

## PLANS DE SÉCURITÉ POUR LES FEMMES AUTOCHTONES



PRÉVENTION DE LA VIOLENCE FAMILIALE  
DANS LES COLLECTIVITÉS AUTOCHTONES

### QU'EST CE QU'UN PLAN DE SÉCURITÉ?

Les femmes qui vivent avec la violence familiale doivent parfois se sortir d'une situation de violence. Par exemple, si le comportement dominant et irrespectueux de votre partenaire se conjugue à de la violence, à des menaces, à des armes, à des problèmes de santé mentale et à la toxicomanie, vous pourriez courir un plus grand risque de préjudices graves. Un plan de sécurité peut vous aider à fuir rapidement en emportant les objets personnels dont vous avez besoin en situation de crise.

Un plan de sécurité énonce certaines mesures que vous pouvez prendre pour accroître votre sécurité et celle de vos enfants. La planification de la sécurité comporte plusieurs aspects différents. Les modèles présentés dans cette brochure pourraient vous aider à préparer votre propre plan. Envisagez de demander à quelqu'un de vous aider à créer un plan, par exemple à un ami en qui vous avez confiance ou au personnel d'une maison de transition, des services aux victimes, d'un centre de santé ou d'un organisme de services sociaux.

### SÉCURITÉ SI VOUS VIVEZ EN SITUATION DE VIOLENCE

Même si vous ne prévoyez pas quitter votre partenaire, il est important d'élaborer un plan de sécurité au cas où la violence s'aggraverait et où vous devriez partir rapidement.

- Laissez de l'argent en cas d'urgence, un jeu supplémentaire de clés de maison et de voiture et quelques vêtements chez un ami en qui vous avez confiance ou dans un endroit où vous pourriez les récupérer.
- Obtenez un avis juridique d'un avocat au sujet de vos droits; expliquez lui que vous vivez dans une relation de violence.
- Dressez une liste des numéros de téléphone dont vous pourriez avoir besoin (police, maison de transition, avocat, personnes qui peuvent garder vos enfants, transports, banque, etc.) et gardez la dans un endroit sûr ou mémorisez les numéros.
- Appelez la maison de transition locale ou la Maison de transition Gignoo et demandez de quelle façon vous pouvez vous y rendre en cas d'urgence.

- Gardez vos appels téléphoniques confidentiels en utilisant un téléphone payant ou le téléphone ou la carte d'appel d'un ami ou d'une amie.
- Si votre téléphone à domicile comporte la fonction d'afficheur, assurez vous de demander aux personnes qui vous aident d'utiliser l'option de blocage de l'affichage \*67 lorsqu'elles vous appellent. (Nota : Consultez les premières pages de l'annuaire téléphonique pour obtenir de plus amples renseignements sur l'option de blocage de l'affichage.)
- Gardez un peu d'argent caché pour les situations d'urgence et ayez toujours de la monnaie sur vous pour les appels téléphoniques.
- Faites des copies des documents importants pour vous et pour vos enfants. Conservez les ensemble à portée de main pour pouvoir les emporter facilement si vous devez partir rapidement ou gardez les dans un endroit sûr à l'extérieur de la maison. Voici quelques exemples d'objets que vous devriez emporter si vous quittez le domicile :

- \* Cartes d'identité pour vous et pour vos enfants
- \* Certificats de naissance pour vous et pour vos enfants
- \* Certificats de statut d'Indien pour vous et pour vos enfants
- \* Documents d'ordonnance de protection
- \* Cartes d'assurance sociale
- \* Argent
- \* Carnet de chèques, livret de banque, cartes bancaires
- \* Clés - maison/voiture/bureau
- \* Permis de conduire et immatriculation
- \* Médicaments
- \* Passeports
- \* Cartes d'assistance médicale
- \* Dossiers médicaux
- \* Documents de séparation ou de divorce
- \* Carnet d'adresses
- \* Objets de valeur sentimentale

### SÉCURITÉ PENDANT UN INCIDENT VIOLENT

Pour se préparer à un incident violent, voici quelques mesures que vous pouvez prendre :

- Prévoyez des voies de sortie de votre domicile : portes, fenêtres, ascenseurs, escaliers ou sorties de secours que vous pouvez utiliser.
- Exercez vous à sortir sans danger et sachez quelles pièces vous devez éviter pour ne pas être piégée ou dans lesquelles des armes se trouvent à portée de la main, comme la salle de bain ou la cuisine.
- Enseignez à vos enfants leur propre plan de sécurité et convenez d'un mot de code à utiliser avec eux ou d'autres membres de la famille qui signifie qu'ils doivent téléphoner pour demander du secours.
- Gardez votre sac à main ou votre portefeuille et vos clés à portée de la main (rangez les toujours au même endroit pour que vous puissiez les trouver lorsque vous devez partir rapidement; faites faire un autre jeu de clés au cas où vous en auriez besoin).
- Prévoyez un endroit sécuritaire où vous pouvez aller si vous devez partir rapidement.
- Appelez la police. Si vous devez retourner à la maison pour aller chercher des effets personnels, téléphonez à la police et demandez à un agent de vous accompagner afin de maintenir l'ordre.



### SÉCURITÉ APRÈS VOTRE DÉPART D'UNE RELATION VIOLENTE

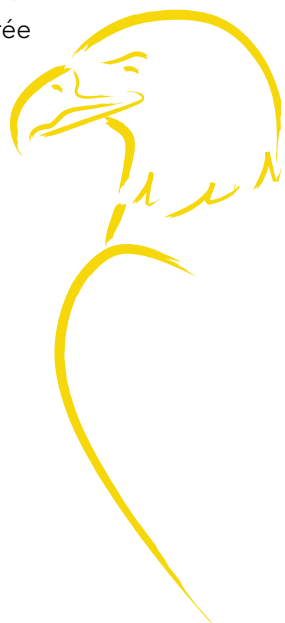
Le fait de quitter un partenaire violent ne signifie pas nécessairement que la violence ou le harcèlement cessera. La séparation est souvent une période où vous devez redoubler de prudence. Voici quelques points à prendre en considération pour accroître votre sécurité à domicile.

- Changez les serrures des portes et des fenêtres.
- Installez un judas dans la porte.
- Remplacez les portes en bois par des portes métalliques ou en acier.
- Installez des barres aux fenêtres, des poteaux contre les portes et un système d'alarme électronique.
- Achetez des échelles de corde pour sortir par les fenêtres du deuxième étage.
- Installez un système d'éclairage détecteur de mouvements qui s'allume lorsqu'une personne approche de la maison.
- Laissez les lumières allumées.
- Obtenez un numéro de téléphone confidentiel.
- Gardez à portée de la main les numéros de téléphone à composer en cas d'urgence.
- Préparez un chemin d'évacuation au cas où vous en auriez besoin.
- Gardez des copies des ordonnances de protection à portée de la main (engagements de ne pas troubler l'ordre public, injonctions, ordonnances de mise en liberté sous caution ou de libération conditionnelle, etc.). Prenez connaissance des conditions de ces ordonnances et appelez la police immédiatement si votre partenaire les enfreint.
- Si vous et votre partenaire vous disputez la garde des enfants, assurez vous d'avoir en votre possession des copies des ordonnances du tribunal de la famille comme les ordonnances de garde. Donnez en une copie à toutes les personnes qui ont des contacts avec les enfants (école, garderie ou gardiennes, entraîneurs, voisins, bureau de la bande, amis, propriétaire, etc.) et assurez vous qu'ils savent qui a la permission de prendre les enfants et qui n'est pas autorisé à le faire.

## SÉCURITÉ EN MILIEU DE TRAVAIL ET EN PUBLIC

Chaque femme victime de violence doit décider si et quand elle dira aux autres que son partenaire l'a agressée et qu'elle risque toujours d'être victime de violence. Ses amis, sa famille et ses collègues pourraient contribuer à la protéger. Chaque femme doit penser sérieusement aux personnes à qui faire appel pour assurer sa sécurité. Vous pourriez prendre une partie ou l'ensemble des mesures suivantes, si vous pensez que cela peut se faire sans danger :

- ★ Avisez votre patron ou votre surveillant au travail de votre situation.
- ★ Demandez à quelqu'un de filtrer vos appels au travail et de documenter ces appels.
- ★ Conservez tout message électronique ou tout message verbal qui comporte des menaces.
- ★ Discutez de la possibilité de demander à votre employeur de téléphoner à la police si vous êtes en danger en raison de votre partenaire ou ex partenaire.
- ★ Allez dans d'autres épiceries et centres commerciaux et magasinez à d'autres moments que ceux où vous y alliez auparavant pour réduire le risque de contact avec votre partenaire ou ex partenaire.
- ★ Utilisez les suggestions suivantes concernant votre arrivée au lieu de travail ou votre départ du travail:
  - Garez votre voiture près de l'entrée de votre immeuble et parlez aux responsables de la sécurité, aux policiers ou à un gestionnaire si vous avez peur d'être agressée au travail.
  - Dites à quelqu'un à quelle heure vous serez chez vous.
  - Marchez avec quelqu'un jusqu'à votre voiture.
  - Balayez du regard le terrain de stationnement.
  - Si votre partenaire vous suit, conduisez jusqu'à un endroit où il y a des gens pour vous appuyer, comme chez des amis ou au poste de police.



- Si vous marchez, prenez un chemin très fréquenté.
- Empruntez différents trajets pour rentrer à la maison.
- Si vous voyez votre partenaire dans la rue, rendez vous dans un lieu public, p. ex. dans un magasin.
- Achetez un sifflet ou un dispositif d'alerte individuel pour attirer l'attention sur vous et demandez de l'aide si vous êtes harcelée.

## SÉCURITÉ SUR INTERNET

L'utilisation d'Internet, y compris de MSN Messenger, des salons de clavardage et du courriel, peut augmenter le risque de préjudice si vos activités sont surveillées par votre partenaire violent. Changez souvent vos mots de passe et ne laissez jamais votre courriel ouvert sans surveillance. Lorsque vous cherchez de l'information sur Internet, les navigateurs enregistrent un historique des sites Web récemment visités pour qu'ils soient chargés plus rapidement lors de votre prochaine visite. Votre sécurité pourrait être compromise si votre agresseur parvenait à consulter cet historique.

Voici quelques mesures que vous pouvez prendre pour cacher votre utilisation d'Internet :

- Accédez à Internet à partir de la maison d'un ami, de votre lieu de travail, d'une bibliothèque ou d'un café Internet. (Après avoir utilisé un ordinateur communautaire, assurez vous de supprimer votre historique ou les adresses des sites que vous avez visités.)
- Prenez des précautions additionnelles pour effacer de la mémoire de l'ordinateur les dernières pages auxquelles vous avez accédé sur Internet. Cela videra la mémoire cache de votre ordinateur des sites que vous avez récemment visités. (Nota : Si vous ne savez pas comment vider la mémoire, consultez le menu d'aide pour obtenir une définition de termes comme « cache », « historique » ou « témoins ».)
- Visitez quelques sites sur des sujets « sécuritaires » après avoir vidé la mémoire cache pour que cette dernière renferme quelques sites. Visitez des sites de journaux ou de divertissement.

## SÉCURITÉ POUR VOS ENFANTS

Il est important d'aider les enfants et les jeunes à se familiariser avec les moyens de se protéger. Vous pouvez utiliser le dépliant *Plans de sécurité pour les enfants autochtones* pour vous aider à parler à vos enfants et à créer des mesures de sécurité qu'ils pourront mettre en pratique. Voici quelques mesures de sécurité que vous pouvez adopter:

- ★ Aidez votre enfant à repérer un endroit sûr dans la maison, de préférence dans une pièce qui a un téléphone et dont la porte se ferme à clé.
- ★ Enseignez à l'enfant comment téléphoner pour obtenir du secours. En cas de crise, apprenez à l'enfant à communiquer avec la police ou les agents de bande en composant leurs numéros d'urgence ou le 911.
- ★ Convenez d'un mot de code à utiliser qui signifie qu'il doit se mettre en sécurité et aller chercher de l'aide.
- ★ Dites à votre enfant qu'il doit laisser le téléphone décroché après avoir composé le 911 ou appelé la police. S'il raccroche, la police rappellera. Cela pourrait créer une situation dangereuse pour vous même et pour l'enfant.
- ★ Aidez votre enfant à apprendre son adresse et ses nom et prénom.
- ★ Exercez ce qu'il doit dire.
- ★ Expliquez à l'enfant qu'il doit se rendre dans un lieu sûr comme chez un voisin ou chez un parent.

## ASSUREZ VOUS QUE VOTRE ENFANT SAIT CE QUI SUIT:

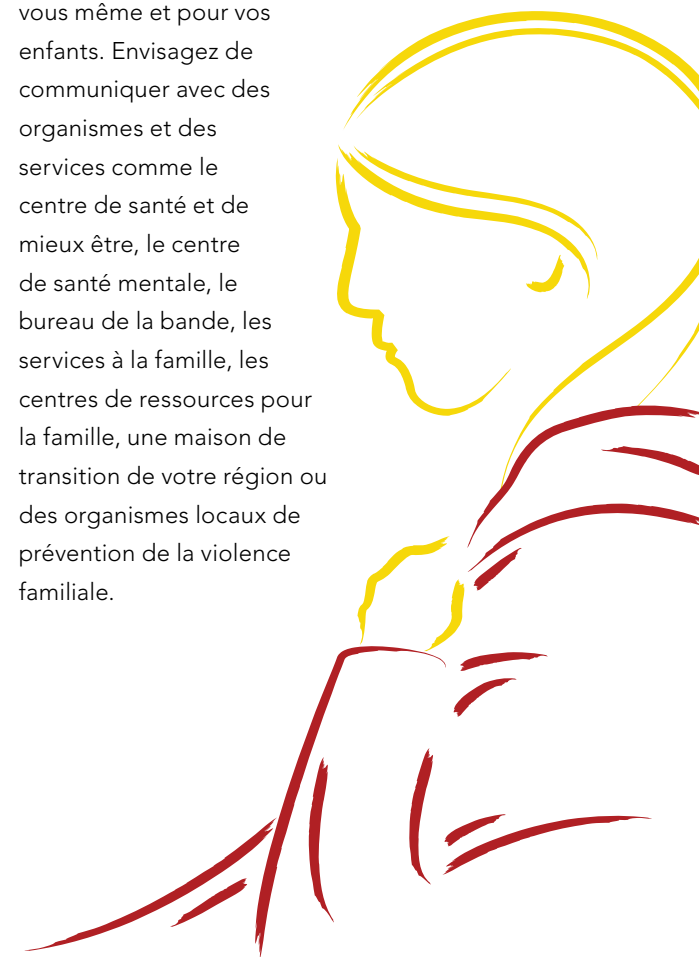
- ★ Il n'est PAS responsable de la violence. Ce n'est pas sa faute.
- ★ Il doit se mettre en sécurité. Il ne doit jamais essayer d'intervenir et de distraire l'agresseur ou essayer de mettre un terme à la violence.
- ★ Le meilleur moyen de vous aider est de se mettre à l'abri! Dites lui que vous ne voulez pas qu'il essaie de mettre un terme à la violence.

- ★ Vous l'aimez et vous voulez qu'il se mette en sécurité.
- ★ Il y a des personnes qu'il peut appeler en cas de crise. Assurez vous qu'il connaît les numéros de téléphone de ces personnes et qu'il sait où aller dans la maison ou à l'extérieur de la maison.

## PRENEZ SOIN DE VOUS

Le fait d'être assujettie aux agressions d'un partenaire est épuisant et fatiguant sur le plan affectif. Le processus de survie exige du courage et une énergie incroyable.

Demandez de l'aide pour vous même et pour vos enfants. Envisagez de communiquer avec des organismes et des services comme le centre de santé et de mieux être, le centre de santé mentale, le bureau de la bande, les services à la famille, les centres de ressources pour la famille, une maison de transition de votre région ou des organismes locaux de prévention de la violence familiale.

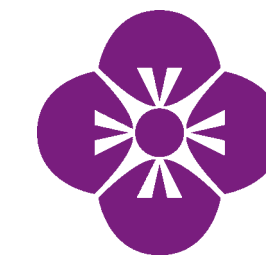


## PLUS D'INFORMATION SUR LES PLANS DE SÉCURITÉ

Vous pouvez obtenir plus d'information sur les plans de sécurité en effectuant des recherches sur Internet.

- ★ Pour obtenir de l'information sur la planification de la sécurité, visitez le site Web *Les sentiers de la guérison* à l'adresse suivante : [www.thehealingjourney.ca](http://www.thehealingjourney.ca)
- ★ Consultez l'information sur la planification de la sécurité sur le site Web du Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau Brunswick : [www.legal-info-legale.nb.ca](http://www.legal-info-legale.nb.ca)
- ★ Consultez les conseils sur la sécurité relatifs au courriel et aux activités sur Internet de Shelter Net à l'adresse suivante : <http://www.shelternet.ca/fr/women/internet-safety/>

## POUR COMMANDER DES COPIES GRATUITES DE CE DÉPLIANT, COMMUNIQUEZ AVEC LES ORGANISMES SUIVANTS:



### Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau Brunswick

Case postale 6000  
Fredericton, NB E3B 5H1  
Téléphone: (506) 453-5369  
Télécopieur: (506) 462-5193  
[info@lessentiersdelaguerrison.ca](mailto:info@lessentiersdelaguerrison.ca)



### Maison de transition Gignoo Inc.

Case postale 3385, succ. B  
Fredericton, NB E3A 5H2  
Ligne d'affaires : (506) 458-1236  
Ligne d'écoute téléphonique : (800) 565-3878  
[gignoo@nbnet.nb.ca](mailto:gignoo@nbnet.nb.ca)

ISBN : 978-1-55471-769-9 juin 2010

[WWW.LESENTIERSDELAGUERISON.CA](http://WWW.LESENTIERSDELAGUERISON.CA)