



Septembre à décembre 2015

Une amie est victime de violence conjugale, comment réagir?

Dans ce numéro

Une amie est victime de violence conjugale	1
À venir à l'Accalmie	1
Séance de sensibilisation	1
Une amie est victime de violence conjugale (suite)	2
Aide aux proches	2
Services offerts	2
Points de services	2

Plusieurs mythes circulent à propos de la violence conjugale. Les proches des victimes ont souvent peur d'intervenir parce qu'ils croient qu'ils ne feraient qu'aggraver la situation. Un sentiment d'impuissance met en doute la capacité d'aider. Or, si vous avez un doute ou si la victime vous mentionne que son partenaire est violent avec elle, il est extrêmement important d'intervenir.

Des signes qui ne trompent pas

D'abord, il faut tout de même faire la différence entre une chicane de couple et de la violence conjugale. Tous les couples, à un moment ou un autre, auront des différends concernant un sujet donné. Il se peut que le ton monte, mais les deux partenaires semblent en contrôle de la situation et tout redevient à la normale dans les minutes qui suivent.

C'est très différent dans le cas de violence conjugale. Le partenaire violent critique l'autre continuellement, tient des propos blessants, profite de la moindre occasion pour rabaisser sa partenaire, exerce un contrôle constant sur sa façon de s'habiller, ses sorties, etc. Bref, la victime se sent prise au piège 24 heures sur 24.

Ce qui rend la tâche de dénonciation difficile, c'est que bien souvent, ces signes ne sont vécus que dans l'intimité, à l'abri des regards et que la victime demeure discrète, par honte, par peur. Au moindre doute, n'hésitez pas à poser des questions à votre amie, car votre intervention pourrait lui sauver la vie.

« J'ai remarqué plusieurs ecchymoses sur ton bras, comment est-ce arrivé? »

« Je te sens triste et distante ces jours-ci, comment ça va avec Marc? »

« Je n'aime pas la façon dont Pierre te parle, tu ne mérites pas de te faire répondre comme ça... »

Soyez attentive au comportement non verbal, car bien souvent, il en dit long!



Savoir écouter

Si votre amie vous confie être victime de violence conjugale, il est extrêmement important de l'écouter sans la juger. Le fait de dénoncer son partenaire violent est une étape importante et il est fort possible qu'elle ait dû passer par dessus son sentiment de honte et de culpabilité pour vous en parler. Votre intervention pourrait lui éviter d'autres épisodes violents, alors ne sous-estimez jamais votre capacité d'écoute. La dénonciation de son partenaire violent peut être un long cheminement parsemé d'embûches, car les sentiments sont partagés entre la peur du pire et l'espoir d'un monde meilleur. Restez auprès d'elle tout au long du processus et rendez-vous disponible 24/24.

Il se peut que votre amie se sente prise au piège par vos questions et qu'elle refuse toute confiance. Dites-lui que vous tenez à elle et que vos inquiétudes ne sont que le reflet d'une amitié qui vous tient à cœur. Mentionnez-lui les exemples concrets qui vous font croire que la relation avec son partenaire ne vous paraît pas saine. Si elle continue de nier toute existence de violence conjugale ou qu'elle se fâche, dites-lui que vous serez toujours là pour elle. Peut-être que votre amie ne se sent pas prête à se confier pour le moment mais elle sait maintenant qu'une porte est ouverte à toute confiance.

À venir à l'Accalmie

Septembre:

le 10* Souper thématique

le 30* Dîner communautaire

Octobre:

le 15* Souper thématique

le 28* Dîner communautaire

Novembre:

le 12* Souper thématique

le 25* Dîner communautaire

Décembre:

le 10* Souper thématique

Séance de Sensibilisation et d'information

La compréhension de la problématique de la violence conjugale est primordiale et fait partie de notre mission. C'est pourquoi l'Accalmie vous offre à vous, à vos amiEs ou à votre organisme des séances de sensibilisation et d'information. Que ce soit de jour, de soir, de fin de semaine, au local de votre organisme ou dans votre cuisine, une intervenante se déplacera gratuitement.

Si vous êtes intéresséEs, vous n'avez qu'à contacter l'Accalmie au **418-986-5044**.

Des gestes concrets

Parlez à votre amie de l'importance de prioriser sa sécurité et celle de ses enfants s'il y a lieu, en lui suggérant de l'accompagner à la maison l'Accalmie ou encore de nous rejoindre au **418-986-5044**, tout en la rassurant sur la confidentialité de nos services.

Si votre amie ne se sent pas prête à quitter la maison, aidez-la à mettre en place un scénario de protection qui consiste à être prête à quitter les lieux lors du prochain épisode de violence. Elle pourra conserver une petite valise comportant quelques vêtements, un peu d'argent, les doubles de clés de la voiture et de la maison, un carnet d'adresses, etc.

Trouver un avocat

La recherche d'un avocat est une tâche difficile lorsque la victime est en situation de crise. Aidez-la à trouver un spécialiste en matière de violence conjugale qui saura la guider dans les démarches judiciaires du divorce.

Se rendre disponible pour les enfants

Si votre amie a des enfants, offrez-lui de vous occuper d'eux le temps qu'elle effectue les démarches nécessaires et pour lui permettre du temps pour elle.

Entre temps, restez auprès de votre amie et répétez-lui l'importance de dénoncer un partenaire violent.

Des chiffres alarmants

En 2008, le Ministère de la Santé publique a compté 17 321 infractions de violence conjugale au Québec, dont 11 homicides. Et ces statistiques ne tiennent pas compte des actes non dénoncés. Il ne faut jamais prendre à la légère un cas de violence conjugale, car une vie peut en dépendre. De plus, il faut savoir que la violence peut se poursuivre aussi après la séparation. Restez alerte même si votre amie n'est plus avec son conjoint violent, car 41 % des victimes recensées étaient des ex-conjointes.

Si vous êtes témoin d'un cas de violence conjugale, votre rôle est de contacter la police. C'est votre devoir de citoyen de dénoncer toute forme d'agression. En effet, selon la loi, garder le silence vous rend complice de l'agresseur.

Et rappelez-vous que lorsqu'on contacte la police, il est possible de garder l'anonymat. Les autorités s'occuperont d'analyser les preuves. Source: <http://www.canalvie.com>

Aide aux proches

- * Il l'appelle sans arrêt lorsqu'elle vous visite ou sort avec vous.
- * Il l'humilie devant vous, il l'interrompt quand elle parle.
- * Il tient des propos très sexistes, voir méprisants envers les femmes.

Vous pensez qu'elle est victime de violence conjugale?

Que ce soit votre mère, votre fille, votre sœur ou votre amie, lorsque vous croyez qu'une de vos proches est victime de violence conjugale, il est possible que vous vous sentiez complètement dépourvu. Vous reconnaissez sa souffrance et il peut vous arriver de lui proposer toutes sortes de solutions pour la sortir de cette situation. Devant son ambivalence et compte tenu de l'ampleur du problème, vous pouvez vous sentir démuné devant les limites de votre intervention pour aider votre proche. C'est un sentiment que nous appelons : l'impuissance.

Points de services

Les points de services à la Grande-Entrée et au Bassin se poursuivent pour la période estivale. Une intervenante est disponible du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00 pour aller rencontrer sur place les femmes qui nous seront référées par les intervenantEs du milieu. Les services pour les situations d'urgence sont aussi accessibles 7 jours / 7, et ce 24 heures / 24.

Pour vous aider à surmonter ce sentiment, sachez qu'il est possible d'aider votre proche en lui permettant de raconter ce qu'elle vit sans être jugée. C'est pour elle un énorme soulagement. Souvenez-vous que c'est une victime et qu'elle n'est pas responsable de la violence qu'elle subit; ses enfants non plus d'ailleurs.

En normalisant ses peurs et ses réactions, vous lui laissez entendre que vous aussi voyez ce qu'elle voit. En maintenant le lien qui vous unit, vous contribuez à assurer sa sécurité en sachant que quoiqu'il arrive, elle vous en parlera. N'oubliez pas le scénario de protection qui pourrait s'avérer utile dans le cas où sa sécurité et celle de ses enfants étaient compromises. Rappelez-vous que nous sommes là en tout temps au **418-986-5044** pour vous soutenir et pour répondre à toutes vos questions. Source: <http://www.lagitee.ca>

Services offerts

à l'Accalmie

Services 24/7
avec ou sans hébergement
418-986-5044
accalmie@tlb.sympatico.ca

*Écoute téléphonique.

* Hébergement gratuit
et sécuritaire.

* Intervention individuelle et de
groupe pour les femmes.

*Support individuel
et
spécifique aux enfants.

*Orientation et référence.

*Accompagnement dans
les démarches.

* Sensibilisation
et information.

www.maisonaccalmie.com/

