

LA VIOLENCE CONJUGALE EST-CE QUE ÇA ME CONCERNE ?

Dans un couple, il est normal qu'il y ait des désaccords, que l'on se dispute. C'est toujours désagréable, et cela peut même devenir invivable. Ce n'est pas pour ça que votre couple vit de la violence conjugale. Manifester ses désaccords, c'est sain.

Mais si **vous avez peur**, si vous sentez que vous ne pouvez plus réagir sans que votre partenaire devienne violent-e, vous êtes sans doute dans une situation de violence conjugale.

La violence conjugale n'arrive jamais d'un seul coup. Elle s'installe progressivement et maintient la/le partenaire qui la subit dans un **climat de tension** et de peur.

LA VIOLENCE
QUE VOUS SUBISSEZ
PEUT ÊTRE VERBALE,
PSYCHOLOGIQUE,
FINANCIÈRE, PHYSIQUE
OU SEXUELLE.

JE NE PEUX JAMAIS DISCUTER
OU NÉGOCIER. JE DOIS ME TAIRE

C'EST SYSTÉMATIQUEMENT LUI/ELLE
QUI «GAGNE» ET MOI QUI CÈDE, JE DOIS
TOUJOURS ME PLIER À SES DÉCISIONS

PARFOIS, IL/ELLE EST TELLEMENT
MENAÇANT-E QUE JE N'OSE PLUS
LE/LA CONTRARIER

À TOUT MOMENT J'AI PEUR QU'IL/ELLE
EXPLOSE ET SOIT VIOLENT-E

IL Y A TOUJOURS UNE BONNE EXCUSE
POUR JUSTIFIER SA VIOLENCE

Écoute Violences Conjugales

0800 30 030

24/7* - GRATUIT - ANONYME

Chat sur www.ecouteviolencesconjugales.be



PÔLES
DE RESSOURCES SPÉCIALISÉES
EN VIOLENCE
CONJUGALES ET INTRAFAMILIALES



J'AI PEUR DE MON
(EX-) PARTENAIRE

RIEN NE
JUSTIFIE
LA VIOLENCE
CONJUGALE

JE M'INQUIÈTE
POUR UNE VICTIME
DE VIOLENCE

J'AI DES
COMPOTEMENTS
VIOLENTS

VOUS N'ÊTES PAS SEUL-E

Écoute Violences Conjugales

0800 30 030

24/7* - GRATUIT - ANONYME

Chat sur www.ecouteviolencesconjugales.be

* en partenariat avec Télé-Accueil, service d'écoute :
les soirs et nuits, entre 20 h et 8 h

VOUS AVEZ PEUR POUR VOTRE SÉCURITÉ ET/OU CELLE DE VOS ENFANTS ?

VOTRE PARTENAIRE OU EX-PARTENAIRE VOUS...

- Contrôle sans cesse ?
- Appelle sans cesse ?
- Dévalorise, rabaisse fréquemment ?
- Empêche de fréquenter votre famille, vos ami-e-s ?
- Humilie ? Vous insulte ?
- Prive de votre argent ?
- Contrôle toutes vos dépenses ?
- Lance des objets ?
- Bouscule ? Vous frappe ?
- Impose des pratiques sexuelles non désirées ?
- Menace de se suicider si vous le/la quittez ?
- Menace si vous demandez de l'aide ?

Des professionnel·les peuvent vous aider pour élaborer une stratégie qui préserve votre sécurité sans vous mettre en danger, ni vous, ni vos enfants.

DANS TOUS LES CAS, VOUS N'ÊTES PAS SEUL·E



RIEN NE JUSTIFIE LA VIOLENCE CONJUGALE

VOUS AVEZ DES COMPORTEMENTS VIOLENTS ?

Vous réalisez que vous avez des comportements violents envers votre partenaire ? **Vous ne savez pas comment en sortir ?** Vous voulez que ça s'arrête ? Faites-vous aider !

Appelez la ligne « Écoute violences conjugales » : un-e professionnel·le pourra vous écouter et, si vous le désirez, vous orienter vers un service spécialisé.

QUI PEUT APPELER ?

Je peux appeler en tant que :

Victime : je me pose des questions sur ce que je vis.

Auteur·e : je souhaite me faire aider pour sortir de la violence.

Proche : une personne de mon entourage (parent, enfant, ami-e, collègue, etc) est concernée par la violence et je me demande comment réagir face à cette situation.

Professionnel·le : je souhaite bénéficier de l'expertise d'une équipe spécialisée et développer une meilleure compréhension des situations de violence entre partenaires dans lesquelles je suis amené·e à intervenir (en tant que médecin, infirmier·ère, assistant·e social·e, psychologue, pharmacien·ne, enseignant·e, etc). Je peux contacter la ligne « Écoute violences conjugales » 7j/7 de 8 h à 20 h.

LA LIGNE ÉCOUTE VIOLENCES CONJUGALES :

- vous offre une **écoute spécialisée** et vous permet de vous exprimer dans la confidentialité ;
- vous répond via son **chat** sur : www.ecouteviolencesconjugales.be
- **apporte des réponses** aux diverses situations de violences dans le couple (ou ex-couple) auxquelles vous êtes confronté·e·s ;
- vous fournit des **informations** complètes et appropriées, notamment juridiques et sociales ;
- peut **vous orienter** vers des services spécialisés.

Les permanences de la ligne Écoute Violences Conjugales sont assurées 7j/7 de 8 h à 20 h par les « **Pôles de ressources spécialisées en violences conjugales et intrafamiliales** » qui réunissent les professionnel·les de trois associations ayant développé une longue expérience de l'accueil et l'accompagnement des victimes (*Le Collectif contre les violences familiales et l'exclusion ; Solidarité femmes*), d'une part, et des auteurs (*Praxis*), d'autre part.

Les permanences de 20 h à 8 h sont assurées par les bénévoles de Télé-Accueil, service généraliste accessible à toute personne souhaitant parler de ses difficultés.

