

VIOLENCES CONJUGALES

En parler pour ne plus les subir

SOMMAIRE

PREAMBULE

1. Les violences conjugales

- ✓ Données chiffrées, contexte national

2. Evaluer sa relation de couple

- ✓ Présentation du violentomètre (à découper), illustration avec des bulles (paroles de femmes)

3. Comprendre une relation conjugale violente

- ✓ Les différentes formes de violence (*physiques, psychologiques, verbales, sexuelles, économiques, cyber violences*)
- ✓ Le cycle de la violence (*schéma : tension, agression, justification, lune de miel*)
- ✓ Les conséquences de la violence conjugale (*isolement, culpabilité, consommation alcool, drogue, manque de confiance en soi, somatisation...*), les conséquences sur les enfants (*difficultés scolaires, violence, culpabilité...*)

4. Sortir du silence

- ✓ Ne pas rester seule (*numéros utiles, entourage familial et amical, associations (renvoi sur l'annuaire des structures régionales), intervenants sociaux, entourage professionnel*)
- ✓ Avoir du soutien au travail (*écoute, orientation, temps pour les démarches, protection, aide financière, mobilité*)

5. Bénéficier de la protection de la loi

- ✓ Porter plainte (*différence avec la main courante, éléments nécessaires pour le dépôt de plainte, les différentes mesures de protection*) - modèle de lettre au procureur
- ✓ Demander une ordonnance de protection

6. Quitter le domicile

- ✓ Préparer son départ (*photocopier les documents, ouvrir un compte bancaire à son nom, épargner, MEMO de VIE ...*)
- ✓ Partir (*déposer une main courante, désactiver la géolocalisation de ses appareils...*)

7. Annuaire des structures, des associations

Par département

