ARÈT LÉV LA MIN DSI MWIN !

Comme vous,
je suis une femme réunionnaise.
Au début, c'était l'amour fou.
Petit à petit, je me suis inquiétée,
j'avais peur. Je ne pouvais plus
voir mes amis, m'habiller
comme je voulais.

Il m'insultait, m'humiliait.
Je me sentais menacée.

Souvent il s'excusait,
mais il a fini par me battre,
me violer.

NE LAISSEZ PAS LA VIOLENCE VOUS DÉTRUIRE.
COMME MOI, SORTEZ DU SILENCE.

3919
APPEL ANONYME ET GRATUIT
DEPUIS LA RÉUNION 7J/7

LES DIFFÉRENTS TYPES DE VIOLENCES CONJUGALES

1. Les violences psychologiques

La victime est rabaissée, humiliée par son agresseur, mais sans qu'il y ait des violences physiques. L'agresseur utilise des phrases du type :

- « T'es bonne à rien. »
- « T'es qu'une incapable. »
- « Tu sais, personne ne te croira. »
- « Tu peux te sauver, moi, je te retrouverai. »
- « T'es qu'une merde. »
- « Si tu me quittes, je te fais la peau. »

2. Les violences verbales

Elles se traduisent par des insultes, des grossièretés, des obscénités et des injures sexuelles. Elles peuvent prendre la forme de hurlements, de cris mais aussi de silence et de chuchotements inaudibles.

- « Prépare-toi, tu vas l'avoir ta dérouillée. »
- « Où que tu ailles, j'aurai ta peau. »
- «T'es qu'une pute. »
- « Traînée. »

Ces deux formes de violences psychologiques et verbales permettent à l'agresseur, sans porter aucun coup, d'atteindre le but recherché :

- Créer une tension insupportable pour la victime
- Maintenir un climat de peur et d'insécurité

3. Les violences économiques

Elles visent à priver la victime de ressources. Elles présentent plusieurs cas de figure.

Pour la victime qui n'est pas salariée :

- Ne plus donner « l'argent du ménage »
- Exiger des comptes au centime près pour chaque achat
- Refuser toute dépense pour les besoins personnels de la victime

Pour la femme qui est autonome financièrement :

- Lui interdire d'exercer un emploi
- L'obliger à changer de profession
- Faire porter sur son salaire toutes les dépenses du ménage
- Ne plus participer aux charges du ménage
- Détourner son salaire

4. Les violences physiques

Elles portent atteinte à l'intégrité physique de la victime :

- Cracher au visage
- Tirer les cheveux
- Bousculer et pousser
- Secouer
- Taper

Elles peuvent aussi causer des blessures :

- Morsures
- Entailles
- Lacérations
- Coupures
- Fractures
- Brûlures

Elles peuvent aussi être provoquées avec ou contre des objets :

- Détruire de la vaisselle, ce qui vient de la famille
- Déchirer les papiers personnels, les vêtements...
- Priver la victime de son gsm, de nourriture, de soins médicaux
- Confisquer les clés, les papiers d'identité...
- Frapper avec des objets, des outils, des armes
- Infliger des brûlures avec de l'eau chaude, un fer à repasser, une cigarette...

5. Les violences sexuelles

Elles peuvent prendre la forme :

1° De sévices sexuels et de viol

- Coups et blessures sur les parties génitales et sexuelles
- Relations sexuelles contraintes
- Viols
- Agissements sexuels imposés...

2° D'usage à la pornographie

- Contraindre à regarder des films pornographiques
- Obliger à poser pour des photos ou des vidéos
- Obliger à prendre des positions dégradantes
- Relations sexuelles devant témoins...

3° D'exploitation sexuelle

- Imposer des relations avec plusieurs partenaires
- Obliger à se prostituer...

Les cyber-violences

Elles désignent toutes formes de violences qui s'exercent dans l'espace numérique, y compris les réseaux sociaux. Souvent, elles sont enracinées dans le sexisme.

Si vous êtes victime de violences sur le net, appelez le 0800 200 000.
Plus d'infos sur www.netecoute.fr.

Si vous subissez ce type de violences, faites vous aider par des professionnels. Adressez-vous aux associations s'occupant des violences faites aux femmes ou déposez plainte auprès de la police ou de la gendarmerie.
N'hésitez pas à appeler le 3919.

LE CYCLE DE LA VIOLENCE AU SEIN DU COUPLE

Les violences de couple se manifestent par cycle, qui redonne espoir à la victime. Ce cycle, mis en place et orchestré par l'agresseur, lui permet de maintenir sa domination. Dans une relation conjugale marquée par la violence, il se répète plusieurs fois et s'accélère avec le temps.

1. La mise en place d'un climat de tension

■ **L'AGRESSEUR** est tendu et a des accès de colère. Il menace l'autre du regard et fait peser de lourds silences.

■ **LA VICTIME** se sent inquiète et a peur de ce qui peut se passer. Elle essaye d'améliorer le climat et de faire baisser la tension. Elle fait attention à ses propres paroles et gestes.

Elle est accessible aux conseils et propositions d'aide des professionnels.

2. Le passage à l'acte violent ou l'agression

■ **L'AGRESSEUR** violente la victime de différentes façons : violences verbales, psychologiques, physiques, économiques ou sexuelles. Il a repris le contrôle et le pouvoir.

■ **LA VICTIME** se sent humiliée, triste et elle a l'impression que la situation est injuste. Elle est en colère.

Elle est accessible aux conseils et propositions d'aide des professionnels.

3. La justification

■ **L'AGRESSEUR** s'excuse. Il minimise son agression et il fait porter la responsabilité de son acte violent sur la victime. Il promet de changer et de ne plus recommencer.

■ **LA VICTIME** tente de comprendre les explications de l'agresseur. Elle veut aider son agresseur à changer.

Elle minimise l'agression et se sent responsable de la situation.

4. La rémission - l'accalmie

■ **L'AGRESSEUR** demande pardon et parle de se faire soigner. Il menace parfois de se suicider. Il adopte un comportement positif et se montre sous son meilleur visage.

■ **LA VICTIME** reprend espoir car l'agresseur lui paraît avoir changé. Elle lui donne une nouvelle chance, elle change ses propres habitudes. Pendant cette phase, elle est plus difficilement accessible à un dialogue et à toute aide de la part de professionnels et des associations.

Dans tous les cas, le cycle se reproduit et devient de plus en plus grave, pouvant entraîner de profondes blessures et même la mort.

- Source : MIPROF -

ARAJUFA 0262 40 22 27
ORViFF 0262 40 78 43
Réseau VIF 0262 96 04 24

- St Denis
AMAFAR-EPE 0262 30 65 95
ARIV 0262 19 07 56
CEVIF 0262 41 80 80

- St André
Femmes Solid'Air ! 0692 23 32 23

- St Benoît
AFECT 0692 61 76 59

- St Paul
UFR 0262 45 57 07

- St Paul, St Louis, St Pierre
PLANNING FAMILIAL AD974 0262 14 26 00

- Le Tampon
Femmes des Hauts / Femmes d'Outre-mer 0262 57 88 21
AFEVV 0692 61 58 29

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFET DE LA RÉGION RÉUNION

APPELEZ LE
3919
APPEL ANONYME ET GRATUIT DEPUIS LA RÉUNION 7J/7

/DRDFE Réunion