

Quand on s'aime,
on s'aime  **ÉGAL**



Cette brochure a été produite par la Ville de Longueuil en collaboration avec le Service de police de l'agglomération de Longueuil, Carrefour pour Elle, le Pavillon Marguerite de Champlain et la Table de concertation des groupes de femmes de la Montérégie.

Elle a été réalisée grâce au soutien financier du ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine dans le cadre de la mesure « Partager une culture égalitaire » et la Conférence régionale des élus de l'agglomération de Longueuil.

COORDINATION

Georges Bertrand, expert-conseil, Direction de la culture, du loisir et de la vie communautaire, Ville de Longueuil

COMITÉ D'ORIENTATION

Suad Al-Salem, intervenante, Pavillon Marguerite de Champlain

Brigitte Bédard, intervenante, Carrefour pour Elle

Georges Bertrand, expert-conseil, Direction de la culture, du loisir et de la vie communautaire, Ville de Longueuil

Line Carrette, sergente, Section le la prévention et des actions stratégiques, Service de police de l'agglomération de Longueuil

Josée Gagné, agente, Section le la prévention et des actions stratégiques, Service de police de l'agglomération de Longueuil

Rosiane Larochelle, intervenante, Pavillon Marguerite de Champlain

Martha Ortiz, coordonnatrice, Table de concertation des groupes de femmes de la Montérégie

Recherche et rédaction : Irène Demczuk, consultante

Traduction : D.J. Hadley

Graphisme : Véronique Désilets, Direction des communications et relations avec le citoyen, Ville de Longueuil

Pour obtenir d'autres exemplaires de cette brochure, communiquez avec la Table de concertation des groupes de femmes de la Montérégie.

An English version can be obtained upon request. Please contact the Table de concertation des groupes de femmes de la Montérégie.

 450 463-0600
 info@tcgfm.qc.ca

© Ville de Longueuil, 2012

ISBN-978-2-9809486-2-6 (version imprimée)

ISBN-978-2-9809486-4-0 (PDF)

(Édition anglaise – imprimée : ISBN 978-2-9809486-3-3, Ville de Longueuil)

(Édition anglaise – PDF : ISBN-978-2-9809486-5-7, Ville de Longueuil)

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2012

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales Canada, 2012

TABLE DES MATIÈRES

5	Quand on s'aime, on se respecte mutuellement
7	Qu'est-ce que la violence conjugale et la violence familiale ?
9	Reconnaître ses manifestations
13	Comprendre le cycle de la violence
15	Quelques mythes à défaire
17	Partir ou rester ?
19	Si vous décidez de rester
21	Vos enfants ont besoin d'être protégés
23	Votre conjoint peut être aidé
23	La violence conjugale est un crime
25	Le Service de police de l'agglomération de Longueuil, un allié
29	Les maisons d'hébergement : un chez-soi pour se reconstruire
33	Vous avez des droits
39	Des ressources pour vous aider

Cette brochure aborde la question de la violence conjugale. Plusieurs renseignements peuvent néanmoins être utiles pour les personnes vivant de la violence familiale.

Le genre féminin est utilisé dans cette brochure en référence au nombre élevé de femmes vivant de la violence conjugale ou familiale. Cette utilisation ne vise pas à exclure, cependant, les cas où la victime est un homme.

*« Au début, je croyais que
c'était sa façon de
m'aimer. »*

Nadia, 28 ans

QUAND ON S'AIME, ON SE RESPECTE MUTUELLEMENT

Aimer et être aimée est le cadeau le plus précieux. Une relation amoureuse ou familiale devrait être vécue dans le respect et l'égalité. Or, il arrive que ce ne soit pas toujours ainsi.

Est-ce que votre conjoint ou un membre de votre famille...

- vous fait sentir incapable de prendre des décisions ou d'entreprendre quoi que ce soit ?
- vous abaisse ou vous humilie en vous traitant de noms ?
- vous fait des crises de jalousie ?
- vous empêche de voir votre famille ou vos amis et contrôle vos déplacements ?
- dénigre vos croyances religieuses ou impose les siennes ?
- vous prend votre argent ou vous en demande sans cesse ?
- détruit vos objets préférés ou s'en prend à votre animal domestique ?
- vous force à avoir des relations sexuelles quand vous ne le voulez pas ?
- menace de vous blesser ou de blesser vos enfants ?
- vous dit que c'est de votre faute s'il vous a frappée et ensuite promet que ça n'arrivera plus, mais ça arrive encore ?

Si vous avez répondu oui à une seule de ces questions, vous êtes peut-être impliquée dans une relation de violence conjugale ou familiale.

Si c'est le cas, vous n'êtes pas seule. Des milliers de filles et de femmes au Québec et au Canada vivent la même situation. En recevant de l'aide, elles regagnent, jour après jour, leur estime de soi et leur confiance en un avenir meilleur.

Si vous vous questionnez sur votre couple ou votre famille, prenez le temps de lire cette brochure. Vous y trouverez des renseignements et des ressources pour vous aider.

*« Il savait se montrer
charmant à l'extérieur,
mais à la maison c'était
l'enfer quotidien. »*

Rosalie, 64 ans

QU'EST-CE QUE LA VIOLENCE CONJUGALE ET LA VIOLENCE FAMILIALE ?

La violence conjugale n'est pas une simple chicane de ménage. C'est un ensemble de comportements, de paroles et de gestes agressifs, répétés et dirigés la plupart du temps vers la femme, dans le but de la déprécier et de contrôler ses agissements. La violence conjugale est une façon de contrôler l'autre. Une manière utilisée par un conjoint pour affirmer son pouvoir et s'assurer que sa partenaire ne le quitte pas.

Elle peut être vécue au sein d'une relation conjugale, amoureuse, ou lors d'une fréquentation. La violence concerne tant les couples de sexe différent que ceux de même sexe. Elle peut apparaître au cours de la relation, pendant la période de séparation et même après celle-ci.

La violence familiale englobe de nombreuses formes de violence, de mauvais traitements ou de négligence envers une personne par un membre de sa famille.

Des exemples : un fils exploite financièrement sa mère; un frère contrôle tous les déplacements de sa sœur adulte; un père dénigre et humilie sa fille de manière répétée.

N'importe qui peut être victime de violence conjugale, jeune ou âgée, riche ou pauvre, native du Québec ou immigrante, professionnelle ou sans emploi.

« Je me culpabilisais de ne pas répondre à ses besoins sexuels. Je pleurais, car il me faisait mal. Je me disais que j'étais nulle, que je ne serais jamais capable de faire plaisir à mon mari. »

Mei, 35 ans

RECONNAÎTRE SES MANIFESTATIONS

Vous avez de la difficulté à identifier si les comportements abusifs à votre endroit constituent de la violence ? C'est normal, puisqu'elle se manifeste sous diverses formes, et il est fréquent d'être soumis à plus d'une forme de violence parmi les suivantes :

- ▶ **Violence verbale** : ce sont des paroles méprisantes ou humiliantes, des insultes, des critiques excessives, des blâmes ou encore des menaces. La violence verbale est utilisée pour intimider et humilier. Elle peut être employée de façon subtile ou au contraire, être très directe.
- ▶ **Violence psychologique** : ce sont des paroles, des attitudes ou des gestes qui portent atteinte à l'estime de soi. Il peut s'agir de contrôler les allées et venues de la personne, la harceler, dénigrer sa famille, l'isoler de ses amis, menacer de ne plus la parrainer, user de cruauté mentale en utilisant le silence, l'indifférence ou la bouderie, menacer d'enlever les enfants.
- ▶ **Violence spirituelle** : ce sont des paroles et des attitudes qui visent à dénigrer les croyances et les pratiques spirituelles de la personne ou à lui imposer ses propres croyances religieuses. Il peut aussi s'agir d'utiliser les croyances spirituelles de la personne pour la manipuler, la contrôler ou l'exploiter.
- ▶ **Violence sexuelle** : ce sont des actes sexuels non désirés obtenus par l'utilisation de la contrainte, de la force ou sous la menace. Il peut s'agir de dénigrer sexuellement la personne, la forcer à une relation sexuelle après une violente dispute, la contraindre à des attouchements ou à des pratiques non désirées, la harceler, l'agresser ou l'exploiter sexuellement.

*« Les premières gifles,
j'avais du mal à y croire.
J'ai pensé que la situation
allait s'arranger. »*

Francine, 42 ans

RECONNAÎTRE SES MANIFESTATIONS

- ▶ **Violence économique** : ce sont des comportements ou des actions qui empêchent la personne de bénéficier d'une autonomie financière. Il peut s'agir d'empêcher une personne d'avoir un compte bancaire, de lui déconseiller fortement de travailler à l'extérieur du foyer, de contrôler ou de voler ses biens ou son argent, de cumuler des dettes en son nom, ou encore de contrôler toutes les dépenses du ménage.
- ▶ **Violence sociale** : ce sont des comportements qui visent à isoler la personne en la privant de liens sociaux. Il peut s'agir d'empêcher une personne de sortir de la maison, de s'inscrire à des cours ou à des activités communautaires, de saisir ses papiers importants (passeport, carte d'identité) afin de l'isoler socialement et culturellement.
- ▶ **Violence physique** : ce sont des comportements violents qui peuvent occasionner des blessures physiques. Ces gestes peuvent être ceux de gifler, secouer, donner des coups de pied, frapper, pousser et empoigner, séquestrer, menacer avec une arme, lancer et briser des objets, tenter de tuer, et ultimement, tuer la personne.

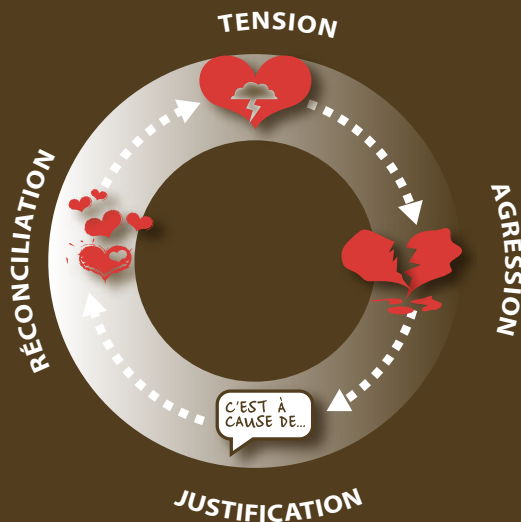
Peu importe sa forme, la violence fait toujours mal. La peur, la honte et la perte d'estime de soi sont quelques-unes des conséquences dévastatrices de la violence sur les victimes.

Si vous vivez une situation de violence, sachez que vous n'êtes pas responsable de celle-ci.

Peu importe ce que vous avez dit ou fait, rien ne peut justifier la violence à votre endroit.

*« J'avais peur d'en parler.
Qu'allait-il nous arriver
après ? »*

Caroline, 33 ans



**Le cycle de la violence s'applique aussi à
certaines formes de violence familiale.**

COMPRENDRE LE CYCLE DE LA VIOLENCE

La violence conjugale se présente comme un enchaînement d'événements qui se reproduisent de manière cyclique. Le cycle de la violence (voir schéma ci-contre) comprend quatre phases, du moins au début, car peu à peu la période de réconciliation disparaît. La répétition et l'intensité du cycle de violence augmentent si on n'agit pas. Plus les cycles se rapprochent, plus le danger est grand.

Phase 1 : Escalade de la tension. La tension monte à mesure que des incidents se produisent (frustrations ou désaccords). La violence verbale et psychologique s'installe. La victime se sent inquiète, fait attention à ses paroles et ses gestes et tente d'améliorer le climat.

Phase 2 : Aggression. La violence explose à la suite d'un événement parfois mineur. L'agression peut prendre plusieurs formes. La victime se sent triste et humiliée. Elle cherche à comprendre la situation qu'elle considère injuste.

Phase 3 : Justification. Le conjoint trouve des excuses extérieures à lui-même (alcool, travail, stress) pour justifier son comportement. Il blâme la victime de l'avoir provoqué. Le doute s'installe chez la victime, elle en vient à se sentir responsable des gestes de violence à son endroit.

Phase 4 : Réconciliation. Le conjoint demande pardon et promet que ça n'arrivera plus. L'espoir s'installe chez la victime, elle lui donne une chance, elle change ses propres habitudes. Elle veut croire qu'il va changer. Cette réconciliation peut durer quelques jours ou plus longtemps, mais plus la violence s'installe dans la relation conjugale, moins cette phase sera longue.

Et le cycle recommence...

Reconnaître la violence est le premier pas pour s'en libérer.

Il n'y a pas de honte à en parler. Ne restez pas dans cette situation, demandez de l'aide.

*« J'ai cru longtemps qu'il
était violent parce qu'il
n'arrivait pas à se trouver
un emploi. Ce n'est pas
facile d'immigrer et de tout
laisser derrière soi. »*

Angela, 53 ans

QUELQUES MYTHES À DÉFAIRE

Lui, violent ? Impossible !

Il est un bon gars, un père de famille responsable, un homme reconnu et apprécié par la communauté. Jamais, on n'aurait pu croire, et pourtant... Il n'y a pas de profil type de conjoint ayant des comportements violents. Toutefois, certains comportements peuvent être des signaux d'alarme comme manifester une jalousie extrême, être possessif, imprévisible et être violent verbalement.

C'est l'alcool ou la drogue qui le rend agressif

La consommation d'alcool ou de drogues altère les facultés et modifie le comportement. Les conjoints utilisent souvent cette raison comme excuse pour justifier leurs comportements violents, et s'en déresponsabiliser.

Sa jalousie est une preuve d'amour

La jalousie est un sentiment, mais lorsqu'elle a pour effet de restreindre la liberté de l'autre, elle devient du contrôle. Si, au nom de la jalousie, votre conjoint vous dicte qui fréquenter, comment vous vêtir ou comment agir, cette forme de jalousie excessive est de la violence. Le respect et la confiance ne sont-ils pas de bien meilleures preuves d'amour ?

Les femmes aiment cela, sinon elles ne resteraient pas

On entend souvent dire que les femmes vivant de la violence ont « provoqué » leur conjoint et qu'elles le « méritent sans doute un peu ». On prétend que ce sont des femmes soumises qui « doivent aimer ça », sinon elles auraient déjà quitté leur partenaire. Trop souvent, ces affirmations ont pour effet de blâmer les victimes. La vérité est que personne n'aime être violenté, peu importe son état ou son estime d'elle-même.

Si je le quitte, il n'y aura plus de violence

Même si une femme quitte son conjoint, la violence peut se poursuivre après la séparation. Elle peut se manifester par du chantage, du harcèlement, des menaces, des agressions, un enlèvement d'enfant. Il est important de demander de l'aide afin d'assurer votre sécurité et celle de vos enfants au-delà du divorce ou de la séparation.

*« Je pensais aux enfants,
qui ont besoin d'un père.
J'ai enduré la situation
pendant des années. »*

Astou, 37 ans

PARTIR OU RESTER ?

De nombreuses femmes hésitent à quitter leur conjoint pour des motifs variés et complexes. Est-ce votre cas ?

- Vous êtes confuse, car votre relation conjugale est faite de moments tendres, mais aussi d'épisodes de manipulation et de peur.
- Vous vous sentez coupable à l'idée de le quitter et d'être tenue responsable de briser la famille.
- Vous avez peur qu'il devienne encore plus violent si vous le quittez.
- Vous anticipez les difficultés d'être une mère monoparentale, et vous craignez de vivre la pauvreté.
- Vous avez peur de perdre la garde des enfants ou de perdre leur estime.
- Vous n'avez pas d'emploi, de revenus et vous ne savez pas où aller.
- Vous craignez de vous confier à votre famille, car vous pensez qu'elle n'appuierait pas votre décision de partir.
- Vous ne connaissez pas les ressources qui pourraient vous aider.

Partir ou rester, vous seule savez quelle est la meilleure solution. Pensez avant tout à votre propre sécurité et à celle de vos enfants. Faites confiance à votre voix intérieure. Vous pouvez décider de partir pendant une courte période. Cette décision ne signifie pas que vous devez mettre fin à votre union. Une maison d'hébergement peut vous accueillir avec vos enfants pour vous permettre de prendre un répit afin de mieux évaluer vos options.

Partir peut être risqué, mais rester avec un conjoint violent peut être dangereux.

Si vous craignez pour votre sécurité et celle de vos enfants, appelez le 9-1-1 pour recevoir de l'aide.

*« Un jour, une amie m'a
demandé ce qui n'allait pas.
J'ai fondu en larmes sans
savoir pourquoi. Elle m'a
écoutée sans juger. J'avais
l'impression de me libérer
d'un lourd fardeau. »*

Myriam, 19 ans

SI VOUS DÉCIDEZ DE RESTER

Ne restez pas seule avec ce secret. Parlez-en à une personne de confiance dans votre entourage. Vous pouvez aussi appeler une maison d'hébergement pour recevoir des conseils ou vous présenter sans rendez-vous à un Centre de santé et de services sociaux. Votre entretien restera confidentiel. Ces personnes sont formées pour vous soutenir et vous éclairer dans vos décisions. Surtout, prenez soin de vous et de vos enfants.

Pour assurer votre protection et celle de vos enfants, prévoyez un plan d'action au cas où vous seriez obligée de partir précipitamment. Vous pouvez par exemple prendre les mesures suivantes :

- Pensez à un moyen qui puisse vous permettre de sortir rapidement de votre résidence avec vos enfants, en cas de danger.
- Apprenez à vos enfants à composer le 9-1-1 en cas d'urgence, si on vous blesse, ou s'ils se sentent en danger.
- Réfugiez-vous chez un voisin en qui vous avez confiance ou convenez avec ce voisin d'un code qui leur indique d'appeler la police.
- Aider les enfants à se sauver en leur indiquant un lieu de rencontre où vous pourrez vous retrouver.

En cas d'urgence, partez aussi vite que possible.

Ne vous attardez pas à vouloir rassembler toutes vos affaires.

Vous pourrez être accompagnée plus tard par des policiers pour récupérer vos biens.

« Mon fils de huit ans ne me respectait plus. Il m'a dit un jour : " Pourquoi ne le quittes-tu pas ? Tu ne vois pas qu'il te fait du mal ?" »

Elahe, 29 ans

VOS ENFANTS ONT BESOIN D'ÊTRE PROTÉGÉS

De nombreux couples restent ensemble « pour les enfants », malgré un climat de violence. Même si les enfants ne sont pas témoins d'épisodes de violence conjugale, ils sont sensibles aux tensions qui règnent à la maison et en souffrent.

La violence conjugale peut affecter le comportement des enfants, leur santé physique ou mentale, leur estime, leurs relations amicales ou leur rendement à l'école. En grandissant, les enfants risquent davantage de considérer la violence comme quelque chose de naturel dans une relation, et la reproduire. Ils peuvent aussi penser qu'ils n'ont pas besoin de vous respecter, car ils ont entendu souvent leur père vous dénigrer. Pour toutes ces raisons, on considère les enfants comme des victimes de la violence conjugale qu'il importe de protéger.

Toute personne est tenue de signaler au Directeur de la protection de la jeunesse la situation d'un enfant exposé à la violence conjugale. Le Centre jeunesse de la Montérégie peut intervenir pour évaluer la situation et assurer que la sécurité et le développement de l'enfant ne soient pas compromis. Contrairement au préjugé populaire, il est rare que le Centre jeunesse retire un enfant de son milieu familial, à moins de circonstances graves. Les intervenants apportent plutôt un soutien à l'enfant et à ses parents afin que la famille puisse surmonter cette situation difficile.

Vos enfants ont le droit d'être protégés et de s'épanouir en toute sécurité.

La violence conjugale fait souffrir tous les membres de la famille. Si vous êtes un témoin ou un proche, vous pouvez aider les victimes à briser le mur du silence.

*« C'en était trop, j'ai
décidé d'agir même si je
savais que ma famille
n'approuverait pas
mon geste. »*

Roxana, 43 ans

VOTRE CONJOINT PEUT ÊTRE AIDÉ

Il existe des ressources pour les hommes ayant des comportements violents. Si votre conjoint souhaite modifier son comportement, il peut obtenir de l'aide. Une thérapie permet à certains hommes de prendre conscience des effets de leur comportement et de les transformer. Cette démarche est longue et nécessite beaucoup de volonté et de persévérance.

LA VIOLENCE CONJUGALE EST UN CRIME

Au Canada, la violence exercée dans un couple ou une famille n'est pas traitée comme une affaire privée. De nombreuses formes de violence conjugale ou familiale sont des crimes au même titre que la violence exercée par un inconnu. Ce faisant, la société reconnaît l'importance de l'égalité entre les conjoints et la protection des victimes.

Que vous soyez témoin ou victime, vous pouvez signaler à la police une situation de violence conjugale ou familiale. Soyez assurée que les services policiers prendront votre déclaration au sérieux.

Dénoncer des gestes de violence conjugale ou familiale, en tant que témoin, n'implique pas nécessairement un témoignage à la cour. Cependant, votre action peut grandement aider les victimes et peut-être sauver une vie.

*« Lorsque les policiers
sont arrivés, mon mari
niait tout. L'un d'eux m'a
demandé de le suivre à la
cuisine. Il m'a posé des
questions. J'ai vu qu'il
comprenait ce que
je vivais. »*

Betty, 28 ans

LE SERVICE DE POLICE DE L'AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL, UN ALLIÉ

► DANS QUELLES CIRCONSTANCES APPELER LA POLICE ?

Si votre sécurité ou celle de vos proches est menacée, faites le **9-1-1**. La sécurité des victimes est la préoccupation première du Service de police de l'agglomération de Longueuil (SPAL). Vous avez besoin de conseils ? Dans ce cas, appelez le SPAL au **450 463-7011**, un policier pourra répondre à vos questions et vous aider. Ces services fonctionnent en tout temps, 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

► COMMENT SE DÉROULE L'INTERVENTION POLICIÈRE ?

Lorsque les services d'urgence (9-1-1) reçoivent un appel leur signalant une situation de violence conjugale, deux policiers sont dépêchés sur les lieux. Sur place, les policiers mettent fin à la violence et prennent des mesures pour assurer que vous et vos enfants soyez en sécurité.

Ils séparent généralement les deux conjoints et demandent à chacun de leur expliquer ce qui s'est passé. Les policiers recueilleront votre version des faits dans une déclaration différente de celle de votre conjoint. Les policiers peuvent porter plainte et procéder à l'arrestation de votre conjoint s'ils constatent qu'il y a eu des actes criminels, comme des voies de fait, des menaces, des agressions ou du harcèlement.

Les policiers vous proposeront des ressources d'aide. Si vous acceptez cette aide, ils vous demanderont de signer un formulaire de divulgation de renseignements qui sera transmis à une maison d'hébergement, en toute confidentialité. Une intervenante de la maison communiquera avec vous par la suite pour échanger sur votre situation. Vous pourriez aussi souhaiter quitter immédiatement votre domicile, les policiers vous conduiront alors à une maison d'hébergement avec vos enfants. Vous y recevrez tout le soutien dont vous avez besoin.

*« Ils ont amené mon mari
avec eux. J'étais soulagée,
mais inquiète. Je craignais
sa colère. »*

Anne-Marie, 46 ans

LE SERVICE DE POLICE DE L'AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL, UN ALLIÉ

► QUE SE PASSE-T-IL SI VOTRE CONJOINT EST ARRÊTÉ ?

Si les policiers ont des motifs raisonnables de croire que vous avez été victime de violence, ils procéderont à l'arrestation de votre conjoint indépendamment de votre intention de porter plainte. Il sera alors conduit au poste de police où il passera quelques heures ou une nuit en cellule.

S'il y a des accusations, votre conjoint comparaitra devant un juge dans les 24 à 48 heures suivant son arrestation. Après quoi, il peut être remis en liberté, et vous serez avisée de sa sortie. Si vous craignez pour votre sécurité, dites-le au policier. Le tribunal pourra alors émettre certaines conditions à sa liberté, par exemple, une interdiction de vous appeler ou de vous approcher.

Plusieurs mois peuvent s'écouler avant le début du procès. Vous rencontrerez un procureur et vous pourriez être invitée à vous présenter à la cour pour témoigner. Lors du procès, le juge analysera les preuves et rendra sa décision. Les peines prononcées dépendent d'un certain nombre de facteurs, en particulier s'il s'agit d'une première infraction, et de la gravité des gestes posés.

Si votre conjoint ne respecte pas les conditions de sa remise en liberté, n'hésitez pas à communiquer avec le service de police. Vous avez le droit de vivre en sécurité.

*« Je suis arrivée comme
un oiseau aux ailes
brisées. Les intervenantes
m'ont aidée à retrouver la
confiance en mes capacités.
J'ai pu prendre un nouvel
envol ! »*

Jia Li, 39 ans

LES MAISONS D'HÉBERGEMENT : UN CHEZ-SOI POUR SE RECONSTRUIRE

Les maisons d'hébergement ont été créées pour assurer une sécurité physique et un soutien émotionnel aux femmes vivant de la violence et à leurs enfants. Elles accueillent les femmes qui éprouvent des difficultés conjugales ou familiales, qu'il s'agisse de violence verbale, psychologique, physique, économique ou sexuelle. Nul besoin d'avoir été battue pour obtenir des services. Vous pouvez simplement appeler pour recevoir des conseils, ou encore être hébergée le temps nécessaire pour évaluer vos choix.

Des intervenantes compétentes vous soutiendront dans votre démarche. Elles vous aideront à retrouver confiance en vous-même et en vos capacités. Les maisons sont ouvertes à la diversité culturelle. Vous y serez respectée dans votre culture, vos croyances religieuses et votre régime alimentaire.

Quels sont les services offerts ?

Les maisons d'hébergement offrent une gamme de services adaptés aux besoins des femmes et des enfants. **Tous les services sont gratuits.**

- **Service d'écoute téléphonique 24 heures sur 24, 7 jours sur 7**
Vous pouvez consulter une intervenante en tout temps qui saura vous comprendre et vous aider.
- **Hébergement**
Vous bénéficierez d'une chambre et de repas dans un environnement chaleureux et sécuritaire pour reprendre des forces.
- **Accompagnement et soutien aux femmes**
Vous aurez un suivi individuel avec la même intervenante durant toute la durée de votre séjour. Elle vous soutiendra dans votre cheminement personnel et vous accompagnera dans les démarches auprès de différents services : aide financière, immigration, cour, garde des enfants, recherche de logement, etc. Des activités de groupe sont aussi prévues permettant de partager avec d'autres résidentes des moyens de s'en sortir.

*« Mon séjour à la maison
d'hébergement m'a permis
de redevenir la personne
que j'étais avant toute cette
violence. »*

Johanne, 58 ans

LES MAISONS D'HÉBERGEMENT : UN CHEZ-SOI POUR SE RECONSTRUIRE

Soutien aux enfants

Vos enfants bénéficieront du soutien d'une intervenante jeunesse, leur permettant de démystifier la violence et de s'exprimer relativement à leur vécu. Ils auront accès à une salle de jeux pour bricoler et s'amuser avec d'autres enfants. Des rencontres individuelles et des ateliers sont aussi offerts aux mères hébergées pour renforcer leurs capacités parentales.

Services externes

Les maisons d'hébergement offrent aussi gratuitement des services aux femmes et aux filles qui vivent ou ont vécu de la violence conjugale ou familiale et qui ne désirent pas être hébergées.

- Rencontre individuelle
- Groupe de soutien et de conscientisation
- Groupes de soutien multiculturels offerts en français, anglais et espagnol (Pavillon Marguerite de Champlain)
- Consultation familiale pour les mères et leurs enfants
- Groupe de soutien pour adolescentes de 13 à 17 ans ayant vécu de la violence dans leur famille ou leur relation amoureuse (Carrefour pour Elle)

Après leur séjour en hébergement, les femmes qui le souhaitent peuvent poursuivre leur cheminement au moyen de rencontres individuelles ou de groupe.

**Vous pouvez rompre le cycle de la violence et
reconstruire votre vie.**

Communiquez avec une maison d'hébergement.

*« Mon conjoint menaçait
de ne plus me parrainer
si j'appelais la police. Je
vivais dans la terreur d'être
expulsée. Heureusement,
j'ai reçu de l'aide, et
aujourd'hui j'ai ma
résidence permanente. »*

Samina, 34 ans

VOUS AVEZ DES DROITS

► EN TANT QU'IMMIGRANTE, SERAI-JE EXPULSÉE DU CANADA SI JE LE QUITTE ?

Si vous êtes citoyenne canadienne ou résidente permanente, vous ne pouvez pas être renvoyée du Canada pour vous soustraire à la violence de votre conjoint ou d'un membre de votre famille.

Si vous n'êtes pas encore une résidente permanente et que votre répondant décide de retirer son parrainage, ou si vous décidez de vous séparer pour un motif de violence avant que votre demande soit approuvée, vous avez des recours. Dans l'une ou l'autre de ces situations, vous pourriez solliciter le statut de résidente permanente pour des considérations humanitaires. Si vous êtes réfugiée ou une personne ayant besoin de protection et vivez de la violence conjugale, vous pouvez aussi obtenir de l'aide.

Consultez un avocat pour en savoir davantage. Les maisons d'hébergement pour femmes violentées peuvent vous accompagner dans vos démarches. Le ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles (MICC) offre aussi un soutien personnalisé et confidentiel pour les victimes de violence conjugale qui permet, dans certains cas, d'accélérer le traitement de leur dossier.

Si vous êtes immigrante et vivez de la violence conjugale ou familiale, n'attendez pas que votre vie devienne insupportable.

Vous pouvez améliorer votre situation en recevant de l'aide.

*« J'ai appelé une maison
d'hébergement pour des
conseils. J'y ai reçu de
l'écoute, du soutien et
surtout, des moyens pour
m'en sortir. »*

Claudette, 55 ans

VOUS AVEZ DES DROITS

► AURAI-JE LA GARDE DES ENFANTS, SI JE LE QUITTE ?

La loi oblige les conjoints ayant des enfants à participer à une séance de médiation en cas de séparation. Cependant, la médiation familiale n'est pas recommandée dans une situation de violence conjugale. Vous pouvez demander une exemption.

Consultez un avocat pour connaître vos droits et informez-le de la violence que vous avez subie, il pourra alors mieux vous représenter. Si vous bénéficiez de faibles revenus, vous pourriez avoir droit à l'aide juridique.

Le tribunal statuera les droits de garde et d'accès aux enfants en prenant en compte les intérêts de l'enfant. Si vous obtenez la garde des enfants, un droit de visite sera probablement accordé au père. Pour éviter le harcèlement, demandez à un proche d'être présent lorsque le père viendra chercher les enfants et les ramènera, ou choisissez un lieu neutre et public pour cet échange. Vous pouvez aussi limiter les contacts avec votre ex-conjoint en lui transmettant par écrit les informations concernant l'enfant.

► QUE PUIS-JE FAIRE SI JE CRAINS QU'IL ENLÈVE LES ENFANTS ?

Avertissez votre avocat si vous pensez que le père de vos enfants pourrait tenter de les emmener à l'étranger. Si vos enfants sont des citoyens canadiens, appelez le Bureau des passeports et demandez-leur d'inscrire le nom des enfants sur une liste afin qu'on puisse vous avertir si quelqu'un essayait d'obtenir un passeport pour eux. Si vos enfants ont une autre nationalité, communiquez avec l'ambassade ou le consulat de leur pays pour leur demander de ne pas délivrer un passeport pour vos enfants.

Si vous constatez la disparition de vos enfants, appelez sans délai le service de police afin que des mesures soient immédiatement entreprises pour les localiser.

En faisant reconnaître vos droits, vous pourrez assurer un meilleur avenir pour vous et vos enfants.

*« Aujourd'hui je suis une
femme épanouie. J'ai des
amies, un logement et je
suis bien avec moi-même.
Je ne me reproche rien; j'ai
fait ce que j'ai pu tout le
long de mon mariage. »*

Viviane, 41 ans

VOUS AVEZ DES DROITS

► COMMENT VAIS-JE SUBVENIR À MES BESOINS ET À CEUX DE MES ENFANTS ?

Si vous quittez votre conjoint, vous devrez peut-être avoir recours à l'aide sociale ou à une aide financière. Si vous êtes résidente permanente ou citoyenne canadienne, vous avez le droit d'en faire la demande. En tant qu'immigrante parrainée, votre première source de financement est votre parrain, mais si votre parrainage est interrompu, il se peut que vous puissiez obtenir une aide financière du gouvernement. Si vous recevez déjà une aide financière à titre de réfugiée subventionnée par le gouvernement ou si vous êtes parrainée, cette aide ne vous sera pas enlevée si vous vivez une situation de violence, tant que vous serez admissible.

► JE NE PEUX PAS CONTINUER D'HABITER ICI, CAR IL ME HARCÈLE

Si vous êtes locataire et signataire d'un bail, vous pouvez demander la résiliation de votre bail si votre sécurité ou celle de vos enfants est menacée en raison de la violence de votre conjoint ou d'un ancien conjoint. Dans ces cas, la résiliation du bail prendra effet soit :

- deux mois après que vous aurez envoyé un avis au locateur; ou
- un mois après cet envoi si votre bail est de moins de douze mois ou d'une durée indéterminée.

Vous ne méritez pas d'être contrôlée, menacée ou frappée. Vous et vos enfants avez le droit de vivre en sécurité.

Une vie sans violence est possible.

*« J'aimerais dire aux
femmes qui vivent la
violence : “soyez conscientes
que le meilleur est à venir
lorsqu'on en sort.*

*Gardez la foi, soyez
positives et demandez de
l'aide !” »*

Rose, 72 ans

DES RESSOURCES POUR VOUS AIDER

EN CAS D'URGENCE

► **LIGNE D'URGENCE 9-1-1**

Le 9-1-1 permet de joindre les services d'urgence et de recevoir l'assistance des policiers. Composez le 9-1-1 dans les situations où la vie ou la sécurité d'une personne est en danger et requiert une intervention immédiate.

📞 **9-1-1**

🕒 Gratuit, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

► **SOS VIOLENCE CONJUGALE**

Ce service téléphonique aide les personnes ou leurs proches qui vivent la violence conjugale. Le service offre une écoute attentive, évalue avec la personne sa situation et l'oriente vers une ressource adéquate que ce soit pour une consultation, de l'information ou de l'hébergement.

📞 **1 800 363-9010**

🕒 Gratuit, confidentiel, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

🌐 www.sosviolenceconjugale.ca

► **SERVICES POLICIERS**

Service de police de l'agglomération de Longueuil (SPAL)

Ce service téléphonique permet de recevoir des conseils de sécurité d'un policier dans une situation non urgente.

📞 **450 463-7011**

🕒 Gratuit, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

MAISONS D'AIDE ET D'HÉBERGEMENT POUR FEMMES VIOLENTÉES ET LEURS ENFANTS

(Agglomération de Longueuil)

► Carrefour pour Elle

La maison d'hébergement accueille les femmes et les enfants et offre une gamme de services de soutien et d'accompagnement.

📞 **450 651-5800**

🕒 Gratuit, confidentiel, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

🌐 www.carrefourpourelle.org

► Pavillon Marguerite de Champlain

La maison d'hébergement accueille les femmes et les enfants et offre une gamme de services de soutien et d'accompagnement.

📞 **450 656-1946**

🕒 Gratuit, confidentiel, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

🌐 www.pavillonmarguerite.com

RESSOURCE POUR CONJOINTS AYANT DES COMPORTEMENTS VIOLENTS

► Entraide pour Hommes Vallée-du-Richelieu/Longueuil

L'organisme communautaire s'adresse aux hommes en difficulté aux prises avec des problèmes de violence ou de détresse psychologique. Il offre des services d'évaluation, de références, et des groupes de thérapie permettant aux hommes d'entreprendre une démarche personnelle par rapport à leurs comportements violents.

📞 **450 672-6461**

🌐 www.ehvr.org

RESSOURCE D'AIDE POUR LES VICTIMES D'AGRESSION SEXUELLE

► Ligne d'écoute pour les agressions sexuelles

La ligne téléphonique d'écoute, d'information et de référence est destinée aux victimes d'agression sexuelle, à leurs proches ainsi qu'aux intervenants. Elle offre un service bilingue et confidentiel.

📞 **514 933-9007 ou 1 888 933-9007**

🕒 Gratuit, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

🌐 www.agressionssexuelles.gouv.qc.ca

► **La Traversée**

La Traversée est un centre d'aide aux femmes et aux enfants de la Rive-Sud, victimes d'agression sexuelle. L'organisme communautaire offre des services d'aide psychologique aux femmes, aux jeunes filles et aux enfants, ainsi qu'un soutien à leur famille.

📞 **450 465-5263**

✉ info@latraversee.qc.ca

AUTRES RESSOURCES D'AIDE

► **Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) de la Montérégie**

Le CAVAC de la Montérégie offre de l'assistance aux victimes d'actes criminels, dont la violence conjugale. Il fournit des services d'information sur les droits et les recours, d'évaluation et d'intervention, de même qu'un accompagnement dans les démarches pour obtenir une indemnisation pour les préjudices subis. Les services sont gratuits et confidentiels.

📞 **450 670-3400**

🌐 www.cavac.qc.ca/regions/monteregie/accueil.html

► **Centre jeunesse de la Montérégie**

Le Centre jeunesse de la Montérégie offre des services spécialisés qui s'adressent aux enfants, aux jeunes en difficulté et à leur famille. Le Centre jeunesse a le mandat d'intervenir, entre autres, lorsqu'un enfant est exposé à la violence conjugale ou familiale.

📞 **450 928-5125**

🌐 www.centrejeunessemonteregie.qc.ca

RESSOURCES SANTÉ

► **Ligne Info-Santé 8-1-1**

Le service Info-Santé permet de joindre un professionnel de la santé en cas de problème non urgent. Ce service téléphonique offre des conseils ainsi que des avis professionnels et peut orienter la personne vers les services de santé et les services sociaux appropriés à sa situation.

📞 **8-1-1**

🕒 Gratuit, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

RESSOURCES JURIDIQUES

► Inform'elle

Inform'elle est un organisme sans but lucratif offrant une gamme de services dans le domaine du droit familial pour aider les femmes et leur famille. Il fournit de l'information juridique, des cours, des ateliers (divorce et pension alimentaire) et de la médiation familiale.

» **450 443-8221**

📞 www.informelle.osbl.ca

► Aide juridique

L'aide juridique est un service public offert gratuitement ou moyennant une contribution aux personnes admissibles qui en font la demande. Les services juridiques sont offerts par des avocats qui ont le mandat de conseiller leurs clients et de les représenter en cour.

» **450 928-7666 (SECTIONS JEUNESSE ET CRIMINELLE)**

» **450 928-7659 (SECTION CIVILE)**

📞 www.csj.qc.ca

IMMIGRATION

► Ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles (MICC)

Le ministère offre un soutien personnalisé aux personnes victimes de violence en les informant de l'état de leur dossier d'immigration, de leurs droits, des étapes à venir ainsi que des décisions à prendre. À la demande des requérants, le MICC peut coordonner le dossier avec les autres intervenants (Citoyenneté et Immigration Canada – CIC, avocat, maison d'hébergement, Centre de santé et de services sociaux – CSSS, etc.), et permettre, dans certains cas, d'en accélérer le traitement. Le service est confidentiel.

» **514 873-2528**

📞 www.micc.gouv.qc.ca

► Citoyenneté et Immigration Canada (CIC)

Le service à la clientèle (SALC) du bureau régional de Citoyenneté et Immigration Canada à Montréal peut orienter les personnes concernant tout changement aux démarches d'immigration en raison d'une situation de violence.

» **1 888 242-2100**

» **ATS : 1 888-576-8502**

📞 www.cic.gc.ca

Notes

[illegible]

Quand on s'aime, on s'aime égal, c'est aussi un atelier de sensibilisation qui vise à prévenir la violence conjugale et familiale sur le territoire de l'agglomération de Longueuil. Il peut être offert gratuitement dans votre milieu. Communiquez avec les organismes suivants pour obtenir l'information.

- **Carrefour pour Elle**
450 651-5800
- **Pavillon Marguerite de Champlain**
450 656-1946



Pavillon
Marguerite
de Champlain



Service de police
AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL



**Culture,
Communications et
Condition féminine**

