

A woman with short, layered grey hair is shown from the chest up, looking slightly to the right with a thoughtful expression. Her right hand is raised to her chin, with her index finger resting against her cheek. A hand, appearing to be from another person, is positioned behind her head, with fingers spread as if supporting or framing it. The woman is wearing a white collared shirt, a small diamond earring, and a ring on her left ring finger. The background is a plain, light grey color.

**Comment  
aider?**

# Comment aider ?

## Voici quelques suggestions pour aider une femme lorsque vous reconnaissez des signes avertisseurs de violence conjugale :

- > Lui parler de ce que vous avez constaté et lui exprimer votre inquiétude. Si elle parle de la situation de violence, lui dire que vous la croyez et que ce n'est pas de sa faute.
- > Lui proposer de les héberger elle, ses enfants et ses animaux domestiques. Si vous le faites, il est important de ne pas laisser son conjoint entrer chez vous.
- > Lui suggérer de ne pas avertir son conjoint si elle a l'intention de le quitter. Sa sécurité est une priorité.
- > L'encourager à faire un petit sac contenant des articles importants et lui proposer de le garder chez vous au cas où elle en aurait besoin.
- > Lui proposer de garder ses enfants pendant qu'elle obtient de l'aide.

## Si elle nie la violence :

- > Lui expliquer calmement que sa sécurité et son bien-être, ainsi que ceux de ses enfants le cas échéant, vous tiennent à cœur.
- > Lui dire qu'elle peut venir vous parler n'importe quand.
- > Ne pas vous mettre en colère ou ne pas vous sentir frustré-e par sa décision. Elle peut avoir peur d'agir ou ne pas être prête à le faire.
- > Essayer de comprendre pourquoi elle peut avoir du mal à demander de l'aide. Elle a peut-être honte ou peur.
- > Lui offrir de l'accompagner si elle a besoin de renseignements ou de soutien supplémentaires.

## Si elle décide de poursuivre sa relation malgré la violence ou si elle retourne vers un conjoint violent :

Vous pourriez ressentir de la frustration ou de la déception à voir une femme de votre entourage rester dans une relation violente ou revenir vers un conjoint violent. Cependant, il faut comprendre que de nombreuses raisons peuvent conduire à une telle décision.

Quelles que soient les raisons qui poussent une femme aux prises avec la violence à poursuivre ou reprendre sa relation, vous pouvez l'aider de plusieurs façons. Vous pouvez :

- > Lui suggérer de parler de la violence dont elle est victime à son médecin ou à son infirmier ou infirmière et de demander que les actes de violence soient documentés et les blessures, photographiées. Ces dossiers lui seront utiles si elle décide un jour d'engager une procédure judiciaire.
- > Lui suggérer de noter tout ce qui lui arrive et de conserver toute preuve de menace, orale ou écrite et, de garder ce document dans un endroit sûr, hors du foyer.
- > Localiser les services d'aide aux femmes aux prises avec la violence et lui en parler.
- > L'encourager à appeler Fem'aide, la ligne de soutien francophone, au **1 877 336-2433**, ATS 1 866 860-7082, pour recevoir de l'aide ou faire un plan de sécurité.

De nombreuses femmes décident de rester dans la relation pour leurs enfants. Il est important d'encourager une femme à inclure ses enfants dans son plan de sécurité.

Critique Privation Chan  
Intimidation Manipulation  
Humiliation Contrôle  
ue Dé  
Menace Insulte Chanta  
Privation Dénigrer  
Silences Chantage Critiqu  
Humiliation Contrôle  
Dénigrement  
Intimidation Insulte  
que Menace Privatio

---

La campagne Voisin-es, ami-es et familles vise à sensibiliser les personnes de l'entourage aux signes avertisseurs de la violence conjugale pour leur permettre d'aider une femme victime ou qui risque d'être victime.

Tout le monde a un rôle à jouer en matière de prévention de la violence conjugale.

---

Apprenez à  
**[voirlaviolence.ca](http://voirlaviolence.ca)**



Les opinions exprimées dans ce document sont celles d'A0cVF et ne représentent pas nécessairement celles du gouvernement de l'Ontario.