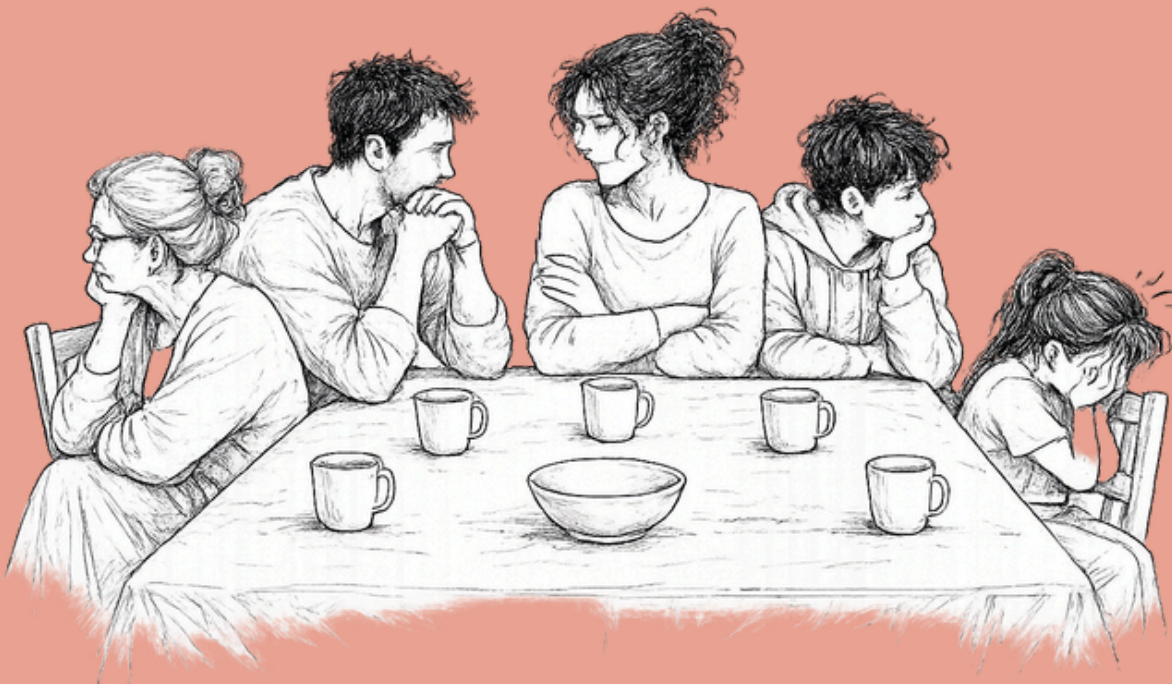


GUIDE

Violences intrafamiliales

Comprendre, repérer et réagir



Identifier les violences intrafamiliales et mieux comprendre certaines situations pour se protéger.



1. De quoi parle-t-on ?

Les violences intrafamiliales regroupent toutes les formes de violences exercées au sein d'une famille.

Elles peuvent concerner :

- un parent
- un-e partenaire
- un enfant
- un autre membre de la famille

👉 Elles peuvent toucher tous les âges et tous les rôles au sein de la famille.

CE QU'IL EST IMPORTANT DE SAVOIR

Les violences intrafamiliales sont **réelles et reconnues**

- Elles peuvent exister sans violence physique
- Elles peuvent concerner plusieurs membres de la famille
- Tu n'es pas responsable

2. Les différentes formes

Les violences intrafamiliales peuvent être :



Physiques : coups, violences corporelles



Psychologiques : humiliations, menaces, dénigrement



Sexuelles : agressions, viols, inceste



Économiques : contrôle ou privation d'argent



Administratives : blocage de démarches, confiscation de documents



Numériques (cyberviolences) : surveillance, géolocalisation, contrôle des comptes, harcèlement en ligne

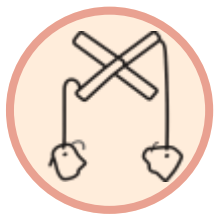
👉 Elles peuvent être visibles ou invisibles.

3. Repérer certaines situations

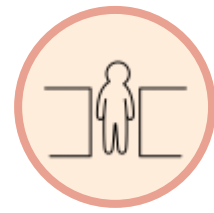
Certaines situations peuvent alerter :



PEUR D'UN MEMBRE DE LA FAMILLE



**CLIMAT DE TENSION OU DE
CONTRÔLE**



ISOLEMENT OU MISE À L'ÉCART



**SENTIMENT D'INSÉCURITÉ À LA
MAISON**



DIFFICULTÉ À S'EXPRIMER LIBREMENT

4. Les mécanismes possibles

Dans certaines situations :



LA VIOLENCE PEUT ÊTRE BANALISÉE



LE SILENCE PEUT ÊTRE IMPOSÉ



LES RÔLES PEUVENT ÊTRE INVERSÉS



LA CULPABILITÉ PEUT ÊTRE DÉPLACÉE

👉 **Cela peut rendre les violences difficiles à identifier.**

5. Que faire ?

Tu peux :



En parler à une personne de confiance



Contacter une association spécialisée



Te rapprocher d'un·e professionnel·le



Noter ou garder des éléments si possible

👉 Il est possible de demander de l'aide, même sans tout comprendre.

6. En cas de danger



17

Police/ Gendarmerie



114

SMS – accessible sans parler



3919

Violences Femmes Info
écoute anonyme et gratuite



119

(enfance en danger – mineur·es ou
inquiétude pour un enfant)

👉 **Se mettre en sécurité si possible (proche, lieu extérieur...)**

7. Pour les proches

Si tu observes une situation :

Ne minimise pas

Écoute sans juger

Reste disponible

Orienté vers des ressources adaptées

 **Le soutien peut être déterminant.**

8. Se faire accompagner

Des associations et professionnel·les expérimenté·es peuvent :

- informer
- orienter
- accompagner

Ce que tu peux attendre d'un accompagnement

- être écouté·e sans jugement
- être respecté·e dans tes choix
- avancer à ton rythme
- recevoir des informations adaptées



Tu as le droit d'être en sécurité.



Tu as le droit d'être respecté·e.



Tu as le droit de demander de l'aide.



Tu n'es pas responsable des violences subies.



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.