

**Si vous êtes  
une femme  
en situation  
de handicap,  
cette brochure  
peut vous concerner.**

peur  
menthi  
bles  
pel  
bles  
menace  
menac  
ment  
bles  
peur  
bles  
menaces  
bles

menthi  
bles  
pel  
bles  
menace  
menac  
ment  
bles  
peur  
bles  
menaces  
bles

bles  
menace  
menac  
ment  
bles  
peur  
bles  
menaces  
bles

# Vous reconnaissez-vous dans

## Reconnaissez-vous une

- J'ai besoin d'aide technique ou humaine pour fonctionner au quotidien.
- Je sors très peu de la maison.
- J'ai de la difficulté à communiquer en français ou en anglais.
- Je n'ai pas confiance en moi.
- Je vois peu de gens à part mon conjoint.
- Je me sens coupable envers mon conjoint parce qu'il m'apporte de l'aide.
- J'ai un statut d'immigrante parrainée.
- Je suis limitée dans mes activités à cause du manque de services et de lieux accessibles.
- Je n'ai jamais pu occuper un emploi.
- J'ai un emploi pour lequel je suis trop qualifiée et qui est mal payé.
- Je ne suis pas écoutée ni prise au sérieux à cause des préjugés sur mon handicap.



**Dans cette brochure,  
le terme « conjoint »  
désigne toute personne  
avec qui vous avez  
ou avez eu une relation  
affective et intime.**

# certaines de ces situations ?

personne de votre entourage ?



## **Je reste avec mon conjoint parce que :**

- Je l'aime et il m'aime.
- J'ai peur de me retrouver sans argent et sans logement.
- Son aide rend plus facile mon quotidien, comme pour l'interprétation, l'alimentation, l'accompagnement, etc.
- J'ai peur de ne pas trouver un autre conjoint, soit parce que la communauté est petite, soit à cause des critères de beauté.
- Le mariage est très important pour moi.

# Vivez-vous certaines de ces

## Mon conjoint :

- Me rabaisse, m'humilie en public, me traite de folle, me blâme.
- Se moque de moi devant mes enfants, ridiculise ce que je fais et ce que je dis.
- Menace de me retourner dans mon pays d'origine.
- Refuse que je reçoive de l'aide d'une personne inconnue.
- Brise ou menace de briser les objets que j'aime ou les choses dont j'ai besoin, comme mon fauteuil roulant, mon transcritteur.
- Veut toujours savoir où et avec qui je suis.
- Critique mes proches.
- Parle toujours en français à mes enfants plutôt qu'en langue des signes québécoise.
- Contrôle mes dépenses, dépense tout mon argent.
- Menace de me placer dans un centre d'hébergement public, menace de me priver de soins.
- Exprime mes besoins à ma place.

**OUI?**  
Ces comportements sont des

**Cette brochure**

# situations ?

En êtes-vous témoin ?

Un jour, il m'a fait tomber par terre avec mes béquilles. Là, je me suis rendu compte que j'étais complètement dépendante de lui.

**manifestations de violence conjugale.  
vous concerne.**

## Mon conjoint :

- Me contacte sans arrêt par téléphone, SMS ou courriel, ou me suit continuellement même si nous ne sommes plus ensemble.
- Menace de me faire perdre ma place dans la communauté.
- Se moque de moi quand je parle la langue des signes québécoise.
- Me fait attendre dans des positions humiliantes avant de venir m'aider.
- Me pousse, me gifle, m'attache, me pince, m'étrangle, me brûle, me donne des coups de pied, me brusque en m'aidant.
- Menace de me blesser ou de me tuer.
- Menace de faire du mal aux personnes que j'aime ou de m'enlever mes enfants.
- M'impose des relations sexuelles ou des gestes intimes non désirés, ou me menace d'avoir recours aux prostituées.

# La violence conjugale

## sournoisement, dans des

Votre conjoint répète constamment des paroles et des gestes qui vous rabaissent et vous blessent.

Il vous donne des ordres. Il exige l'obéissance. Il décide tout à votre place. Son but est de vous contrôler et d'avoir du pouvoir sur vous.

C'est pour vous retenir près de lui que votre conjoint vous promet de changer, même s'il continue à vous humilier et à être violent.

C'est pour vous contrôler que votre conjoint sème le doute et la confusion en vous disant que c'est votre faute ou que vous êtes violente.

C'est pour vous dominer que votre conjoint est violent verbalement et physiquement.

**Il m'aidait à marcher et je le trouvais attentionné. Quand j'ai engraisé à cause de la cortisone, il s'est mis à me dire des choses blessantes, que je n'étais plus regardable, que je ne pourrais plus attirer personne. Moi, je me regardais dans le miroir et je me disais qu'il avait raison.**

La violence conjugale peut se manifester dans une relation hétérosexuelle ou homosexuelle.

**La violence conjugale ni avec le temps**

# s'installe tranquillement, relations intimes et affectives



**Mon conjoint me disait  
que ma voix était horrible  
à entendre. Qu'elle ressemblait à  
un cri de cochon ! Il m'empêchait  
de parler et prenait toutes les  
décisions à ma place.**

**ne s'arrête pas d'elle-même,  
ni avec l'amour.**

Un conjoint violent ressemble à n'importe quel homme et peut occuper une position respectable dans la société.

Il peut être apprécié des autres et être gentil avec tout le monde.

Il n'a pas nécessairement de problèmes de santé mentale, d'alcool, d'argent ou au travail.

Il peut pratiquer ou non une religion.

Il peut être en situation de handicap ou non.

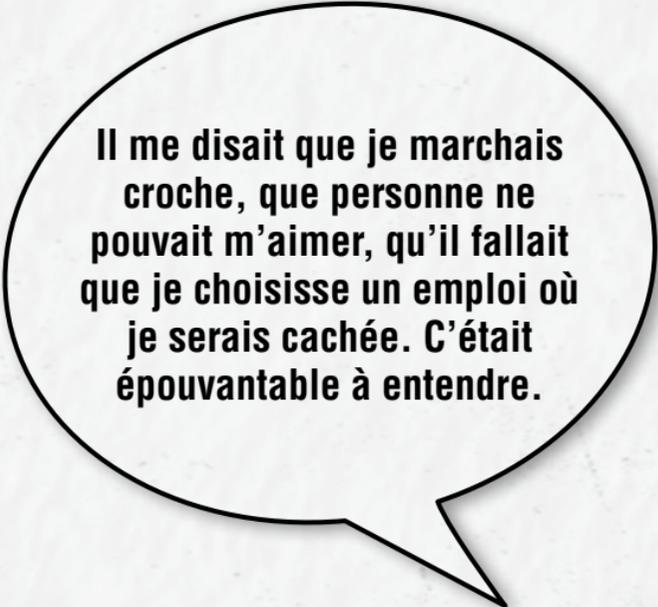
# La violence conjugale à des coups et à des blessures

## **La violence psychologique est moins visible, mais tout aussi dévastatrice.**

- Être souvent rabaissée, traitée de folle, ridiculisée par rapport à son corps, sa sexualité.
- Être fréquemment contrôlée dans ses allées et venues.
- Être régulièrement empêchée de voir ses proches.
- Être menacée de se faire placer dans un centre d'hébergement.

## **C'est de la violence conjugale.**

La violence psychologique détruit l'estime de soi.  
On finit par croire son conjoint. On se sent stupide et folle.  
On pense mériter les blâmes.



**Il me disait que je marchais croche, que personne ne pouvait m'aimer, qu'il fallait que je choisisse un emploi où je serais cachée. C'était épouvantable à entendre.**

# ne se limite pas physiques

**La violence économique est méconnue, mais tout aussi humiliante.**

- Avoir à quémander de l'argent.
- Voir ses dépenses contrôlées.
- Être forcée de payer toutes les dépenses.
- Être empêchée d'occuper un emploi.
- Se faire voler son argent.

**C'est encore de la violence conjugale.**

**La négligence répétée d'un conjoint peut sembler involontaire, mais elle est voulue.**

- Être obligée d'attendre pour des besoins urgents.
- Être privée de médicaments ou en recevoir trop.
- Être laissée longtemps dans une situation inconfortable, par exemple sur la toilette.

**C'est aussi de la violence conjugale.**

**Si vous vivez de la violence psychologique ou économique, ou si vous êtes victime de négligence, demandez de l'aide.**

**Consultez la dernière page, vous y trouverez des services qui répondent aux besoins des femmes en situation de handicap victimes de violence conjugale.**

# Parmi toutes les certaines sont considérées

- **Les menaces**  
Par exemple, menacer de vous blesser, de vous tuer.
- **La violence physique**  
Par exemple, vous tordre un bras, vous frapper, vous bousculer.
- **La négligence criminelle**  
Par exemple, vous priver de médicaments essentiels à votre santé ou vous priver de soins ou de nourriture au point de vous placer en danger de mort.
- **La violence sexuelle**  
Par exemple, vous forcer à avoir des relations sexuelles ou des pratiques sexuelles non désirées.
- **Le harcèlement**  
Par exemple, vous téléphoner continuellement ou vous suivre au point où vous avez peur pour votre sécurité.

- **La séquestration**  
Par exemple, vous enfermer dans une pièce ou vous empêcher de sortir de la maison.

Si vous vivez une ou plusieurs de ces formes de violence, vous pouvez composer le 911 pour les dénoncer et vous protéger.

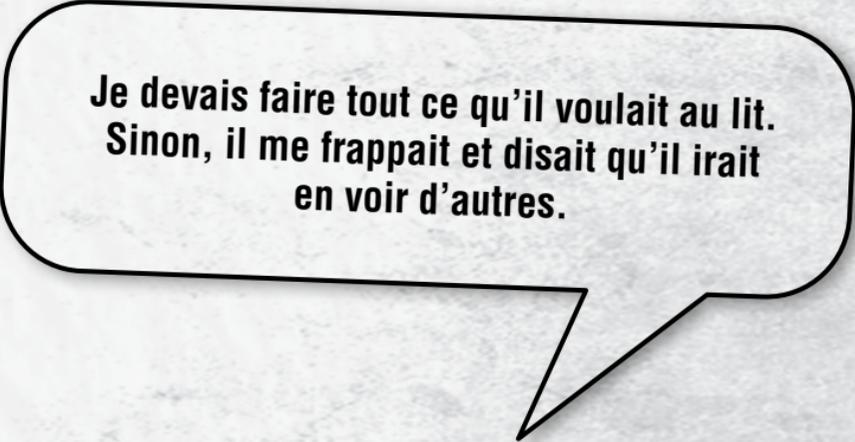
**Vous avez le droit de vivre dans le respect et en sécurité.**

**C'est inscrit dans la Charte des droits et libertés de la personne du Québec, la Charte canadienne des droits et libertés et la Convention relative aux droits des personnes handicapées de l'ONU.**

# formes de violence, comme des crimes

Avec le temps, les formes de violence peuvent se modifier de diverses façons et s'ajouter les unes aux autres.

Avec le temps, la fréquence et la sévérité des formes de violence augmentent.



**Je devais faire tout ce qu'il voulait au lit.  
Sinon, il me frappait et disait qu'il irait  
en voir d'autres.**

# Voici des qui peuvent vous décider

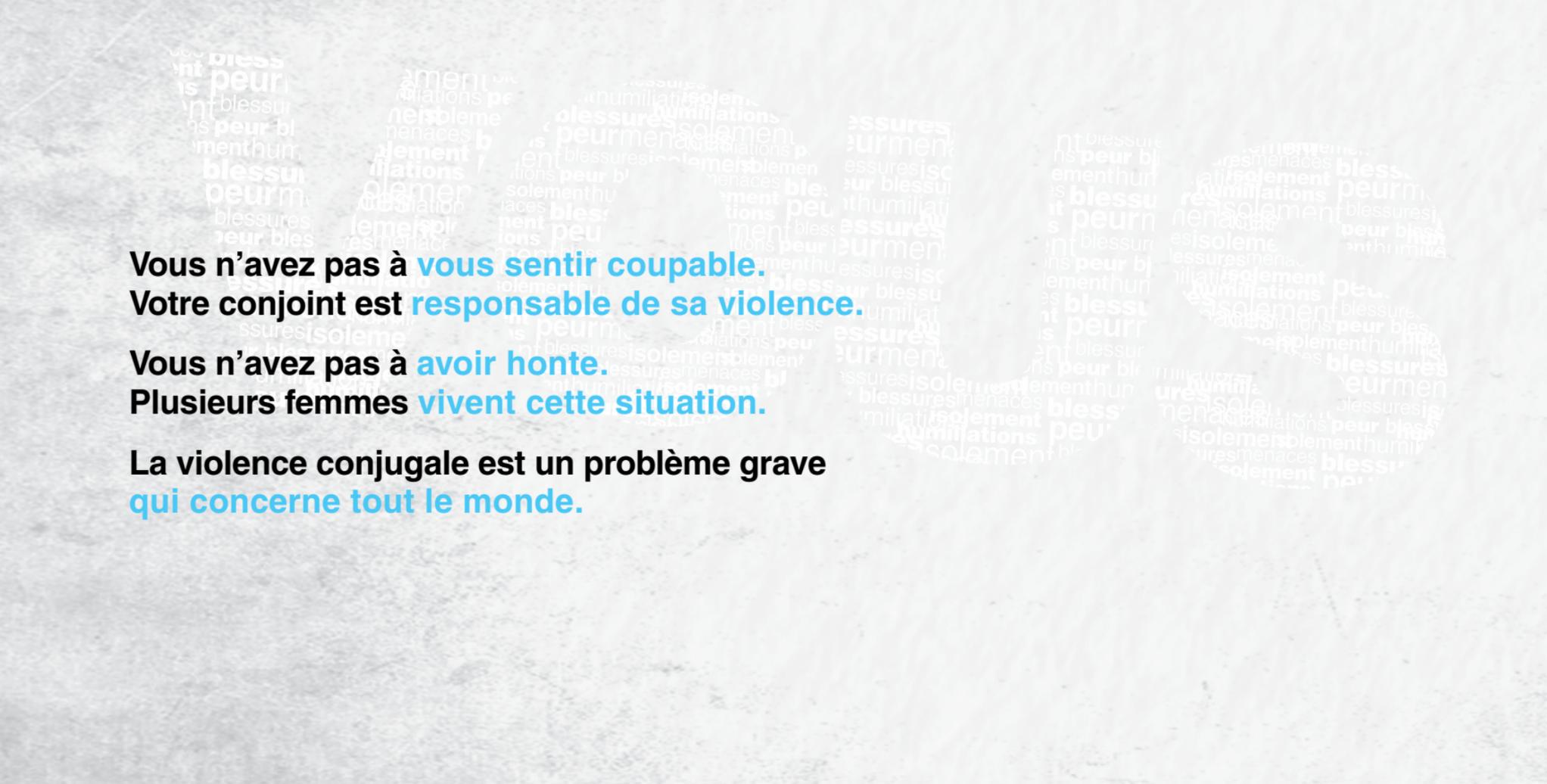
- Je ne veux plus être seule avec ce problème.
- J'ai besoin de me vider le cœur, de m'enlever du stress.
- J'aimerais retrouver l'estime de moi et la confiance en moi, me déculpabiliser, me débarrasser de la honte.
- Je veux trouver des moyens de m'en sortir.
- Je veux être en sécurité.
- Je veux que mes enfants soient en sécurité.
- Je veux trouver des moyens de me protéger, par exemple, établir un signal avec une personne de confiance pour qu'elle demande du secours au 911 en cas d'urgence.
- Je veux rester en vie.

**Si votre sécurité ou celle  
n'hésitez pas**

# raisons à chercher du soutien

**Je savais que le chemin devant moi n'allait pas être facile. Depuis des années, c'est lui qui prenait soin de moi. Si on peut appeler ça prendre soin... Je ne pouvais endurer cette situation une journée de plus. Il fallait que je retrouve ma dignité.**

**de vos proches est menacée,  
à composer le 911.**



**Vous n'avez pas à vous sentir coupable.**  
**Votre conjoint est responsable de sa violence.**  
**Vous n'avez pas à avoir honte.**  
**Plusieurs femmes vivent cette situation.**  
**La violence conjugale est un problème grave**  
**qui concerne tout le monde.**

**Ne restez pas seule.**

**Parlez à une personne en qui vous avez confiance.**

**Et même si vous vous confiez, vous avez toujours le droit de faire vos propres choix.**

**Personne ne peut vous forcer à quitter votre conjoint ou à rester avec lui.**

# Connaissez-vous une femme en situation de Si vous obtenez sa confiance,

## Écoutez-la sans juger

### Croyez-la

Les femmes en situation de handicap peuvent hésiter à se confier à une autre personne ou à dévoiler la violence conjugale pour plusieurs raisons.

Par exemple :

- la peur d'être infantilisées ;
- la peur de ne pas être prises au sérieux ;
- la crainte d'être rejetées par leur communauté si elles dénoncent un des leurs ;
- la honte de vivre avec un conjoint violent.

Le dévoilement exige beaucoup de courage. Pour aider la victime, écoutez-la sans juger et tentez de comprendre ce qu'elle vit.

# handicap victime de violence conjugale ? vous pourrez l'aider

## **Déculpabilisez-la**

Plusieurs femmes en situation de handicap ont été surprotégées et ont appris à être dociles. Elles peuvent avoir été habituées à accepter des comportements inadéquats. Elles n'ont pas nécessairement appris à dire non, à s'affirmer ou à se défendre. Ce vécu peut alimenter un fort sentiment de culpabilité par rapport à la violence subie.

Les victimes se sentent très souvent responsables de la violence de leurs conjoints. Ceux-ci sont très habiles à les culpabiliser et à nier leur propre violence.

Dites à la victime que ce sont les conjoints qui sont responsables de leurs gestes violents.

## **Respectez ses choix et son rythme**

La violence conjugale est dévastatrice. Elle gruge la confiance en soi. Le chemin pour s'affirmer et reprendre du pouvoir sur sa vie peut être long.

Voici quelques motifs qui peuvent pousser une femme en situation de handicap à tolérer la violence :

- l'espoir de retrouver la relation affective ou amoureuse ;
- une difficulté à demander de l'aide ou à fuir parce que les lieux, les moyens de communication ou de transport ne sont pas accessibles ;
- un handicap qui empêche de se protéger, l'impossibilité de composer soi-même un numéro de téléphone ou de communiquer avec quelqu'un ;
- la peur d'être abandonnée, sans soins, si le conjoint est le principal aidant.

Tentez de comprendre son vécu et de respecter ses choix. Qu'elle ait quitté ou non son conjoint, vous pouvez l'orienter vers des ressources spécialisées qui l'aideront à clarifier sa situation (consultez la dernière page de cette brochure).

## **Offrez-lui votre soutien et des ressources**

L'isolement des victimes fait partie de la violence conjugale. Cet isolement est souvent plus important pour les femmes en situation de handicap parce qu'elles sont couramment exclues du marché du travail, de la vie communautaire et des groupes de loisirs. Certaines femmes ont moins d'occasions d'entendre parler de la violence conjugale et encore moins des ressources d'aide. Pensons à la majorité des femmes sourdes pour qui le français est une langue seconde. Elles ont besoin d'interprètes pour communiquer en langue des signes québécoise et avoir accès à de l'information.

Offrez votre soutien à la victime. Parlez-lui. Faites-lui connaître son droit de faire appel à des ressources d'aide confidentielle. Si elle veut en savoir plus, présentez-lui cette brochure. Si elle le désire, offrez-lui de l'accompagner lors de ses démarches.

## **Contrez les préjugés et l'invisibilité**

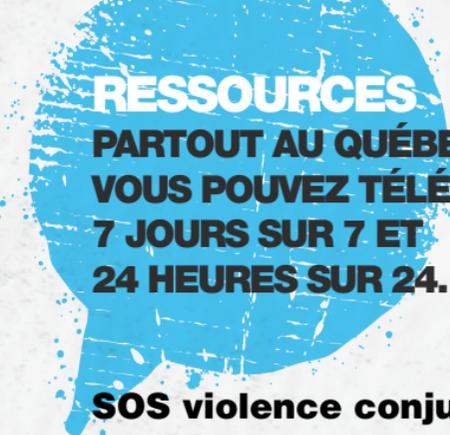
Les femmes en situation de handicap sont souvent infantilisées. Et on confond parfois des limitations fonctionnelles avec une déficience intellectuelle.

À cause des standards de beauté féminine, plusieurs personnes croient que les femmes en situation de handicap n'ont pas de conjoint, pas d'enfant, pas de vie amoureuse, pas de vie sexuelle. On est loin de penser qu'elles peuvent

vivre de la violence conjugale. Pourtant, ces femmes sont plus à risque d'en subir que les autres femmes.

Plus la victime est isolée, plus le conjoint peut exercer sa violence. Faites preuve d'ouverture et n'écartez surtout pas la victime de votre vie.

**Rappelez-vous que l'indifférence entretient la violence conjugale...**



**RESSOURCES  
PARTOUT AU QUÉBEC,  
VOUS POUVEZ TÉLÉPHONER  
7 JOURS SUR 7 ET  
24 HEURES SUR 24.**

**SOS violence conjugale  
1 800 363-9010**

(appels de l'extérieur de Montréal) (VOIX et ATS)

**514 873-9010**

(appels de Montréal) (VOIX et ATS)

**SOS violence conjugale connaît les ressources  
qui viennent en aide aux femmes en situation  
de handicap.**

Ce service téléphonique est gratuit, confidentiel, anonyme et spécialisé en violence conjugale. Un seul appel permet aux victimes, à leurs proches ou à des témoins d'accéder **immédiatement** à des services d'information, de consultation et d'hébergement.

**Service d'urgence 911**

Pour une aide immédiate, si vous êtes en danger ou si vous êtes témoin de violence.

**911** (VOIX) (ATS disponible dans certaines régions)

**310-4141** (dans les municipalités où le 911 n'est pas disponible)

**\*4141** (pour les appels d'un cellulaire)

**Info-Santé**

Pour de l'information et des références, comme les CLSC et les centres de santé et de services sociaux (CSSS)

**811** (VOIX)

Vous pouvez vous procurer cette brochure en versions française, anglaise et espagnole ainsi qu'en version française imprimée en gros caractères et en braille intégral, en versions audio et vidéo signée en langue des signes québécoise en communiquant avec le Secrétariat à la condition féminine (SCF) **au 418 643-9052.**

Ces brochures sont aussi disponibles sur les sites du SCF (**[www.scf.gouv.qc.ca](http://www.scf.gouv.qc.ca)**) et de la Table de concertation en violence conjugale de Montréal (**[www.tcvcm.ca](http://www.tcvcm.ca)**) en versions PDF et Word française, anglaise et espagnole ainsi qu'en versions MP3 et vidéo signée en langue des signes québécoise. Pour vous les procurer, cliquez sur la rubrique Publications du site du SCF.

Production : **Secrétariat à la condition féminine**  
Rédaction : **Table de concertation en violence conjugale de Montréal, avec la collaboration :**

- d'Action des femmes handicapées (Montréal) ([www.afh-montreal.org](http://www.afh-montreal.org));
- de Maria Barile, consultante – conception design inclusive;
- de la Confédération des organismes de personnes handicapées du Québec (COPHAN);
- de la maison des femmes sourdes de Montréal ([www.mfsm.org](http://www.mfsm.org)).

Dépôt légal : 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque et Archives du Canada

ISBN : 978-2-550-65486-5 (version imprimée)

978-2-550-65487-2 (version électronique)

978-2-550-65488-9 (LSQ)

© Gouvernement du Québec, 2012