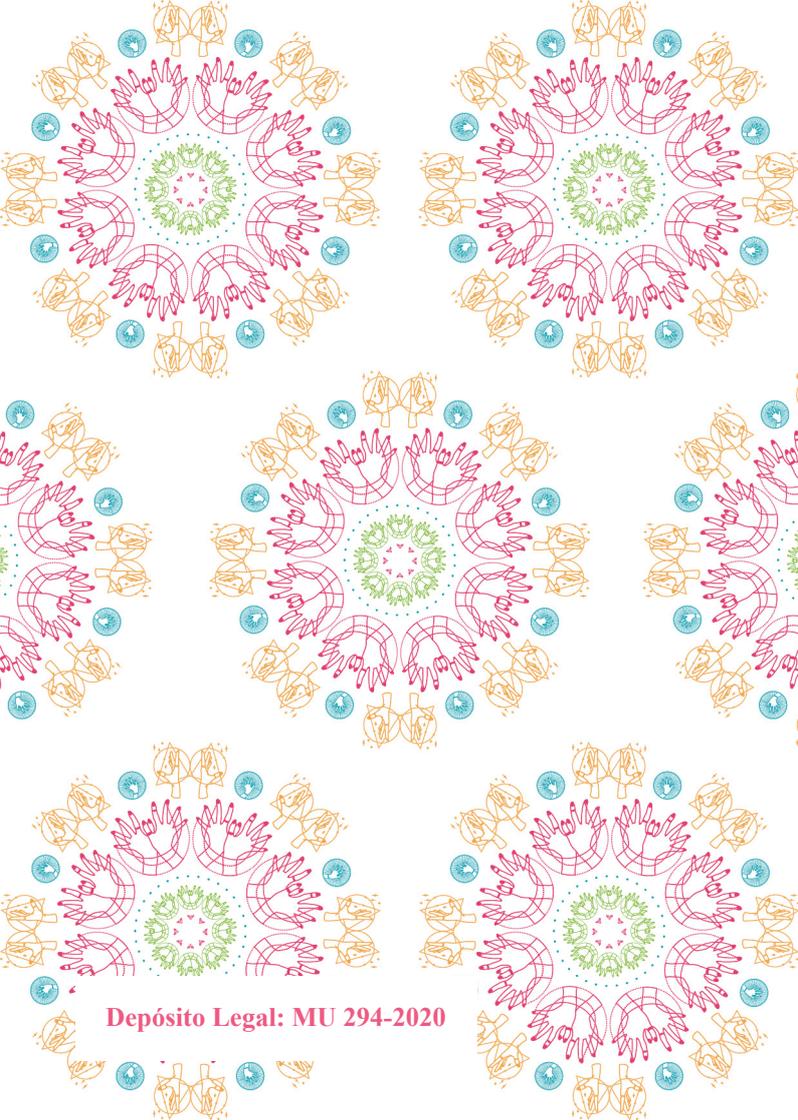


Guide des ressources  
spécialisées d'aide  
à la population  
immigrante



**En  
Buenas  
Manos**

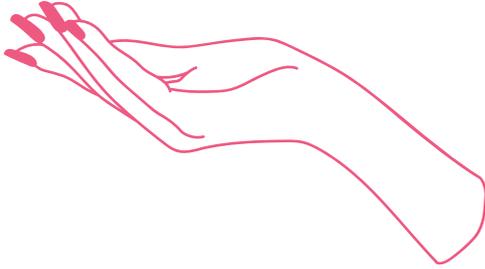


Depósito Legal: MU 294-2020

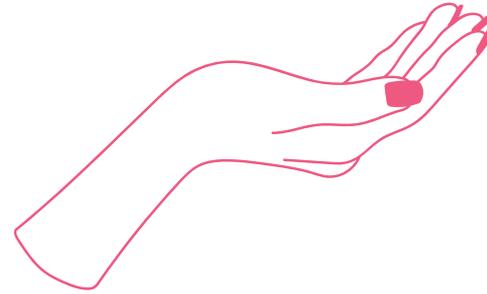


1. Qu'est-ce que la violence domestique, violence à l'égard des femmes ou violence conjugale
2. Comment savoir si c'est mon cas
3. Situations de danger
4. Il est important que vous sachiez que vous n'êtes pas seule
5. Que faire si vous allez porter plainte
6. Comment agir face au danger
7. ¿Cómo actuar ante una situación de riesgo?
8. Comment agir si vous avez besoin d'être conseillée sur la situation

1.



**Qu'est-ce que la violence domestique, violence à l'égard des femmes ou violence conjugale**



**La violence domestique concerne les femmes pour le simple fait d'être femme.**

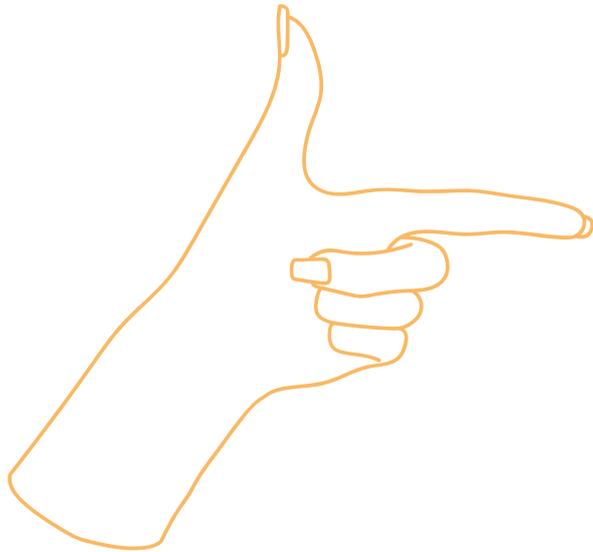
Ce type de violence concerne les femmes, indépendamment de leur culture, pays, âge, avec ou sans diplômes, avec ou sans ressources économiques.

Ce type de violence attente à l'intégrité, la dignité et à la liberté des femmes. Une violence qui entraîne des préjudices, des souffrances physiques, sexuelles ou psychologiques, ainsi que des menaces, des contraintes ou des privations de liberté, qu'elles se produisent dans la vie publique ou privée.

Le risque de subir ce type de violence peut augmenter chez les femmes vulnérables : diversité fonctionnelle, femmes migrantes, à faibles revenus, femmes sans abri, mineures ou appartenant à différentes ethnies.

2.

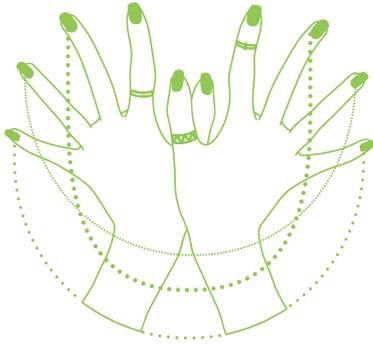
## Comment savoir si c'est mon cas



**Le meilleur indicateur pour qualifier notre partenaire est de se demander s'il nous fait du bien ou du mal.**

- Il s'irrite facilement et/ou casse des objets quand il se fâche.
- Il est excessivement jaloux et possessif.
- Il critique et veut que vous changiez votre style vestimentaire.
- Il veut toujours savoir où vous êtes et avec qui.
- Il vous punie par le silence ou l'indifférence.
- Il critique et vous éloigne de votre famille et de vos amis.
- Il vous rend responsable des choses qu'il rate et de vos disputes, il vous fait culpabiliser.
- Il vous oblige à avoir des relations sexuelles même quand vous ne voulez pas.
- Il dépense tout votre argent même celui réservé.
- Il contrôle votre argent.

3.



## Comment se manifeste la violence domestique

La violence domestique s'intensifie progressivement, c'est-à-dire qu'elle commence de manière très subtile et au fur et à mesure que la relation avance, les épisodes de violence s'aggravent.

Les épisodes de Violence Domestique, ont tendance à être cycliques, ils s'intercalent avec des périodes de calme et d'affection jusqu'à des situations pouvant mettre la vie en danger. Une telle dynamique implique l'établissement d'un lien de dépendance émotionnelle et de possession difficile à rompre, tant pour l'agresseur que pour la victime.

**I.**  
**Phase**  
**Accumulation**  
**de tension**

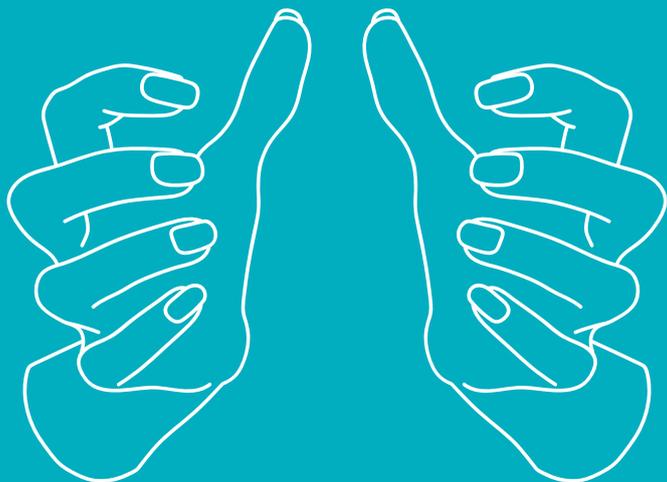
**II.**  
**Phase**  
**Agression**

**III.**  
**. Phase**  
**Lune de miel**  
**ou réconciliation**

	<b>Agresseur</b>	<b>Victime</b>
<b>I.</b> <b>Phase</b> <b>Accumulation</b> <b>de tension</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sautes d'humeurs soudaines</li> <li>• Comportements déroutants</li> <li>• Violence verbale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anxiété</li> <li>• Sentiment de culpabilité</li> <li>• Comportements de complaisance</li> </ul>
<b>II.</b> <b>Phase</b> <b>Agression</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agression physique</li> <li>• Agression psychologique</li> <li>• Agression sexuelle</li> </ul> <p>(Aucune de ces trois agressions ne doit se produire)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peur</li> <li>• Solitude</li> <li>• Prise de décisions</li> </ul>
<b>III.</b> <b>Phase</b> <b>Lune de miel</b> <b>ou réconciliation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remords (pas dans tous les cas)</li> <li>• Promesses de changement</li> <li>• Comportements de conquête</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Croit en ses remords</li> <li>• Désir et espoir du changement promis</li> <li>• Besoin de lui donner une chance</li> </ul>

4.

## Situations de danger

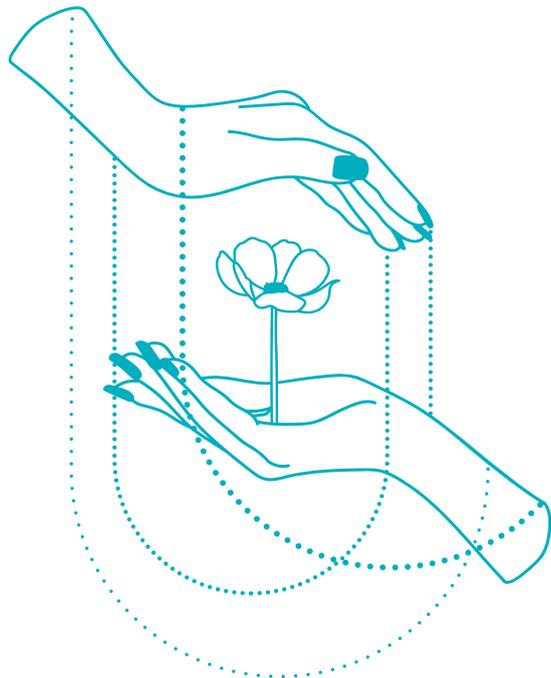


**Observez si votre conjoint ou ex-conjoint :**

- A maltraité d'autres femmes
- Vous poursuit et vous harcèle.
- Vous menace de vous faire mal ou de vous faire mal si vous l'abandonnez.
- Il vous bouscule, vous secoue et vous frappe.
- Il vous donne des coups de pied, des gifles et des coups de poing.
- Il vous sert fort, vous tire les cheveux, vous pince, etc
- Il se jette sur vous et/ou vous menace avec des couteaux, lames, des armes à feu, etc

5.

## Il est important que vous sachiez...



...que vous n'êtes  
pas seule

« Vous êtes la personne la plus importante  
de votre vie »

Face à ces situations, ne restez pas muette, parlez, racontez-le à une personne de confiance.

Demandez et cherchez de l'aide, car la solution existe.

Échapper à la violence n'est pas une démarche facile. Plusieurs tentatives pourront être nécessaires, mais ne vous découragez pas car vous serez de plus en plus forte. Vous devez prendre le contrôle de votre vie, en accordant de l'importance à chacun de vos progrès, même minime.

L'ignorance et le manque d'informations nous amènent à la PEUR d'entreprendre le départ, il faut donc connaître les ressources qui existent dans notre environnement.

La Violence contre les femmes en Espagne est un délit et il existe des recours pour en sortir.

Même si vous êtes en situation irrégulière, sans permis de séjour ou si votre autorisation est pour le regroupement familial de votre partenaire, vous pouvez demander de l'aide et signaler votre situation, sans que cela implique votre expulsion.

Porter plainte n'est pas la seule solution pour sortir de cette situation de violence, demander conseil et soutien auprès des services spécialisés, ils sont gratuits.

6.



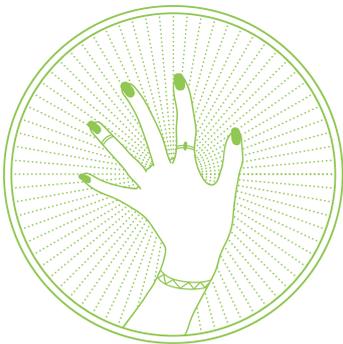
## Que faire si vous allez porter plainte

Il est important de connaître les droits légaux dont vous disposez pour faire face à la violence domestique. Les droits reconnus par la loi aux femmes victimes de violence domestique sont surtout des droits basés sur les informations, l'assistance sociale globale ainsi que juridique gratuite ; droits du travail et économiques. Ce sont des droits pour protéger la victime.

Vous pouvez porter plainte auprès de la Police Nationale, de la Police Locale, de la Garde Civile ou du Tribunal de garde.

Vous devrez être conseillée, vous avez droit à un avocat/e gratuit/e qui vous accompagne lorsque vous déposez la plainte, vous informe sur tous vos droits et sur la déclaration que vous allez faire, qui est très importante pour le procès ultérieur, ainsi que sur toutes les preuves que vous pouvez apporter (photographies, emails, captures de messages sur le mobile, rapports médicaux, psychologiques, etc.). Toutes ces informations vous seront transmises et traduites par un/une interprète.

Lorsque vous portez plainte, vous pouvez être accompagné d'un membre de la famille ou d'une personne de confiance.



**Pour votre sécurité, demandez une ordonnance de protection au moment où vous déposez la plainte. Dans l'ordonnance de protection, des mesures pénales et civiles peuvent être prises en votre faveur et en faveur de vos enfants, si vous en avez.**

**Les mesures pénales pourront consister en :**

- **L'interdiction à l'agresseur d'approcher la victime et de communiquer par tout moyen.**
- **Interdiction à l'agresseur de résider dans des lieux déterminés.**
- **Si l'agresseur avait le droit de porter ou d'utiliser des armes, suspension de ce droit.**
- **Si une détention provisoire était accordée, la privation de liberté.**

**Les mesures civiles, qui auront une durée de 30 jours, si vous souhaitez les maintenir, il est important que vous avisiez votre avocat/e pour engager une procédure civile familiale.**

**Ces mesures pourront consister en :**

- **L'agresseur devra abandonner le logement familial.**
- **Autorité parentale, tutelle et garde des enfants mineurs ou handicapés.**
- **Pension alimentaire pour les enfants.**
- **Mise en place d'un régime de visites.**
- **Suspension de l'autorité parentale.**
- **Suspension du régime des visites.**

**Si vous êtes en situation irrégulière, la procédure administrative de sanction ne sera pas intentée en raison de votre situation irrégulière sur le territoire espagnol et la procédure administrative de sanction sera suspendue s'il y en a une, ou l'exécution des décisions d'expulsion ou de retour éventuellement convenues.**

7.

## Comment agir face au danger

### Appelez le 112

**Le 112 est une ressource téléphonique qui apporte une réponse rapide et efficace face à des situations d'urgence de violence domestique.**

**À partir du 112, les ressources nécessaires sont mobilisées pour faire face à la situation spécifique : police, services de santé, aide psychologique, assistance juridique spécialisée, hébergement d'urgence et orientation vers d'autres ressources.**

**La femme maltraitée par son partenaire ou ex-partenaire peut appeler, ou toute personne proche.**

**Téléphone gratuit 24 h/24  
Service en 51 langues**



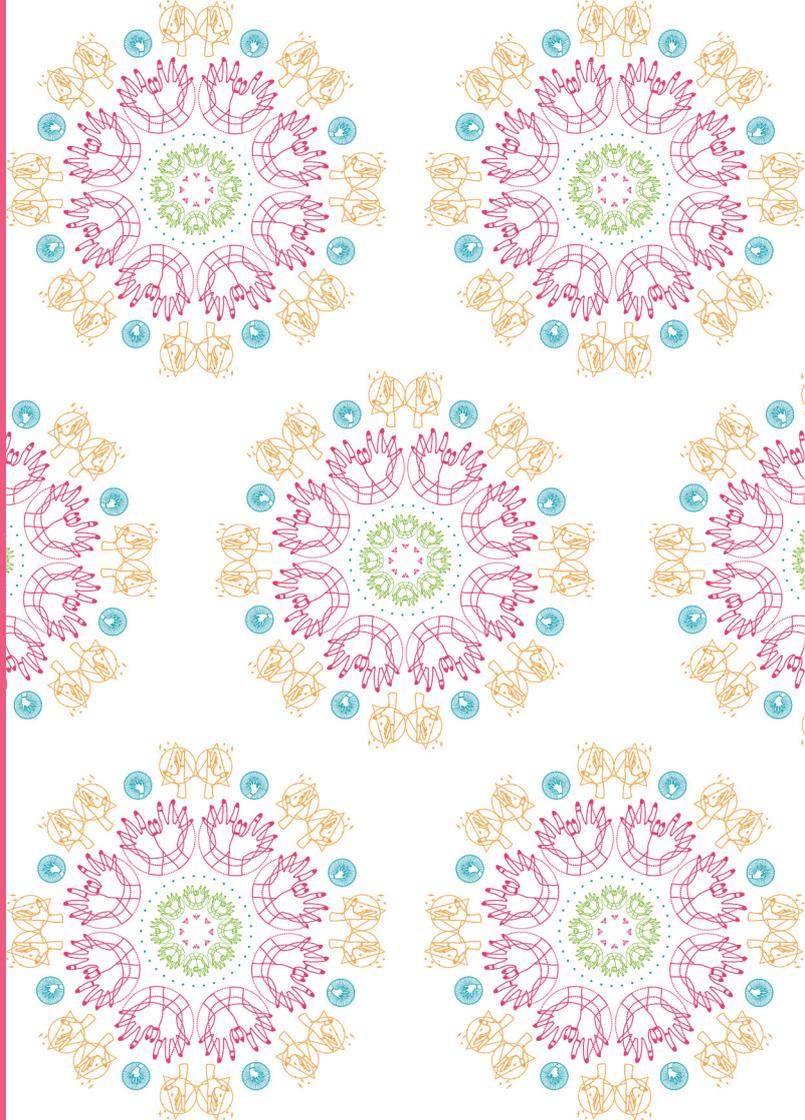
8.

## Si vous avez besoin d'être conseillée sur la situation

### Centres d'Aide Spécialisée pour Femmes Victimes de Violence (CAVI)

Ce sont des services qui offrent une attention complète, personnalisée et gratuite, pendant le temps nécessaire pour pouvoir rompre et sortir de la situation de maltraitance.

- Il n'est pas nécessaire de porter plainte pour prendre rendez-vous.
- Ils sont gratuits.
- Aide intégrale aussi longtemps que chaque femme en a besoin
- L'équipe est formée de Personnels Sociaux, Psychologues, Conseillers/ères Juridiques.
- Accès sur rendez-vous en appelant le 901 101 332.



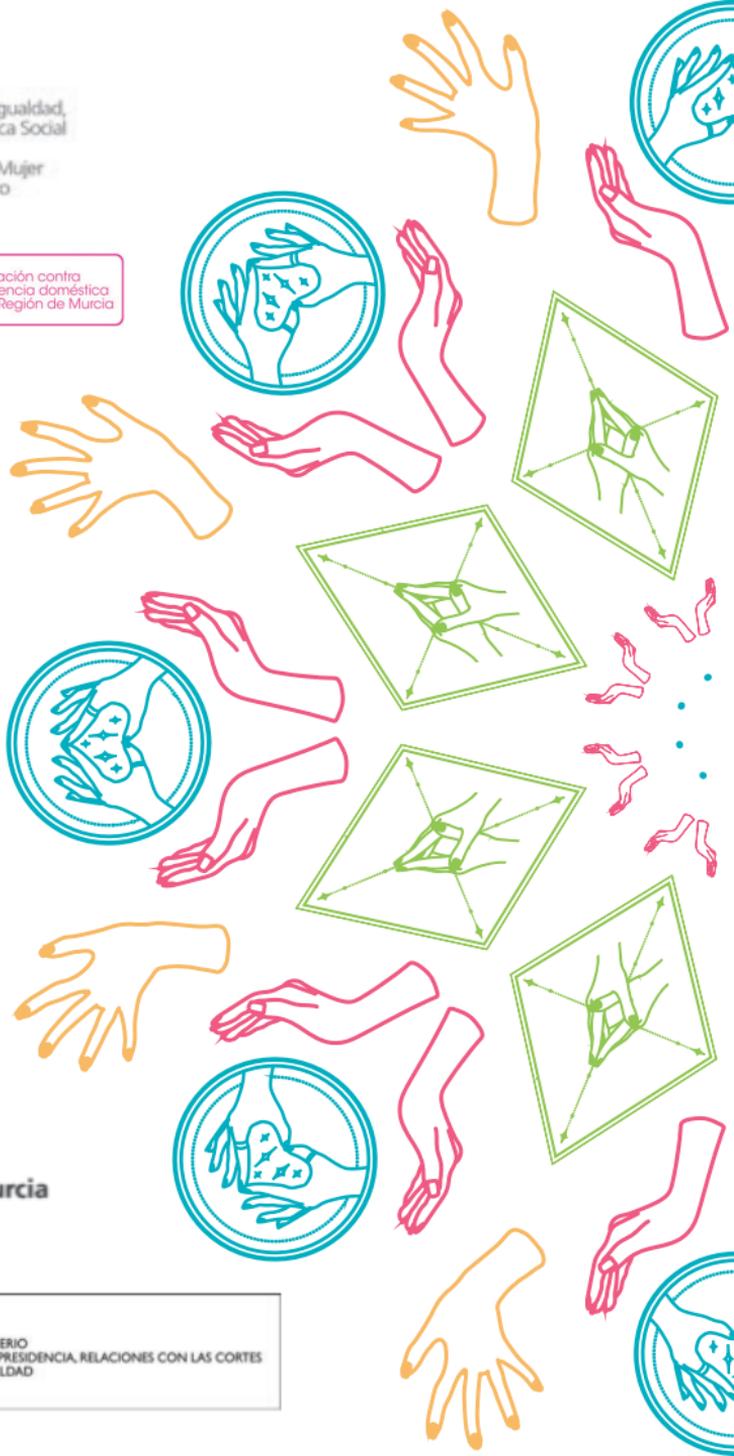


Región de Murcia  
Consejería de Mujer, Igualdad,  
LGTBI, Familias y Política Social

Dirección General de Mujer  
y Diversidad de Género



Asociación contra  
la violencia doméstica  
de la Región de Murcia



Región de Murcia



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES  
E IGUALDAD