

GUIDE

Violences économiques

Comprendre, repérer et se protéger



Repères pour identifier les violences
économiques et se protéger.



1. De quoi parle-t-on ?

Les violences économiques correspondent à **un contrôle ou une privation des ressources financières** d'une personne.

Elles peuvent limiter l'autonomie et créer une dépendance.

2. Les différentes formes

Elles peuvent prendre plusieurs formes :

- Confiscation de l'argent ou des moyens de paiement
- Contrôle des dépenses (justifier chaque achat)
- Interdiction de travailler ou de se former
- Accès limité ou bloqué aux comptes bancaires
- Endettement forcé ou utilisation frauduleuse des ressources
- Non-participation aux charges du foyer pour mettre en difficulté

👉 Elles peuvent être visibles ou très discrètes.

3. Repérer certaines situations

Certaines situations peuvent alerter :

- Tu n'as pas accès librement à ton argent
- Tu adaptes ton comportement pour éviter des réactions
- Tu dois demander l'autorisation pour des dépenses
- Tu ne connais pas la situation financière du foyer
- Tu es empêché·e de travailler ou de gagner de l'argent
- Tu te sens dépendant·e financièrement sans alternative

👉 Le contrôle financier peut être **un outil de domination**.

4. Les conséquences possibles

Les violences économiques peuvent entraîner :

- une perte d'autonomie
- un isolement
- des difficultés à quitter la situation
- un stress financier important

👉 Elles renforcent souvent d'autres formes de violences.

5. Se protéger

Tu peux, si c'est possible :

- Garder des copies de documents importants
- Ouvrir un compte bancaire personnel
- Mettre de côté de petites sommes
- Te renseigner sur tes droits (aides, prestations...)
- En parler à une personne de confiance ou à un·e professionnel·le

👉 Chaque action, même discrète, peut compter.

6. En cas de danger ou de situation globale de violence



17

Urgence



114

SMS — accessible sans parler



3919

Violences Femmes Info
écoute anonyme et gratuite

7. Ce qu'il est important de savoir

- Les violences économiques sont réelles et reconnues
- Elles peuvent exister sans violences physiques
- Elles participent à maintenir une situation de dépendance
- Tu n'es pas responsable

8. Pour les proches

Si tu observes une situation :

- Ne minimise pas
- Évite les jugements
- Propose ton aide sans imposer
- Oriente vers des ressources adaptées

 **Le soutien peut aider à reprendre de l'autonomie.**

9. Se faire accompagner

Des associations et professionnel·les expérimenté·es peuvent :

- informer sur les droits
- aider à reprendre une autonomie
- accompagner dans les démarches

 **Des ressources fiables sont accessibles via la plateforme.**

**Avance à ton rythme.
Tu mérites d'être en sécurité et
entouré·e.**



⚠ À savoir : Ce guide donne des repères généraux. Il ne remplace pas un accompagnement personnalisé.