

RESTER À LA MAISON ET CHERCHER DE L'AIDE (ENSEMBLE) OU PARTIR?

Quelle que soit votre décision, sachez que vous pouvez demander de l'aide et que vous n'êtes pas seul-e, même si vous êtes dépendant-e, par exemple si vous n'avez pas de revenus ou que votre titre de séjour a été pris par votre partenaire.

Si vous décidez de rester, ne vous isolez pas.

- Parlez avec des personnes de votre entourage (un voisin, une amie, un membre de votre famille) et avec des professionnels qui peuvent vous (vous et votre partenaire) aider.
- Gardez à portée de main les numéros de téléphone importants. Appelez à l'aide ou composez le 112 si les violences sont trop graves.
- Prévoyez un endroit où vous pourrez vous rendre si les situations violentes se reproduisent.
- Convenez avec votre entourage de la façon de les prévenir lorsque le danger guette.
- Parlez-en à votre médecin. Faites établir des certificats médicaux qui attestent des coups et blessures, de votre état psychologique et de la durée de l'incapacité complète de travail, même si vous êtes au chômage. Sachez que votre médecin est soumis au secret professionnel. Conservez ces documents en lieu sûr. Ils pourront servir de preuve plus tard, si vous quittez provisoirement ou définitivement votre partenaire.

Pour d'autres conseils pratiques, vous pouvez consulter le site web : <http://igvm-iefh.belgium.be/>

Complétez ce mémo, découpez-le et conservez-le dans votre portefeuille, afin d'avoir toujours sur vous les numéros de téléphone les plus importants.

OÙ VOUS ADRESSER?

Centre de prévention : **02/539.27.44**

Collectif pour femmes battues : **064/21.33.03**

Collectif de Liège : **04/221.60.69**

Numéro vert violence conjugale : **0800/30.030**

Télé-accueil : **107**

Personne de confiance :

Médecin de famille :

Bureau de police local :

Pour les urgences : **112**, appelez « au secours »

SI VOUS DÉCIDEZ DE PARTIR, PRENEZ VOS PRÉCAUTIONS.

- Confiez-vous à une personne qui pourra vous offrir aide et soutien.
- Faites des copies des documents importants (livret de mariage, carte SIS, carte d'identité, fiche de salaire, allocations familiales, bail ou copie du titre de propriété si vous êtes (co-)propriétaire, compte(s) à vue et compte(s)-épargne, numéro(s) de compte, prêt(s) hypothécaire(s)). Ayez les numéros de téléphone importants sous la main et prenez un double des clés.
- Essayez de conserver quelques vêtements, un peu d'argent et les médicaments éventuels pour vous et vos enfants, dans un lieu sûr ou chez une personne de confiance.
- Supprimez toute procuration sur votre compte ou ouvrez un compte en banque qui vous est propre.
- Réfléchissez à l'avance à la façon de quitter la maison en toute sécurité et veillez à disposer d'un logement sûr pour vous-même et vos enfants. S'il vous est impossible de vous adresser à votre famille ou à vos amis, tournez-vous vers un refuge ou un centre d'accueil.
- Si vous avez peu ou pas de revenus, vous pouvez demander une aide financière auprès du CPAS.
- Quels que soient vos moyens financiers, vous pouvez toujours faire appel à un avocat, dont les services peuvent être totalement ou partiellement gratuits selon votre situation financière.
- Demandez un certificat médical à votre médecin de famille ou à l'hôpital : ce document prouvera que vous êtes victime de violence. Emportez également les certificats médicaux existants. Ce sont des preuves importantes pour faire valoir vos droits devant les tribunaux.
- Adressez-vous à la police pour déclarer les faits de violence, et éventuellement déposez plainte contre l'auteur-e, et informez-les du fait que vous avez quitté le domicile conjugal.
- Sachez que la loi vous offre la possibilité de quitter la maison sans perdre vos droits, que vous soyez marié-e ou pas. Vous conserverez vos droits en ce qui concerne vos enfants, votre habitation et vos biens.



RUE ERNEST BLEROT 1 - LOCAL 2031
BRUXELLES 1070

Editeur Responsable: Michel Pasteel, Rue Ernest Blerot 1, 1070 Bruxelles

BRISONS LE SILENCE AVANT QU'IL NE NOUS BRISE

LA VIOLENCE
ENTRE
PARTENAIRES
Parlez-en

Vous n'êtes
pas seul

.be

DE QUOI S'AGIT-IL? IL S'AGIT DE VIOLENCE ENTRE PARTENAIRES.

De nombreuses femmes, mais également de nombreux hommes, connaissent, jour après jour, la peur et l'angoisse permanentes au sein de leur couple.

Humiliations, insultes, reproches, injures,...

Vous vous sentez blessé-e.

Vous vous sentez ridiculisé-e, humilié-e et trahie.

Coups, blessures, hématomes,...

Votre corps hurle.

Vous ne pouvez pas voir votre famille et vos amis,

Vous ne pouvez pas travailler,

votre passeport ou votre permis de séjour a été pris par votre partenaire

Vous êtes isolé-e.

Vous êtes contraint-e à des actes sexuels non désirés...

Vous vous sentez brisé-e.

Votre avis n'est jamais demandé

Vous perdez votre confiance en vous.

Vous avez constamment peur

Ne restez pas silencieux-se face à la violence entre partenaires.

Parlez-en autour de vous, afin de trouver de l'aide.

Cette brochure est disponible en 17 langues : chinois, portugais, polonais, serbo-croate, lingala, néerlandais, français, grec, allemand, italien, swahili, turc, anglais, espagnol, arabe, roumain et russe.

Si vous souhaitez recevoir des brochures supplémentaires,
contactez-nous : Institut pour l'égalité des femmes et des hommes,
Tél. : 02/233.49.47, egalite.hommesfemmes@iefh.belgique.be

La violence entre partenaires est présente dans toutes les catégories d'âge, toutes les classes socio-économiques, toutes les cultures, et au sein de relations tant hétérosexuelles qu'homosexuelles. Bien que la grande majorité des victimes soient des femmes, il ne faut pas perdre de vue que les hommes peuvent eux aussi être victimes de violences entre partenaires.

Il n'est pas simple d'aborder la violence entre partenaires, et vous pouvez avoir le sentiment d'être le/la seul-e à y être confronté-e. Malheureusement, rien n'est moins vrai. La violence perpétrée dans la sphère privée est la forme de violence la plus fréquente dans notre société.

Souvent, les victimes de violence entre partenaires se taisent par culpabilité, par honte ou encore parce qu'elles sont surprises par les sentiments contradictoires et confus qu'elles ressentent pour leur partenaire. Souvent, on espère que tout va finir par s'arranger, surtout parce que les explosions de violence sont suivies par des périodes plus calmes au cours desquelles le/la partenaire exprime des regrets.

La violence entre partenaires est inacceptable. Personne ne peut faire usage de violence, quelle que soit la raison. Il ne faut pas considérer que la violence va de soi ni l'accepter. Les menaces, les coups et blessures, le harcèlement et la violence sexuelle sont des délits.

La victime peut faire valoir ses droits, demander de l'aide et entreprendre des démarches pour faire cesser cette situation.

VOUS ÊTES VICTIME DE VIOLENCE? QUE POUVEZ-VOUS FAIRE? BRISEZ LE SILENCE.

Il est très important, et en même temps très difficile et souvent angoissant, de décider de ce que vous allez faire. Il est important d'en parler, et pas uniquement avec une personne de confiance, mais également avec des professionnels spécialisés, qui vous écouteront, vous conseilleront et vous aideront à trouver une solution. En parler vous aidera à y voir plus clair dans ce que vous voulez et pouvez faire. Il est nécessaire que vous compreniez bien ce qui se passe pour pouvoir améliorer la situation.

Les personnes ou les organisations mentionnées ci-dessous vous écouteront sans émettre de jugement. Elles ne vous imposeront rien. Elles vous écouteront, vous aideront à comprendre la situation, vous donneront des conseils, des idées et des adresses où obtenir davantage d'aide. Leur aide est confidentielle, bénévole et anonyme.

**Site web violence conjugale : <http://igvm-iefh.belgium.be/>
Sur ce site internet, vous trouverez des informations, notamment sur l'organisation qui peut vous offrir son aide dans votre région.**

ECOUTE VIOLENCE CONJUGALE 0800/30.030

Pour une écoute confidentielle et/ou des renseignements, appelez le 0800/30.030 (numéro gratuit).

TÉLÉ-ACCUEIL : 107

Pour avoir une écoute confidentielle 24h/24, appelez le télé-accueil au numéro 107 (gratuit, anonyme et accessible en permanence). Le télé-accueil offre également son aide via le site www.chat-accueil.org/accueil.php, sous forme de conversations en ligne.