

LES ÉCHOS DE L'AOcVF

Juin et novembre 2016

RENCONTRES DE FORMATION ET CONCERTATION

Compte rendu des rencontres des intervenantes francophones en agression à caractère sexuel (7, 8 et 9 juin 2016) et en violence conjugale (15, 16 et 17 novembre 2016).

LES FEMMES ÂNÉES

Ateliers animés par Thérèse Kitène, intervenante au Centre Novas et Suzanne Cloutier, intervenante au SFC Ottawa, Kim Dubé, responsable de la campagne Traçons-les-limites à l'AOcVF et Karine Denis, superviseure au Centre Passerelle de Timmins.

Femmes âgées et agression à caractère sexuel

Plusieurs mythes entourent les victimes d'agressions à caractère sexuel et les femmes âgées n'y échappent pas.

Si la parole des victimes est souvent mise en doute, cela est encore plus vrai lorsqu'il s'agit d'une femme âgée qui dénonce une agression à caractère sexuel. Sous prétexte qu'elles peuvent être confuses, qu'elles ne sont plus attirantes sexuellement ou que les femmes plus âgées ne peuvent avoir de vie sexuelle, leur crédibilité est souvent mise à rude épreuve.

De plus, plusieurs d'entre elles ont vieilli avec les impacts physiques et mentaux d'agressions à caractère sexuel qui ont eu lieu dans le passé.

Les femmes âgées victimes d'agression à caractère sexuel ont des particularités.

Par exemple, elles ont souvent connu le deuil ou la maladie, elles peuvent avoir des préjugés bien ancrés, elles perçoivent souvent qu'elles ont moins de valeurs, elles sont plus dépendantes de la famille, des amis, des services, etc. Tout cela les rend encore plus



vulnérables.

De plus, les femmes âgées ont souvent été exposées à des croyances particulières liées aux valeurs de l'époque dans laquelle elles ont grandi et évolué.

Ces croyances sont souvent devenues des mythes endossés par la société.

Par exemple, la sexualité avant le mariage pourrait être taboue,

[SUITE P.2]

tout comme les agressions à caractère sexuel dans le cadre du mariage (avec l'idée de devoir conjugale), sur des enfants ou par des membres de la famille ou de la communauté. Également, les parents ne parlaient pas de sexualité aux enfants ou entre-eux.

Le contexte légal de la définition de l'agression à caractère sexuel et son impact sur la compréhension populaire est aujourd'hui différent d'il y a 50 ans. Le blâme, encore plus intense qu'aujourd'hui, était alors mis sur les victimes et la religion a souvent été un facteur important de culpabilité et de honte.

Toutes ces croyances font en sorte que les femmes ne perçoivent pas toujours ce qu'elles ont vécu comme étant une agression à caractère sexuel.

Comme intervenante, il faut donc prendre son temps, parfois plusieurs rencontres, avant d'en venir au vif du sujet. Il arrive que lorsqu'elles réalisent que ce qu'elles ont vécu est une agression sexuelle, ce soit le choc.

De là l'importance, selon Suzanne Cloutier, des entrevues pré groupe afin de bien évaluer les perceptions et les enjeux.

Ces particularités et ces croyances vont guider le travail des intervenantes, que ce soit en groupe ou de façon individuelle.

Un des objectifs de l'intervention sera de donner un contexte culturel et social de leur définition de l'agression à caractère sexuel afin de les déculpabiliser.

La socialisation du rôle des femmes et le milieu culturel ont influencé leurs perceptions et leurs réactions

face à l'abus. Il faut synchroniser son vocabulaire lié à la sexualité ou aux parties anatomiques à celui utilisé par les femmes, car, pour certaines d'entre elles, dire les mots suscite un sentiment de honte.

Il faut s'assurer que nos interventions favorisent leur capacité à décider pour elle-même, même si elles ont perdu cette capacité dans d'autres sphères de leur vie.

Le travail en groupe facilite le travail entourant les sentiments de honte et de culpabilité qui sont souvent amplifiés compte tenu de l'époque dans laquelle elles ont évolué.

Dans un cas où l'agresseur est une personne travaillant dans la résidence pour personnes âgées où habite la victime, est-ce qu'une intervenante a l'obligation de déclarer l'agression, compte tenu de la grande vulnérabilité de la femme ?

En Ontario, toute personne, intervenante ou autre, ayant connaissance qu'une personne, vivant dans un établissement de soins de longue durée ou une maison de retraite pour personnes âgées, est victime d'abus, de négligence ou de maltraitance a l'obligation de faire une déclaration.

Cette obligation est valide pour toutes les personnes, professionnelles ou non, sauf pour les autres résidents et résidentes de l'établissement.

Si la victime vit dans un

établissement de soins de longue durée, la divulgation doit être faite au ministère de la Santé et des soins de longue durée, au 1-866-434-0144.

Si la victime habite dans une résidence pour personnes âgées, la dénonciation doit se faire à l'Office de réglementation des maisons de retraite au 1-855-275-7472

Si la personne âgée vit dans un domicile privé, alors il est impossible pour une intervenante de déclarer un acte criminel, comme une agression à caractère

sexuel, sans le consentement de la victime. Cela est vrai pour toute personne, sauf s'il s'agit d'un enfant âgé de moins de 18 ans.

En Ontario, il existe une ligne Échec au crime pour les aînés au 1-800-222-8477. Cette ligne téléphonique est anonyme et permet à la victime ou à un membre de son entourage de donner des informations.

Les informations sont par la suite transmises à la police qui évaluera si des accusations criminelles doivent être déposées.

Femmes aînées et prévention: les bonnes pratiques

Pour que l'intervention et les activités de sensibilisation soient possibles, il faut, en tant qu'intervenante, identifier ses propres préjugés et les associations que nous faisons avec les personnes âgées. Pour les intervenantes plus jeunes, la crédibilité peut être remise en cause par les participantes. Il est important d'aborder le sujet et de nommer les inquiétudes des femmes si elles en ont.

Il faut aussi garder en tête que ces femmes, en plus d'être survivantes d'agression à caractère sexuel, sont parfois confrontées à l'abus vécu par leurs enfants ou petits-enfants.

De plus, dans un groupe où l'âge des participantes est varié, il est bon de porter une attention particulière à la prise de parole. Les femmes plus âgées ont

tendance à laisser la parole aux femmes plus jeunes.

Enfin, il est bon d'avoir l'occasion de faire ressortir les mythes, les similarités et les réalités des diverses générations afin de diminuer les barrières entre les générations.

Bref, soyons authentiques, sincères et respectueuses dans nos interventions.

De plus, la confiance que nous avons en nos compétences professionnelles transparaît dans nos interventions. Nous dégagerons plus de crédibilité si nous croyons nous-mêmes en nos capacités.

Il n'est pas nécessaire de tout savoir pour intervenir, les femmes nous apprennent ce que nous ne connaissons pas. Notre outil de travail est ce que nous sommes.

COMMENT SE PRÉPARER À ANIMER UNE ACTIVITÉ DE PRÉVENTION OU DE SENSIBILISATION

Approcher des groupes déjà formés (clubs, regroupements sociaux)

Être au moins deux pour la présentation, dont une intervenante (le sujet suscite souvent des réactions parmi les participantes)

Informar les participantes qu'elles peuvent quitter la salle à tout moment

Préciser qu'un moment sera prévu à la fin de l'atelier pour des échanges individuels avec les présentatrices

S'assurer de bien maîtriser le sujet et les particularités des femmes aînées

Préparer des réponses aux questions les plus fréquentes

Préparer des réponses aux différents mythes les plus énoncés

Utiliser un langage simple et clair

Éviter les expressions ou images vulgaires

YOGA DU RIRE

Atelier animé par Linda Leclerc, maître professeure à l'École de yoga du rire: www.yogadurire.com

Les bienfaits du rire sont prouvés depuis longtemps tant sur la santé physique que la santé mentale.

De plus, les effets positifs du rire sont les mêmes que le rire se

produise de façon naturelle ou qu'il soit provoqué.

Par différents exercices, tous plus « drôles » les uns que les autres, nous rions en groupe pendant plus de 30 minutes.

Il n'y a aucun doute, le rire est contagieux et il fait du bien.



LA SANTÉ MENTALE

Atelier animé par Hélène Grandmaître, travailleuse sociale à la retraite.

Santé mentale et agressions à caractère sexuel

Les maladies mentales sont comme les maladies physiques, elles peuvent toucher n'importe qui, à n'importe quel moment. Elles sont invisibles et s'accompagnent de mythes et de stigmas.

Au Canada, une personne sur cinq souffre de maladie mentale. Les spécialistes prévoient que d'ici 2020, la dépression sera la deuxième cause d'invalidité au monde.

Suite à un exercice de groupe, nous réalisons combien il est difficile pour la personne touchée par la maladie mentale d'admettre la situation et d'aller chercher de l'aide. Les personnes peuvent avoir honte, se sentir diminuées, incomprises, etc.

De même, il n'est pas facile pour l'entourage ou les intervenantes de rejoindre les personnes qui souffrent de maladie mentale. On peut se sentir inconfortable, ne pas savoir quoi dire ou faire, vouloir respecter le silence, etc.

Un second exercice nous permet de prendre conscience que les déterminants de la santé

physique sont identiques aux déterminants de la santé mentale.

La pauvreté, par exemple, est un facteur de risque reconnu pour la santé physique et mentale. D'autres facteurs sont également associés à la santé mentale, tels les conditions de travail éprouvantes, la discrimination des femmes, le mode de vie malsain et certains facteurs génétiques.

Beaucoup de mythes entourent la maladie mentale. En tant que professionnelle, il est important de reconnaître nos propres mythes face à la maladie mentale, afin de changer nos attitudes et comportements si nécessaire.

MacMillan, Fleming et Streiner (2001) ont démontré qu'il existe un lien réel entre les agressions sexuelles vécues dans l'enfance et les problèmes de santé mentale à l'âge adulte.

De plus, selon le Réseau canadien pour la santé des femmes (2009), 64% à 94% des femmes victimes de violence développent un état de stress post-traumatique (SSPT).



Freud avait lui-même reconnu le lien entre l'abus sexuel de ses patientes et la maladie mentale, en particulier la dissociation appelée à l'époque l'hystérie. Par contre, suite aux pressions de ses collègues qui croyaient plutôt que les récits d'abus sexuel des femmes étaient un symptôme de leur maladie et le fruit de leurs délires, il retira cette hypothèse de ses écrits.

La négation de l'abus sexuel dans l'enfance et la négation de ses impacts empêchent alors la recherche, la création d'un diagnostic et d'un traitement.

Il aura donc fallu attendre les années 1970, en réponse au mouvement féministe et aux revendications des soldats américains revenus de la guerre du Vietnam, avant que les femmes puissent commencer à recevoir de l'aide.

Encore aujourd'hui, l'approche demeure très médicale et axée sur les étiquettes. Et il y a très peu de services d'appui.

Maladie mentale vs. santé mentale

Selon l'Organisation mondiale de la santé, la santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté.

Dans ce sens, la santé mentale est le fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une communauté.

La santé mentale n'est pas l'opposée de la maladie mentale. Il s'agit plutôt d'un continuum où nous ressentons toutes, à un moment ou un autre de notre vie des symptômes de maladie mentale.

En général, nous continuons à fonctionner, car ceux-ci ont une durée limitée.

Par exemple, si nous nous sentons fatiguée, déprimée, sans énergie durant quelques jours, cela ne signifie pas que nous souffrons de dépression. Par contre, si cette période est assez longue, nous pouvons en développer une.

Du même fait, de grandes peurs et inquiétudes sont des réactions normales à plusieurs situations ou événements. Sur une très grande période, ces émotions peuvent mener à l'anxiété ou le développement de phobie.

Maladie mentale dans l'intervention féministe

Comment intégrons-nous l'intervention féministe à ces connaissances?

Comme dans tout type d'intervention féministe, on évite les étiquettes puis l'on tient compte du contexte social, économique, politique et familial de la personne.

Nous adoptons une approche basée sur le respect, le non-jugement, et la collaboration. Notre attitude est égalitaire et notre rôle d'accompagnement est empathique et optimiste.

De façon concrète, cela représente beaucoup d'écoute, on valide les forces, on accompagne dans la recherche de solution. On vérifie la sécurité, si la femme n'en fait pas

mention et on élabore avec elle un plan de sécurité selon la situation.

Le document intitulé *Comprendre sans étiqueter: l'intervention auprès des survivantes d'agression à caractère sexuel psychiatisées*, de Kathryn Penwill est un excellent outil offrant un résumé des diverses recherches dans le domaine de la santé mentale des femmes, des impacts de l'agression sexuelle et des enjeux liés au système de santé. Selon Madame Grandmaître, il est à lire absolument.

L'empathie est un outil essentiel en intervention auprès des femmes victimes d'agression à caractère sexuel. Tout en étant empathique, il est important de mettre des frontières associées à notre rôle.

QU'EST-CE QUE LA MALADIE MENTALE ?

Les maladies mentales, tout comme les maladies physiques, peuvent prendre plusieurs formes.

Selon Santé Canada, la maladie mentale est caractérisée par des altérations de la pensée, de l'humeur ou du comportement (ou une combinaison des trois), pendant une période de temps, et associés à une importante détresse ou dysfonctionnement de la personne.

Les symptômes varient de légers à graves, selon le type de maladie mentale, la personne, la famille et le contexte socio-économique.

Les changements doivent être observés durant une période de 2 semaines ou plus.

La maladie mentale peut toucher tout le monde.

[SUITE P.6]

Selon leur histoire, les femmes parfois ne savent pas où sont les limites d'une relation, elles peuvent associer amour avec non-respect.

Les relations que l'on crée avec les femmes avec qui nous travaillons sont des occasions pour elles de faire confiance en toute sécurité.

Les dernières recherches démontrent bien la résilience des personnes et les capacités de guérison du cerveau. Plusieurs de ces recherches confirment ce que l'approche féministe dit depuis longtemps, c'est-à-dire, les traumatismes liés à une agression ont de multiples impacts sur la santé physique et mentale de la victime.

Comme intervenante, il est bon de demeurer vigilante avec le système de santé qui néglige parfois l'aspect global de la santé.

En effet, le système de santé demeure encore très axé sur les médicaments et oublie souvent l'impact des éléments du passé ou les événements sociaux dans le développement des maladies physiques et mentales.

La journée de formation se termine sur le thème de l'importance de prendre soin de sa propre santé mentale.

Intervenir auprès des femmes victimes d'agression à caractère sexuel comporte des risques pour notre propre santé mentale, tel le traumatisme secondaire.

Il faut savoir reconnaître les signes d'un déséquilibre au niveau de notre santé mentale. Il faut également mettre en place des mécanismes de prévention tels que prendre soin de notre réseau de soutien, prendre du temps pour nourrir son esprit, sa spiritualité, prendre soin de son corps par la nourriture, l'activité physique, le sommeil, etc.

Mais surtout, au besoin, il faut savoir aller chercher de l'aide.

DIFFÉRENTS TYPES DE MALADIE MENTALE

- Troubles psychotiques (schizophrénie)
- Troubles de l'humeur (dépression, bipolarité, les troubles affectifs saisonniers)
- Troubles anxieux (anxiété, obsessif-compulsif, agoraphobie)
- Troubles alimentaires (anorexie, boulimie)
- Troubles concomitants ou diagnostics mixtes (maladie mentale associée à une dépendance: jeu, drogue, alcool)
- Troubles de personnalité (les traits de personnalité inappropriés et mal adaptés à la vie quotidienne)
- Démence (déclin général des fonctions mentales telles que la mémoire, le langage, le jugement).

Certaines maladies sont chroniques, d'autres auront un ou plusieurs épisodes.

Les ressources

L'Association canadienne pour la santé mentale offre plusieurs brochures très intéressantes autant pour les intervenantes que pour les personnes fréquentant vos organismes.

Elles sont disponibles en français, en format papier au coût de 0,35\$ la copie ou en format PDF sur le lien suivant: <http://shop.cmha.ca/>

[fr/product-category/brochures-fr/](http://shop.cmha.ca/fr/product-category/brochures-fr/)

Le document «**Comprendre sans étiqueter: l'intervention auprès des survivantes d'agression à caractère sexuel psychiatriquées**», de Kathryn Penwill, est disponible sur demande à Action ontarienne contre la violence faite aux femmes, par courriel à info@aocvf.ca

(en version électronique)

Enfin, n'oublions pas la **ligne téléphonique Fem'aide**, disponible partout en Ontario, 24 heures/24, pour les femmes francophones vivant ou ayant vécu de la violence, ou pour leur entourage au 1-877-336-2433.

LA CULTURE DU VIOL

Atelier animé par Kim Dubé, responsable de la campagne Traçons-les-limites à l'AOCVF.

Qu'est-ce que la culture du viol?

Qu'est-ce que la culture du viol? Il s'agit de la façon subtile dont une société accepte ou refuse de dénoncer les agressions à caractère sexuel dont sont victimes des milliers de femmes et jeunes filles au Canada et dans le monde.

Concrètement, c'est la façon dont on en vient à accepter l'inacceptable, à minimiser et à banaliser le viol.

Encore aujourd'hui, nous le savons, les femmes apprennent dès un jeune âge à sourire davantage que les hommes, à prendre moins de place, à s'excuser avant d'offrir une opinion ou de dire non, à s'efforcer de parfaire leur corps pour plaire au regard masculin et à donner aux hommes ce qu'ils veulent lorsqu'ils le demandent. D'un autre côté, notre culture encourage l'agressivité des hommes et leur domination sur les femmes.

Il ne suffit que de regarder les différentes publicités de savon à vaisselle ou de produits d'épicerie pour voir des femmes toujours gentilles et répondant à toutes les normes sociales implicites, et des émissions populaires telles que « Le trône de fer » (*Game of thrones*), pour saisir qu'agresser sexuellement une femme est tout à fait banal.

Par la publicité et la culture populaire, on normalise et encourage la violence à caractère sexuel.



La culture du viol maintient les femmes dans la peur constante d'être attaquées.

Demande-t-on aux hommes de ne pas se promener à pied le soir? De ne pas se rendre seuls à leur voiture? De ne pas quitter leur verre d'alcool des yeux, de peur qu'on y verse une drogue? De se vêtir de façon à ne pas attirer les regards?

C'est pourtant ce que l'on demande aux femmes. Si une femme a trop bu d'alcool, qu'elle accompagne un homme chez lui et qu'elle y est agressée sexuellement, notre société aura tendance à blâmer la femme pour s'être mise dans une situation à risque, au lieu de blâmer l'agresseur.

Ainsi, nous cultivons la peur et nous maintenons les femmes dans le silence.

De nombreux mythes entourent les agressions à caractère sexuel et contribuent à maintenir la culture du viol en place.

Selon Benedict (1992), les mythes permettent aux gens de se dire que s'ils se comportent de telle manière, ils ne seront pas agressés, contrairement aux victimes qui se sont «mises à risque».

Et parce qu'ils sont véhiculés de multiples façons, nous les intégrons sans même nous en rendre compte.

Culture du viol, mythes: retour sur l'affaire Jian Ghomeshi

L'«affaire Ghomeshi», c'est le procès très médiatisé de l'animateur radio Jian Ghomeshi, accusé de quatre chefs d'agression sexuelle et d'un chef d'avoir vaincu la résistance par étouffement, qui a eu lieu en début d'année 2016.

Reconnu non coupable en mars 2016, de ces quatre chefs d'accusation, il a conclu une entente avec la Couronne dans un autre procès relié à la violence à caractère sexuel en mai.

Quelles leçons tirées de ces événements? Voici les quelques opinions et commentaires, qui ont fait partie de la discussion.

Les mythes

Lors de ce procès, la défense a joué sur les mythes. C'est-à-dire, proposer l'idée que si les agressions avaient bel et bien eu lieu, les victimes auraient dû se comporter et réagir de telle ou telle façon (le mythe de la bonne victime... agir en tant que « bonne victime »), et pas comme elles l'ont fait.

Le manque d'information

Les juges et les professionnels travaillant dans le système judiciaire manquent d'information sur la réalité des agressions à caractère sexuel et les impacts pour les victimes.

Silence de Ghomeshi

Parce que Jian Ghomeshi n'a pas témoigné lors du procès, sa

crédibilité n'a pu être attaquée. Par contre, celle des victimes a été mise à très rude épreuve.

Procès des victimes ?

Dans le processus judiciaire actuel, les victimes sont des témoins. C'est au procureur de la Couronne de faire la preuve, hors de tout doute raisonnable, qu'elles ont été agressées. Cela a pour conséquence de donner l'impression que l'on fait le procès des victimes et non celui de l'agresseur.

Les contacts après l'agression

Comment expliquer que les victimes ont recontacté leur agresseur : pour tenter de comprendre ce qui était arrivé ? Par amour ? Pour obtenir des excuses ? Les réactions ainsi que les effets des traumatismes sont multiples et variés pour les victimes.

Avec ce procès très médiatisé, chacune de nous peut comprendre pourquoi la majorité des femmes victimes d'agression à caractère sexuel ne portent pas plainte à la police.

Elles ont peur de ne pas être crues et cette



situation leur démontre bien que cette peur est justifiée.

Selon Brenda Crossman de l'Université de Toronto, les témoins sont tenus à des standards irréalistes lorsqu'il est question de faire la preuve de ce qu'elles avancent.

Selon Nicole Pietsch (Ontario Coalition of Rapes Crisis Centres) la société doit revoir ses notions préconçues de ce qui est acceptable dans les causes d'agression à caractère sexuel.

Ce procès permet de mettre en évidence les défis et les failles du système criminel. Il est clair que les connaissances sur les agressions à caractère sexuel sont insuffisantes et que les victimes qui s'engagent dans le processus judiciaire manquent de soutien.

L'INTERVENTION INTERCULTURELLE

Atelier animé par Maud Pontel, coordonnatrice de la sensibilisation communautaire au Bouclier d'Athéna, à Montréal.

Les défis des femmes immigrantes

L'organisme, le Bouclier d'Athéna a été fondé en 1981, à Montréal dans le but de sensibiliser la communauté grecque de Montréal à la violence conjugale.

Depuis, les services se sont diversifiés et la mission principale de l'organisme est aujourd'hui d'offrir des services d'intervention, de soutien, de référence, de prévention et d'accompagnement aux femmes et aux enfants, principalement issus des communautés ethnoculturelles,

victimes de violence conjugale.

Comme nous le savons toutes, les femmes victimes de violence conjugale font face à de multiples défis et pour les femmes immigrantes ou issues d'une communauté culturelle différente, les défis sont encore plus grands.

Il y a d'abord les barrières personnelles liées à la langue, la honte, la culpabilité, l'impact de la violence ou d'une rupture sur les enfants, les difficultés liées au transport, etc.

Il y a aussi les barrières culturelles telles que le rôle des femmes dans la culture d'origine, la pression de la communauté et de la famille, la banalisation de la violence, les croyances et les tabous.

Puis s'ajoutent les barrières institutionnelles, comme le racisme systémique, le système d'immigration complexe, la crainte de la police et des institutions comme les Sociétés de l'aide à l'enfance.

Ces multiples barrières créent un cycle d'isolement autour des femmes immigrantes victimes de violence.

L'intervention interculturelle en violence conjugale

À titre d'intervenante, intervenir auprès de femmes victimes de violence et de cultures différentes de la nôtre peut comporter aussi des défis et des obstacles supplémentaires.

Nos champs de connaissances doivent tenir compte de plusieurs points:

Rôles socio-sexuels

Quelle est la place des femmes dans la famille, la communauté? Une femme peut-elle quitter

son mari avec les enfants? Comment cela est-il perçu dans la communauté?

Perception du système de justice et des services d'aide

De quelle façon les policiers peuvent aider une femme victime de violence conjugale? Les organismes vont-ils dire à mon mari que je songe à le quitter? Va-t-on m'enlever mes enfants?



La communication et les questionnements

Est-ce que je peux parler de ma situation familiale avec une étrangère? Est-ce qu'il est possible que je parle de ma situation familiale sans m'intéresser à la situation familiale de l'intervenante à qui je parle?

[SUITE P.10]

Est-ce que je dis ce dont j'ai besoin ou j'attends que l'on me pose des questions?

Perception du temps et de l'espace

Quelles sont les conséquences si je suis en retard? Est-ce correct d'aller chercher de l'aide auprès de personnes qui ne sont pas de ma culture?

Importance du sacré et des rituels et traditions

À qui devrais-je raconter ma situation et demander conseil? Est-ce que prier peut changer ma situation? Est-ce que je peux raconter ce que je vis à une étrangère?

Culture collectiviste vs. culture individualiste

Notre société canadienne est basée sur le principe que chaque personne est unique, qu'elle a des droits, des responsabilités et une valeur qui lui est propre. Plusieurs autres sociétés sont plutôt basées sur le principe que c'est le bien-être de la communauté qui compte, avant son bonheur personnel.

Tous ces aspects influencent autant notre propre perception que la façon dont nous serons perçues.

Afin d'expliquer ce volet de façon plus concrète, Madame Pontel partage avec le groupe l'analogie de l'iceberg décrit par Kohls.

La culture d'une personne est décrite par un iceberg ayant une partie visible et une partie invisible, Bien entendu, la partie invisible supporte et influence la partie visible au grand complet.

La partie sous l'eau de l'iceberg, est souvent inconnue ou mal comprise par les personnes extérieures.

L'intervention interculturelle demande de bien connaître la partie invisible de notre propre culture et l'ouverture de comprendre la partie visible des autres cultures.

Ce sont nos filtres qui influencent nos interventions et ceux-ci sont influencés par nos valeurs et notre culture.



Six principes d'intervention interculturelle

Mieux comprendre le système de référence des femmes

Et accepter de prendre le temps de le faire : le rôle des femmes,

des hommes, des enfants, de la police, ici et dans la culture d'origine.

Éviter les généralisations et les stéréotypes.

Ne rien prendre pour acquis, questionner dans le but de comprendre.

Démystifier les procédures, les lois, les règles, les façons de faire.

[SUITE P.11]

Travailler à partir du cheminement des femmes

Ne pas recommander une option, une solution plus qu'une autre. Certaines femmes peuvent se sentir prises en étau entre la culture d'origine et la culture d'accueil.

Prendre en compte la dimension de l'intégration.

Aborder le statut d'immigration, le niveau d'isolement, les connaissances de la femme face au processus d'immigration, la santé émotionnelle, l'état dépressif, les idées suicidaires.

Adapter les lieux de rencontres aux réalités particulières.

Par exemple, des dépliants en différentes langues, différents livres religieux, nourriture adaptée en fonction des besoins particuliers.

Ces principes doivent être pris en compte quel que soit le niveau d'intervention. Lors de l'accueil, des accompagnements, dans des activités de groupe, il faut considérer la culture et l'identité des femmes auprès de qui nous intervenons. Et lorsque cela est possible, intervenir dans la langue maternelle des femmes que nous rencontrons.

De plus, il est important de ne pas donner aux enfants un rôle d'interprète ou un rôle de parent auprès de leur

mère. Et enfin, peu importe le contexte, ne jamais minimiser la violence et la responsabilité de l'agresseur.

Madame Pontel termine en expliquant les services d'intermédiaires culturels offerts au Bouclier d'Athéna. Une banque de personnes bénévoles, sensibilisées et formées aux réalités de la violence conjugale accompagnent les intervenantes et permettent de communiquer en 8 langues différentes.

LES FINANCES

Atelier animé par Anne Perrault, Coach financier avec Money Coaches Canada.

Au revoir chaos financier !

Madame Perrault a été invitée à venir outiller les intervenantes à la planification financière dans un contexte de violence conjugale ou de rupture.

L'objectif est de partager des connaissances de base et d'indiquer les ressources auxquelles les intervenantes peuvent se référer.

D'abord quelques statistiques: au Canada, 90% des femmes deviendront responsables de leur finance au cours de leur vie et seulement 31% d'entre elles ont un plan financier; 43% des femmes âgées entre 75 ans et 84 ans vivent seules et 24% des couples ne se dévoilent pas leurs difficultés financières. Cela confirme, qu'aujourd'hui encore, l'argent est un sujet tabou.

Les experts ont subdivisé le bien-

être financier en 7 phases. que nous abordons ci-dessous.

1. **Le chaos financier** : aucune épargne, déclarations d'impôt non faites, factures non payées, etc.
2. **L'évitement financier**: finances désorganisées, comptes bancaires à plusieurs endroits, ne pas savoir ce que l'on possède.
3. **La sensibilisation financière** : commence à avoir un plan financier, un objectif.

[SUITE P.12]

4. **La stabilité financière** : avoir un coach, un plan pour des économies.

5. **La sécurité financière** : Planifier pour le futur, prévoir les dépenses imprévues.

6. **La liberté financière** : atteindre l'indépendance financière.

7. **L'épanouissement financier** : L'argent n'est pas un problème, avoir plus que ce que l'on a besoin.

Même si les femmes avec lesquelles nous travaillons se retrouvent, en général, entre les phases 1 et 3, il est tout de même important de parler de planification et de bien-être financiers.

La première étape est de se créer une vision pour sa vie.

Connaître ses valeurs, ses croyances, ses priorités face à l'argent. Même si souvent les femmes en maison d'hébergement peuvent être confuses et ne pas avoir de plan pour l'avenir, il faut quand même poser la question.

On peut ressortir les succès avec l'argent (gérer les achats pour la famille, l'épicerie, etc.) et fixer des buts réalisables (ouvrir un compte de banque, trouver un emploi, etc.). Toujours se fixer une échéance par lequel l'objectif sera atteint, sinon les risques d'échec sont plus élevés.

Il faut être honnête avec soi-même et se questionner sur quel rôle joue l'argent dans sa vie. Est-ce qu'il s'agit d'une source de stress ou de joie? Est-ce que j'évite de parler d'argent?

Si la personne n'a pas confiance en ses habiletés financières, il faut bâtir cette confiance, petit à petit, avec des objectifs réalisables. Chacune doit croire qu'elle mérite une stabilité financière.

BUDGET APRÈS LA RUPTURE

En cas de rupture, il faut redéfinir ses buts financiers et modifier son budget.

Quelques exemples de postes budgétaires «normaux» pour une personne ou une famille:

- 50% du revenu pour le logement
- 30% du revenu aux frais de subsistance (épicerie, vêtements, voiture, etc.)
- 20% du revenu au remboursement des dettes ou au luxe

Toutefois, en situation de rupture, ces chiffres correspondent rarement à la réalité. Mais autant que possible, il faut vivre selon ses moyens et s'assurer que les entrées d'argent sont au moins identiques aux dépenses.

Finances et violence conjugale

Institutions bancaires

Il faut magasiner son institution bancaire et comparer, par exemple, les frais de services qui ne sont pas identiques d'une institution à l'autre.

Pour ouvrir un compte de banque, il faut donner une adresse. On peut donner une adresse extérieure à notre résidence si nous ne sommes pas en confiance à la maison, car les banques envoient encore du courrier papier.

On peut aussi donner un numéro de téléphone de quelqu'un en qui nous avons confiance et donner son adresse de courriel



personnelle, si nous souhaitons garder le compte bancaire confidentiel.

Dettes et cartes de crédit

Idéalement, il faut payer ses dettes et demeurer sans dette. Il ne faut pas oublier d'inclure

[SUITE P.13]

dans sa planification financière un plan de paiement des dettes.

Sachez aussi que les syndicats de faillite offrent la première heure de consultation gratuitement.

Un conseil : payer les cartes de crédit qui ont les plus gros montants d'intérêts en premier.

Dettes conjointes

Concernant les dettes, il est important que les femmes qui quittent le domicile familial sachent si elles sont conjointement responsables des dettes (maison, auto, carte de crédit). Si elles sont conjointement responsables et si le conjoint ne paie pas, alors elles deviennent responsables du prêt en totalité.

Allocations familiales

Madame Perrault recommande d'informer Revenu Canada le plus tôt après la séparation afin que la personne qui a la garde des enfants reçoive les allocations familiales. Elle précise qu'avec Revenu Canada, les dettes ne sont jamais conjointes.

Il faut se rappeler qu'au Canada, chaque adulte doit produire une déclaration d'impôt. Si cela n'a pas été fait, Madame Perrault précise que le gouvernement remettra les allocations familiales rétroactivement jusqu'à une période de 10 ans.

Cote de crédit

Le bureau de crédit est l'organisation qui enregistre toutes les dettes d'une personne (carte de crédit, paiement de voiture, de meubles et depuis peu, les contrats de téléphones cellulaires). Cet organisme émet une cote en fonction des habitudes de paiement.

Les propriétaires de logement vont vérifier cette cote de crédit, de même que les vendeurs de voiture ou de meuble par exemple. Les dettes à Revenu Canada ne figurent pas sur la cote de crédit.

Se faire plaisir

Enfin, il est important d'économiser pour les choses

que l'on veut. Par exemple, on peut ouvrir un compte d'intérêts élevés, lui donner un nom significatif et y déposer ne serait-ce que de petits montants de façon régulière.

Au besoin, on peut déléguer, mais il n'est pas recommandé d'abandonner complètement ses finances à qui que ce soit, car le savoir, c'est le pouvoir.

AVANT OU PENDANT LA RUPTURE

Demander de l'aide pour comprendre ses finances

Obtenir des copies des documents financiers (ex.: hypothèque, prêts financiers, compte bancaire, etc.)

Connaître l'avoir net (ex.: est-ce que la maison est au nom de la femme, de son conjoint, des deux?). En cas de séparation, l'avocat posera des questions à ce sujet.

Obtenir les documents légaux concernant l'impôt et les assurances.