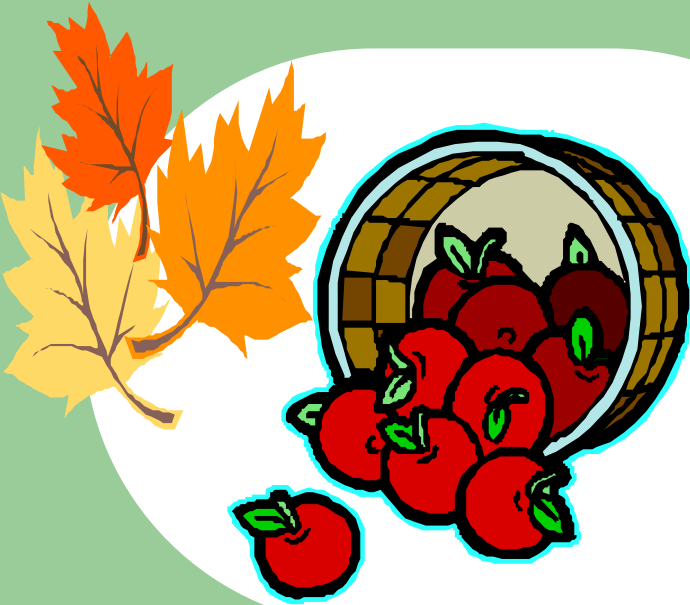


La clé de secours



Depuis 29 ans,
des femmes et des
enfants trouvent
refuge à la
Maison Halte Secours
Elles peuvent compter sur le
support d'intervenantes
spécialisées en violence
conjugale, dans un milieu
discret et confidentiel

Nos services:

- Accueil et hébergement dans une ambiance familiale
- Sécurité et protection
- Informations et références
- Support et accompagnement
- Intervention auprès des femmes et des enfants
- Consultation externe
- Suivi post-hébergement
- Écoute téléphonique
- Intervention de groupe
- Activités de prévention et de sensibilisation

MAISON
HALTE
SECOURS



Numéro 3

Automne 2012

Témoignage

*Lorsqu'on subit de la
violence conjugale,
on ne voit
aucune issue,
aucun recours.
On se sent démunie,
comme un enfant
sans défense.
J'ai bien cru que
je n'y arriverais jamais.
Aujourd'hui,
j'ai pris
ma vie en main
et je suis heureuse.
Ça s'apprend à tout âge!*



- Le travail des intervenantes, c'est de te faire prendre conscience que :
- ➔ Tu n'as pas à porter toute cette culpabilité
 - ➔ Briser le silence est le premier pas vers la liberté
 - ➔ Toi et tes enfants avez droit à une vie sans violence
 - ➔ Tu es capable de prendre de bonnes décisions
 - ➔ Tu es plus forte que tu ne le crois

Saviez-vous que...

La violence conjugale est un problème social. Pour l'enrayer, chacun de nous doit se sentir concerné.

Pour cela:

- Nous devons cesser de valoriser certaines formes de violence. La jalousie, le suicide, l'isolement et l'amour fusionnel ne sont pas des preuves d'amour.
- Nous devons cesser d'excuser les comportements violents par le stress, les difficultés financières, la peur de perdre l'autre, la violence vécue dans l'enfance, le contexte économique, la provocation...
- Nous devons cesser de penser que le danger vient de l'extérieur. C'est dans l'intimité de leur demeure que les femmes ont le plus à craindre pour leur sécurité.
- Nous devons cesser de prétendre qu'elles n'ont qu'à partir... la violence post-séparation peut représenter un défi encore plus grand, pouvant perdurer des années.

La violence conjugale et ses conséquences sur les proches

Lorsqu'une femme proche de nous est victime de violence conjugale, nous avons à faire face à plusieurs difficultés. D'abord le choc, la peine et la colère. *Comment a-t-il pu oser lui faire ça?* Ensuite peut survenir l'incompréhension. *Pourquoi est-ce qu'elle reste avec lui?* Finalement, les proches sont souvent confrontés à un grand sentiment d'impuissance. *Je voudrais bien l'aider, mais je ne sais pas quoi faire. Elle veut rester avec lui!*

La violence est une stratégie utilisée par le conjoint pour prendre le contrôle de l'autre. Subtilement, la violence s'installe dans tous les aspects de la vie de la femme. Ses relations avec sa famille, ses amis et ses collègues de travail peuvent être affectées. L'isolement qu'il crée autour de sa conjointe lui permet de mieux la contrôler, que ce soit en créant des conflits ou en l'éloignant physiquement de son entourage. Voici quelques conseils pour les proches :

- Être à l'écoute sans la juger et respecter son rythme;
- La victime de violence se sent souvent responsable et honteuse face à la situation : lui mentionner que la violence est inacceptable et qu'il est le seul responsable de ses gestes;
- Éviter de parler contre le conjoint, mais plutôt contre les comportements violents;
- La laisser prendre ses décisions et faire ses choix;
- L'encourager à prendre contact avec les ressources qui peuvent l'aider;
- Si on est témoin ou si on craint pour notre sécurité, ne pas hésiter à appeler les policiers.

Le fait d'avoir une personne de notre entourage victime de violence conjugale peut devenir préoccupant et angoissant. Il est important de savoir respecter nos propres limites. Il est primordial d'assurer sa sécurité en premier, puisque les proches peuvent également être à risque de subir des agressions. Soyez vigilants aux indices pouvant indiquer un degré de dangerosité élevé :

- Séparation récente;
- Antécédents de violence conjugale ou de crimes contre la personne;
- Harcèlement, intrusion, non-respect des limites;
- Présence de menaces suicidaires ou homicidaires;
- Élaboration d'un plan / accès à une arme;
- Absence de remords, comportements violents devant témoin;
- Sentiment d'invincibilité;
- Intensification de la violence / comportements imprévisibles.

Si vous vivez cette situation, vous pouvez obtenir de l'aide et du soutien de la part d'intervenantes spécialisées dans le domaine de la violence conjugale. ☎ 418-276-3965



Chicane de couple ou violence conjugale

Il peut parfois sembler difficile de faire la différence entre une chicane de couple et la violence conjugale. Dans le cadre d'une chicane de couple, le conflit peut se produire à propos de buts, de besoins ou d'attentes différentes. Les deux parties s'expriment et négocient dans un rapport égalitaire, pour le mieux de la situation et non pour satisfaire le pouvoir de l'un sur l'autre. Le conflit est un élément normal de la vie et permet au couple d'évoluer. La violence conjugale se distingue nettement de la chicane de couple, du problème de communication ou de la perte de contrôle. Elle porte une intention, celle de gagner à tout prix sur l'autre et s'exprime à travers des rapports de force où l'un infériorise l'autre en l'humiliant, le ridiculisant, l'agressant, le menaçant ou en confirmant la supériorité qu'il juge sienne. La domination vient toujours de la personne qui désire prendre le contrôle, tandis que l'autre tente de se défendre et de se protéger. La violence conjugale a nécessairement un impact sur la victime, car l'agresseur est aussi l'être aimé.

Suis-je victime de violence conjugale

OUI

NON

Mon conjoint m'empêche de voir mes amies ou ma famille sous prétexte qu'ils sont hypocrites ou qu'il ne les aime tout simplement pas

Il m'a déjà dit que je n'étais pas bonne mère pour mes enfants

Il prend des décisions sans demander mon avis

Il a déjà frappé les enfants devant moi, sans que je puisse réagir

Je suis sa servante, sa bonne à tout faire

Il me menace d'un simple regard

Il m'a déjà frappée, giflée ou serré les bras

Il insiste pour avoir des relations sexuelles et si je refuse, il se met en colère ou il boude

J'ai peur, je me sens impuissante à changer la situation

Si tu as répondu oui à une ou plusieurs de ces questions, n'hésite pas à nous contacter, nous pouvons t'aider à y voir plus clair. Nos services sont gratuits pour toutes les femmes et les enfants, hébergés ou non, et la confidentialité est assurée.

MAISON HALTE SECOURS

C.P. 55 Dolbeau-Mistassini G8L 2P9

Téléphone 418-276-3965 Télécopieur 418-276-4459

Courriel : haltesecours@bellnet.ca

Visitez le site de notre association
www.haltesecours.ca
Provincia-