

FAIRE FACE

ensemble

UN REGARD LOCAL SUR LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

| Interview
| Témoignage



Mise
en
lumière

Contre les violences faites aux femmes : une société qui se transforme

Les violences faites aux femmes, toutes générations confondues, sont omniprésentes dans toutes les sphères de la vie : privée, sociale et professionnelle.

La conviction que nous partageons entre partenaires mobilisés est que la lutte contre les violences faites aux femmes est l'affaire de toutes et tous : institutions, associations, entreprises, établissements scolaires, citoyennes et citoyens... À son niveau, chacun peut être – et doit être – un relais, un soutien, un acteur du changement.

Ensemble, nous travaillons à renforcer les synergies pour mieux repérer, accompagner, protéger et prévenir.

Nous formons les intervenantes et intervenants.

Nous œuvrons à l'éducation des plus jeunes à l'égalité et au respect.

Faire face aux violences faites aux femmes, c'est aussi transformer notre culture commune. C'est déconstruire les stéréotypes, interroger les rapports de pouvoir, et promouvoir une société plus juste, plus égalitaire, plus humaine. ■



- 2** Avant-propos
- 3** Sommaire & remerciements
- 4-5** **Faire face à quoi ?**
Comprendre la diversité des violences faites aux femmes
- 6-7** **Acteurs du territoire :**
un regard local croisé sur les femmes face aux violences (interview)
- 8-9** **Les ressources sur le territoire**
- 10-11** **Parcours de résilience :**
témoignage d'une victime
- 12** **L'emprise et le contrôle coercitif**
- 13** **Le dispositif de pré-plainte**
- 14** **Harcèlement de rue :**
Umay : l'application qui sécurise les déplacements
Interview de la fondatrice : Pauline Vanderquand
- 15** **Atelier d'expression**
« J'aurais aimé que »

REMERCIEMENTS :

Les femmes ayant participé à l'atelier d'expression du SAMU Social, les bénéficiaires de France Victimes 60, Vivien Schaeffer (assistant de service social au commissariat de Beauvais), Vanessa Frère (juriste France Victimes 60), Pauline Vanderquand (fondatrice de UMay), la ville de Montfermeil pour l'inspiration ainsi que tous les autres acteurs engagés : commerçants, institutions, bénévoles et citoyens, qui œuvrent au quotidien sur le territoire pour agir contre les violences faites aux femmes.

CRÉDITS :

Magazine réalisé et mis en page : Centre hospitalier Simone-Veil de Beauvais, le CIDFF de l'Oise, France Victimes 60, le Samu Social ainsi que les agents de la ville de Beauvais et de la Communauté d'Agglomération du Beauvaisis.

Photos : Adobe stock **Illustration :** Fanny Vella (couverture, p.12 et 14),



Comprendre la diversité des violences faites aux femmes

Faire face à quoi ? À une réalité multiple, complexe, souvent invisible : celle des violences faites aux femmes, sous toutes leurs formes.

Chaque 25 novembre, la Journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes rappelle cette vérité dérangeante : partout, en France comme ailleurs, des femmes subissent encore des violences parce qu'elles sont des femmes. Derrière les chiffres alarmants, une diversité de situations, de contextes et de blessures qu'il est urgent de comprendre pour mieux les prévenir, les dénoncer et les faire reculer.

Les violences faites aux femmes prennent des formes multiples et touchent toutes les générations, tous les milieux, tous les territoires. Elles laissent des traces physiques, psychologiques, sociales, souvent invisibles, parfois irréversibles.

Des chiffres alarmants

140 victimes de féminicides ont été recensées en France en 2024 selon les données de DATAGOUV.

Chaque année en France, des centaines de milliers de femmes sont victimes de violences physiques, sexuelles, psychologiques et/ou verbales commises par leur conjoint ou ex-conjoint. On estime à environ 373 000 le nombre de femmes concernées en 2022. Les victimes de viols, tentatives de viol et/ou agressions sexuelles étaient, quant à elles, estimées à 230 000 en 2022 (source : Enquête de victimation «Vécu et ressenti en matière de sécurité» du SSMSI, réalisée en 2023)

Ces chiffres, déjà alarmants, ne représentent qu'une partie de la réalité.

« 140 victimes de féminicides ont été recensées en France en 2024 »

Une réalité invisible

D'abord, parce que ces données ne constituent que des estimations minimales. De nombreux faits de violences ne sont jamais signalés. Certaines femmes ne savent pas que ce qu'elles subissent constitue une violence punie par la loi, d'autres n'osent pas parler.

Ensuite, parce qu'il n'existe pas encore de statistiques précises pour l'ensemble des types de violences faites aux femmes et que certaines comme les violences économiques ou numériques restent difficiles à mesurer.

Une réalité plurielle

Lorsque l'on parle de violences faites aux femmes, on pense souvent spontanément aux violences conjugales. Pourtant, ces violences recouvrent une grande variété de situations et de contextes.

Elles peuvent être, entre autres, physiques, sexuelles, psychologiques, économiques, administratives, et s'exercer dans la sphère familiale, au sein du couple,



au travail, à l'école, dans le cadre du soin, d'une pratique sportive, dans l'espace public.

Elles comprennent également les mariages forcés, les mutilations sexuelles féminines, les crimes dits « d'honneur » ou encore la prostitution.

À celles-ci s'ajoutent d'autres formes de violences encore trop souvent banalisées : propos sexistes, cyberviolences, humiliations, contrôle des déplacements...

Des violences qui s'entremêlent

Ces violences concernent toutes les femmes, quels que soient leur



FOCUS

Les femmes en situation de handicap face aux violences

Les femmes en situation de handicap subissent les mêmes violences : physiques, sexuelles, psychologiques, économiques... Mais leur vulnérabilité les y expose davantage.

Les chiffres sont sans appel : 9 % des femmes en situation de handicap sont victimes de violences physiques et/ou sexuelles dans le ménage ou en dehors, contre 5,8 % pour les femmes sans handicap. Les femmes en situation de handicap sont deux fois plus nombreuses à avoir subi des violences sexuelles.

Leur parole est également plus souvent mise en doute voire ignorée.

Face à cette réalité, des dispositifs adaptés existent mais ils restent encore trop peu connus.

Le numéro d'urgence 114, accessible par SMS, visio ou chat, permet aux personnes sourdes ou malentendantes de signaler une situation de danger.

Le 3919 est accessible aux personnes sourdes et/ou malentendantes, il suffit, soit d'avoir téléchargé sur son smartphone l'application RogerVoice, soit de passer par le site internet de la FNSF www.solidaritefemmes.org et de cliquer sur l'icône Roger Voice, disponible dans le pied de page du site.

Faire face, c'est aussi former les professionnels à mieux repérer les signes de violence chez les femmes en situation de handicap, adapter les lieux, les outils, les pratiques. Et surtout, entendre leur parole, sans condition. ■

âge, leur origine, leur milieu social ou leur situation professionnelle. Elles peuvent survenir à tout moment de la vie et être commises par un partenaire, un inconnu, un collègue, un proche ou un professionnel.

Ces violences ne sont pas isolées. Elles s'entremêlent, se renforcent et enferment les femmes dans des situations de dépendance, de peur ou de silence.

Faire face, c'est reconnaître cette diversité, réagir à ces violences dès qu'elles s'expriment, même sous des formes « banales » ou quotidiennes. C'est aussi rappeler que des structures existent pour informer les femmes, les aider et les accompagner. ■

Un regard local croisé sur les femmes face aux violences

Elle est juriste, il est assistant social. Leurs chemins se croisent au commissariat de Beauvais, là où s'écrivent souvent les premières pages de la reconstruction.

Vanessa Frère et Vivien Schaeffer racontent leur mission commune : écouter, protéger, accompagner et ne jamais laisser une victime seule face à la violence.



Pouvez-vous présenter vos missions auprès des femmes victimes de violences ?

Vanessa Frère : Juriste à France Victimes 60, j'accompagne notamment les personnes victimes de violences. Nous proposons un lieu d'accueil, d'écoute et d'accompagnement pour leurs démarches juridiques, ainsi qu'un soutien psychologique pour celles et ceux qui ont besoin de parler. Certaines viennent simplement parce qu'elles réalisent que leur situation n'est pas normale sans forcément déposer plainte. Nous les aidons à identifier leurs besoins et à trouver les leviers pour en sortir.

Vivien Schaeffer : Assistant social au commissariat de Beauvais, j'accompagne les victimes avant, pendant et après le dépôt de plainte. Mon rôle est d'essayer de lever les freins que rencontre la personne et l'accompagner dans sa réinsertion finale.

Comment vos structures collaborent-elles ?

Vanessa Frère : France Victimes 60, dont le siège est au tribunal, a déployé plusieurs permanences délocalisées, en maisons de quartier, mairies, commissariats et hôpitaux, pour être au plus près des victimes. Avec Vivien, nous travaillons ensemble sur la permanence du commissariat de Beauvais.

Vivien Schaeffer : Face à plusieurs problématiques, nos approches sont complémentaires et se croisent sur un même objectif : entourer la personne au mieux avec nos deux fonctions réunies.

Avec qui travaillez-vous ?

Vivien Schaeffer : Nous collaborons avec un large réseau d'associations et d'institutions sur tout le département. Aucune structure ne peut tout gérer seule. Notre rôle est d'évaluer la situation, d'accompagner puis d'orienter vers les personnes adaptées.

Vanessa Frère : Le territoire beauvaisien bénéficie d'un réseau partenarial solide : logement, santé, ressources, alimentation... Cette coopération permet effectivement de ne pas être tout seul en tant que professionnel face à la situation.

Comment se déroule un accompagnement pluridisciplinaire ?

Vivien Schaeffer : Nous pouvons, par exemple, être sollicités par l'hôpital de Beauvais dans le cadre d'une pré-plainte. Dans ce cas, nous intervenons en parallèle de la police nationale : Vanessa prend en charge l'aspect juridique, tandis que je m'occupe des freins sociaux.

Vanessa Frère : Après la pré-plainte, l'audition et le rendez-vous avec le médecin légiste, il nous est apparu opportun de mettre en place des mesures de protection. Au niveau

juridique, France Victimes 60, mobilise au besoin les dispositifs de protection tels que le Téléphone Grave Danger, Le Bracelet Anti-Rapprochement, l'Ordonnance de Protection. La personne est ensuite mise à l'abri en sécurité.

Vivien Schaeffer : Les mises à l'abri ou hébergements d'urgence sont coordonnés par le 115, géré par l'ADARS (Association Départementale d'Accueil et de Réinsertion Sociale), partenaire fort dans l'accompagnement des personnes victimes.

Vanessa Frère : Mise à l'abri, la personne bénéficie également d'un suivi juridique et psychologique tout au long de la procédure judiciaire.

Un commissariat peut être intimidant. Quelle est la plus-value de votre présence ?

Vanessa Frère : Pour atténuer cette appréhension, un pôle dédié à l'accueil des victimes a été créé. Nous y travaillons en trio : Vivien, assistant social, une psychologue et moi-même, juriste. L'objectif est de rassurer et d'informer sur le déroulé de la procédure pénale.

Vivien Schaeffer : Nous savons qu'une personne victime de violences conjugales fait en moyenne sept allers-retours avant de quitter définitivement le domicile. Il est essentiel que l'accueil soit bienveillant dans un lieu qui peut paraître rude. Nous voulons qu'elle se sente la



bienvenue et sache que nos portes restent ouvertes.

Vanessa Frère : Les victimes arrivent dans ce lieu singulier, souvent après une crise, et donc avec tout l'émotionnel que cela suscite. La plainte suppose de se concentrer sur des éléments purement objectifs et factuels, ne laissant pas de place à cet émotionnel. Notre rôle à nous est d'accueillir ces personnes telles qu'elles se présentent et de recevoir tout cela.

Vivien Schaeffer : Intervenir avant, pendant et après la plainte est essentiel. Pendant l'audition, qui dure parfois 3 ou 4 heures, nous offrons un temps de pause pour souffler, digérer l'information et l'aider à faire face au fait qu'elle raconte des événements traumatiques.

Vanessa Frère : En fin d'audition, nous veillons à ce que la victime reparte apaisée. Elle vient de traverser un moment éprouvant ; il faut anticiper cet « après » pour que la sortie ne soit pas un nouveau choc et que la victime ait pu se livrer sur son état émotionnel.

Quelles évolutions avez-vous constatées ces dernières années ?

Vanessa Frère : Le changement majeur, c'est l'opportunité pour la justice d'engager une procédure sans dépôt de plainte de la victime. Cela reconnaît la difficulté de franchir cette étape pour certaines victimes et enlève la culpabilité qui pèse sur elle.

Vivien Schaeffer : On observe aussi une prise de conscience collective de la gravité des violences conjugales. Le Grenelle des violences conjugales, lancé en septembre 2019, a marqué un tournant. La formation et la sensibilisation des forces de l'ordre et des professionnels du secteur Médico-social sont désormais au cœur des priorités.

Quels types de professionnels ont été formés ?

Vanessa Frère : Les soignants du Centre Hospitalier de Beauvais, les services de police et de gendarmerie ont été formés et sensibilisés à l'accueil et à l'écoute des victimes, et à la gestion des émotions pendant l'audition.

Vivien Schaeffer : Des actions de sensibilisation sont aussi menées avec la Ville et d'autres partenaires, comme le barreau des avocats de Beauvais ou l'Agglomération du Beauvaisis. Nous intervenons régulièrement dans les lycées et les universités, avec des outils pédagogiques et des expositions pour parler d'égalité, de consentement et de respect.

Vanessa Frère : Nous participons également à des temps forts, comme la Journée internationale du 25 novembre. Ces mobilisations collectives permettent de toucher un large public et de renforcer la prévention.

Comment les dispositifs locaux soutiennent-ils votre action ?

Vanessa Frère : Ces dispositifs sont importants, car les victimes peuvent se sentir perdues ou dépassées. Travailler ensemble est une vraie force : quand nos interventions sont coordonnées et que des solutions concrètes émergent, cela aide à lever les freins et à libérer la parole.

Vivien Schaeffer : C'est le cœur de nos métiers : accueillir la victime avec bienveillance, l'informer et l'accompagner pour qu'elle puisse agir en connaissance de ses droits et des aides disponibles.

Vanessa Frère : On voit aussi davantage de proches solliciter les professionnels, parce qu'ils ont vu ou entendu quelque chose. Ces personnes sont parfois démunies. Notre rôle est aussi de les guider et

de les sensibiliser. Le but, c'est qu'un jour, chaque citoyen sache comment réagir et vers qui orienter une victime.

Vivien Schaeffer : L'important c'est qu'une personne victime trouve un interlocuteur à qui se confier et que les violences soient dénoncées.

Auriez-vous un message à adresser aux victimes ?

Vanessa Frère : Elles ne sont pas seules, même si elles peuvent se sentir isolées. Il existe des structures et des personnes vers qui se tourner. On leur demande beaucoup, mais, au bout du chemin, il y a leur autonomie et la sécurité et cela n'a pas de prix. Et notre mission, notre objectif profond, en tant que professionnel, est de les aider à récupérer leur liberté !

Vivien Schaeffer : Le plus difficile reste toujours le premier pas, la première porte à pousser.

Vanessa Frère : Nous accueillons sans condition ni jugement. Certaines repartent, d'autres reviennent, parce que c'est difficile. Chaque cheminement est unique. Avec parfois des allers-retours. Notre rôle est de les accompagner à leur rythme et de les aider à avancer et à prendre conscience des choses. ■

En conclusion ?

Vanessa Frère : Il reste beaucoup à faire en matière de prévention. Contrairement à ce qu'on pense, la violence au sein du couple n'est pas, ne relève pas de l'intimité du couple. Elle nous concerne tous : chacun peut et doit agir à son niveau.

Vivien Schaeffer : Beaucoup comptent sur leurs proches pour briser le silence. Nous avons tous un rôle à jouer, citoyens comme professionnels. Renforcer les liens entre acteurs du territoire, c'est aussi renforcer la protection des victimes.

Vanessa Frère : Que vous soyez victime ou proche, en sollicitant un professionnel vous exprimez un besoin d'écoute et de confiance. À nous d'être à la hauteur ! ■

LES NUMÉROS EN CAS D'URGENCE

LES NUMÉROS D'URGENCE PERMETTENT DE JOINDRE
GRATUITEMENT LES SECOURS 24H/24-7J/7



 **15**

SAMU

LE SERVICE D'AIDE
MÉDICALE URGENTE

Pour obtenir l'intervention d'une
équipe médicale lors d'une
situation de détresse vitale ou pour
être dirigé vers un organisme de
permanence de soins.

 **17**

POLICE GENDARMERIE

Pour solliciter l'intervention de la
police nationale, en cas d'urgence
ou d'infraction.

 **18**

SAPEURS- POMPIERS

Pour signaler une situation de péril
ou un accident concernant des
biens ou des personnes et obtenir
une intervention rapide.
SDIS Beauvais

 **112**

NUMÉRO D'APPEL D'URGENCE EUROPÉEN

Si vous êtes victime ou témoin d'un
accident dans un pays de l'Union
Européenne.

 **114**

NUMÉRO D'URGENCE POUR LES PERSONNES SOURDES ET MALENTENDANTES

Si vous êtes victime ou témoin
d'une situation d'urgence qui
nécessite l'intervention des
services de secours.
Numéro accessible par fax et SMS

 **115**

HÉBERGEMENT D'URGENCE

Écoute, orientation et
accompagnement des personnes
sans abri vers un hébergement
d'urgence ou un service adapté.
Numéro national d'urgence sociale
(appel gratuit 24h/24, 7j/7)

LES NUMÉROS D'ÉCOUTE ET D'INFORMATIONS NATIONAUX

 **119**

ALLO ENFANCE MALTRAITÉE

Pour les enfants confrontés à une
situation de risque et de danger,
pour eux-mêmes ou pour un autre
enfant. Pour les adultes confrontés
ou préoccupés par une situation
d'enfant en danger ou en risque de
l'être. Site : allo119.gouv.fr

 **3919**

VIOLENCES FEMMES ET HOMMES

Pour les femmes et les hommes
victimes de violences conjugales,
sexuelles, psychologiques,
mariages forcés, mutilations
sexuelles, harcèlement...

 **08 019 019 11**

PERMANENCE TÉLÉPHONIQUE POUR LES AUTEURS DE VIOLENCES CONJUGALES

Pour ne pas commettre
l'irréparable, pour ne pas
s'enfermer dans la violence dans
les moments particulièrement
difficiles.

LES NUMÉROS ET RESSOURCES LOCALES

 **0800 850 850**
POLICE 24H/24 • 7J/7
**MUNICIPALE
DE BEAUVAIS**

Pour signaler une situation troublant le bon ordre, la tranquillité, la salubrité ou la sécurité publique.
6 Rue de Buzanval, 60000 Beauvais

 **03 44 11 21 21**
**CENTRE
HOSPITALIER
DE BEAUVAIS**

Accueil - Urgences - Service social
40 Avenue Léon Blum,
60000 Beauvais
Site : ch-beauvais.fr

 **07 68 31 16 26**
**CIDFF
DE L'OISE**

Accueil, information accès aux droits et accompagnement des victimes de violences
Maison des Associations Harmonie,
25 Rue Maurice Segonds,
60000 Beauvais
contact@cidff60.com
Site : oise.cidff.info

 **03 44 06 60 60**
**CONSEIL
DÉPARTEMENTAL
DE L'OISE**

Accompagnement social, éducatif, accès aux droits, protection maternelle et infantile (PMI)
60000 Beauvais
Site : oise.fr

 **03 44 89 80 21**
06 61 87 85 37
**ASSISTANT DE
SERVICE SOCIAL AU
COMMISSARIAT DE
POLICE DE BEAUVAIS**

Accueil, aide aux victimes, accompagnement social
Commissariat de Police, 135 Rue des Déportés, 60000 Beauvais
vschaeffer@beauvais.fr

 **03 44 06 78 78**
**FRANCE
VICTIMES 60**

Aide aux victimes d'infractions pénales, information juridique et/ou soutien psychologique
Palais de Justice, 20 Boulevard Saint-Jean, 60000 Beauvais
francevictimes60@orange.fr
Site : francevictimes60.fr

 **06 71 87 65 87**
**PSYCHOLOGUE AU
COMMISSARIAT**

Accueil, aide aux victimes, soutien psychologique
Commissariat de Police, 135 Rue des Déportés, 60000 Beauvais
nahia.amand@interieur.gouv.fr

 **09 83 94 91 44**
**ENTR'ELLES
BEAUVAIS**

Accueil de jour pour les femmes victimes de violences conjugales



Rendez-vous sur **beauvaisis.fr**
pour retrouver l'ensemble des ressources locales.

« Ce sont mes enfants qui m'ont sauvée ! »



Suivie par l'association France Victimes 60, Sophie a accepté de raconter son histoire. Celle d'une femme mariée trop tôt, enfermée pendant des années dans la peur, la violence et l'isolement. Aujourd'hui, elle témoigne pour que d'autres sachent qu'il est possible de s'en sortir, même quand tout semble perdu.

Je m'appelle Sophie (*), je suis née le 18 septembre 1984. J'ai été mariée le 18 septembre 2007.

Le jour de mon anniversaire. Ce jour-là, je peux dire que je le déteste.

J'ai commencé à travailler très jeune. Cet aspect de mon père était bien, parce qu'il nous a fait travailler très jeunes ; j'ai payé mon permis. Puis, après mon bac, mon père m'a fait arrêter l'école et il m'a fait arrêter de travailler : il fallait que je reste pour aider ma mère.

Et puis, ils ont organisé tout le mariage. Moi, j'étais au courant de rien. Ils avaient déjà pris rendez-vous chez le notaire pour aller signer les documents. J'ai dû signer. Ils ont fait la fête, et moi, j'ai passé trois jours à pleurer. Ma famille m'a dit : « Arrête de pleurer, si tu veux pas de lui, personne ne voudra de toi, t'es nulle, tu sers à

rien. » Mon futur mari, je l'ai supplié, je lui ai dit : « Je t'aime pas, tu vas être malheureux avec moi. » C'était le seul qui pouvait changer la situation, mais il a rien voulu savoir.

J'ai déjà voulu porter plainte quand j'étais enceinte de ma première fille ; ils ont juste pris une main courante et nous ont envoyés chez le médiateur.

À partir de ce jour-là, les violences se sont aggravées. Quand il partait travailler, régulièrement il m'enfermait. Il partait avec les clés de l'appartement. Même pour acheter une baguette, je ne pouvais pas sortir. Il avait un tel vice qu'il relevait le kilométrage de la voiture, toutes les semaines. Il notait, puis il allait voir mes parents pour dire : « Elle a fait tant de kilomètres, elle fait quoi dehors ? ».

Il était tout le temps à me surveiller. Je ne pouvais pas parler à personne. Les rares amies que j'avais, il faisait en sorte que je m'éloigne d'elles. Il y avait tout le temps quelque chose. Les dernières années, c'était pire. J'aurais dû réagir avant, mais ma famille ne m'a pas soutenue. Ma sœur ne voulait rien savoir. J'aurais dû partir avant.

Et puis, je n'avais pas de situation, pas d'argent, car je ne travaillais pas. Les copines, elles, auraient pu me loger trois jours, mais après j'aurais fait quoi avec les enfants ? Je ne voulais pas aller en foyer, parce qu'apparemment, ils séparent les enfants de leur mère.

Et si je portais plainte, il aurait fallu parler de mes parents, qui ne m'ont pas protégée. Mais je ne voulais pas leur créer de problèmes.

Ce sont les enfants qui m'ont fait

tenir. Dès que j'ai eu ma première fille, je m'occupais tout le temps d'elle. Parfois, il me le reprochait, parce que je ne dormais pas avec lui, mais avec ma fille. Lui, il ne s'occupait pas du tout des enfants. Je les désirais, mes enfants, donc ça m'a énormément aidée à tenir. Et puis, j'avais aussi le prétexte des enfants pour pouvoir sortir. Il m'arrivait de noter des rendez-vous chez le médecin, je parlais avec le carnet de santé, mais en fait, je n'avais pas de rendez-vous : c'était juste pour sortir au parc avec les enfants.

Combien de fois, j'ai été faire les courses avec lui... Il retirait les courses du caddie, il disait : « Ça, non. Pas de Coca. Pas de ça. » Alors que c'était moi qui payais. Il faisait ça devant tout le monde, à la caisse. [...]

« Il me tapait dans mon sommeil. »

Même en dormant, il me tapait dans mon sommeil. Je lui disais : « Mais pourquoi tu fais ça ? » Il me disait : « Parce que j'ai fait un mauvais rêve ».

Qui fait ça ? Les coups ça fait mal, mais ce qui m'a le plus fait souffrir ce sont ses paroles, les menaces permanentes : « Je vais te tuer ! ». J'avais toujours une épée de Damoclès, je me disais qu'un jour il allait vraiment passer à l'acte. Je vivais toujours dans la peur, jamais tranquille.

Pour aller se laver, aller aux toilettes, on était toujours obligés de demander. Même quand il n'était pas là, il fallait l'appeler pour aller se laver. Pour le repas, c'était pareil : si on mange sans lui, il nous insulte. Et si on l'attend pour manger, il passe le repas à nous rabaisser. On peut pas parler, il n'y a que lui qui peut parler. À

(*) Prénom modifié.

mes enfants, il disait : « *Le fils d'untel il est mieux que toi.* » Il y avait toujours quelque chose. Donc les repas se finissaient toujours dans les pleurs. On voulait quitter la table parce qu'on avait perdu l'appétit. Et bien non, il nous forçait à rester.

Je ne lui répondais jamais, même s'il m'insultait

La télé, c'est pareil, on pouvait pas regarder ce qu'on voulait. Il venait, il éteignait la télé et me disait : « *Viens te coucher.* » Et puis, le soir, il me forçait à venir dormir avec lui, comme si j'étais sa chose. Et je pensais : « *Tu m'as fait du mal une heure avant et tu veux que je dorme avec toi ?* ». Si je ne me laissais pas faire, je savais que ça allait être pire le lendemain. Alors je me laissais faire, parce que je ne voulais pas que les enfants vivent tout le temps dans les cris et les disputes.

Je ne lui répondais jamais, même s'il m'insultait. On subissait, j'essayais d'oublier avec les enfants.

Ce sont mes enfants qui m'ont sauvée. Moi, je n'aurais pas eu le courage. Il le savait et me provoquait. Un soir, il m'a menacée avec un couteau, il m'a tapée et ce sont mes enfants qui ont appelé les secours. Quand la Gendarmerie est arrivée, il a voulu sauter par la fenêtre. Je l'ai rattrapé. Il nous a insultés.

Après l'intervention de la Gendarmerie, c'était un soulagement, mais je ne savais pas comment ça allait se passer. Et puis, j'ai eu des menaces : de la famille, de ses amis, de leurs femmes. Ils disaient : « *Tu l'as envoyé en prison, ça ne se fait pas, le pauvre !* » Et moi ? Qui a pensé à ma situation ? Je leur ai dit : « *Il s'est envoyé lui-même en prison.* »

Maintenant qu'il est parti, tout a changé. La réponse de la Justice a été une renaissance. Mais j'ai toujours des réflexes, comme s'il allait revenir d'une minute à l'autre : « *Les enfants, faites vite avant que votre père arrive !* », « *Fermez les volets avant qu'il rentre !* » Ou encore, il y a quinze jours, j'ai rangé ses affaires dans le placard.

Avant, mon fils était très agité à l'école. Maintenant, ça va beaucoup mieux. Il leur interdisait de faire du sport. Ça n'a rien à voir : c'est le jour et la nuit.

On n'avait pas le droit de mettre la musique. Maintenant, tous les samedis, on met la musique, on danse. Mes enfants sont incroyables. On ne chuchote plus. Avant, même parler, on ne pouvait pas.

Pour la première fois de ma vie, cet été, je suis partie en vacances. Il ne me laissait pas sortir. C'était riche en émotions ! J'avais réservé un camping, à côté de Bordeaux. On est arrivés sains et saufs : je n'avais jamais conduit aussi loin. J'avais peur qu'il m'arrive des galères, mais tout s'est bien passé. Les enfants passaient la journée à la piscine, c'était top ! Je suis restée dans la cuisine, dans le mobil-home, mais c'était bien : je voulais tout le temps faire à manger pour eux. J'ai encore du mal à me faire plaisir, je fais passer mes enfants avant moi,

parce qu'ils ont beaucoup subi.

Je pleure moins, avant je pleurais tout le temps.

Je remercie les professionnels qui m'ont accompagnée : la Gendarmerie, l'assistance sociale, France Victimes 60.

Pour l'avenir, j'ai plein de projets. Déjà, j'espère retravailler. Mais tant que je ne suis pas divorcée, c'est difficile de débiter mes projets, de m'engager. Je veux rencontrer des gens, vivre normalement.

Mais j'ai encore beaucoup d'inquiétudes, car il va bientôt sortir de détention. Il a fait appel du jugement. Il va peut-être récupérer l'autorité parentale. Et puis, j'ai la pression de ses amis, de sa famille : ils me demandent de lui laisser le logement. Ce n'est pas possible, c'est hors de question. C'est confus dans ma tête. Il y a trop de choses que j'ai laissées passer pour que, cette fois, je me laisse faire.

Je ne savais pas que je pouvais demander de l'aide

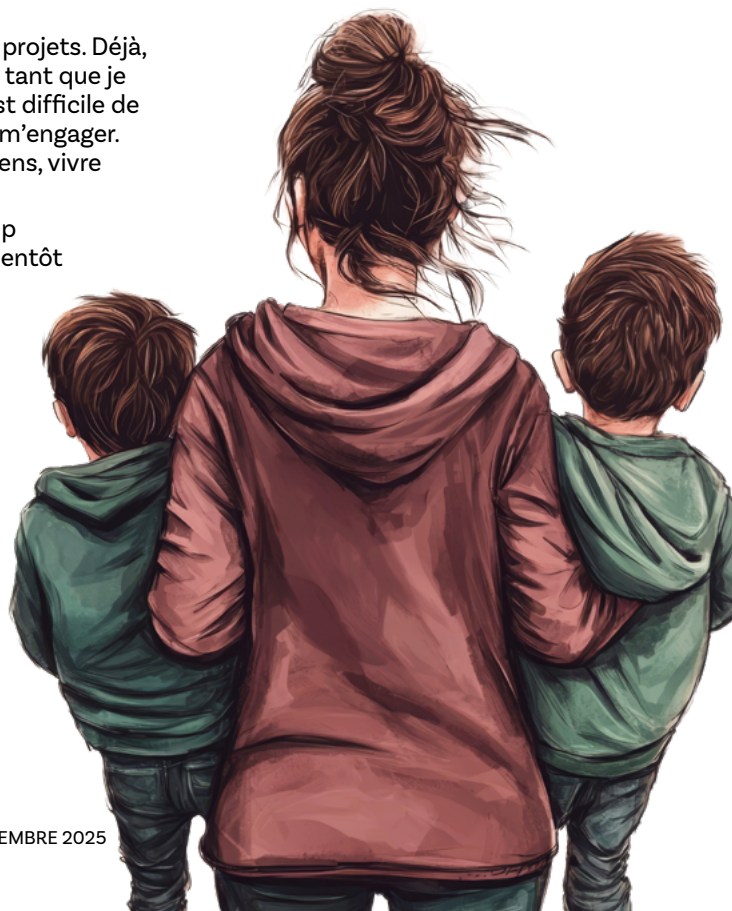
Si je devais donner un conseil, c'est de ne pas laisser passer la première violence, qu'elle soit physique ou verbale. J'ai trop cherché à lui trouver des excuses, à comprendre, j'aurais dû partir avant.

J'attendais que quelqu'un fasse quelque chose à ma place, qu'un voisin appelle la police, mais personne n'a osé le faire. Même anonymement.

Mon caractère a changé, avec les épreuves on apprend. Mais maintenant, je ne peux plus faire confiance aux hommes, c'est fini.

Je n'avais pas connaissance de l'ensemble des professionnels qui peuvent accompagner les victimes. Pourtant, une fois, je suis allée voir une assistante sociale. Elle m'a dit : « *On ne peut rien faire pour vous, il faut appeler le 115 (hébergement d'urgence).* » Je me suis dit à l'époque : « *À quoi bon ? Ça ne sert à rien, la Gendarmerie ne va pas venir.* » Je ne savais pas que je pouvais demander de l'aide.

Je répète, ce sont mes enfants qui m'ont sauvée. ■





Comprendre une violence invisible

Souvent invisibles, les violences psychologiques et les mécanismes d'emprise enferment les victimes dans une dépendance qui dépasse la peur. Sous des gestes anodins, des phrases quotidiennes, se cache un véritable système de domination : le contrôle coercitif. Comprendre ces dynamiques, c'est déjà commencer à les briser.

« À sa place, je serais déjà parti(e). » Cette phrase, souvent entendue lorsque l'on évoque une situation de violences conjugales, exprime une incompréhension, parfois un jugement, mais traduit surtout un manque de connaissance des mécanismes en jeu.

Quitter un conjoint violent n'est souvent ni simple ni immédiat. De nombreuses femmes restent et ce, quels que soient leur âge, leur milieu social ou leur culture. C'est le résultat d'une spirale de peur, de dépendance, de perte de repères. C'est cette spirale lente et insidieuse, que l'on appelle l'emprise.

L'emprise : une spirale lente et invisible

L'emprise est un mécanisme psychologique qui crée chez la victime une dépendance affective, émotionnelle, psychologique, matérielle et économique envers l'auteur de violences. C'est un processus de domination qui s'installe progressivement. La victime pense qu'elle ne peut pas exister sans l'auteur des violences. Elle se sent incapable et dévalorisée. Elle agit au quotidien en fonction de l'auteur, car il devient son seul repère.

La notion d'emprise centre son regard sur la victime, mais qu'en est-il de l'auteur ? Depuis plusieurs années une nouvelle notion tend à s'imposer : le contrôle coercitif. Cette notion vise à changer de perspective : ne pas se demander pourquoi une femme ne part pas, mais bien ce que

l'auteur des violences met en place pour l'empêcher de partir.

Un contrôle quotidien, fait de micro-régulations

Le contrôle coercitif se manifeste comme une succession de micro-régulations quotidiennes, un conditionnement insidieux et progressif qui prive la victime de ses droits, de son autonomie, de ses liens sociaux. Le but de l'auteur est d'établir et de maintenir une domination. Le conjoint violent impose une régulation constante du quotidien : temps passé sous la douche, droit des enfants à entrer dans une pièce, interdiction de rire ou de pleurer. Il isole la victime de ses amis et de sa famille. Puis, il émet des critiques constantes que ce soit sur ses tenues vestimentaires, sa façon de cuisiner ou de s'occuper des enfants. Il exprime de la jalousie et de la possessivité extrême : appels incessants, localisation demandée, inspection du téléphone. Il humilie la personne de façon répétée devant témoin, la rabaisse, contrôle ses finances, son emploi du temps, ses heures de sortie.

Ces actes, d'abord perçus comme anodins, finissent par constituer un véritable système de domination.

Le rôle décisif de l'entourage

Il est souvent difficile pour une victime de réaliser qu'elle subit un

contrôle. Son entourage peut alors jouer un rôle essentiel pour susciter une prise de conscience, ouvrir une brèche dans l'emprise.

Il doit d'ailleurs rester un point d'ancrage, même si la victime semble s'éloigner. Il ne faut pas brusquer, ni accuser, ni couper la relation. Il faut au contraire préserver le lien de confiance, échanger, poser des questions sans jugement :

« Ah bon, tu ne peux pas sortir ce soir ? Il a dit non ? »

« Tu n'as pas de carte bancaire à ton nom ? Comment fais-tu en cas d'urgence ? »

« Tu m'as dit que tu ne parlais plus à ta sœur... Que s'est-il passé ? »

Ces questions peuvent ouvrir une réflexion, un espace pour penser autrement. L'important est de parler avec bienveillance et d'être prêt à écouter même si la réponse est "Non, tout va bien".

Faire face au contrôle coercitif, c'est aussi rappeler à la victime qu'elle a de la valeur, qu'elle mérite le respect, et qu'il existe des ressources pour l'aider si elle en ressent le besoin. C'est refuser la banalisation, tout en respectant son rythme.

Repérer les signes, poser des questions simples, exprimer un soutien sincère, orienter vers des professionnels... cela peut sembler peu, mais pour la personne concernée, cela peut tout changer. ■

Un premier acte pour se protéger

À l'hôpital Simone-Veil de Beauvais, un dispositif de pré-plainte simplifiée permet aux victimes de violences conjugales ou intrafamiliales de signaler les faits dès leur passage aux urgences ou en consultation. Ce protocole vise à faciliter la prise de parole, amorcer un accompagnement rapide et engager, si nécessaire, une procédure judiciaire dans un cadre sécurisé et bienveillant.

Le dépôt de plainte est souvent une étape difficile à franchir pour les victimes de violences. Au Centre Hospitalier Simone-Veil de Beauvais, un dispositif de pré-plainte simplifiée permet aux victimes de violences conjugales et intrafamiliales de faire entendre leur voix dès leur passage à l'hôpital et d'entamer un processus de protection et d'accompagnement dans un cadre sécurisé et bienveillant.

Révéler les faits

En France en 2023, 119 personnes ont été tuées par leur partenaire ou ex-conjoint. Or, moins d'un tiers d'entre elles avaient déposé plainte avant leur décès. Ce silence tragique s'explique par la peur, l'isolement, la honte ou l'emprise. Le protocole de pré-plainte simplifiée mis en place au Centre Hospitalier en collaboration avec le Parquet de Beauvais, la Police Nationale et la Gendarmerie, aide à briser le silence. Il offre aux victimes un premier espace pour parler et amorcer les démarches, sans avoir à franchir immédiatement la porte d'un commissariat.

Ce dispositif vise toutes les formes de violences : physiques, psychologiques, économiques, administratives ou sexuelles.

Pour bénéficier du dispositif, n'importe quel membre de l'équipe soignante peut être le point d'entrée : aide-soignant, infirmier, cadre de santé, médecin...

Un accompagnement bienveillant et concerté

La pré-plainte simplifiée est une déclaration écrite rédigée avec l'aide d'un soignant ou d'un assistant social si besoin qui permet de faciliter la révélation des faits par la victime à l'occasion de sa visite à l'hôpital. Elle est ensuite transmise aux forces

de l'ordre et/ou au procureur de la République, qui évalue la situation et décide des suites à donner. En fonction de la gravité des faits, une enquête ou des mesures de protection peuvent être engagées rapidement.

Les forces de l'ordre peuvent entendre la victime au sein de l'hôpital, si besoin, dans un espace confidentiel dédié.

Ce dispositif s'inscrit dans un parcours global de protection. Un certificat médical peut être délivré en cas de violences physiques au même moment, évaluant l'ITT (Incapacité Totale de Travail), un document souvent indispensable en cas de procédure judiciaire.

Les victimes peuvent, selon leurs besoins, bénéficier d'un soutien psychologique, d'une prise en charge par le service social de l'hôpital, d'une orientation vers un hébergement d'urgence ou encore d'un accompagnement juridique proposé par l'association France Victimes 60.

Le Centre Hospitalier a également mis en place HESTIA, un dispositif confidentiel pour accompagner les professionnels de santé de l'hôpital victimes de violences intrafamiliales.

Oser parler, c'est déjà reprendre une part de pouvoir sur sa situation. Il y aura toujours au sein de l'hôpital une oreille attentive pour écouter, conseiller et rassurer. ■

Entretien avec Pauline Vanderquand, fondatrice de U MAY



Parce que la peur ne devrait jamais dicter nos trajets, une application gratuite a été créée pour sécuriser les déplacements et faciliter le recours à l'aide en cas de harcèlement ou d'agression.

Sa fondatrice, Pauline Vanderquand, revient sur la genèse du projet et l'engagement du territoire.

Qu'est-ce que U MAY et comment fonctionne l'application ?

Pauline Vanderquand : U MAY est une application mobile gratuite qui permet de sécuriser ses déplacements et de lutter contre les violences sexistes et sexuelles.

Elle propose le partage de trajet en temps réel avec ses proches, un accès à des Safe Places – commerces formés à accueillir les victimes – et un système de signalement, pour les victimes comme pour les témoins. Chaque alerte est prise en compte par notre assistance via un tchat disponible 24h/24 et 7j/7.

Comment est née l'idée de créer U MAY ?

P. V. : L'idée m'est venue après avoir été victime d'un harcèlement de rue, en sortant du travail. J'ai demandé de l'aide à un vigile qui m'a répondu : « Si vous ne rentrez pas consommer dans notre établissement, ce qui se passe dans la rue, ça reste dans la rue. » À partir de là, j'ai voulu créer une application référençant les commerçants prêts à aider toute personne en situation de danger.

Si vous deviez résumer l'idée d'UMAY en trois valeurs, lesquelles retiendriez-vous ?

P. V. : Trois valeurs fondent U MAY : la solidarité, la citoyenneté et la bienveillance.

UMAY repose sur un réseau de Safe places, dont certaines sont implantées à Beauvais. Quel rôle jouent ces lieux partenaires ?

P. V. : À Beauvais, 38 Safe Places participent déjà à l'application. Ces partenaires offrent de véritables sas de sécurité où l'on peut demander de l'aide en cas de harcèlement ou de danger dans la rue.

Formés à un premier niveau d'accueil des victimes de violences sexistes et sexuelles, ils assurent une écoute bienveillante et apportent un temps de répit à toutes celles et ceux qui en ont besoin.

Quelles sont vos perspectives de développement pour U MAY et, plus largement, vos projets autour de la lutte contre les violences sexistes et sexuelles ?

P. V. : Chez U MAY, notre ambition est d'être présents dans toutes les villes, petites ou grandes, pour que chacun et chacune puisse trouver un lieu refuge et accéder à notre tchat d'écoute.

Au-delà de l'application mobile, nous menons de nombreuses actions de sensibilisation : stands auprès des lycéens et collégiens, interventions dans les villes, outils pédagogiques sur le consentement, le harcèlement, le cyberharcèlement ou encore les violences sexistes et sexuelles.

Nous proposons aussi des formats ludiques comme des escape games ou des supports écrits (flyers, outils d'information) pour diffuser ces messages.

Notre objectif : que la lutte contre les violences devienne une évidence, intégrée dans la vie de chaque territoire.

Quel message souhaitez-vous adresser à celles et ceux qui veulent agir contre le harcèlement de rue et les violences sexistes et sexuelles ?

P. V. : Le plus important, c'est de ne plus se taire.

Il faut oser parler, que l'on soit victime ou témoin, et ne plus avoir peur de s'entraider. Apprenons à nous écouter, à nous tendre la main, à agir ensemble. Des associations existent partout, y compris à Beauvais. Alors, si vous souhaitez vous engager, allez à leur rencontre et voyez comment agir à leurs côtés, concrètement. ■

U MAY une application pour se déplacer en sécurité

Disponible sur iOS et Android, U MAY propose des fonctionnalités essentielles :

- Partage de trajet en temps réel avec ses proches ;
- Alerte SOS avec géolocalisation ;
- Annuaire de lieux-refuges (commerces labellisés, commissariats) ;
- Signalements anonymes d'incidents.

Plus de 38 commerces beauvaisiens sont déjà partenaires et formés à accueillir les victimes. ■

Téléchargez
l'application dès
maintenant pour
vous déplacer en
toute sérénité.



Elles prennent la plume...

En septembre, des femmes reçues à l'accueil de jour Entr'Elles de Beauvais, accompagnées par le Samu social, ont pris la plume.

À travers l'atelier d'expression « J'aurais aimé que », elles ont mis en mots l'indicible : la peur, la honte, le silence... puis la reconnaissance envers celles et ceux qui les ont aidées à se relever.

Leurs textes, intenses et sincères, racontent le chemin d'une reconstruction, entre douleur, lucidité et espoir.

Pour faire Face

J'aurais voulu pouvoir crier ma souffrance au lieu de l'enfourer au plus profond de moi.

J'aurais aimé oser exister, ne plus être ce caméléon qui se fond.

J'aurais aimé stopper ce questionnement infernal : partir - rester / crier - se taire / exister - disparaître / s'imposer - s'isoler / résister - se cacher / douter... toujours douter.

Que pour Faire face

J'aurais aimé que le gouvernement de mon pays aide les femmes victimes de violences, pour ne pas avoir à partir.

J'aurais eu besoin que vous me laissiez un temps de repos et que vous entendiez mon épuisement plutôt que de me pousser à me reconstruire comme si rien ne s'était passé.

OUI, on a fait face

Cher gendarme, je vous remercie de m'avoir fait prendre conscience que cela ne pouvait plus durer.

Chère voisine du dessus, je vous remercie de m'avoir ouvert votre porte quand la violence a été de trop.

Cher cœur, merci à toi de m'avoir donné ma place en ton sein, pour que jaillisse le son de ma voix jusqu'ici silencieuse.

Cher ami et chère assistante sociale, je vous remercie pour ce lieu refuge que vous m'avez donné quand l'accompagnement de ma famille est devenu impossible.

Cher moi, merci d'avoir su sentir que c'était LE moment de solliciter mes forces pour m'envoler vers ma liberté.

...Vous dire Merci

Oui, la violence ça enferme, mais heureusement il y a des oreilles qui entendent nos SOS.

Oui, la violence ça immobilise, mais heureusement il y a des mains qui se tendent.

Oui, la violence c'est lourd à porter, mais heureusement il y a des lieux pour partager ce poids.

Oui, la violence ça isole mais heureusement nos histoires qui se ressemblent nous rassemblent.

Oui la violence ça muselle mais heureusement notre voix peut être écoutée, entendue, reçue.

Il ne faut pas que cela arrive à nos filles ni à nos garçons. Nous voulons construire une nouvelle génération respectueuse. Il est temps que ça s'arrête.

Intégralité de l'atelier à retrouver sur beauvaisis.fr



Lutter contre les violences faites aux jeunes femmes

Le violentomètre

Le consentement, c'est quoi ? C'est le fait de donner son accord de manière consciente, libre et explicite à un moment donné pour une situation précise. Tu peux revenir sur ce choix quand tu le souhaites et selon les raisons qui te sont propres. Tu n'as pas à te justifier ou subir des pressions.



Le Tchat de En avant toute(s)



Quinzaine de l'Égalité

Pour la promotion de l'égalité et la lutte contre les discriminations

DU 1^{er} AU 15 MARS 2026



**OBSERVATOIRE
BEAUVAISIEN**
DES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES
ET DE L'ÉGALITÉ



Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts	Contrôle tes sorties, habits, maquillage	Menace de se suicider à cause de toi
Accepte tes amies, amis et ta famille	Fouille tes textos, mails, applis	Menace de diffuser des photos intimes de toi
A confiance en toi	Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes	Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
Est content quand tu te sens épanouie	T'isole de ta famille et de tes proches	Te touche les parties intimes sans ton consentement
Saisure de ton accord pour ce que vous faites ensemble	T'oblige à regarder des films pornos	T'oblige à avoir des relations sexuelles
Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose	T'humilie et te traite de folle quand tu lui fais des reproches	Te menace avec une arme
Rebaisse tes opinions et tes projets	"Pète les plombes" lorsque quelque chose lui déplaît	
Se moque de toi en public	Menace de se suicider à cause de toi	
Est jaloux et possessif en permanence	Menace de diffuser des photos intimes de toi	
Te manipule	Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe	
	Te touche les parties intimes sans ton consentement	
	T'oblige à avoir des relations sexuelles	
	Te menace avec une arme	
PROFITE Ta relation est saine quand il...	VIGILANCE, DIS STOP ! Il y a de la violence quand il...	PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE Tu es en danger quand il...