

Solidarité Femmes-Centre de consultation LAVI¹ Fribourg



Solidarité femmes fribourg
Frauenhaus freiburg

Solidarité Femmes – Centre LAVI

Case postale 1400, 1700 Fribourg

Permanence 026 322 22 02

Administration 026 323 25 92

Mail info@sf-lavi.ch

Site www.sf-lavi.ch

¹ Loi d'Aide aux Victimes d'Infractions, ci-après LAVI



Table des matières

1. Présentation de l'association	3
1.1. Historique	3
1.2. Mission.....	3
1.3. Valeurs et principes de base de l'institution	3
1.4. L'équipe	4
1.5. Organisation et dotation (EPT au 1 ^{er} septembre 2014)	4
1.6. Financement	5
2. Bénéficiaires.....	5
2.1. Quelques exemples de violence envers les femmes.....	5
3. Accompagnement psychosocial	6
3.1. Centre de consultation Solidarité Femmes – CC LAVI.....	6
3.2 Hébergement.....	9
3.2.4 L'encadrement personnalisé auprès des femmes	11
3.2.5 L'encadrement spécifique auprès des enfants accompagnant leur mère.....	12
3.3 Suivi après le séjour	13
4. Travail de réseau et relations publiques.....	13
Annexe	14

1. Présentation de l'association

Notre association vient en aide aux femmes victimes de toutes formes de violence, essentiellement sur le territoire cantonal. Nos activités principales se divisent en deux secteurs : le centre de consultation LAVI et la structure d'accueil d'urgence.

1.1. Historique

Solidarité Femmes est une association à but non lucratif fondée en 1984. La première structure d'accueil pour les femmes victimes de violences conjugales de notre canton ouvre ses portes en 1986, en ville de Fribourg.

A partir de 1993, date de l'entrée en vigueur de la LAVI (Loi d'Aide aux Victimes d'Infractions), la Direction de la santé publique et des affaires sociales du canton de Fribourg mandate Solidarité Femmes en tant que centre de consultation LAVI pour le suivi et le soutien des **femmes majeures**, ceci en plus de ses activités habituelles.

1.2. Mission

L'article 2 de nos statuts² définit notre mission. Il prévoit :

« L'association, interpellée par toute forme de violence à l'égard des femmes, a pour buts :

- a. d'offrir aux femmes victimes de toute forme de violence écoute, information, soutien, accompagnement et/ou un lieu d'hébergement momentané pour elles et leurs enfants ;*
- b. de favoriser la solidarité entre les femmes, la prise de conscience de leurs ressources personnelles et de leur capacité à prendre leur destinée en main ;*
- c. de sensibiliser le public à toute forme de violence ;*
- d. de travailler à faire évoluer les structures et les mentalités pour améliorer la position de la femme dans la société et de collaborer avec d'autres organisations publiques ou privées d'aide aux femmes. »*

1.3. Valeurs³ et principes de base de l'institution

- La violence envers les femmes est un problème de société, elle est inacceptable. Solidarité Femmes condamne tout acte de violence et prend fait et cause pour la victime et ses enfants.
- La sécurité de la femme victime et celle de ses enfants priment sur le maintien de la cellule familiale.
- La femme est considérée dans son ensemble et non seulement en sa qualité de victime.

² Statuts de l'association Solidarité Femmes Fribourg, remis à jour et entrés en vigueur le 28 juin 2011

³ Les valeurs fondamentales de Solidarité Femmes Fribourg s'inspirent également de la charte de la Fédération Solidarité Femmes de Suisse et du Liechtenstein (DAO).

- L'objectif de Solidarité Femmes est de renforcer la personne pour que celle-ci trouve des stratégies de protection en prenant conscience de sa situation, de son potentiel, des réseaux d'aide à sa disposition. La femme victime bénéficie ainsi d'un soutien professionnel et bienveillant pour son accompagnement psychosocial et ses projets futurs, tout en gardant son entière autonomie.
- Toute personne qui sollicite Solidarité Femmes pour un soutien reste libre de le poursuivre ou de l'interrompre en tout temps. L'institution respecte le rythme individuel de chaque personne face au changement. Par la suite, la porte reste toujours ouverte.
- Une attention particulière envers les enfants (accompagnant leur mère) permet de leur accorder des prestations adaptées à leurs besoins propres. Dans un contexte familial fragilisé par la violence conjugale, l'intérêt supérieur de l'enfant doit être pris en compte autant que possible.
- Le non-jugement, le respect de la personne, la communication authentique demeurent tout au long de notre intervention à la base de notre accompagnement.

1.4. L'équipe

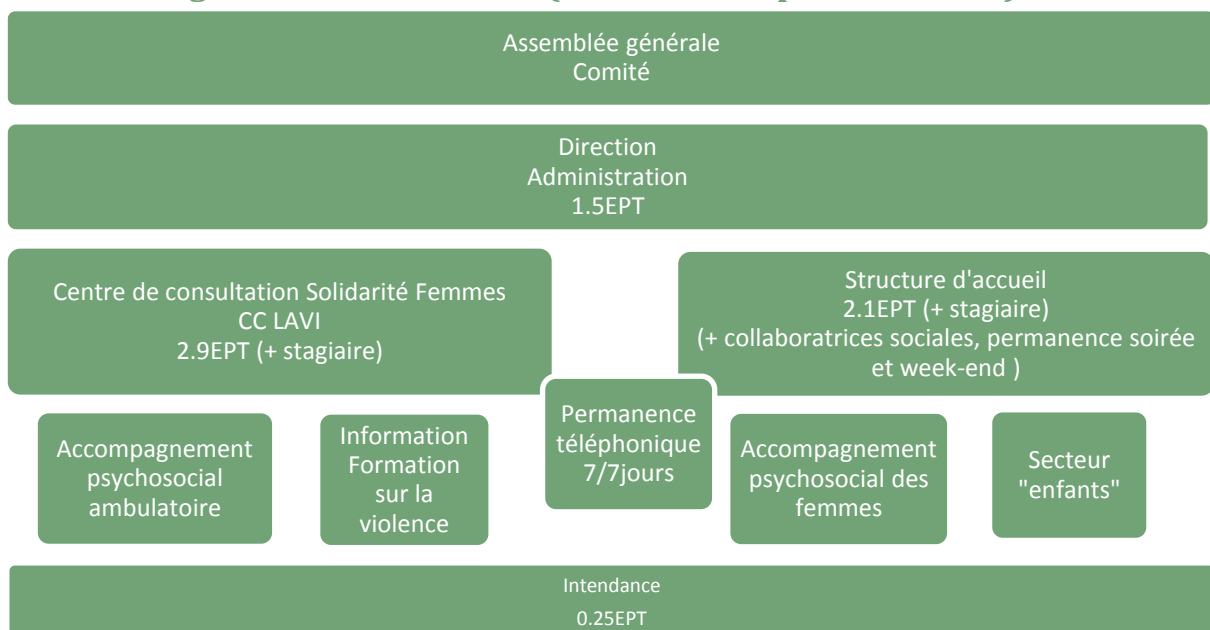
Solidarité Femmes est une équipe pluridisciplinaire spécialisée dans le domaine de la violence conjugale, mais également de toutes autres formes de violence envers les femmes au sens de la LAVI.

Les intervenantes sociales sont au bénéfice d'un cursus HES ou universitaire, ainsi que des formations complémentaires spécifiques à notre domaine d'activité.

Une responsable « enfants » et un animateur interviennent plus spécifiquement auprès des enfants qui accompagnent leur mère au sein de notre structure d'accueil.

L'équipe travaille en français et en allemand, ainsi que dans d'autres langues (anglais, espagnol, italien, portugais, turc, etc.). Nous faisons appel à des interprètes, au besoin.

1.5. Organisation et dotation (EPT⁴ au 1^{er} septembre 2014)



⁴ Equivalent plein temps



1.6. Financement

Notre financement est mixte : d'une part, nous recevons une subvention cantonale essentiellement destinée au fonctionnement du CC-LAVI, d'autre part nous bénéficions annuellement d'un soutien financier de la LoRo⁵ et de la Ville de Fribourg. Des donateurs privés viennent compléter ce financement. Par ailleurs, nous facturons les nuitées de la structure d'accueil auprès de différents partenaires (le canton, les services sociaux, les bénéficiaires, etc.).

2. Bénéficiaires

Les bénéficiaires sont :

- les femmes majeures victimes de toutes formes de violence ;
- les enfants qui les accompagnent durant un séjour à Solidarité Femmes ;
- les proches des victimes.

2.1. Quelques exemples de violence envers les femmes

Voici quelques exemples de forme de violence :

Violence psychologique, par exemple :

- injures, humiliations, dénigrements ;
- volonté de contrôler, d'isoler ;
- menaces (avec ou sans arme) ;
- mise à la porte de l'appartement conjugal ou enfermement dans une pièce.

Violence physique, par exemple :

- frapper, étrangler ;
- jeter des objets sur la victime, lui tirer les cheveux ;
- infliger des brûlures ;
- soumettre un enfant, une personne à une mutilation génitale pour des raisons non médicales.

Violence sexuelle, par exemple :

- imposer par la force ou des menaces une relation sexuelle non désirée ;
- humilier, infliger des sévices ;
- infliger des actes non désirés, lors de rapports sexuels ;
- tenter de violer ou violer une personne.

Violence économique, par exemple :

- priver d'argent de poche ou de l'argent pour les besoins du ménage ;
- interdire de travailler ou au contraire obliger à prendre un emploi pour ensuite en confisquer le salaire ;
- mettre à la porte du domicile conjugal contre la volonté de la personne victime.

Ce dernier alinéa peut aussi être considéré comme une contrainte.

⁵ Loterie Romande

Mariage forcé, par exemple :

Obliger sa fille à épouser un homme contre sa volonté et/ou qu'elle n'a pas choisi.

Harcèlement obsessionnel (« stalking »), par exemple :

harceler par SMS, courriel, téléphone ou tout autre moyen de communication non désiré ;
guetter la victime devant chez elle ou à son travail, la suivre, l'épier, la contrôler ;
interroger à son sujet les voisins, les connaissances, etc.

Juridiquement, ce harcèlement peut être considéré comme une contrainte (art. 181, CP).

Harcèlement sexuel au travail, par exemple :

imposer un contact trop proche à une collègue ;
contraindre à des gestes intimes non désirés ;
faire pression sur le lieu de travail pour obtenir des faveurs de nature sexuelle.

Traite des êtres humains, par exemple :

exploiter à des fins sexuelles ;
abuser de la force de travail ;
prélever des organes.

Des informations complémentaires en lien avec ces formes de violence se trouvent sur notre site.

3. Accompagnement psychosocial

L'accompagnement dispensé au **centre de consultation** et à la **structure d'accueil** se fonde sur les valeurs et principes mentionnés au début de ce document. Toutes nos consultations sont **gratuites** et **confidentielles**.

Toute femme adulte subissant de la violence au sein du couple ou dans d'autres circonstances (brigandage, lésions corporelles, menaces ou infraction contre l'intégrité sexuelle) peut faire appel à nos services.

Selon les circonstances de la violence et les atteintes, la personne pourra bénéficier des prestations prévues par la LAVI. Le statut de la victime et ses besoins pourront se clarifier lors d'un entretien auprès d'une intervenante sociale de notre centre de consultation.

3.1. Centre de consultation Solidarité Femmes – CC LAVI

Toute femme victime d'actes de violence qui constituent une infraction au sens de la LAVI, a droit à une aide immédiate. Notre centre fournit lui-même, ou en faisant appel à des tiers compétents, une aide médicale, juridique, matérielle, sociale et psychologique. Nous veillons à l'octroi d'une aide appropriée et adaptée à chaque situation.

Nous informons la femme victime de ses droits lors de procédures pénales et la soutenons pour les faire valoir.



Les dommages subis peuvent faire l'objet d'indemnisation et de réparation pour tort moral. Notre centre effectue également ces démarches. Après une intervention au domicile ou lors d'un dépôt de plainte, comme prévu dans la LAVI, la police nous transmet les coordonnées des femmes qui le désirent. Ceci nous permet de les contacter pour leur proposer notre offre.

Pour toute autre forme de violence n'entrant pas dans le cadre LAVI, par exemple la violence psychologique, la personne peut bénéficier de notre soutien, de l'écoute et d'un accompagnement psychosocial lors de consultations ambulatoires ou téléphoniques.⁶

Permanence téléphonique

La permanence téléphonique répond jour et nuit, 7/7 jours et offre écoute et information aux victimes ainsi qu'à leurs proches (non auteur de violence) et au réseau professionnel.

C'est la première porte d'entrée permettant de nous contacter. Nous pouvons ainsi intervenir rapidement pour évaluer une situation de violence, fixer une consultation, voire organiser un accueil d'urgence.

Des consultations électroniques ou demandes de renseignements sont également possibles par le biais de l'adresse mail info@sf-lavi.ch.

Consultations

Nos consultations peuvent concerner de multiples types de violence liés à la violence conjugale ou découlant d'une infraction pénale au sens de la LAVI (cf. ch. 2.1.)

La femme prend rendez-vous personnellement, via notre permanence téléphonique. Lors de la première consultation, parfois en urgence, nous laissons la femme exposer sa situation. C'est peut-être la première fois qu'elle se confie sur son vécu. Nous l'aidons à identifier la violence et son mécanisme afin d'évaluer le danger et envisager des mesures de protection pour elle et ses enfants. Nous encourageons toute personne victime à se rendre auprès d'un médecin ou aux urgences pour les premiers soins et l'établissement d'un constat médical.

Lors de **violence conjugale**, nous abordons les mécanismes de la violence et ses conséquences sur la femme et ses enfants (voir spirale de la violence en annexe). Cette prise de conscience s'effectue par étape, et la personne manifeste souvent de l'ambivalence. Il est important de l'aider à activer ses ressources et ses capacités, de mettre à contribution son réseau social. Dans cette phase, elle envisage parfois sa séparation, planifie son départ, entreprend une procédure civile et/ou pénale.

Pour les consultations concernant **d'autres formes de violence consécutives à des infractions pénales ou non**, nous offrons aux femmes une écoute, des informations sur leurs droits et les prestations prévues dans la LAVI selon situation.

⁶ Statuts de Solidarité Femmes, art. 2



Cet échange leur permet de poser toutes questions quant à leur situation, de pouvoir comprendre les aspects juridiques et de se positionner quant à un éventuel dépôt de plainte. Ce choix comporte bien des enjeux pour la personne, chaque situation est différente. Il est primordial pour la femme de prendre ses décisions en connaissance de cause.

Nous collaborons avec un riche réseau de partenaires (thérapeutes, médecins, avocats, autres associations ou institutions) afin de proposer à nos usagères un soutien adapté à leurs besoins et leur permettre ainsi de surmonter leurs traumatismes dans les meilleures conditions.

Lorsque la première consultation demeurera unique, il est important que la femme concernée quitte l'entretien en étant renseignée d'une part sur ses droits, notamment dans les procédures pénales et civiles, d'autre part sur les aides possibles. Enfin, la femme concernée doit avoir l'assurance qu'elle peut nous contacter à tout moment, par la suite.

Accompagnements lors de procédures pénales

Dans le cadre des prestations LAVI, les intervenantes sociales peuvent accompagner la femme, selon les besoins de celle-ci, aux audiences en qualité de personne de confiance durant la procédure pénale.

La femme bénéficiera de toutes les explications utiles à la compréhension des différentes étapes de ces procédures, dans le but de s'y préparer au mieux.

Demande d'accueil

Cette démarche intervient lors d'une demande de protection de la part de la femme victime de violence. Il est important qu'elle soit actrice et partie prenante de cette décision. Une première évaluation est faite par téléphone.

Une consultation psychosociale est organisée pour évaluer la situation de manière plus approfondie (la mise en danger, les atteintes, les besoins), et pour expliquer à la personne les prestations et le mode d'accompagnement de Solidarité Femmes. Si la demande d'accueil se confirme, les aspects organisationnels peuvent se mettre en place rapidement, sous réserve de place disponible.

3.2 Hébergement

Toute femme victime de violence ayant besoin de sécurité peut demander un accueil pour elle et ses enfants.

Structure d'accueil

Notre structure offre 6 places d'accueil pour femmes adultes, accompagnées de leurs enfants. L'adresse reste confidentielle. Chaque femme dispose de sa propre chambre pour elle et ses enfants. Des espaces communs, tels que la cuisine, les salles de bains et le salon, complètent les lieux.

La femme dispose des ressources nécessaires pour accomplir ses tâches quotidiennes de manière autonome: s'occuper de ses enfants, faire ses courses, cuisiner, entretenir son espace.

Dans certains cas particuliers, l'accueil au sein de notre structure n'est pas idéal, par exemple :

- les femmes présentant une dépendance à l'alcool, aux médicaments ou à d'autres substances ;
- les femmes présentant des troubles psychiques importants ;
- les femmes accompagnées d'un fils ayant plus de 15 ans.

Des solutions alternatives seront alors proposées via notre centre de consultation.

Durée du séjour et financement

La durée du séjour varie selon la situation personnelle de la femme, d'un jour à 3 mois, environ. Cela dépend des risques, des ressources, du réseau de la femme. En présence d'enfants, le projet de sortie doit tenir compte des besoins spécifiques de ceux-ci. En raison de la difficulté à trouver un nouveau logement, certains séjours se prolongent.

Les modalités de financement sont examinées individuellement. La plupart des femmes accueillies bénéficient d'un financement dans le cadre de la LAVI, du moins pour les 21 premiers jours. Ensuite, la situation est évaluée et selon la gravité, les atteintes et les pièces justificatives à disposition, une demande de prolongation pourra être soumise à l'autorité compétente.

Ces trois premières semaines ne suffisent pas toujours pour écarter le danger et permettre à la femme et ses enfants de se reloger dans de bonnes conditions. Dès lors, et selon la situation financière, une demande auprès du service social concerné sera déposée pour financer tout ou partie de la pension durant le temps nécessaire à la femme pour trouver une solution.

Spécificité d'un séjour à Solidarité Femmes

L'accueil répond à un besoin de sécurité. Il intervient souvent après des violences importantes et répétées ayant déclenché des traumatismes multiples. La sécurité offerte par le lieu confidentiel est primordiale, surtout en début de séjour. L'hébergement dans notre structure d'accueil permet à la femme de retrouver la sécurité et le recul nécessaire à la réflexion. Grâce à ce lieu protégé, elle peut reprendre des forces, faire le point de la situation, envisager les différentes opportunités qui s'offrent à elle, et petit à petit, repartir vers un nouveau projet de vie, sans violence. Cette prise de recul, dans un lieu sûr, permet d'affronter le bouleversement de son quotidien et les nombreuses démarches qui l'attendent.

La vie communautaire entre femmes et enfants leur donne l'occasion d'expérimenter un nouveau mode relationnel, de sortir de l'isolement et de dialoguer sur leurs expériences. Les échanges fréquents avec d'autres femmes au parcours similaire peuvent aider à apaiser les sentiments de honte et de culpabilité dont les victimes de violence souffrent bien souvent. Cette cohabitation est source de solidarité entre les femmes et les enfants. Elle constitue une stimulation positive pour acquérir de nouvelles compétences et prendre confiance en soi.

3.2.4 L'encadrement personnalisé auprès des femmes

Grâce à une présence quotidienne et structurante, les personnes accueillies peuvent réfléchir à leur situation, prendre conscience de leur ambivalence, acquérir des connaissances sur les mécanismes de la violence, retrouver une certaine stabilité, envisager un projet d'avenir et le mettre en œuvre.

Chaque femme bénéficie d'un suivi individuel et d'entretiens réguliers à titre d'écoute, conseil et soutien, avec une intervenante sociale de référence. Cette forme de suivi aide la femme à surmonter les violences subies et lui permet d'obtenir assez d'informations pour prendre des orientations quant à l'avenir. Toute situation demande une adaptation de nos prestations selon les besoins particuliers de chacune. Il sera proposé, entre autre :

Suivi auprès des femmes				
Mise en protection <ul style="list-style-type: none"> évaluation de la situation de violence accueil dans un lieu confidentiel collaboration avec la police et le réseau 	Soutien psychosocial <ul style="list-style-type: none"> intervention de crise 24h/24h évaluation des atteintes information sur les conséquences de la violence conjugale élaboration de stratégies de protection renforcement de l'image de soi orientation vers des thérapeutes spécialisés informations sur les procédures de séparation soutien aux démarches administratives 	Prestations LAVI <ul style="list-style-type: none"> informations sur la LAVI octroi des prestations informations et conseils sur les procédures pénales accompagnement auprès des autorités en tant que personne de confiance 	Mise en réseau <ul style="list-style-type: none"> thérapeutes avocat-e-s services sociaux régies SpoMi⁷ SEJ⁸ SPP⁹ enseignant-e-s puéricultrice-s établissement de rapport d'observation (sur demande et en informant la femme) 	Soutien mère-enfant <ul style="list-style-type: none"> information sur les conséquences de la violence conjugale évaluation de la relation renforcement des compétences stratégie de protection entretien mère-enfant échange en groupe

⁷ Service de la population et des migrants

⁸ Service de l'enfance et de la jeunesse

⁹ Service de pédopsychiatrie Fribourg



3.2.5 L'encadrement spécifique auprès des enfants accompagnant leur mère

Le suivi « enfant » se fait en étroite collaboration avec la mère. Les enfants restent sous sa responsabilité tout au long du séjour. L'enfant peut échanger en individuel ou avec sa mère, selon son âge et son souhait face à la situation. Une responsable « enfant » veille à leurs besoins spécifiques dans la structure d'accueil. Un animateur intervient chaque semaine pour proposer des activités variées, fort appréciées par les enfants qui retrouvent un peu d'insouciance, tellement précieuse à cet âge. Cet encadrement a pour but de leur apporter sécurité et stabilité, le plus rapidement possible.

Nous disposons de tout le matériel nécessaire à des enfants à bas âge (couchette, poussette, table à langer, rehausseur, etc.).

Suivi auprès des enfants				
Mise en protection <ul style="list-style-type: none"> évaluation de la situation de violence accueil dans un lieu confidentiel collaboration avec la police et le réseau 	Soutien psychosocial <ul style="list-style-type: none"> intervention de crise 24h/24h observation et évaluation des atteintes espace de parole en individuel ou en groupe renforcement de l'image de soi orientation vers des thérapeutes spécialisés échange sur la relation parent-enfant en lien avec la violence 	Prestations LAVI <ul style="list-style-type: none"> évaluation des atteintes liées à la violence mise en place de prestations adaptées collaboration avec le CC-LAVI enfants du SEJ, selon besoin prendre en compte l'intérêt supérieur de l'enfant 	Mise en réseau <ul style="list-style-type: none"> enseignant-e-s service de garde thérapeute-s pédiatre-s puéricultrice-s éducation familiale, AEMO¹⁰ SEJ¹¹ SPP¹² soutien à l'organisation d'un droit de visite établissement de rapport d'observation (sur demande et en informant la mère) 	Soutien mère-enfant <ul style="list-style-type: none"> information sur les conséquences de la violence conjugale évaluation de la relation renforcement des compétences stratégie de protection entretien mère-enfant échange en groupe Activités spécifiques <ul style="list-style-type: none"> animation enfants échange en groupe

¹⁰ Action éducative en milieu ouvert

¹¹ Service de l'enfance et de la jeunesse

¹² Service de pédopsychiatrie Fribourg

3.3 Suivi après le séjour

Nous proposons des consultations ambulatoires après-séjour. Certaines femmes subissent encore la violence ou le harcèlement de leur ex-partenaire et nous demandent de l'aide pour y faire face. D'autres apprécient un soutien dans les premiers pas de leur nouvelle vie.

Généralement, les procédures entreprises se poursuivent après l'accueil, et les femmes apprécient de revenir au centre de consultation pour se préparer à cette nouvelle étape, voire solliciter notre présence en tant que personne de confiance auprès des autorités judiciaires.

4. Travail de réseau et relations publiques

Nous collaborons avec un vaste réseau de professionnels dans le canton. Dans ce cadre et sur demande de certains services (par exemple le SpoMi¹³) ou autorités judiciaires, nous fournissons des rapports d'observations sur les femmes que nous suivons et les enfants qui les accompagnent. Pour certaines situations, une rencontre de réseau se met en place pour bien coordonner nos interventions (par exemple avec un service social).

Nous participons à différents groupes de travail traitant des violences conjugales (par exemple la Commission cantonale contre la Violence au sein du Couple)¹⁴ ou d'autres formes de violence en lien avec la LAVI (par exemple les mariages forcés ou la traite des êtres humains)¹⁵.

Un vaste réseau d'associations telles que la nôtre s'active sur le plan national et international, nous gardons des contacts réguliers afin d'échanger sur nos pratiques, de les actualiser, de maintenir un lobby fort utile pour défendre nos positions communes.

Sur demande, nous donnons des interviews aux médias. Nous proposons également à d'autres professionnels du réseau des présentations sur notre institution et des formations sur les violences envers les femmes.

Différentes places de stage sont disponibles au sein de notre institution pour les étudiants HES¹⁶ et universitaires afin de participer activement au processus de formation, de faire connaître notre travail et la problématique des violences à l'encontre des femmes.

Notre rapport annuel renseigne nos membres et nos différents réseaux sur nos activités principales.

¹³ Service de la population et des migrants

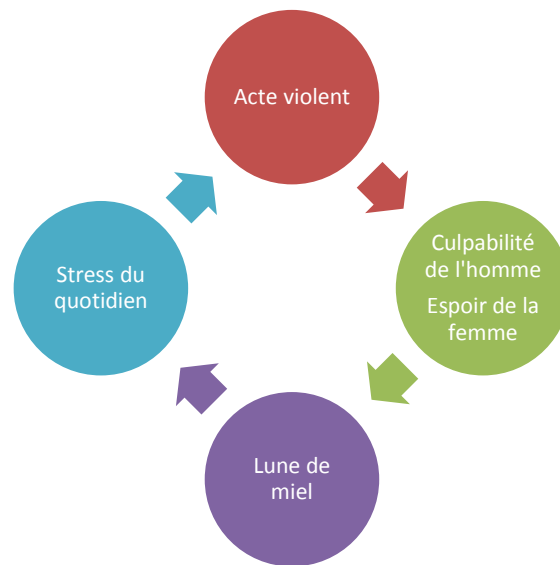
¹⁴ La Commission cantonale contre la Violence Conjugale se déroule dans le cadre du bureau de l'égalité et de la famille, BEF

¹⁵ Direction de la sécurité et de la justice, DSJ

¹⁶ Hautes écoles sociales

Annexe

La spirale de la violence conjugale¹⁷



1. TENSIONS : durant cette phase, la tension monte peu à peu. Les prétextes à l'explosion de la violence sont multiples : les enfants sont trop bruyants, le repas n'est pas prêt à l'heure, Madame a quelques minutes de retard, etc. L'auteur rend sa partenaire responsable de tous ces problèmes alors même que la victime fait tout pour éviter les conflits : elle se rabaisse, elle obéit, elle anticipe les besoins de l'auteur. Elle a peur et, ainsi, attise la violence tant redoutée.

2. EXPLOSION DE LA VIOLENCE, CRISE : malgré les efforts de la victime pour éviter la crise, la violence finit toujours par exploser. Celle-ci peut prendre différentes formes : violence verbale, psychique, physique ou sexuelle. Les victimes réagissent toutes différemment. Certaines fuient, d'autres se défendent ou endurent les mauvais traitements. Quoiqu'il en soit, toutes se sentent terrifiées, humiliées et impuissantes.

3. JUSTIFICATIONS : suivant la crise, l'auteur cherche à minimiser ses actes. Il rejette sa responsabilité sur des causes externes (chômage, fatigue, stress, etc.) ou accuse sa partenaire. La victime finit par intérioriser cette responsabilité. Elle pense que c'est de sa faute, elle pense l'avoir provoqué et se sent coupable.

4. LUNE DE MIEL : une fois la crise passée, l'auteur cherche à se faire pardonner. Certains pleurent ou offrent des cadeaux, d'autres s'excusent et promettent de ne jamais recommencer ou de se soigner. Les promesses semblent crédibles à la victime et à l'entourage qui, parfois, fait pression pour que celle-ci pardonne. Ainsi, les victimes minimisent à leur tour la violence et reprennent espoir. Malheureusement, ces périodes de répit deviennent de plus en plus rares avec le temps et la peur remplace peu à peu l'espoir...

Et ce cycle recommence avec des phases de plus en plus rapprochées et des agressions de plus en plus graves.

SORTIR DE CETTE SPIRALE : Il est difficile de rompre ce cycle infernal sans soutien extérieur. Briser le silence et l'isolement, parler de sa situation constitue une étape importante pour y parvenir.

¹⁷ www.solidarite-femmes90.com/lecycledeleviolence