



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

APPEL ANONYME ET GRATUIT

24 H /24*

 **0800 30 030**

LIGNE ÉCOUTE VIOLENCES CONJUGALES

www.ecouteviolencesconjugales.be

* en partenariat avec Télé-Accueil, service d'écoute :
soirs, nuits, week-ends et jours fériés



PÔLES
DE RESSOURCES SPÉCIALISÉES
EN VIOLENCES
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
COMPORTEMENTS
VIOLENTS

VOUS N'ÊTES PAS SEUL-E

 **0800 30 030**

LIGNE ÉCOUTE VIOLENCES CONJUGALES

24 H /24*
ANONYME
GRATUIT

www.ecouteviolencesconjugales.be

* en partenariat avec Télé-Accueil, service d'écoute :
soirs, nuits, week-ends et jours fériés

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 professionnels peuvent vous aider. Prenez des renseignements auprès d'eux 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 professionnel pourra vous écouter et, si vous le désirez, vous orienter vers un service spécialisé.

QUI PEUT APPELER ?

Les victimes

Les auteurs qui souhaitent se faire aider pour sortir de la violence.

Les proches de toute personne concernée par la violence et qui se demandent comment réagir face à cette situation : parents, enfants, ami-e-s, collègues, etc.

Les professionnels qui souhaitent bénéficier de l'expertise d'une équipe spécialisée et développer une meilleure compréhension des situations de violence entre partenaires dans lesquelles ils sont amenés à intervenir (médecin, infirmier·ère, assistant·e social·e, psychologue, pharmacien·ne, enseignant·e, etc.). Ils peuvent contacter la ligne « Écoute violences conjugales » du lundi au vendredi de 9 h à 19 h.

LA LIGNE ÉCOUTE VIOLENCES CONJUGALES :

- vous offre une **écoute spécialisée** et vous permet de vous exprimer dans la confidentialité ;
- **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 du lundi au vendredi de 9 h à 19 h par les « **Pôles de ressources spécialisées en violences conjugales et intrafamiliales** » qui réunissent les professionnels 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 et Solidarité femmes), d'une part, et des auteurs (Praxis), d'autre part.



* Les permanences sont assurées les soirs, nuits, week-ends et jours fériés par les bénévoles de **Télé-Accueil**, service d'écoute pour toute personne en difficulté cherchant quelqu'un à qui parler.