



**Et si c'était de la**  
**violence?**  
**dans mon couple**



**Entrée en vigueur au 1er janvier 2017, la Loi valaisanne contre les violences domestiques définit la violence comme**

*« toutes atteintes ou menaces d'atteintes à l'intégrité corporelle, sexuelle, psychique ou économique à l'encontre d'une personne entraînant un préjudice réel ou potentiel pour sa santé, sa survie, son développement ou sa dignité, exercées par une autre personne à laquelle elle est liée par un rapport familial, conjugal, de partenariat enregistré ou d'union libre, durant la vie commune ou dans l'année qui suit le divorce, la dissolution judiciaire ou la séparation ». On entend par personne confrontée ou concernée par la violence « les victimes et les auteurs de violences domestiques ainsi que les enfants et les proches vivant dans le cercle domestique ». (art 2. LVD)*



# PRÉAMBULE

Chacun-e peut être concerné-e par la violence domestique, quels que soient son âge, son milieu social ou culturel ou sa religion ; qu'il ou elle soit marié-e ou non.

**Rien ne justifie le recours à la violence**, elle est interdite par la loi. Qu'elle soit exercée par un-e partenaire, un-e proche, un frère, une fille adolescente, un fils majeur ou un oncle, peu importe. La violence est toujours inacceptable.

**La violence, ce sont des coups, des actes qui touchent à l'intégrité physique, psychique, sexuelle.** Ce sont aussi **des mots, des attitudes, des comportements qui créent un sentiment de peur**. Ces actes ont des conséquences pour tous les membres de la famille. Le quotidien de chacun-e s'en trouve chamboulé. Le bien-être, la confiance en soi, la santé, les relations sociales et professionnelles de tous les membres de la famille en sont perturbés. **Quant aux enfants, qu'ils assistent ou non aux scènes de violence, ils sont toujours affectés, même s'ils ne l'expriment pas.**

Ainsi, il est important de venir en aide à chaque personne confrontée à la violence<sup>1</sup>, qu'elle la subisse ou qu'elle l'exerce. Protéger les victimes et permettre aux auteur-e-s de renoncer à la violence, c'est améliorer durablement la qualité de vie de chacun-e.

**Cette brochure se penche en particulier sur la VIOLENCE DE COUPLE, ses spécificités, et donne des pistes pour trouver de l'aide.**

---

1 Le terme de « personne confrontée à la violence » découle du constat selon lequel toutes les personnes confrontées à la violence en souffrent, indépendamment du fait qu'elles subissent ou font usage de la violence.

Vous vivez de la violence chez vous à la maison, dans votre couple ? Dans votre vie privée ou dans votre pratique professionnelle, vous rencontrez parfois des personnes qui pourraient vivre de la violence conjugale ?

Cette brochure peut vous aider. Ses différentes parties peuvent être lues séparément.



**La première partie est destinée aux personnes directement confrontées à la violence dans leur couple** ; peu importe qu'elles aient subi ou fait subir la violence. Il s'agit de les aider à :

- faire un « **temps d'arrêt** » et **réfléchir** à ce qu'elles vivent ;
- **identifier ce qui se passe** dans leur couple ;
- obtenir des informations sur les **soutiens possibles**.



**La deuxième partie** s'adresse aux **témoins**, à celles et ceux qui, dans leur vie quotidienne ou au travail, côtoient des personnes confrontées à la violence ; et qui s'en trouvent affecté-e-s. Elle fournit à ces **proches** (membres de la famille, ami-e-s, voisin-e-s, collègues, etc.) des informations pour comprendre ce que vivent les personnes concernées par la violence.



**La troisième partie** concerne les **professionnel-le-s**. Elle aborde leur rôle et propose des pistes concrètes pour soutenir les personnes concernées.



**La quatrième partie** rappelle certains aspects de la **loi**.



**La cinquième partie** contient une liste des principaux organismes pouvant apporter un soutien et informer sur les conséquences des actes de violence et sur les démarches possibles.

# TABLE DES MATIÈRES



## QU'EST-CE QUE LA VIOLENCE DANS LE COUPLE ?

4

- o Suis-je concerné-e ?
- o La violence enferme et piège
- o Demander de l'aide pour que la situation change
- o Que puis-je faire pour prévenir la violence ?



## COMPRENDRE LA VIOLENCE DANS LE COUPLE EN TANT QUE TÉMOIN

12

- o Distinguer conflit et violence
- o La difficulté de solliciter de l'aide



## SOUTENIR UNE PERSONNE CONCERNÉE EN TANT QUE PROFESSIONNEL-LE

16

- o Que faire ?
- o Ressources



## QUE DIT LA LOI ?

20

- o Comment se déclenche la poursuite pénale ?
- o A quel soutien la victime a-t-elle droit ?
- o Quelles mesures de protection peuvent-elles être ordonnées ?
- o La séparation a-t-elle un impact sur l'autorisation de séjour ?
- o Comment prévenir et lutter contre les violences domestiques ?



## ORGANISMES OFFRANT UN SOUTIEN

24



6

## Suis-je concerné-e ?

La violence n'est pas une perte de contrôle. Elle s'installe **progressivement** dans la relation. L'un-e des partenaires impose à l'autre une manière d'agir en recourant à des gestes agressifs et à des actes de différentes natures. **La violence peut être physique, psychologique, sexuelle et/ou économique.**

Déterminer si ce qui est vécu relève ou non de la violence peut être difficile.

Chacune des affirmations ci-dessous peut être une manifestation de la violence. Il en existe d'autres. Être confronté-e à la violence, c'est vivre des situations de ce type qui se répètent et qui s'aggravent avec le temps.



*Je vois peu de gens à part mon-ma partenaire*

*Je suis rabaissé-e, humilié-e au domicile et/ou en public.*

*Je dois justifier mes dépenses à mon-ma partenaire.*

*Quand quelque chose me déplaît, je ressens de la frustration et me sens traité-e injustement.*

*J'ai peur pour les enfants, je m'en veux que les enfants soient témoins des disputes.*

*J'ai été griffé-e, giflé-e par mon/ma partenaire.*

*J'ai peur de perdre le contrôle.*

*Je me sens impuissant-e face à ce qui se passe dans mon couple.*

*Souvent je me sens obligé-e de faire des choses uniquement pour faire plaisir à mon-ma partenaire.*

*J'ai constamment besoin de savoir où se trouve mon-ma partenaire.*

*Je n'ose plus m'exprimer, prendre des initiatives.*

*Nos disputes se finissent toujours mal. Ça dérape, même si je ne veux pas que ça se passe comme ça.*

*Mon-ma partenaire me menace souvent, par exemple de me quitter, de prendre les enfants, de me renvoyer dans mon pays d'origine.*

*Mon-ma partenaire m'interdit par exemple de faire certaines activités, d'aller quelque part.*





« Cela fait dix ans que je suis avec mon partenaire. Nous avons deux enfants. Ça fait déjà trois ans que je peine à trouver un travail stable. Mon compagnon est content de cette situation, il apprécie que je dépende financièrement de lui. A chaque dispute, il me dit que sans lui, je n'aurais rien et les enfants non plus. Il y a cinq mois, j'ai trouvé un emploi. Depuis, mon compagnon m'accuse de voir quelqu'un d'autre. Il me menace sans arrêt de me prendre les enfants, de me mettre à la rue. Il possède également des armes à feu. Il n'a jamais levé la main, il est plutôt du genre à taper sur des meubles, à jeter des choses. Il commence à me bousculer. Mon fils me questionne souvent après les disputes : pourquoi je pleure, pourquoi papa dit que tu dois partir sans nous. Je ne sais pas si c'est vraiment de la violence » TÉMOIGNAGE, [WWW.VIOLENCEQUEFAIRE.CH](http://WWW.VIOLENCEQUEFAIRE.CH)



« Je suis marié depuis 30 ans et nous avons deux enfants adultes. Après une longue hospitalisation de trois mois, mon employeur m'a licencié après 14 ans d'activité. Trois jours après avoir mon licenciement, j'avais une dispute avec mon épouse parce qu'elle voulait m'interdire de voir un film à la télé. La dispute verbale est devenue violente et ma femme me reprochait la perte de mon emploi et après m'avoir craché dans le visage, je ne pouvais plus retenir mes réflexes et je l'ai giflée. » TÉMOIGNAGE,

[WWW.VIOLENCEQUEFAIRE.CH](http://WWW.VIOLENCEQUEFAIRE.CH)

Ce que vous vivez ressemble aux témoignages ci-dessus ? Peut-être êtes-vous **confronté-e à de la violence dans votre couple**.

Sachez que la violence n'est pas une fatalité. Même si c'est difficile, parlez de ce que vous vivez avec des proches ou des professionnel-le-s. **C'est un premier pas important pour trouver du soutien et des solutions.**



8

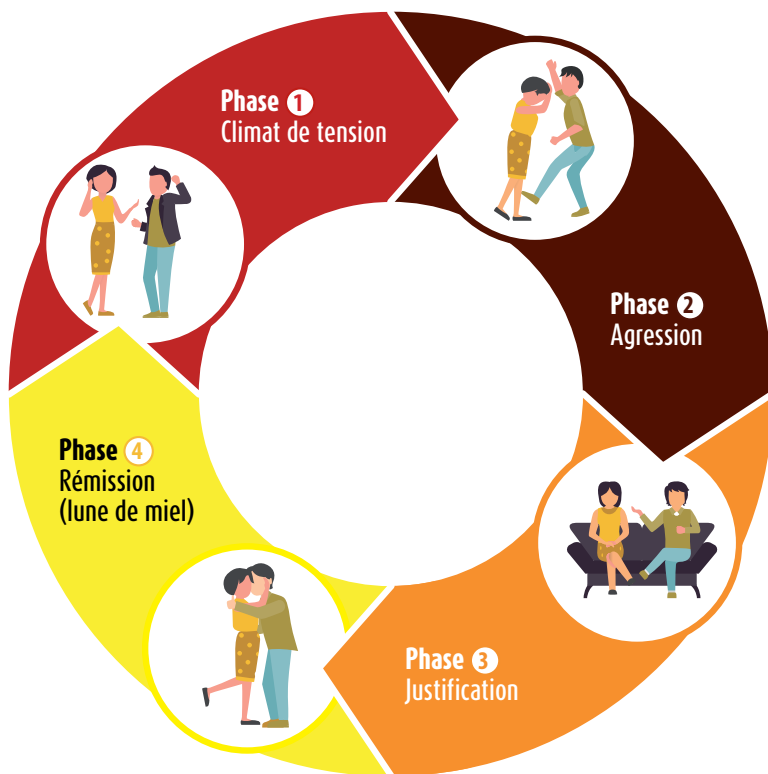
## La violence enfreme et piège

La violence dans le couple n'est pas une maladie, même si les personnes concernées sont parfois atteintes dans leur santé. Plusieurs facteurs peuvent y contribuer : un environnement tolérant la violence, un contexte familial violent, l'absence de soutien de la part de son entourage, des difficultés telles que la perte d'un emploi, le surendettement ou une consommation régulière d'alcool ou de drogues. La violence s'inscrit dans une dynamique qui tend à se répéter pour parfois évoluer vers un « cycle de la violence » ; celui-ci s'articule en quatre phases :

- 1 D'abord l'installation d'un climat de **tension** entre les deux partenaires, propice à l'explosion de la violence.
- 2 Puis, pour prendre le contrôle et régler la situation en sa faveur, l'un-e des partenaires **recourt à la violence**. L'autre est alors terrifié-e et se sent impuissant-e.
- 3 S'ensuit une phase de **justification**. Chaque partenaire tente alors de trouver une explication à la violence : les conditions de vie difficiles, l'alcool, l'attitude de l'autre, etc.
- 4 Puis vient la « **lune de miel** » : les partenaires se promettent que cela n'arrivera plus. Le ou la partenaire violent-e fait tout pour être pardonné-e. ; l'autre veut croire à ses promesses. Les deux gardent l'espoir que la situation va s'améliorer. Avec le temps, la phase de lune de miel disparaît.

« Cela fait un an et demi que je suis avec mon copain. J'ai eu un coup de foudre. Dernièrement, il m'a frappée à la cuisse, j'en avais la marque. Il m'a aussi souvent dénigrée, en disant qu'il fallait que je travaille, que ma famille était une famille froussarde, qu'il ne fallait pas qu'il me dise que je suis belle. Il m'a secouée fortement dimanche passé, il m'a déjà poussée violemment. Je lui ai dit que je voulais arrêter notre relation. Depuis, il est tout le contraire, doux, attentionné, il me dit que des gentilles paroles, il me rassure. » TÉMOIGNAGE,





**Ce cycle s'installe progressivement.** Malgré des moments de répit, les différentes phases peuvent s'enchaîner de plus en plus rapidement.

Le cycle de la violence enferme les deux partenaires, ainsi que les enfants. Briser ce cycle sans le soutien de professionnel-le-s est très difficile. Le souvenir des bons moments partagés, la honte, la culpabilité ou encore la peur de l'avenir peuvent empêcher de parler de ce qui est vécu et faire hésiter à demander de l'aide.



10

## Demander de l'aide pour que la situation change

Des **professionnel-le-s** peuvent vous aider. Avec leur soutien, vous pourrez :

- réfléchir au sujet de votre couple pour comprendre ce que vous vivez ;
- être écouté-e et vous sentir moins seul-e ;
- réfléchir à des alternatives à la violence et aux stratégies pour vous protéger ;
- retrouver confiance en vous et une vie sans violence ;
- obtenir des informations au sujet de la violence ;
- obtenir des renseignements juridiques en lien avec votre situation ;
- obtenir des aides concrètes (conseils, solution d'hébergement, soutien pour vos enfants, ...) ;
- être accompagné-e dans les démarches administratives, financières, juridiques ;
- avoir accès à un-e interprète pour être compris-e et bien comprendre ce qu'on vous explique ;
- etc.



« En fait, les autres, mais surtout les animateurs, au bout de plusieurs séances, ils m'ont permis de comprendre. Ils m'ont expliqué le cycle. Alors là, j'ai compris des choses sur moi-même, et cette violence que j'avais en moi, comme ça se passe » (P., HOMME CONFRONTÉ À LA VIOLENCE DANS SON COUPLE, ENTRETIEN DE RECHERCHE, SUISSE ROMANDE)



« Du soutien, des conseils. J'ai été chercher de l'aide partout où je pouvais la trouver. Au début c'était difficile, j'ai dû apprendre à être honnête envers les autres. A moi, cela m'a fait du bien de raconter ce que je vivais, de ne plus me taire. Je suis allée à .... parce que mon fils avait des problèmes de comportement. Je ne savais même pas alors que c'était des impacts de la violence conjugale. Et là, on a parlé de la violence qu'il vivait. Avec le temps, ses comportements violents ont beaucoup diminué »

(A., FEMME CONFRONTÉE À LA VIOLENCE DANS SON COUPLE, ENTRETIEN DE RECHERCHE, SUISSE ROMANDE)

## Que puis-je faire pour prévenir la violence ?

Pour prévenir un épisode violent, diverses stratégies sont possibles, afin de **se protéger soi-même, mais aussi les autres**, en particulier les enfants.  
Par exemple :

| SI JE RISQUE DE SUBIR DE LA VIOLENCE, JE PEUX...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | SI JE PENSE QUE JE POURRAIS RECOURIR À LA VIOLENCE, JE PEUX...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avertir un-e voisin-e et convenir d'un code pour qu'elle ou il contacte la police lorsque je me sens en danger ;</li> <li>• Garder mon portable chargé ; y enregistrer le numéro des urgences, de la police ; appeler en cas de danger ;</li> <li>• Prévoir un endroit sûr où je peux conserver les copies des documents importants ;</li> <li>• Mettre objets coupants et/ou armes hors de portée ;</li> <li>• En vue d'une fuite éventuelle, préparer dans un sac vêtements, médicaments, documents d'identité, argent, chargeur, pour moi et mes enfants ;</li> <li>• Prendre contact avec un centre LAVI, un foyer d'hébergement, ou une association de soutien</li> <li>• Expliquer à mes enfants ce qu'ils doivent faire en cas de violence : se réfugier chez les voisins, appeler la police...</li> <li>• Le cas échéant, faire constater les violences par un médecin ;</li> <li>• Quitter le domicile ; <sup>1</sup></li> <li>• Etc.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier les moments où je risque de me mettre en colère ;</li> <li>• Réfléchir à des stratégies qui me permettraient d'évacuer les tensions :             <ul style="list-style-type: none"> <li>o Quitter le domicile ;</li> <li>o Eviter de rentrer directement au domicile ;</li> <li>o Téléphoner à un-e ami-e pour en parler ;</li> <li>o Faire une activité hors du domicile, qui me permette d'évacuer les tensions ;</li> <li>o Identifier ce qui m'aide à ne pas consommer d'alcool, de drogue ;</li> <li>o Identifier où mettre des armes en sécurité ;</li> </ul> </li> <li>• Mettre en pratique les stratégies élaborées lorsque je me sens en colère.</li> <li>• Prendre contact avec un service spécialisé ;</li> <li>• Etc.</li> </ul> |

<sup>1</sup> Vous avez le droit en tout temps, sans demander d'autorisation à personne, de quitter votre domicile pour vous mettre à l'abri (art. 175 Code civil), avec vos enfants le cas échéant (art. 274 Code civil).



12

Réagir face à la violence dont on est témoin ou que l'on suspecte est délicat. En tant que proche (membre de la famille, voisin-e, ami-e, collègue, employeur...) d'une personne confronté-e à la violence dans son couple, vous vous poserez des questions :

- ▶ *Dois-je m'en mêler ?*
- ▶ *Cela me regarde-t-il ?*
- ▶ *Ce couple traverse-t-il juste une « mauvaise phase » ?*
- ▶ *Comment puis-je intervenir pour éviter de faire empirer la situation ?*
- ▶ *Qui est l'auteur-e, qui est la victime ?*
- ▶ *Comment puis-je aider ?*



« Cela fait deux fois en l'espace de quelques semaines que je croise une voisine qui a un œil tuméfié (bleus, croûte de sang séché). Je n'habite ici que depuis quelques mois et la connais peu. Je ne me sens pas suffisamment sûre de moi pour lui parler et j'ai peur que mon imagination s'emballe. Je n'ai jamais entendu de cris, mais des disputes oui ! Que faire ? Observer pour avoir plus d'éléments ? Je suis une lâche ? »

TÉMOIGNAGE, [WWW.VIOLENCEQUEFAIRE.CH](http://WWW.VIOLENCEQUEFAIRE.CH)

## Distinguer conflit et violence

En tant que proche, vous pouvez **observer** ce qui se passe dans la **relation, comment les deux partenaires interagissent**. Afin de déterminer s'il s'agit d'un simple conflit de couple ou davantage, il faut vous questionner :

- ▶ *Dans ce que j'observe, y a-t-il une prise de pouvoir d'un-e partenaire sur l'autre ?*
- ▶ *Quel en est l'impact ?*
- ▶ *Quelles sont les réactions de chacun-e des partenaires et comment se manifestent-elles ?*
- ▶ *Est-ce la première fois ou est-ce déjà arrivé ?*

Vous pouvez également observer **différents signes** au-delà des marques résultant des violences physiques. Ces derniers peuvent vous **mettre « la puce à l'oreille »**, notamment lorsqu'ils **se répètent**. Lorsque l'un-e des partenaires **prend régulièrement le contrôle**, et que l'autre **n'ose pas ou ne peut pas s'exprimer**, il peut s'agir de violence. Mais aussi, lorsque **la résolution des désaccords se fait toujours au détriment** de l'un-e des deux.



Ou lorsque l'un-e des deux partenaires :

- gère seul-e les questions administratives et/ou financières. Elle ou il n'autorise pas l'autre à entreprendre des démarches ;
- décide seul-e des questions concernant le couple et la famille (relations avec les amis et la famille, éducation des enfants, choix du lieu de vacances, etc.). L'autre ne peut pas exprimer son avis et en cas de désaccord ne se sent pas en mesure de discuter les décisions prises ;
- assure seul-e les tâches ménagères, les courses, etc... L'autre signale constamment son insatisfaction et se montre toujours plus exigeant-e ;
- semble angoissé-e, avoir peur, avoir perdu la confiance en soi ;
- manque de respect envers l'autre, l'humilie et le-la rabaisse en public, se montre agressif ou agressive dans leurs échanges ;
- est isolé-e, a peu de contact avec ses amis ;
- détient une arme.

Enfin, souvent dans les situations de violence les deux partenaires minimisent les difficultés rencontrées et/ou refusent d'en parler.

Si vous avez le sentiment qu'un-e de vos proches vit de la violence, la subit ou y recourt, accompagnez cette personne afin qu'elle **contacte un service spécialisé ou un service pour auteur-e-s**. Permettre aux deux partenaires de trouver un soutien, chacun-e pour soi, contribue à prévenir de nouvelles situations de violences. Cela protège aussi les enfants du couple.

En cas de danger imminent, contactez la police, dont le mandat est de protéger et de sécuriser.

Enfin, si vous hésitez sur la conduite à adopter, faites appel à des **professionnel-le-s spécialisé-e-s** qui pourront vous renseigner. ► p. 24 



14

Police  
► 117  
ou police  
municipale

## La difficulté de solliciter de l'aide

En tant que proche, vous pouvez avoir le sentiment que les personnes concernées refusent d'entreprendre des démarches. Cela peut provoquer en vous un sentiment de colère, d'impuissance ou d'incompréhension. Souvenez-vous que la violence s'inscrit dans un cycle ► p.8-9 88. La répétition de ce cycle est à l'origine de **l'ambivalence que ressent chaque partenaire**.

Par ailleurs, les victimes veulent avant tout que la violence cesse. Elles ne souhaitent pas toujours que leur partenaire soit puni-e ; ou alors, pour des raisons diverses, elles craignent de briser le secret entourant la violence : les sentiments éprouvés, la crainte que le ou la partenaire perde son emploi et ne parvienne plus à subvenir aux besoins de la famille, la perte du lien unissant le ou la partenaire et les enfants du couple... Souvent en outre, lorsqu'elles disposent de peu de ressources, les victimes craignent une séparation.

Les personnes confrontées à la violence que vous allez côtoyer se trouvent à différents stades du cycle, et pas seulement en phase d'agression. Gardez à l'esprit que la violence ne se limite pas aux seuls signes visibles de l'agression. Acceptez aussi que, selon la phase dans laquelle se trouve la personne, son comportement peut changer : elle peut décider de quitter son ou sa partenaire, porter plainte, chercher à se justifier, trouver des excuses, ou encore croire que cela ne recommencera jamais. Les deux partenaires sont pris dans ce cycle.

Ces mécanismes font que **l'ambivalence des personnes confrontées à la violence constitue une réaction normale**. Vous devez cependant avoir conscience que cette ambivalence peut impacter votre vision de la situation. Elle peut vous amener à **minimiser, à banaliser ou à juger** les personnes. N'oubliez pas que **demande de l'aide prend du temps**. Les personnes concernées doivent au préalable dépasser certaines appréhensions.



16

Diminuer durablement les actes de violence passe par **la protection des victimes et par l'accompagnement des auteur-e-s**, afin qu'ils et elles acquièrent les compétences nécessaires à la prévention des actes de violence. La qualité de vie de chacun-e s'en trouvera améliorée, y compris celle des enfants du couple.

## Que faire ? <sup>1</sup>

Souvent, les personnes concernées par la violence cherchent à **maintenir le secret**. Elles éprouvent de la honte, de la culpabilité. Elles craignent aussi les potentielles conséquences que pourrait engendrer le fait d'en parler.

Dans votre pratique professionnelle, vous allez rencontrer les personnes alors qu'elles se trouvent à différents stades du cycle de la violence (voir page ► 9 ). Votre réaction peut faire la différence ; dès lors **positionnez-vous** clairement contre la violence.

Même s'il est souvent difficile de déterminer qui recourt à la violence et qui la subit, parlez à chaque partenaire séparément et évitez d'entamer une médiation (cela risquerait de « revictimiser » la personne qui subit la violence).

---

<sup>1</sup> Plusieurs pistes évoquées ici peuvent aussi être empruntées par des proches.



Vous pouvez par exemple :

- *Écouter la personne sans la juger, et la croire ;*
- *Etre disponible et rester en lien même si elle ne s'adresse pas encore à un service spécialisé ;*
- *L'aider à réfléchir au fait qu'elle est concernée par la violence et aux conséquences de son comportement ;*
- *L'informer sur les services d'aide et les soutiens apportés, et sur le fait qu'ils sont gratuits dans un premier temps ;*
- *L'encourager à y recourir et lui proposer de la soutenir dans ses démarches ;*
- *Solliciter son accord pour parler de sa situation avec un-e professionnel-le ; lui proposer de l'y accompagner ;*
- *L'informer de vos obligations. Par exemple : l'obligation de signaler la situation aux autorités compétentes lorsque le couple a des enfants et que leur développement est mis en danger (article 54, loi sur la jeunesse).*

Souvent au-delà de la honte éprouvée, l'auteur-e ressent le besoin d'évoquer la situation. L'accompagner dans ses démarches n'implique pas que vous êtes en accord avec ce qu'il ou elle a fait. En revanche, cela permet de lui rappeler l'importance de solliciter une aide spécialisée.



18

La loi valaisanne sur les violences domestiques garantit l'existence de mesures d'accompagnement pour les personnes qui exercent de la violence au sein de leur couple ou de leur famille. Elle précise que le premier entretien auprès d'un service pour auteur-e-s est gratuit; et que la suite du programme est facturée sur la base d'un barème prenant en compte la situation financière ainsi que les charges de la famille. Dans tous les cas, le coût ne doit pas constituer un obstacle.

Si la personne confrontée à la violence ne désire pas encore contacter un service spécialisé, vous pouvez élaborer avec elle des stratégies telles que décrites en page ► 17 . **Réfléchir à ces scénarii lui permettra de se protéger et/ou de prévenir des épisodes de violence.** Elle pourra aussi prendre conscience que ce qu'elle vit n'est pas normal, que la violence a des conséquences et qu'elle est inacceptable. De plus, elle se sentira épaulée dans sa recherche d'alternatives.

**Veiller à la protection et à la sécurité des personnes victimes est une priorité.**

La violence vécue entre leurs parents fragilise toujours **les enfants**. Leur souffrance se manifeste dans leur comportement : difficultés d'apprentissage, énurésie, troubles de l'alimentation ou du sommeil, difficultés dans les relations avec les autres enfants, etc... Il faut protéger les enfants ; mais aussi leur expliquer qu'ils ne sont pas responsables. Sans cela, ils apprennent que les conflits se règlent par la violence. Les services spécialisés dans l'aide à l'enfance peuvent vous aider dans cette démarche.

► p. 24 

## Ressources

En tant que professionnel-le, si vous pensez qu'une personne que vous accompagnez est confrontée à la violence dans son couple, votre **hiérarchie** peut vous apporter un soutien important. Les différents **services spécialisés** constituent également des ressources majeures pour vous accompagner dans votre réflexion. (voir page ► 24 📄).

Vous pouvez aussi contacter l'**Office cantonal de l'égalité et de la famille (OCEF)**. En tant qu'organe de coordination en matière de lutte contre les violences domestiques, l'OCEF a notamment pour mission de fournir aide et information aux professionnel-le-s. Vous suspectez une situation de violence mais ne savez pas comment réagir vis-à-vis de vos obligations ou des possibles conséquences pour les personnes concernées? Contactez l'OCEF. Sans transmettre de données personnelles, vous pourrez obtenir un avis sur les différentes possibilités. L'OCEF pourra notamment examiner si les conditions sont réunies pour proposer une discussion de cas au sens de l'art. 9 LVD, afin d'évaluer les risques et de coordonner la prise en charge de la situation.





20

La violence au sein de la famille et du couple est **interdite par la loi**, que les partenaires soient marié-e-s ou non, hétérosexuel-le-s ou homosexuel-le-s, mineur-e-s ou majeur-e-s, que la victime soit un homme ou une femme.

Plusieurs lois s'appliquent **à toute personne vivant en Suisse**, quels que soient sa religion, sa nationalité ou son titre de séjour. L'ensemble de ces textes énonce que :

- *Les personnes qui subissent la violence doivent être protégées et qu'elles ont le droit de quitter le domicile*
- *Les personnes qui recourent à la violence sont responsables de leurs actes et doivent pouvoir bénéficier d'une aide pour éviter que la violence recommence*

## Comment se déclenche la poursuite pénale ?

Le **Code pénal suisse** réprime toutes formes de violence, tant physique, psychique que sexuelle. Les violences au sein du couple ne font pas l'objet d'une infraction spécifique. Elles sont réprimées par plusieurs dispositions pénales, en particulier les lésions corporelles, les injures et les menaces, les propos diffamatoires, l'utilisation abusive d'un téléphone ou d'un ordinateur (appels répétitifs, à tout moment du jour et de la nuit, mails incessants, saturation de la messagerie, propos injurieux, etc.).

Selon le type d'actes, certains sont poursuivis d'office et d'autres sur plainte :

- **La plupart des infractions de violence entre partenaires vivant en ménage commun sont poursuivies d'office.** Dès que l'acte répréhensible a été porté à la connaissance d'une autorité de poursuite pénale (police et ministère public), il n'est pas obligatoire de déposer plainte pour déclencher la poursuite. Toutefois, si une plainte est déposée, cela permet à la personne de participer à la procédure et de bénéficier de certains droits. Il est notamment possible de faire valoir des prétentions civiles en vue d'obtenir une réparation financière du préjudice subi (dommage matériel et/ou tort moral).

- **Certaines infractions, considérées comme étant de moindre gravité, sont poursuivies sur plainte.** Par exemple: les gifles, objectivement moins graves qu'une blessure occasionnée par un couteau, même si l'acte reste inacceptable pour la victime. Pour ces actes, seule une plainte déposée dans le délai de trois mois à compter des faits de violence et de la connaissance de leur auteur-e permet l'intervention du ministère public. Faute de plainte déposée dans ce délai, seules les infractions poursuivies d'office auront une suite pénale, pour autant qu'elles soient annoncées à la police ou au ministère public. Pour déposer une plainte pénale ou annoncer une situation de violence domestique, la personne doit se rendre à un poste de police ou écrire au ministère public.

**La poursuite aura-t-elle lieu d'office ou sur plainte ? En cas de doute, il est recommandé d'informer les autorités de poursuite pénale avant l'échéance du délai de trois mois, voire de consulter un-e avocat-e et/ou une instance susceptible de fournir conseils et orientation.** Par ailleurs, même si la personne victime ne souhaite pas déposer plainte, il faut qu'elle sauvegarde les **moyens de preuve** (constats médicaux, rapports de police, attestations d'un foyer d'accueil, copies des courriers, sms, etc.). Car elle peut changer d'avis par la suite ou une procédure peut être ouverte d'office.

## **A quel soutien la victime a-t-elle droit ?**

**La loi fédérale sur l'aide aux victimes d'infraction (LAVI) garantit à toute personne victime et à ses proches, le droit d'être soutenu-e** par les Centres de consultation LAVI. Elle leur permet notamment de recevoir, à certaines conditions, des conseils juridiques et une aide immédiate sous forme d'un hébergement d'urgence et/ou d'un soutien psychologique.



## Quelles mesures de protection peuvent-elles être ordonnées ?

La personne victime peut demander au-à la juge de district d'interdire à son-sa partenaire violent-e de l'approcher, d'approcher de son logement, de fréquenter certains lieux (rues, places ou quartiers) ou d'entrer en contact avec elle de quelque manière que ce soit (art. 28b du **Code civil suisse**). Si la personne victime et la personne auteur-e partagent le même logement, la première peut en outre demander au-à la juge que l'auteur-e soit expulsé-e du logement pour une période déterminée (article 28b al.2 CC).

Ces mesures peuvent être prises également dans le cadre d'une procédure de mesures protectrices de l'union conjugale: la personne victime demande au juge de prononcer la séparation, de régler l'attribution du domicile conjugal, la garde des enfants et de fixer des contributions d'entretien (art. 172 al.3 2ème phrase du Code civil suisse).

## La séparation a-t-elle un impact sur l'autorisation de séjour ?

Le renouvellement d'un permis de séjour accordé en vertu du regroupement familial peut être mis en danger par une séparation ou un divorce, en particulier lorsque le mariage a duré moins de 3 ans. **La loi fédérale sur les étrangers (LEtr)**, à son article 50, permet à une personne qui souhaite quitter son ou sa partenaire violent-e d'obtenir le renouvellement de son permis B de séjour pour des raisons personnelles majeures. Cela vaut également pour le partenariat enregistré (art. 52). Les preuves des violences subies sont particulièrement importantes pour se prévaloir de cette disposition. C'est toujours la situation dans son ensemble qui sera prise en compte: un emploi, une indépendance financière, une bonne intégration constitueront des atouts.

## Comment prévenir et lutter contre les violences domestiques ?

La loi valaisanne sur les violences domestiques (LVD) renforce et coordonne les mesures de prévention et de lutte contre la violence domestique. Elle garantit notamment l'offre de soutien, d'hébergement et de conseil pour les personnes concernées. Elle prévoit aussi que les personnes exerçant des comportements violents puissent être accompagnées pour trouver des alternatives à la violence. Elle impose aux personnes expulsées du domicile par la police l'obligation de suivre un entretien socio-thérapeutique auprès d'un service spécialisé.

Le centre de consultation LAVI, l'OCEF, un-e avocat-e peuvent apporter des précisions sur ces aspects juridiques.

En page ► 24 🏢 se trouve la liste des organismes susceptibles de conseiller et de renseigner précisément toute personne sur **ses droits et sur les démarches** qui peuvent être entreprises dans la situation.



Plusieurs services et institutions proposent une aide ciblée pour les situations de violence dans le couple ou dans la famille. Ils offrent divers soutiens aux personnes concernées. Ils les accompagnent pour trouver des alternatives à la violence ou les orientent dans le réseau. La plupart sont gratuits ou pris en charge par une assurance.

Le tableau ci-dessous mentionne les principaux partenaires de ce réseau. Le site [www.violences-domestiques.ch](http://www.violences-domestiques.ch) en propose une version sous forme d'arbre, détaillée et régulièrement actualisée.

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| AIDE<br>SPÉCIFIQUE<br>CONFIDENTIELLE | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour parler, réfléchir et comprendre ce qui est vécu</li> <li>• Pour se sentir moins seul-e</li> <li>• Pour trouver des alternatives à la violence</li> <li>• Pour recevoir des conseils juridiques, un soutien psychologique, une aide</li> <li>• pour trouver un hébergement d'urgence</li> </ul> | <p><b>POUR VICTIMES :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Centres LAVI de consultation et d'aide aux victimes d'infractions<br/>►027 607 31 00 (gratuit)</li> <li>• Fondation l'EssentiElles<br/><a href="http://www.lessentielles.ch">www.lessentielles.ch</a><br/>►079 320 98 70 (gratuit)</li> </ul> <p><b>POUR AUTEUR-E-S :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consultation et accompagnement socio-thérapeutique<br/>►027 322 99 86 (1<sup>er</sup> entretien volontaire gratuit)</li> </ul> <p><b>POUR VICTIMES ET AUTEUR-E-S :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="http://www.violencequefaire.ch">www.violencequefaire.ch</a></li> </ul> |
| PROTECTION                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour assurer sa propre sécurité et/ou celle de ses enfants</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Police ►117 - ou police municipale</li> <li>• OPE (Office pour la protection de l'enfant)<br/><a href="http://www.vs.ch/web/scj/ope">www.vs.ch/web/scj/ope</a><br/>►027 606 48 40</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |



|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HÉBERGEMENT D'URGENCE | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour se mettre à l'abri avec ses enfants</li> <li>• Pour prendre ses distances et réfléchir à son avenir</li> <li>• En cas d'expulsion de son domicile</li> </ul>                                                                                                          | <p><b>POUR VICTIMES :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aurore - Sion<br/>► 027 323 22 00</li> <li>• Point du Jour - Bas-Valais<br/>www.pointdujour.ch<br/>► 078 883 38 07</li> </ul> <p><b>POUR AUTEUR-E-S :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chez Paou - Sion<br/>www.chezpaou.ch<br/>► 027 027 321 18 00</li> </ul> |
| SOINS                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• En cas de blessures importantes</li> <li>• Pour faire constater des traces de violences par un médecin</li> <li>• Pour les situations de détresse psychique, existentielle ou relationnelle nécessitant l'aide de spécialistes en psychiatrie et psychothérapie</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Urgence hospitalières<br/>► 144</li> <li>• Médecin de confiance</li> <li>• Psychiatrie et psychothérapie - Urgences<br/>► 0800 012 210</li> </ul>                                                                                                                                                            |
| INTERPRÉTARIAT        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parce que je parle et comprends peu le français</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• AVIC (association valaisanne des interprètes communautaires)<br/>www.interpretavic.ch<br/>► 079 794 69 21</li> </ul>                                                                                                                                                                                         |
| INFORMATION           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour obtenir des informations générales sur les violences domestiques et le réseau d'aide</li> </ul>                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• OCEF (Office cantonal de l'égalité et de la famille)<br/>www.egalite-famille.ch<br/>► 027 606 21 20</li> </ul>                                                                                                                                                                                               |





# Et si c'était de la violen<sup>ce</sup>? dans mon couple



Impressum : **Brochure 2021**

Texte :

**Susanne Lorenz Cottagnoud**, professeure et  
**Angélique Wüthrich**, collaboratrice scientifique,  
Haute Ecole de Travail social, Sierre

Edition et adaptation :

**Office cantonal de l'égalité et de la famille**

Illustrations et graphisme :

**www.domstuder.com**

Impression :

**CRI, Centre Rhodanien d'Impression SA, Martigny**

