

# — Violences obstétricales et gynécologiques

EST-CE BIEN CE QUE J'AI VÉCU ?

OUTIL D'AUTODIAGNOSTIC  
VIOLENCES OBSTÉTRICALES





## Qu'est-ce que les VOG ?

Les violences obstétricales et gynécologiques (VOG) sont des paroles, des gestes, des comportements ou des fautes faits pendant des soins liés à la grossesse, à l'accouchement ou à la santé gynécologique. Elles peuvent être vécues comme étant blessantes, injustes, non respectueuses, discriminatoires ou avoir été faites sans consentement. Les VOG peuvent nuire à la sécurité, à la dignité ou au bien-être de la personne qui les subit.

*(Définition adaptée de JusticeVOG)*



Plusieurs personnes se demandent si leur expérience de soins gynécologiques ou obstétricaux était normale. Elles ont des doutes, elles cherchent à comprendre, à être validées.

Peut-être te questionnes-tu, toi aussi.

Les violences obstétricales et gynécologiques (VOG) demeurent peu connues, mais elles existent, elles créent du tort et doivent arrêter.

Profite de cet outil pour réfléchir à tes expériences de soins passées ou actuelles. Si tu ressens que cet outil ne s'applique pas à ta situation, peut-être pourrait-il s'appliquer à une personne autour de toi ?

De plus en plus de voix s'élèvent pour dénoncer des expériences de soins obstétricaux et gynécologiques qui ne sont pas respectueuses des besoins demandés, de la douleur exprimée ou du consentement donné (ou non).

### **Aucun compromis n'est à faire quand il s'agit de tes droits.**

Nous avons conçu cet outil pour t'aider à :

- Mettre des mots sur ton expérience vécue
- Te sentir moins seul-e
- T'aider à valider tes impressions et sentiments
- Te soutenir dans tes réflexions
- Te guider vers des ressources

Les VOG sont réelles. De l'aide et de l'accompagnement existent.

# — Outil d'autodiagnostic

AI-JE VÉCU DES VIOLENCES OBSTÉTRICALES ?

## QU'EST-CE QUE LES VIOLENCES OBSTÉTRICALES ?

**Les violences obstétricales (VO) sont des violences** qui arrivent pendant les soins **obstétricaux**, c'est-à-dire durant le suivi de grossesse, de l'accouchement ou après la naissance. On entend par « violences » des gestes, des comportements, des paroles, des fautes et des actes médicaux qui nuisent à l'état de santé physique, mentale ou psychologique de la personne qui les a subies.

## **DANS LE CADRE D'UN SUIVI DE GROSSESSE, D'UN ACCOUCHEMENT, D'UNE FAUSSE COUCHE OU D'UN AVORTEMENT (INTERRUPTION DE GROSSESSE), T'EST-IL DÉJÀ ARRIVÉ QU'UN·E PROFESSIONNEL·LE DE LA SANTÉ...**

- 1. Refuse de réaliser un soin ou un test que tu as demandé ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
- 2. Minimise, ignore ou ne croit pas la douleur que tu as signalée ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
- 3. Refuse d'arrêter une procédure ou de soulager ta douleur malgré tes demandes ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
- 4. Refuse que tu sois accompagné·e par une personne significative de ton choix ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
- 5. Réalise un acte médical sans t'avoir donné des explications claires et précises ou sans avoir obtenu ton accord pour le faire ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
- 6. Te mette de la pression, te fasse du chantage ou te menace ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
- 7. T'impose la prise d'un médicament ? (Par exemple en insistant fortement ou en l'ajoutant dans un soluté sans t'en informer.)**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas

8. **T'impose la présence d'un-e stagiaire, d'un-e étudiant-e, d'un-e résident-e ou d'un-e interne sans te demander ton accord ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
9. **Communique ou divulgue sans ton accord des informations confidentielles liées à ta situation personnelle ou à ta santé ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
10. **Te touche sans t'expliquer ce qu'il ou elle fait ni te demander ton accord pour le faire ? (Il peut s'agir des parties intimes ou d'un geste posé sur n'importe quelle autre partie de ton corps et qui te rend inconfortable.)**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
11. **Fasse des commentaires déplacés, culpabilisants, moqueurs, infantilissants ou humiliants concernant tes préférences ou tes choix liés au déroulement des soins que tu demandes ?**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas
12. **Tienne à ton sujet des propos discriminatoires, stigmatisants ou méprisants ? (En lien, par exemple, avec ton poids, ton orientation sexuelle, ton identité de genre, ton âge, ton statut VIH, ton origine, ta condition de santé physique ou mentale, ton statut migratoire ou ta situation sociale ou financière.)**  
◇ Oui   ◇ Non   ◇ Peut-être   ◇ Je ne sais pas

*Si tu as répondu « oui » à une ou à plusieurs de ces questions, il se peut que tu aies subi des gestes, des comportements, des paroles ou des actes médicaux qui n'ont pas respecté tes droits ou qui ressemblent à une forme de violence faite pendant un soin lié à la grossesse.*

## TES DROITS PENDANT LA GROSSESSE, L'ACCOUCHEMENT ET LES SOINS DE SANTÉ

### Tu as toujours le droit :

- Au **respect**, à la **dignité** et à ton **autonomie**. Tu peux faire tes propres choix, même s'ils vont à l'encontre de ce que d'autres pensent.
- D'être **protégé·e contre toute forme de violence** : gestes non consentis, paroles humiliantes, soins forcés, traitements brusques ou non expliqués, etc.
- De **faire tes propres choix** pour ton corps, même si on n'est pas d'accord avec toi.
- De **changer d'idée** avant ou pendant un soin.
- De **choisir** l'établissement ou le ou la professionnel·le de ton choix pour recevoir des soins.
- De **changer de professionnel·le de la santé** à tout moment sans avoir de conséquences négatives.
- De **dire NON** à toute intervention que tu ne comprends pas ou ne veux pas, y compris pendant une procédure, un suivi de grossesse ou l'accouchement.

Durant toute ta grossesse, personne ne peut prendre de décision à ta place sous prétexte de vouloir « protéger le fœtus » tant que tu es apte à décider pour toi-même.



## LE CONSENTEMENT, C'EST PAS OPTIONNEL

Tu es la seule personne qui peut dire **oui** ou **non** à ce qu'on fait à ton corps. Pour qu'un soin soit donné, il faut ton **consentement libre et éclairé** :

- **Libre** : sans pression, menace, manipulation ou fausses informations.
- **Éclairé** : avec **toutes les informations nécessaires**, données dans un langage que tu comprends, sur les risques, les avantages et les alternatives.

| Tu peux changer d'avis à tout moment.

## QUELQUES CONSEILS POUR FAIRE VALOIR TES DROITS

- Tu peux **demandeur qu'on t'explique** chaque geste avant qu'il soit fait.
- Tu peux dire **stop ou pause** à tout moment.
- Tu peux demander qu'**une autre personne** soit présente avec toi (accompagnant·e, personne de ton entourage, interprète, etc.) ou demander à être vu·e par **un·e autre professionnel·le**.
- Tu peux **refuser un examen**, même s'il est « recommandé ».
- Les protocoles médicaux ne sont **jamais plus importants que ton consentement**.
- Tu peux demander l'accès à ton **dossier médical**, pour comprendre ce qui a été fait ou dit.
- Tu peux **porter plainte** ou demander de l'aide après une situation de soin non respectueux, voire violent.

| Peu importe où tu te trouves (hôpital, maison de naissance, clinique, domicile), tes droits s'appliquent partout, tout le temps.

# — **Recours et soutien**

**RECOURS EN CAS DE VIOLENCES OBSTÉTRICALES ET GYNÉCOLOGIQUES**

Plusieurs démarches sont possibles pour faire valoir tes droits :

## PLAINTÉ À L'ÉTABLISSEMENT DE SOINS

Tu peux t'adresser au **commissaire aux plaintes et à la qualité des services**. La plainte peut être faite à l'oral ou par écrit (idéalement par écrit, avec des faits précis et des documents ou études à l'appui). Ce recours vise à améliorer les soins et à prévenir que d'autres personnes vivent des situations similaires. La réponse à ces démarches peut prendre plusieurs semaines. Tu la recevras par lettre. Si la réponse obtenue (conclusion) ne te satisfait pas, tu peux t'adresser au **Protecteur du citoyen** pour la contester.

## PLAINTÉ À L'ORDRE PROFESSIONNEL

Si la personne en cause est membre d'un **ordre professionnel** (médecin, infirmière, sage-femme, physiothérapeute, etc.), tu peux déposer une plainte écrite à cet ordre. Le syndic analysera la situation. Si le code de déontologie a été enfreint, des sanctions peuvent être imposées au professionnel concerné.



## TRIBUNAUX CIVILS

Tu peux demander une compensation financière si tu es capable de démontrer une faute, un préjudice, et le lien entre les deux. Cette démarche peut être coûteuse et nécessite souvent une expertise médicale.

Mais elle est essentielle pour faire reconnaître juridiquement les violences vécues et contribuer à créer une **jurisprudence**. Cela peut faire évoluer le droit et aider à protéger d'autres personnes.



## PLAINTÉ CRIMINELLE

S'il y a eu un geste grave, tu peux porter **plainte à la police**, à l'oral ou par écrit. C'est ensuite le Directeur des poursuites criminelles et pénales (DPCP) qui décidera s'il y aura une poursuite. Même s'il n'y a pas de poursuite, tu peux faire une demande d'aide à l'**IVAC** (Indemnisation des victimes d'actes criminels), qui peut offrir du soutien psychologique et une indemnisation.

**Si tu veux en savoir plus concernant les différents recours, les démarches et les résultats possibles, communique avec nous :**

[info@naissancesrespectees.org](mailto:info@naissancesrespectees.org)

514 392-0308

## — Ressources utiles



## SOUTIEN ET RÉFÉRENCE EN CONTEXTE DE VOG

- **Regroupement Naissances Respectées (RNR)** : Pour en savoir plus sur les VOG, tes droits, tes recours et être accompagné-e. [info@naissancesrespectees.org](mailto:info@naissancesrespectees.org) / [www.naissancesrespectees.org](http://www.naissancesrespectees.org)
- **Mouvement pour l'autonomie dans l'enfantement** : Pour de l'information sur tes droits liés à la grossesse. [www.enfantement.org](http://www.enfantement.org)

## RESSOURCE CANADIENNE POUR LES FEMMES ET PERSONNES AUTOCHTONES

- **Le Cercle des survivants pour la justice reproductive** : [www.reproductivejusticesurvivors.ca](http://www.reproductivejusticesurvivors.ca)

## SOUTIEN POUR PORTER PLAINTE

- **CAAP** (Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes) : Service gratuit et confidentiel pour t'aider à formuler une plainte auprès d'un établissement de santé ou du commissaire aux plaintes. Le CAAP peut t'accompagner à chaque étape. [fcaap.ca](http://fcaap.ca)



## SOUTIEN JURIDIQUE

- **Centres de justice de proximité** : Pour t'aider à comprendre tes droits et tes options légales, gratuitement et sans rendez-vous. [justicedeproximite.qc.ca](http://justicedeproximite.qc.ca)
- **CALACS** (Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel) : Pour obtenir un soutien si tu as subi des gestes à caractère sexuel, même dans un cadre médical. [rqcalacs.qc.ca](http://rqcalacs.qc.ca)
- **CAVAC** (Centre d'aide aux victimes d'actes criminels) : Pour obtenir des services gratuits et confidentiels de première ligne si tu as été victime d'un acte criminel (comme une stérilisation imposée ou forcée). [cavac.qc.ca](http://cavac.qc.ca)
- [droitetgrossesse.ca](http://droitetgrossesse.ca) : Informations claires et accessibles sur tes droits pendant la grossesse, l'accouchement et la parentalité.

## INFORMATION ET RÉFÉRENCE EN SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE

- **Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN)** : [www.fqpn.qc.ca](http://www.fqpn.qc.ca)

## SOUTIEN ÉMOTIONNEL ET ACCOMPAGNEMENT

- Plusieurs **organismes communautaires membres du RNR** offrent au Québec un espace d'écoute et d'accompagnement après des violences obstétricales et gynécologiques (VOG). Consulte notre bottin pour les trouver : [www.naissance-respectees.org/membres](http://www.naissance-respectees.org/membres)
- **Centres de femmes** : Présents dans plusieurs régions du Québec. Tu peux y recevoir de l'écoute, du soutien, participer à des groupes de parole et obtenir des références. Certain-es intervenant-es sont formé-es pour t'accompagner si tu as vécu des violences dans un contexte de soins médicaux. Consulte l'R des centres de femmes : [www.rcentres.qc.ca](http://www.rcentres.qc.ca)
- **Réseau des centres de ressources périnatales du Québec** : Les CRP offrent un ensemble de services et d'activités aux parents pendant la période périnatale, dont des groupes de soutien sur le deuil périnatal ou des expériences difficiles liées à la grossesse ou à l'accouchement. [www.rcrpq.com](http://www.rcrpq.com)
- **Professionnel·les en santé mentale** : Certain-es psychologues, sexologues ou thérapeutes spécialisé-es en trauma peuvent t'aider à cheminer après avoir vécu des violences obstétricales ou gynécologiques (VOG). Même si les VOG sont encore peu connues, certain-es professionnel·les commencent à mieux les comprendre et à adapter leur accompagnement. Si c'est important pour toi que la ou le professionnel·le que tu choisis connaisse bien les VOG, n'hésite pas à lui demander de préciser ses connaissances pour savoir si oui ou non tu souhaites poursuivre ton accompagnement avec cette personne. Pour trouver un·e psychologue : [www.ordrepsy.qc.ca](http://www.ordrepsy.qc.ca)





© 2025

DOCUMENT RÉALISÉ PAR LE REGROUPEMENT NAISSANCES RESPECTÉES  
EN PARTENARIAT AVEC LA PROFESSEURE AUDREY ROUSSEAU  
DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN OUTAOUAIS