de rapports sexuels et/ou de se protéger contre les infections sexuellement transmissibles. Il existe différents moyens de contraception, adaptés aux modes de vie de chacun et chacune. Je peux être aidé pour choisir celui qui me convient le mieux.

### ● QUI PEUT ME RENSEIGNER ?

#### Mes professionnels de santé habituels

- Je peux contacter mon médecin traitant, ma sage-femme, mon gynécologue, etc. Sur rendez-vous, ils peuvent :
  - m'informer et m'aider à choisir la méthode de contraception qui me convient le mieux et me la prescrire ;
  - assurer un suivi régulier.
- **Si je suis mineur :**
  - je n'ai pas besoin de l'accord de mes parents pour prendre rendez-vous pour une consultation ;
  - ils gardent le secret sur mon identité.
- Pour trouver un professionnel de santé :  
[annuaire.sante.ameli.fr](https://annuaire.sante.ameli.fr)





### Les Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF)

Les CPEF regroupent différents professionnels du soin.

Ils peuvent :

- **m'informer et m'aider à choisir** la méthode de contraception qui me convient le mieux et me la prescrire ;
- **répondre à une situation d'urgence** : délivrer un moyen de contraception avec une ordonnance dépassée ou une contraception d'urgence.

Voir Annuaire  
CPEF : p. 44

### Si je suis mineur :

- je n'ai pas besoin de l'accord de mes parents pour obtenir un suivi et une contraception ;
- les professionnels gardent le secret sur mon identité.

### Les pharmaciens, les infirmières scolaires, les services universitaires de médecine préventive

Ils peuvent :

- **m'informer et m'orienter** ;
- **répondre à une situation d'urgence** : renouveler pour un mois une contraception à partir d'une ordonnance déjà établie par un médecin.

## QUELLES SONT LES DIFFÉRENTES MÉTHODES DE CONTRACEPTION ?

Il existe plusieurs méthodes de contraception.

### Les contraceptifs hormonaux

- 

Parmi les contraceptifs hormonaux, on retrouve : la pilule, le patch, l'anneau vaginal, l'implant, l'injection intramusculaire et le stérilet hormonal.
- 

Ils agissent sur les hormones féminines en bloquant le cycle menstruel.
- 

Attention ! Ils ne protègent pas contre les infections sexuellement transmissibles (IST).

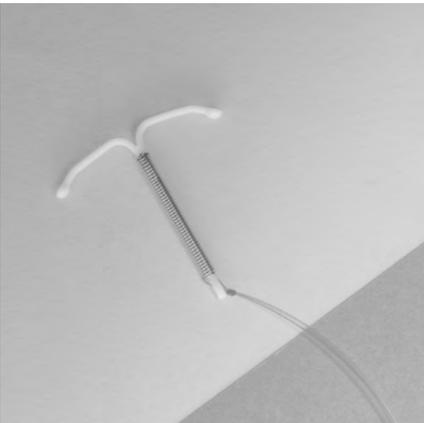
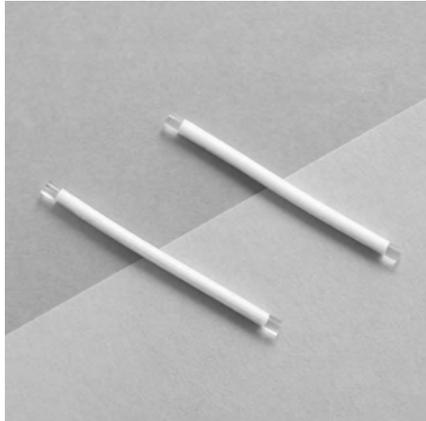
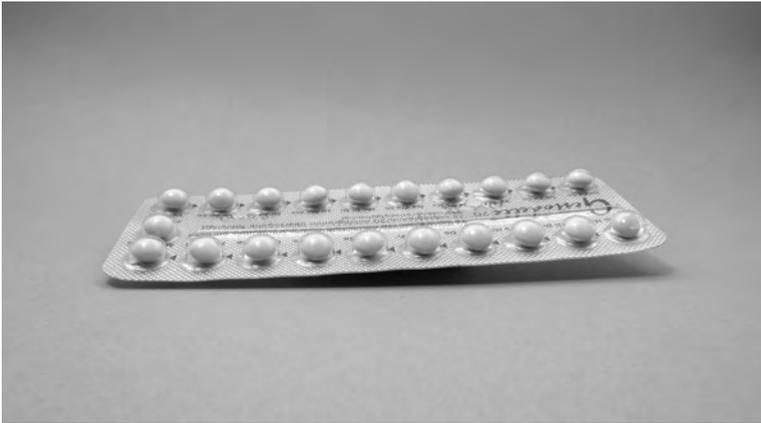
### Les contraceptifs mécaniques

- 

Parmi les contraceptifs mécaniques, on retrouve : le préservatif interne ou externe, le stérilet au cuivre et le diaphragme.
- 

Ils empêchent les spermatozoïdes de pénétrer dans l'utérus ou les rendent inactifs, au cours d'un rapport sexuel.
- 

Attention ! Seul le préservatif (interne ou externe) protège des IST.



## La contraception par stérilisation



**+18**  
ANS



Toute personne majeure peut avoir accès si elle le souhaite à une intervention chirurgicale à visée contraceptive, quel que soit :

- son âge ;
- son nombre d'enfants ;
- son statut marital.



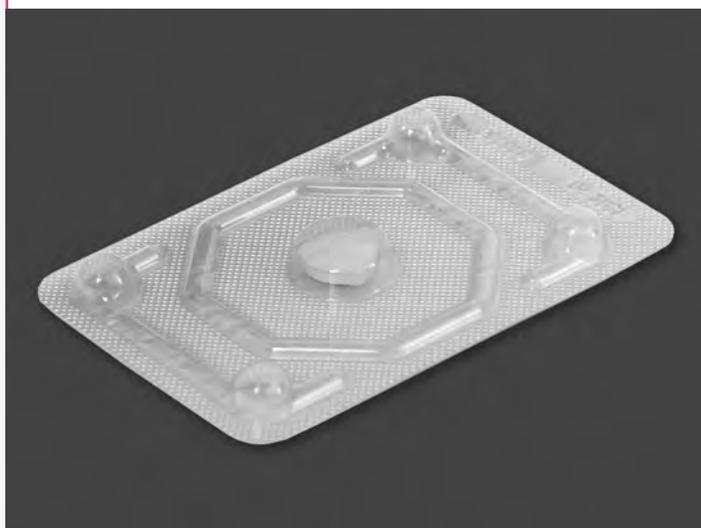
**-18**  
ANS



Elle ne peut pas être pratiquée sur une personne mineure.



Attention ! La stérilisation ne protège pas contre les IST.



## QUAND UTILISER LA CONTRACEPTION D'URGENCE ?

En cas de rapport sexuel sans contraception, ou lorsque le moyen de contraception utilisé risque d'être inefficace (oubli de pilule, rupture du préservatif, décollement du patch, expulsion de l'anneau vaginal...), il est nécessaire d'avoir recours à la contraception d'urgence pour éviter toute grossesse non désirée.

## COMMENT ÇA MARCHE ?

Elle ne remplace pas une contraception régulière : c'est une méthode de rattrapage pour éviter une grossesse non désirée.



1

La contraception d'urgence hormonale se présente sous la forme d'un comprimé.



2

En fonction du type, elle peut être prise entre 3 à 5 jours maximum après le rapport sexuel non protégé. Plus elle est prise rapidement, plus elle est efficace.



3

### Attention !

**La contraception d'urgence n'est pas efficace à 100%.**

Il faut donc réaliser un test de grossesse 17 jours minimum après un rapport sexuel non ou mal protégé, notamment si :

- les règles ne surviennent pas dans les 5 à 7 jours après la date attendue ;
- des saignements anormaux apparaissent à la date prévue des règles ;
- il y a des signes évocateurs de grossesse.



● **La contraception d'urgence ne protège pas des IST et du VIH.**

Il est donc conseillé de faire un test de dépistage du VIH et des IST s'il n'a pas été fait avant par les deux partenaires ou s'il y a un doute.

● **Si la contraception d'urgence est utilisée à la suite d'un oubli de pilule contraceptive :**

Il est indispensable de ne pas interrompre la contraception habituelle. Toutefois, celle-ci ne protège plus totalement.

Il faut donc :

- utiliser des préservatifs en complément ;
- à chaque rapport sexuel ;
- jusqu'aux règles suivantes et pendant les 7 jours qui suivent.

## POURQUOI UTILISER SYSTÉMATIQUEMENT LE PRÉSERVATIF ?

- Quelle que soit la méthode de contraception que j'utilise, le préservatif (externe ou interne) est le seul contraceptif qui protège du VIH et de la plupart des autres IST (infections sexuellement transmissibles). Il doit être utilisé lors de chaque rapport sexuel, en plus de mon moyen de contraception habituel.
- En cas de rupture ou de glissement du préservatif et si je n'utilise pas d'autre moyen de contraception (pilule, implant...), il est nécessaire de recourir à la contraception d'urgence pour éviter une grossesse non désirée.



## J'obtiens ma contraception et je me fais suivre

### Je suis majeur assuré social

- **L'implant, le stérilet, le diaphragme et certaines pilules contraceptives** sont :
  - délivrés en pharmacie sur prescription médicale ;
  - remboursés à hauteur de 65% par l'Assurance Maladie après avance de frais.
- **La contraception d'urgence hormonale** peut être :
  - délivrée en pharmacie sans prescription médicale ;
  - remboursée (à hauteur de 65%) uniquement sur présentation d'une prescription médicale.
- **Les préservatifs** sont disponibles :
  - gratuitement dans les Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF) et les Centres Gratuits d'Information de Dépistage et de Diagnostic des infections par le VIH et des IST (CeGIDD) ;
  - sans ordonnance dans les pharmacies ;
  - en vente libre dans les grandes surfaces ou les distributeurs automatiques.
- **Les autres moyens de contraception** (patch, anneau vaginal...) sont :
  - délivrés en pharmacie avec ou sans ordonnance ;
  - ne sont pas remboursés par l'Assurance Maladie.

Voir Annuaire  
CPEF : p. 44  
CeGIDD : p. 44

## Je suis mineur ou non assuré social

### Je peux bénéficier d'un suivi gratuit :

- sans avance de frais ;
- protégé par le secret professionnel\*.

Pour cela, je peux consulter :

- mon médecin traitant,
- une sage-femme,
- un gynécologue,
- un CPEF.

Lors de la première consultation, je peux :

- choisir la méthode de contraception la mieux adaptée à ma situation ;
- être suivi régulièrement par le professionnel, qui peut adapter ma contraception en fonction de mes besoins.

Voir Définition  
secret  
professionnel :  
ci-dessous

### \*Qu'est-ce que le secret professionnel ?

Je n'ai pas à obtenir l'accord de mes parents pour consulter et obtenir une contraception, même si je suis mineur. La loi interdit aux professionnels de santé de révéler l'ensemble des informations me concernant.

Le seul cas où le professionnel est autorisé à divulguer des informations à d'autres professionnels concerne la protection de l'enfance (situations donnant lieu à des conséquences graves).

### **J'ai droit aux contraceptifs gratuits :**

- disponibles dans un CPEF (pour tous les contraceptifs) ;
- délivrés sur ordonnance en pharmacie ;
- sont gratuits les contraceptifs remboursés par l'Assurance Maladie :
  - pilule de 1<sup>ère</sup> ou 2<sup>e</sup> génération,
  - implant hormonal,
  - stérilet.

### **J'ai droit à la contraception d'urgence gratuitement :**

- délivrée en pharmacie, à l'infirmerie scolaire ou en CPEF ;
- avec ou sans ordonnance.

Les rendez-vous médicaux éventuels pour poser le contraceptif ainsi que les examens de biologie médicale (prises de sang...) sont également gratuits.



## Je souhaite interrompre ma grossesse

### QUELS SONT MES DROITS ?

#### J'ai droit à l'IVG

En France, l'Interruption volontaire de grossesse (IVG) est autorisée depuis la loi Veil de 1974. Cette loi permet à toute femme enceinte, majeure ou mineure, qui ne souhaite pas poursuivre une grossesse, de demander à un médecin l'interruption de sa grossesse. Seule la femme concernée peut en faire la demande.

#### Je suis mineure

J'ai le droit d'avorter, sans le consentement de mes parents ou de mon représentant légal. Cependant, je dois :

→ choisir une personne majeure pour m'accompagner dans mes démarches.

Le professionnel qui me suit doit :

→ respecter mon anonymat ;

→ préserver la confidentialité vis-à-vis de mon entourage : la feuille de soins et les relevés de remboursement de l'Assurance Maladie sont aménagés.

### QUELS SONT LES DÉLAIS LÉGAUX POUR RÉALISER UNE IVG ?

En France, l'IVG peut être pratiquée jusqu'à la fin de la 12<sup>e</sup> semaine de grossesse, soit 14 semaines après le 1<sup>er</sup> jour des dernières règles, en fonction de la méthode que j'aurai choisie.

Une fois ma décision prise, il est important d'engager les démarches rapidement car les délais de prise en charge peuvent être longs.

## CONCRÈTEMENT, COMMENT ÇA SE PASSE ?

La procédure d'IVG se déroule en 3 temps

1



### L'INFORMATION

- Je prends rendez-vous pour une première consultation d'information : avec un médecin, un gynécologue ou une sage-femme.
- Une consultation psycho-sociale :
  - est proposée aux personnes majeures,
  - est obligatoire pour les mineures.



2



### LE CHOIX ET LA REMISE DU CONSENTEMENT

- Avec l'aide du professionnel, je choisis la méthode d'IVG en fonction :
  - de ma situation personnelle,
  - de la disponibilité des centres médicaux.
- Je confirme ma demande d'IVG et je remets mon consentement écrit.
- En cas d'IVG chirurgicale, je suis orientée vers un hôpital par mon médecin ou sage-femme.



3



**14-21**  
JOURS

### LA CONSULTATION DE CONTRÔLE

- Elle a lieu entre 14 et 21 jours après l'IVG.
- Elle est obligatoire.
- Elle permet de s'assurer :
  - de la réussite du processus,
  - de l'absence de complications de santé.



## QUELLES SONT LES MÉTHODES D'IVG ?

### L'IVG chirurgicale

- C'est une intervention chirurgicale, sous anesthésie locale ou générale, qui a lieu à l'hôpital :

- hospitalisation de quelques heures ;
- réalisée jusqu'à la fin de la 12<sup>e</sup> semaine de grossesse (14 semaines après le 1<sup>er</sup> jour des dernières règles).

### L'IVG médicamenteuse

- Elle a lieu sous la forme de deux médicaments à prendre en 36 à 48 heures :

- réalisée chez moi ou à l'hôpital ;
- jusqu'à la 7<sup>e</sup> semaine de grossesse (9 semaines après le début des dernières règles).

## COMBIEN ÇA COÛTE ?

L'IVG, qu'elle soit médicamenteuse ou chirurgicale, et l'ensemble des rendez-vous de suivi et examens associés sont remboursés à 100% par l'Assurance Maladie.

Si je suis mineure ou bénéficiaire de la Complémentaire santé solidaire (CSS) ou de l'Aide médicale de l'État (AME), je n'ai aucun frais à avancer (voir le livret « Accès aux soins »).

Voir Annuaire  
p. 42 et p. 44



### Pour m'informer et être accompagné dans mes démarches

- *Mon médecin traitant, une sage-femme ou un gynécologue*
- *Centres de planification et d'éducation familiale (CPEF)*
- *Info IVG: 0 800 08 11 11*  
*Numéro anonyme et gratuit*

## Être soutenue psychologiquement

Un début de grossesse ou un IVG peuvent avoir des effets psychologiques (émotionnels, affectifs...) à court, moyen ou long terme. Si j'en ressens le besoin, je n'hésite pas à en parler :

- à un professionnel de santé (médecin traitant, médecin du travail, infirmière scolaire, sage-femme...);
- à un psychologue (libéral, psychologue universitaire, CPEF, CDPS, CSS...).

Voir Annuaire  
CPEF : p. 44  
CDPS : p. 43  
CSS : p. 45

## Je me protège du virus du sida (VIH) et des infections sexuellement transmissibles (IST)

### VIH et IST : qu'est-ce que c'est ?

- Le virus du sida (VIH) et les autres infections sexuellement transmissibles (IST) comme l'hépatite B ou les papillomavirus se transmettent lors de la pénétration vaginale, anale ou orale entre partenaires sexuels.
- Certaines IST peuvent avoir des conséquences graves comme la stérilité ou des cancers. **Les IST se transmettent facilement, mais la plupart se traite également facilement ; je n'attends pas d'avoir des symptômes pour agir.**



## COMMENT SE PROTÉGER ?

Les IST ne sont pas une fatalité, il existe des gestes simples pour les éviter et stopper leur transmission.



**Pour me protéger et protéger mon ou ma partenaire :**

- j'utilise un préservatif à chaque rapport sexuel et avec chaque partenaire ;
- tant que je n'ai pas la certitude qu'il n'est pas porteur ou qu'elle n'est pas porteuse d'une IST.



**Attention !** Prendre une contraception (pilule, stérilet...) ne me protège pas : **seul le préservatif, interne ou externe, protège des IST.**



**Je me fais dépister des IST et du VIH :**

- de manière régulière si j'ai plusieurs partenaires ;
- à chaque fois que je souhaite arrêter le préservatif avec un nouveau partenaire régulier ou une nouvelle partenaire régulière.



**Attention !** On peut être porteur d'une IST sans s'en rendre compte, car elles n'ont pas forcément de symptômes.



Pour certaines IST (hépatite B, papillomavirus), **il est possible de se faire vacciner.**

## JE SUIS ATTEINT D'UNE IST : COMMENT ME SOIGNER ?

La plupart des IST se soigne facilement.

Si je découvre que je suis infecté :

Je prends les traitements prescrits par le médecin et je les suis jusqu'au bout.



**Attention !** Je ne me soigne pas seul, car chaque IST nécessite un traitement particulier que seul un médecin peut me prescrire.



1

Je préviens mon ou mes partenaires pour qu'ils puissent également se faire dépister et traiter si besoin.



2

J'utilise des préservatifs jusqu'à la fin de mon traitement.



3



## ● À QUI M'ADRESSER ?

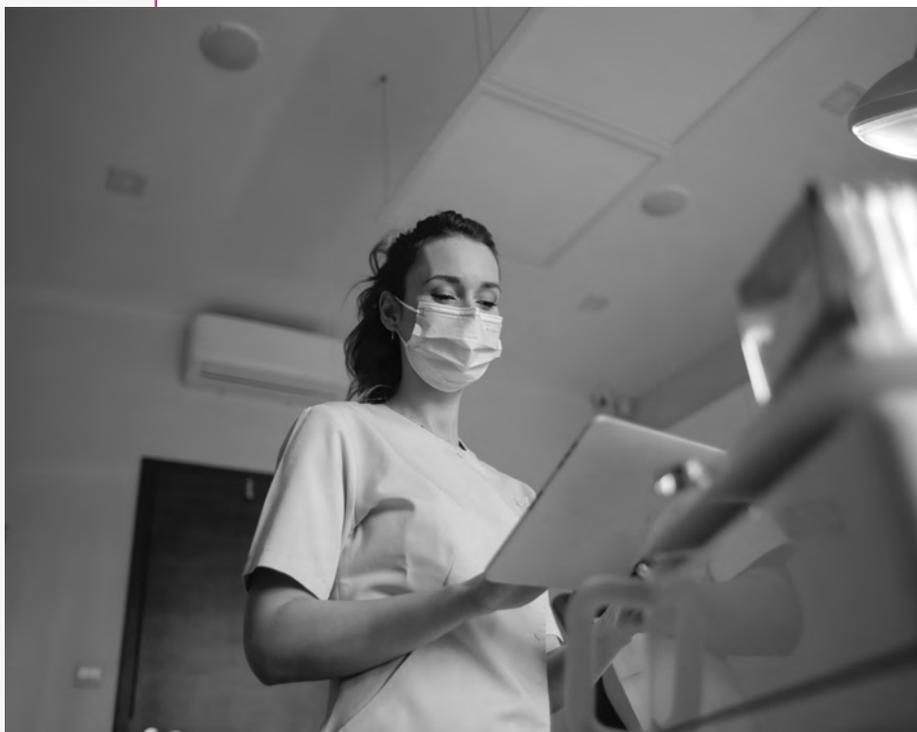
### Pour m'informer

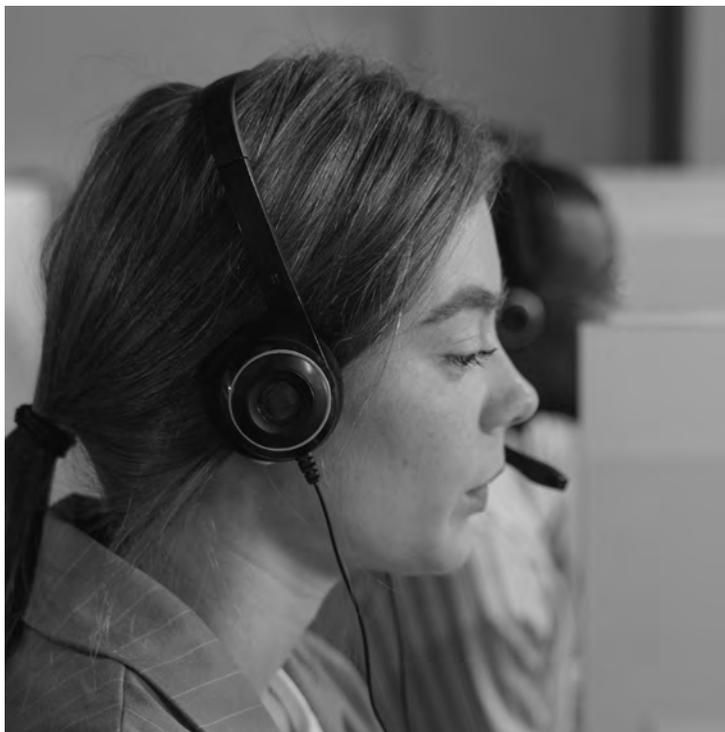
#### ● Les centres de santé

Je peux contacter :

- Centres Départementaux de Prévention et de Santé (CDPS) ;
- Centres Gratuits d'Information, de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD) ;
- Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF) ;
- Centres de Santé Sexuelle (CSS).

Voir Annuaire  
CDPS : p. 43  
CeGIDD : p. 44  
CPEF : p. 44  
CSS : p. 45





### Les numéros d'écoute et d'orientation

Je peux contacter :

→ Sida Info Service : **0 800 840 800**

- appels confidentiels et anonymes,
- gratuit ;

→ Hépatites Info Service : **0 800 845 800**

- appels confidentiels et anonymes,
- gratuit ;

→ Fil Santé Jeunes :

- au **0800 235 236** (gratuit depuis un poste fixe),
- au **01 44 93 30 74** (non surtaxé depuis un portable),
- appels confidentiels et anonymes.

## Pour me faire dépister et soigner

### Mes professionnels de santé

Je peux contacter :

- mon médecin traitant ;
- un gynécologue ou une sage-femme.



### Pour bénéficier de consultations et de dépistages gratuits dans des centres de santé

Je peux contacter :

- Centres Départementaux de Prévention et de Santé (CDPS) ;
- Centres Gratuits d'Information, de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD) ;
- Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF) ;
- Centres de Santé Sexuelle (CSS) ;
- Permanences d'accès aux soins (PASS).

Voir Annuaire

CDPS : p. 43

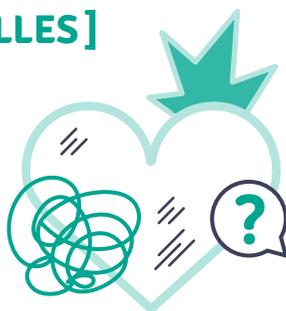
CeGIDD : p. 44

CPEF : p. 44

CSS : p. 45

PASS : p. 45

# [ LES VIOLENCES SEXUELLES ] COMPRENDRE ET AGIR



page	30	Violences sexuelles : de quoi parle-t-on ?
pages	31 ... 33	Que dit la loi ?
pages	34 ... 39	Je suis victime ou témoin de violences sexuelles : que faire ?
pages	40 ... 41	Je suis auteur de violences : comment être accompagné ?



## Violences sexuelles : de quoi parle-t-on ?

### Définition

- La violence dans la relation amoureuse se définit comme « tout comportement nuisible au développement du partenaire ou nuisible à sa santé en compromettant son intégrité physique, psychologique ou sexuelle. La violence sexuelle est un contrôle abusif lié à la sexualité ».
- La violence sexuelle peut se manifester de différentes façons :
  - menaces, pressions, moqueries, harcèlements pour que la personne cède à l'acte sexuel,
  - contrôle de la sexualité,
  - contrôle de la prise de contraceptif,
  - chantage sexuel,
  - blessures physiques ou psychologiques intentionnelles au cours des relations sexuelles,
  - agression sexuelle,
  - viol.

## Que dit la loi ?

### Les relations sexuelles impliquant des mineurs

La majorité sexuelle est fixée à 15 ans (en France) : c'est l'âge à partir duquel la loi autorise un mineur à avoir une relation sexuelle avec un partenaire de son choix (même majeur) dans la légalité.



1

Les relations sexuelles entre des personnes mineures consentantes (qu'elles aient plus ou moins de 15 ans) ne sont pas interdites par la loi.



2

Les relations sexuelles entre un mineur de moins de 15 ans et un majeur sont interdites, même si la relation est consentie. L'acte est puni de 5 ans d'emprisonnement et de 75 000 euros d'amende. Il s'agit d'une infraction pénale.



3

Les relations sexuelles entre un mineur de plus de 15 ans et une personne majeure sont autorisées, à condition que la personne majeure ne soit pas :

- un ascendant légitime, naturel ou adoptif (parents, grands-parents...);
- une personne ayant autorité sur la victime (oncles, tantes, beaux-parents...);
- une personne qui abuse de l'autorité que lui confèrent ses fonctions (professeur, médecin...).



4

5



Une personne majeure ne peut pas héberger sans l'accord de ses parents la personne mineure (même si elle a plus de 15 ans) avec laquelle elle entretient des relations sexuelles; on parle de détournement de mineur, qui est un délit d'atteinte aux droits de l'enfant.

6



Les relations sexuelles entre une personne majeure et un mineur de plus de 15 ans qui présente une vulnérabilité due à une maladie ou une infirmité, à une déficience physiologique ou psychologique ne sont pas autorisées. Cela sera considéré comme un viol.



## Les agressions sexuelles

Une agression sexuelle est une atteinte sexuelle (attouchements, caresses, pénétrations, exhibition...) commise avec violence et/ou sous la contrainte, la menace ou la surprise. **Quiconque se rend coupable d'actes de nature sexuelle sur une personne sans consentement commet une agression sexuelle.** Elle est passible de poursuites et de sanctions pénales.



1

**Le viol est une forme d'agression sexuelle.**

- il se distingue des autres agressions sexuelles car il suppose un acte de pénétration sexuelle de quelque nature qu'il soit (vaginale, anale, buccale, digitale, au moyen d'un objet...);
- la personne qui en est victime n'est jamais responsable, quelles que soient les circonstances de l'agression.



2

**Le viol est un crime.** Même au sein d'un couple, que les personnes soient mariées, pacsées, concubines, le viol et les agressions sexuelles peuvent être prouvés et punis. La relation de couple ne justifie pas qu'une personne soit forcée à avoir des relations sexuelles avec son ou sa partenaire.



## Je suis victime de violences

## ou témoin de violences sexuelles : que faire ?

### En cas d'urgence

Je peux :

- contacter la Police ou la Gendarmerie :
  - par téléphone (appel gratuit) : au **17** ou **112**,
  - par sms : au **114** ;
- ou faire signalement via un tchat en ligne :  
[service-public.fr/cmi](https://service-public.fr/cmi)

### Si la victime a besoin de soins médicaux d'urgence

Je peux contacter :

- le Samu : au **15** ;
- les Pompiers : au **18**.

## Si j'ai dû quitter le domicile à la suite de violences familiales, pour trouver un hébergement temporaire

Je peux contacter :

- le Samu social : au **115** ;
- l'Association Léa Solidarité Femmes : au **06 50 179 179** ;
- le CCAS de ma commune ;
- les Maisons Départementales des Solidarités (MDS).

Voir Annuaire  
CCAS : p. 42-43  
MDS : p. 43



## Je suis témoin de violences commises sur un enfant

Un enfant parle rarement des violences qu'il subit. Si tout le monde se tait, l'enfant ne sera pas aidé.

Si je suis témoin d'une violence faite à un enfant, si j'ai des doutes, si je soupçonne une situation qui met l'enfant en danger, je n'attends pas d'être sûr ou d'avoir des preuves :

- contacter Allo enfance en danger :
  - par téléphone : au **119**,
  - ou remplir le formulaire de recueil de situation en ligne :  
[www.allo119.gouv.fr/recueil-de-situation](http://www.allo119.gouv.fr/recueil-de-situation) ;
- contacter la Cellule de recueil des informations préoccupantes de l'Essonne :
  - par téléphone : au **01 60 91 27 68**,
  - par e-mail : [crip@cd-essonne.fr](mailto:crip@cd-essonne.fr) ;
- contacter Stop maltraitance : au **0 800 05 1234**  
(appels gratuits et anonymes).



## Porter plainte

### Si j'ai subi une agression sexuelle, je suis encouragé à porter plainte si je le souhaite.

Les policiers ou les gendarmes pourront demander au service de médecine légale de m'examiner pour établir un certificat et prendre les premières mesures d'urgence concernant ma santé.

J'ai accès à :

- une contraception d'urgence en cas de besoin ;
- un test de dépistage des IST et du VIH immédiatement, puis un second au bout de 6 semaines.

### Je suis majeur :

À compter de la date des faits, je bénéficie :

- de 10 ans pour porter plainte en cas de viol ;
- de 3 ans en cas d'agression sexuelle.

### Je suis mineur :

Je peux :

- porter plainte moi-même ou me faire représenter par mon/mes représentants légaux (parents, tuteurs...) qui agiront alors en mon nom ;
- dans un délai de 20 ans à compter de ma majorité pour les crimes (viols) ;
- dans un délai de 10 ans à compter de ma majorité pour les délits (agressions sexuelles).



### Être accompagné

Au-delà des mesures d'urgence, toute victime de violences peut être accompagnée sur le long terme ; il existe des mesures de protection et d'aide à la réinsertion dans la société.

### Les lignes et plateformes d'écoute gratuites et anonymes :

Je peux :

- contacter l'Association Léa Solidarité Femmes :
  - Ligne d'écoute : **06 50 179 179**,
  - 7j/7 de 9h à 22h ;
- contacter le Numéro national d'aide aux victimes :  
au **116 006** ;
- contacter Violences Femmes Info : au **3919** ;
- me connecter sur le tchat en ligne **CommentOnS'aime** :
  - accueil, écoute et orientation des femmes, hommes et personnes LGBTQIA+ victimes de violences au sein du couple,
  - [commentonsaime.fr](https://commentonsaime.fr)

## Les associations spécialisées :

### Association Léa Solidarités Femmes

[Accompagnement des femmes victimes de violences et de leurs enfants]

→ *Accompagnement social, juridique, judiciaire*

→ *Prise en charge psychologique individuelle et collective*

→ *Actions collectives et groupes de parole*

→ *Mise en sécurité en hébergement et hébergement transitoire*



**Téléphone :** 01 69 45 90 95



**Permanences d'accueil**  
sur le territoire Val d'Yerres  
Val de Seine



**Accueil de jour :**

- du lundi au vendredi, sans rendez-vous de 8h à 19h,
- les week-ends et jours fériés, sur rendez-vous.

### Médiavipp 91

[Écoute et orientation, information sur les droits, accompagnement administratif et prise en charge psychologique des femmes, hommes et enfants victimes de violences]



**Évry-Courcouronnes**  
9, rue des Mazières



01 60 78 84 20



**Permanences d'accueil :**  
Boussy-Saint-Antoine,  
Brunoy, Épinay-sous-Sénart,  
Quincy-sous-Sénart,  
Vigneux-sur-Seine, Yerres.

### Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (CIDFF) – Essonne

[Information sur les droits, accueil, écoute et accompagnement des femmes victimes de violences sexistes.]



**Évry**  
17, cours Blaise Pascal



01 60 79 42 26



**Permanences d'accueil :**  
Boussy-Saint-Antoine,  
Brunoy, Draveil,  
Épinay-sous-Sénart,  
Montgeron,  
Quincy-sous-Sénart,  
Vigneux-sur-Seine, Yerres.

## Je suis auteur de violences : comment être accompagné ?

**Je suis inquiet car j'ai été violent envers quelqu'un ou je crains de l'être ? Je ressens des sentiments agressifs que j'ai peur de ne pas maîtriser ?**

Je peux en parler à un professionnel de santé ou à un psychologue, ou être accompagné par une association.

### SOS violences familiales

[ Accueil et écoute des auteurs de violences ]



**Téléphone :** 01 44 73 01 27

### Association pour le contrôle judiciaire en Essonne – ACJE

[ Suivi social, psychologique et judiciaire des auteurs de violences sous mandat judiciaire ]



**Évry**

72, boulevard des Champs Elysées



01 69 36 09 30



**Ligne d'aide et de soutien (7j/7) :** 06 30 45 04 46





# ANNUAIRE

## Annuaire des professionnels de santé

➤ Site internet Ameli : [annuairesante.ameli.fr](http://annuairesante.ameli.fr)  
[médecins, gynécologues, sages-femmes...]

### Mes démarches

## Centres Communaux d'Action Sociale (CCAS)

📍 **CCAS de Boussy-Saint-Antoine**

La ferme - Aile Nord  
Cour des associations

🗨️ 01 69 00 13 05

📍 **CCAS de Brunoy**

Impasse de la mairie

🗨️ 01 69 39 89 08

📍 **CCAS de Crosne**

31, avenue Jean Jaurès

🗨️ 01 69 49 64 15

📍 **CCAS de Draveil**

97 bis, boulevard Henri Barbusse

🗨️ 01 69 52 78 88

 **CCAS d'Épinay-sous-Sénart**

14, rue Sainte-Geneviève



01 60 47 85 73

 **CCAS de Montgeron**

101 bis, avenue de la République



01 69 83 69 60

 **CCAS de Quincy-sous-Sénart**

5, rue de Combs-la-Ville



01 69 00 14 13

 **CCAS de Vigneux-sur-Seine**

40, rue Pierre Marin



01 69 83 41 90

 **CCAS de Yerres**

Pôle Social Anthonioz de Gaulle

2, bis rue du Stade



01 69 49 84 70

## Maisons Départementales des Solidarités (MDS)

 **MDS de Brunoy**

12, avenue des peupliers



01 60 47 94 00

[Habitants de Brunoy,

Boussy-Saint-Antoine,

Épinay-sous-Sénart

et Quincy-sous-Sénart]

 **MDS de Montgeron**

2, rue Louis Armand



01 69 52 44 44

[Habitants de Crosne,

Montgeron et Yerres]

 **MDS de Draveil**

173, rue Pierre Brossolette,



01 69 42 14 45

[Habitants de Draveil

et Vigneux-sur-Seine]

## Santé sexuelle

## Centres Départementaux de Prévention Santé (CDPS)

 **CDPS de Juvisy-sur-Orge**

6 bis, rue de Morsang



01 69 12 35 24

 **CDPS d'Évry**

Boulevard de l'Écoute-s'il-Pleut



01 60 77 73 52

## Centres Gratuits d'Information, de Dépistage et de Diagnostic du VIH et autres IST (CeGIDD)



**CeGIDD de Villeneuve-Saint-Georges**  
Centre Hospitalier Intercommunal  
Lucie & Raymond Aubrac  
40, allée de la source  
01 43 86 22 35



**CDPS de Savigny-sur-Orge**  
Centre de santé sexuelle  
6 bis, rue de Morsang  
01 69 12 35 24



**CeGIDD de Combs-la-Ville**  
Centre d'activités sociales Trait  
d'Union  
Rue Pablo Picasso  
01 64 71 64 60



**CeGIDD d'Évry**  
Centre Départemental de  
Prévention et de Santé  
5, boulevard de l'Écoute-s'il-pleut  
01 60 77 73 52



## Centres de Planification et d'Éducation Familiale (CPEF)



**CPEF de Quincy-sous-Sénart**  
8, résidence Le Vieillet  
01 69 00 98 52



**CPEF de Vigneux-sur-Seine**  
115, rue Pierre Brossolette  
01 69 00 12 73



## Centres de Protection Maternelle et Infantile (PMI)



**PMI de Brunoy**  
130, rue de Cerçay  
01 69 43 75 04



**PMI de Quincy-sous-Sénart**  
8, résidence Le Vieillet  
01 69 00 98 52



**PMI de Draveil**  
173, rue Pierre Brossolette  
01 69 40 16 41



**PMI de Vigneux-sur-Seine**  
1, allée Louis Blériot  
01 69 40 89 35



**PMI d'Épinay-sous-Sénart**  
6, rue Johann Strauss  
01 69 39 04 35  
[ Ouvert aux habitants  
de Boussy-Saint-Antoine ]



**PMI de Yerres**  
4, rue du Clos des Abbesses  
01 69 43 75 04



**PMI de Montgeron**  
55 bis, avenue de la République  
01 69 03 54 85  
[ Ouvert aux habitants  
de Crosne ]



## Centres de Santé Sexuelle (CSS)

-  **CSS de Savigny-sur-Orge**  
6 bis, rue de Morsang  
 01 69 12 35 24

## Permanences d'accès aux soins (PASS)

-  **Groupe hospitalier Nord-Essonne**  
**Site de Juvisy-sur-Orge**  
9, rue Camille Flammarion  
 01 69 54 29 61 / sur rendez-vous

## Adolescents et jeunes adultes

### Maison des adolescents de l'Essonne

-  **Sainte-Geneviève-des-Bois**  
7, rue Paul Langevin  
 01 60 15 26 22

### Point Accueil Écoute Jeunes (PAEJ)

- |   |   |
|---|---|
|  <b>PAEJ d'Évry - Association Filigrane</b><br>11, rue des Mazières<br> 01 60 77 40 08                                   |  <b>PAEJ de Grigny - Association Cepfi</b><br>Permanences à la Ferme Neuve<br>Chemin du Plessis<br> 01 69 25 26 86                                  |
|  <b>PAEJ de Grigny - Association Cepfi</b><br>Permanences au CPEF Roi Tanguy<br>10, rue Roi Tanguy<br> 01 69 02 11 40 |  <b>PAEJ de Viry-Châtillon</b><br><b>Association Cepfi</b><br>Permanences à la MJC-CS<br>Saint-Exupéry<br>9, avenue de Flandre<br> 01 69 25 26 86 |

## Soutien psychologique

### Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)

[ Entretiens psychologiques gratuits ]



**Ris-Orangis**

*Les Rives de Seine*

*10, quai de la Borde*

*Bâtiment A2, 1<sup>er</sup> étage*



01 69 57 07 01

### Association Tempo

[ Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, entretiens familiaux, ateliers variés ]



**Ris-Orangis**

*104, rue de Fromont*



01 69 02 45 60

### Association Filigrane

[ Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, entretiens familiaux, ateliers variés ]



**Évry**

*11, rue des Mazières*



01 60 77 40 08

### Association PAUSE

[ Écoute et soutien psychologique tous âges, psychothérapies, groupes parents, entretiens familiaux, ateliers variés ]



**Évry**

*509, Patio des terrasses de l'Agora*



01 60 78 10 10



**Grand froid,  
canicule, épidémie,  
absence de logement,  
précarité...**

- ▶ **si je suis vulnérable  
et/ou en situation  
d'urgence**
- ▶ **ou si j'ai identifié  
quelqu'un dans ce cas**

**Je me signale aux  
structures qui pourront  
m'accompagner :**

- *CCAS de ma commune*
- *Pompiers: 18*
- *Samu: 15*
- *Police: 17*

## Les autres thématiques du Guide santé



Accès aux soins



Parentalité  
et petite enfance



Maladies  
chroniques



Conduites  
addictives



Handicap  
et invalidité



Santé des séniors



Santé mentale



Soutien aux  
proches aidants



Accompagnement  
de la fin de vie

## Conception

Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine

## Rédaction et relecture

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie (CPTS) et Comité des usagers
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire de l'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, Centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)

## Conception graphique et mise en page

- Marie Jamon

## Typographies

- « Signika » créée par Anna Giedryś
- « Domus Titling » créée par Just Another Foundry (Shoko Mugikura, Tim Ahrens)
- « Source® Sans Pro » créée par Paul D. Hunt / Adobe

## Iconographie

- Burst : Shopify Partners (p. 21)
- Pexels : Anna Shvets (p. 4) / Gustavo Fring (p. 9) / Sophia Moss (p. 12) / Karolina Grabowska (p. 14) / C Technical (p. 15) / Pavel Danilyuk (p. 18 et 23) / Andrea Piacquadio (p. 26) / Tima Miroshnichenko (p. 27 et 36) / Thirdman (p. 28) / Alex Green (p. 30, 35a et 48 *Soutien aux proches aidants*) / Sora Shimazaki (p. 32) / Kat Jayne (p. 34) / Cottonbro (p. 35b)
- Pixabay : Memory Catcher (p. 48 *Accompagnement de la fin de vie*)
- Unsplash : Angelika Agibalova (couverture) / Wocintechchat.com (p. 8) / Reproductive Health Supplies Coalition (p. 11 et 15) / Sharon McCutcheon (p. 25) / Priscilla Du Preez (p. 38) / Nik Shuliahin (p. 41) / Green Chameleon (p. 42) / Luke Southern (p. 47) / Hush Naïdoo (p. 48 *Accès aux soins et Maladies chroniques*) / Aditya Romansa (p. 48 *Parentalité et petite enfance*) / Em M. (p. 48 *Conduites addictives*) / Danny Nee (p. 48 *Handicap et invalidité*) / Artyom Kabajev (p. 48 *Santé des séniors*) / Christopher Lemerrier (p. 48 *Santé mentale*)

## Impression

Imprimeur Desbouis Gresil, Siret 963201330 00023 / 10, rue Mercure – 91230 Montgeron

Imprimé sur papier certifié PEFC / Ne pas jeter sur la voie publique



Avec le soutien de :



Boussy-Saint-Antoine Brunoy Crosne Draveil Épinay-sous-Sénart Quincy-sous-Sénart Montgeron Vigneux-sur-Seine Yerres

[www.vyvs.fr](http://www.vyvs.fr)