

COLOSSE 
AUX PIEDS D'ARGILE

LE GUIDE DES COLOSSES

Extrait



Prévention et sensibilisation
aux risques de violences sexuelles



Sébastien BOUEILH

Fondateur de l'association
Colosse aux pieds d'argile



L'association est née de mon histoire. Avec deux amis d'enfance, nous avons été victimes de violences sexuelles pendant plusieurs années.

Après 18 ans de silence et de honte, nous avons réussi à en parler ! Tous les trois, nous avons décidé de déposer plainte contre notre agresseur. Après une enquête de 4 années, il a été puni par la justice.

J'ai pu parler de mon histoire avec des personnes qui m'ont aidé et je me sens maintenant apaisé.



Pourquoi Colosse aux pieds d'argile ?

On me dit souvent que je suis un Colosse parce que je suis grand et costaud. Mais quand je gardais le silence, je me sentais fragile. Les violences sexuelles peuvent donner ce sentiment. Aujourd'hui, je me sens libéré de ce poids et je vais beaucoup mieux. J'ai donc décidé de créer l'association pour aider et protéger les enfants !

Ce guide est là pour t'expliquer ce que sont les violences sexuelles pour que tu sois mieux protégé. Réponds aux différents jeux et quiz qui te sont proposés et n'hésite pas à le faire en famille !

S. Boueilh



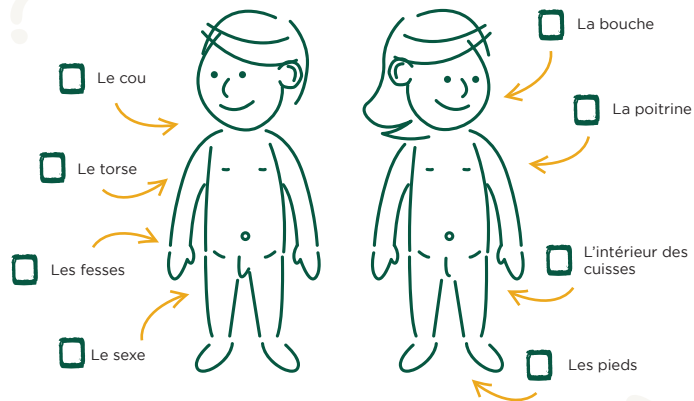
Suis le P'tit Colosse, il va t'accompagner dans la découverte de ce guide !
Et toi, comment t'appelles-tu ?

MON CORPS M'APPARTIENT

Notre corps est un super outil pour jouer, dessiner, écrire, courir, discuter, réfléchir... Il a besoin d'être nourri, de bouger et d'être en sécurité pour bien grandir.



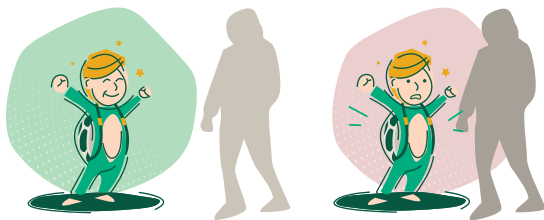
Colorie les personnages ci-dessous pour en faire de véritables P'tits Colosses !



C'EST QUOI L'INTIMITÉ ?

Intimité veut dire qu'il y a des choses qui n'appartiennent qu'à toi et qui font partie de ton jardin secret. Ce jardin secret peut être ton corps mais aussi tes pensées, tes rêves, tes sentiments... A toi de choisir avec qui tu as envie de les partager !

Tout le monde a le droit à son intimité et elle peut être différente pour chacun. Imagine que nous avons tous une bulle plus ou moins grande autour de nous. C'est important de faire respecter ton intimité mais aussi de respecter celle des autres.



Certaines parties de ton corps sont des trésors, qui ne sont qu'à toi : c'est ce que l'on appelle les parties intimes. Sur le dessin que tu as colorié page 7, coche les 5 parties intimes.

RÉPONSES

Les parties intimes : la bouche, le sexe, la poitrine, les fesses et l'intérieur des cuisses

SAIS-TU CE QU'EST LA VIOLENCE ?

C'est un comportement qui est dirigé vers une personne dans le but de lui faire du mal. C'est interdit par la loi. Il en existe différentes formes :

Sexuelles

Actes imposés par une personne avec ses parties intimes ou les parties intimes de l'autre

Physiques

Utiliser la force sur le corps d'une personne avec pour intention de lui causer de la douleur ou une blessure

Verbales

Utiliser des mots méchants envers une personne comme des insultes

Psychologiques

Actes qui peuvent être des critiques, des humiliations, de l'intimidation ou encore des menaces

Numériques

Ce sont toutes les formes de violences qui sont réalisées sur internet, sur les réseaux sociaux ou sur les jeux vidéos



EN PARLER



QUELLES SONT LES CONSÉQUENCES POUR UNE VICTIME ?

Être victime de violences sexuelles peut avoir un impact sur la santé mentale et physique des personnes. Cela peut se manifester de plusieurs manières :

- se sentir **seul**
- se sentir **coupable**
- se sentir **en colère**
- avoir du mal à se concentrer
- ne plus avoir d'appétit / avoir du mal à manger
- ne plus avoir **confiance** en les adultes et mentir
 - difficulté à s'endormir et **faire des cauchemars**
 - avoir **mal au ventre**, à la tête
 - faire comme si tout allait bien mais se sentir mal à l'intérieur



POURQUOI LE DIRE ?

Parler peut te sembler difficile mais cela peut te permettre de trouver de l'aide pour que les violences que tu subies s'arrêtent. Cela va aussi t'aider à aller mieux, tu te sentiras libéré et protégé !

Parfois, tu peux être empêché de parler car on t'a menacé, manipulé, fait du chantage ou qu'on t'a demandé de garder le secret.

À QUI LE DIRE ?

Autour de toi, tu as des adultes en qui tu peux avoir confiance et qui peuvent t'aider. Tu peux parler à une personne de ta famille, ton professeur, ton entraîneur... Si la personne à qui tu en parles ne fait rien, parles-en à un autre adulte. S'il est trop difficile de parler, tu peux aussi écrire ou dessiner pour t'exprimer !



Allô enfance en danger
Numéro gratuit et anonyme



Association e-Enfance
Numéro national contre le harcèlement et les violences numériques



17
Police ou Gendarmerie



Colosse aux pieds d'argile
07 88 86 46 27



École
Professeur, CPE, infirmière scolaire...



Club sportif
Entraîneur, animateur, éducateur...



Famille
Parent, frère, tante...

LES CONSEILS

1
Ton corps t'appartient : si quelqu'un touche ton corps ou que tu sens mal à l'aise dans une situation, parles-en à une personne de confiance



2
N'envoie jamais d'informations personnelles et de photos sur les réseaux sociaux et les jeux en ligne

3
Si un secret te rend triste, partage le pour te sentir mieux



4
Les violences ne sont jamais de ta faute, mais toujours de celle de l'agresseur



COLOSSE 
AUX PIEDS D'ARGILE

Colosse aux pieds d'argile

07 88 86 46 27

www.colosse.fr



Association Loi 1901
reconnue d'utilité publique,
enregistrée sous le N° W401004386
à la Préfecture de Mont de Marsan