La Maison La Montée

NO 1 / MAI 2010

Fondatrices
Objectifs
Statistiques
Principes
Services
Interventions
Promotion - Prévention
Formes de violence
Témoignages

Maison d'hébergement
et de transition
qui accueille, depuis 1985,
les femmes et les enfants
en difficulté, victimes
de violence conjugale,
sur tout le territoire
de Charlevoix

# Brisons le cycle de la violence!

# Table des matières

Mot du conseil d'administration ..... 3

Mot de la directrice ..... 4

Les fondatrices ..... 6

La Maison La Montée ..... 7

Les objectifs ..... 7

Les principes ..... 8

Nos services ..... 9

Statistiques ..... 10

Intervention jeunesse ..... 12

Intervention femmes ..... 13

Intervention à l'externe et point de service à B-S-P ..... 14

Promotion – prévention ..... 15

La violence
Les cinq formes de violence conjugale ..... 16
Le cycle de la violence ..... 18

Les effets de la violence
Chez les enfants ..... 19
Chez les femmes ..... 20

Témoignages
Ancienne hébergée/victime de violence conjugale ..... 21
D'un proche ..... 24
Bénévole ..... 26

Remerciements ..... 27

# Mot du conseil d'administration

*de gauche à droite : Mmes Rolande Fortin, Lynda Perron, Marie-Josée Lavoie, Maunique Mauger, Rachel Boivin, Hélène Paradis et Isabelle-Michèle Tremblay, absente sur la photo*

Depuis l'année 2008, je siège au conseil d'administration de La Maison La Montée. Suite à une conversation avec Mme Claudette Harvey, j'ai manifesté ce désir de faire partie du conseil d'administration puisque la cause me tient à cœur.

À La Maison La Montée, nous avons un conseil qui s'implique dans la cause des femmes. Nous formons donc une équipe qui prend des décisions pour le bon fonctionnement de l'organisme. L'équipe de travail est très compétente et la direction est bien assurée. Nous avons donc tout ce qu'il faut pour assurer un service de qualité.

Pendant ces deux années, nous avons eu le défi d'agrandir la maison, mais suite à des difficultés rencontrées, nous avons opté pour l'achat d'une nouvelle maison, ceci afin de développer le service à l'externe et le coin jeunesse. Maintenant, nous avons la certitude d'avoir fait le bon choix.

En mon nom personnel et en celui des autres membres du conseil d'administration, soit Mmes Hélène Paradis, présidente; Lynda Perron, trésorière; Rachel Boivin, secrétaire; Monique Mauger et Isabelle-Michèle Tremblay, administratrices; nous souhaitons longue vie à La Maison La Montée dans sa mission d'aide aux femmes et aux enfants victimes de violence conjugale.

***Rolande Fortin, vice-présidente***

# Mot de la directrice

## *Mme Deicy Mezquita Ortiz*

Au mois de novembre 2002, j'ai postulé pour le poste « responsable de l'intervention » à La Maison La Montée à La Malbaie. J'ai acheté une carte pour avoir une idée de l'endroit où était située la ville de La Malbaie, j'ai présenté mon entrevue et voilà, un mois plus tard, j'ai déménagé à La Malbaie avec mes deux enfants, 20 heures de travail et le cœur rempli d'espoir.

J'ai commencé par restructurer l'intervention. Cela n'était pas compliqué pour moi, car je suis psychologue de profession et une ancienne professeure d'Université. Lorsque j'ai fini la restructuration, le conseil d'administration m'a proposé d'accepter la direction. J'ai consulté l'équipe de travail qui a été d'accord pour embarquer avec moi dans la grande aventure de revoir tout le côté administratif et de se désyndicaliser. Cette situation n'a pas été facile. Un contrôle strict sur le budget et sur les dépenses a été mis en place. Une sélection naturelle a été faite ce qui a donné comme conséquence le départ de la moitié de l'équipe de travail.

Merci beaucoup au conseil d'administration provisoire (Mmes Ginette Bergevin, Suzanne Péloquin, Barbara-Ann Marcoux et Carole Dufour) de nous avoir soutenues durant cette période difficile.

Par la suite, nous avons eu un conseil d'administration qui a travaillé à la restructuration des ressources humaines et à la qualité des services. Elles ont professionnalisé l'équipe de travail. Merci beaucoup en mon nom et en celui de la clientèle, à Mmes Marie-Claude Guérin, Marie-Josée Rhéaume, Anne-Pier Gagnon, Marie-Claude Rioux et Manon Chamberland, pour l'excellent travail que vous avez fait.

Aujourd'hui, nous avons une excellente équipe de travailleuses. Merci à Francesca, Céline, Andrée, Diane, Nadia, Julie, Marie-Christine, Andréanne, Geneviève, Christine, Karine et Stéphanie.

# Mot de la directrice

## *Mme Deicy Mezquita Ortiz*

De plus, nous avons un conseil d'administration qui nous supporte dans notre mission. Les membres, Mmes Hélène Paradis, Rolande Fortin, Lynda Perron, Rachel Boivin, Monique Mauger et Isabelle-Michèle Tremblay, sont très axées sur la confiance, le respect de la clientèle et ainsi que la philosophie de la maison.

Aujourd'hui, nous avons récupéré la crédibilité de la communauté charlevoisienne, de nos bailleurs de fonds et de nos partenaires. Merci beaucoup à tous, ainsi qu'à nos bénévoles et à nos commanditaires, d'avoir la cause des femmes et des enfants victimes de violence conjugale, dans votre cœur.

Nous avons une deuxième maison pour l'intervention à l'externe. Elle a été pensée pour les femmes et les enfants qui ont besoin des services, mais qui ne viendront pas nécessairement en hébergement. De plus, nous avons un point de service à Baie-Saint-Paul.

Pour les années à venir, la prévention sera une priorité dans notre plan d'action, car notre but ultime est d'arrêter le cycle de la violence et d'avoir une société plus saine.

Je suis très satisfaite du travail accompli et comme au premier jour, mon cœur continu d'être rempli d'espoir pour les nouveaux défis!

***Deicy Mezquita Ortiz, directrice***

# Les fondatrices

En 1978, j'étais la présidente des familles monoparentales. Lors des réunions régionales, nous parlions très souvent de l'aide que les femmes avaient dans les grandes villes.

Sur ce, les femmes monoparentales de Charlevoix ont donc décidé de faire des démarches pour que nous aussi, dans Charlevoix, nous puissions offrir de l'aide aux femmes et aux enfants victimes de violence conjugale, en ayant notre maison d'hébergement.

Nous avons commencé à faire des recherches et des sondages. D'après les résultats obtenus, nous avons découvert que c'était un grand besoin. Nous avons donc formé un comité provisoire avec Mmes Thérèse Villeneuve, Angèle Girard, Micheline Blouin, Chantal Michaud, Micheline Bouchard et moi, j'étais la présidente. Nous sommes allées visiter des maisons et nous avons fait une demande de subvention. La subvention nous a été accordée et la maison a vu le jour en 1985.

Nous étions toutes très fières de notre réussite, d'autant plus qu'aujourd'hui, en 2010, la maison existe encore, les femmes et les enfants peuvent toujours recevoir de l'aide de Charlevoix.

Merci à vous toutes!

*Jeannine Girard*

# La Maison La Montée

La Maison La Montée est une maison d'hébergement et de transition qui accueille, depuis 1985, les femmes et enfants en difficulté, victimes de violence conjugale sur le territoire de Charlevoix.

La Maison La Montée offre également des services pour les jeunes de la région qui se questionnent sur la violence dans leur relation amoureuse.

# Les objectifs

Selon les lettres patentes données, scellées et enregistrées à Québec le 30 avril 1985 au libro C-1185, les objectifs pour lesquels la corporation est constituée sont les suivants :

1. Accueillir et héberger les femmes et les enfants en difficulté et victimes de violence;
2. L'accueil sera fait à toute heure du jour ou de la nuit;
3. L'hébergement est pour une courte durée (dépannage);
4. L'écoute, le support, l'orientation;
5. L'information sur les différents services du milieu;
6. Consultation, si la femme le désire;
7. L'assistance dans les démarches à poursuivre;
8. Créer un climat de solidarité;
9. Favoriser l'autonomie des femmes;
10. Favoriser la collaboration entre les différents services qui peuvent venir en aide aux femmes et aux enfants victimes de violence;
11. Sensibiliser la population et les autres organismes aux problèmes vécus par les femmes et les enfants victimes de violence.

# Les principes

Tous nos services sont **gratuits et offerts par des professionnelles.** Vous trouverez à La Maison La Montée, une écoute personnalisée à toutes les femmes et à leurs enfants, dans le respect de nos valeurs.

## CONFIDENTIALITÉ

Nous nous assurons que la confidentialité règne à La Maison La Montée pour toutes les femmes et les enfants qui font appel à nos services. Pour protéger l'identité des hébergées, toutes les personnes fréquentant La Maison La Montée doivent signer une entente de confidentialité.

## SÉCURITÉ

Nos systèmes d'alarme et de surveillance caméra nous permettent de vous assurer un cadre physique sécuritaire, qui respecte la qualité de vie de la maison. Vous y trouverez un environnement où vous pourrez vous recentrer sur vous-même en toute tranquillité et en confiance.

## ACCUEIL ET ÉCOUTE

La Maison La Montée est un lieu de ressourcement qui vous permettra de retrouver le goût de vivre dans un environnement chaleureux. À travers les rapports positifs que tous les membres entretiennent entre elles, des liens se créent et procurent une force qui peut briser l'isolement.

## ÉTHIQUE

Elle détermine nos principes moraux jugés souhaitables pour la conduite de chacune ainsi que du groupe. Toute l'équipe de La Maison La Montée est liée à des règles d'éthique. Ces règles contribuent à créer un climat de confiance et de crédibilité.

# Nos services
## pour femmes et enfants

### en hébergement

- Accueil, écoute et référence 24h/7jours.
- Séjour variable selon les besoins.
- Accompagnement et support individuel.
- Consultation avec des professionnelles.
- Intervention individuelle et de groupe.
- Bibliothèque avec accès internet.
- Salle de conditionnement physique.
- Coin jeunesse.

### à l'externe

- Ligne téléphonique 24h/7jours.
- Écoute et référence.
- Support et orientation.
- Consultation avec des professionnelles.
- Accompagnement.
- Groupe en dévictimisation.
- Groupe ouvert « La violence, personne n'est à l'abri ».
- Point de service à B-S-P, ouvert tous les mercredis.

# Statistiques

***(Source : Ministère de la Sécurité publique et Statistiques Canada)***

Statistique Canada révélait en 1993 qu'une québécoise sur 4 (25 %) a subi de la violence physique et/ou sexuelle de la part de leur conjoint au cours de leur vie.

Au Québec, en 2003 :

- 84 % des victimes de violence conjugale étaient des femmes;
- 13 840 femmes ont subi une infraction criminelle perpétrée par le conjoint, l'ex-conjoint ou l'ami intime :
  - 57 % de ces femmes ont subi des voies de fait simples;
  - 17 % ont été victimes de menaces;
  - 12 % de harcèlement;
  - 12 % d'une agression armée ou causant des lésions corporelles.
- 21 femmes ont été abattues par leur conjoint, ex-conjoint ou ami intime.

En 2000, les jeunes femmes de 15 à 24 ans sont celles qui représentent le plus de risques d'être tuées par le conjoint/ami intime. C'est dans ce même groupe d'âge que l'on retrouve le plus haut taux de victimisation en relation de couple.

En hébergement :

- Chaque jour, au Canada, 3 275 femmes et 2 835 enfants trouvent refuge dans une maison d'hébergement.
- En 2004, les maisons d'aide et d'hébergement ont accueilli, seulement au Québec, 6 744 femmes et 4 748 enfants.
- En 1995, le gouvernement du Québec adopta une politique d'intervention en matière de violence conjugale **« Prévenir, dépister, contrer la violence conjugale »**. Cette politique fût renouvelée en 2004. Elle condamne la violence conjugale pour ce qu'elle est : **UN CRIME!**

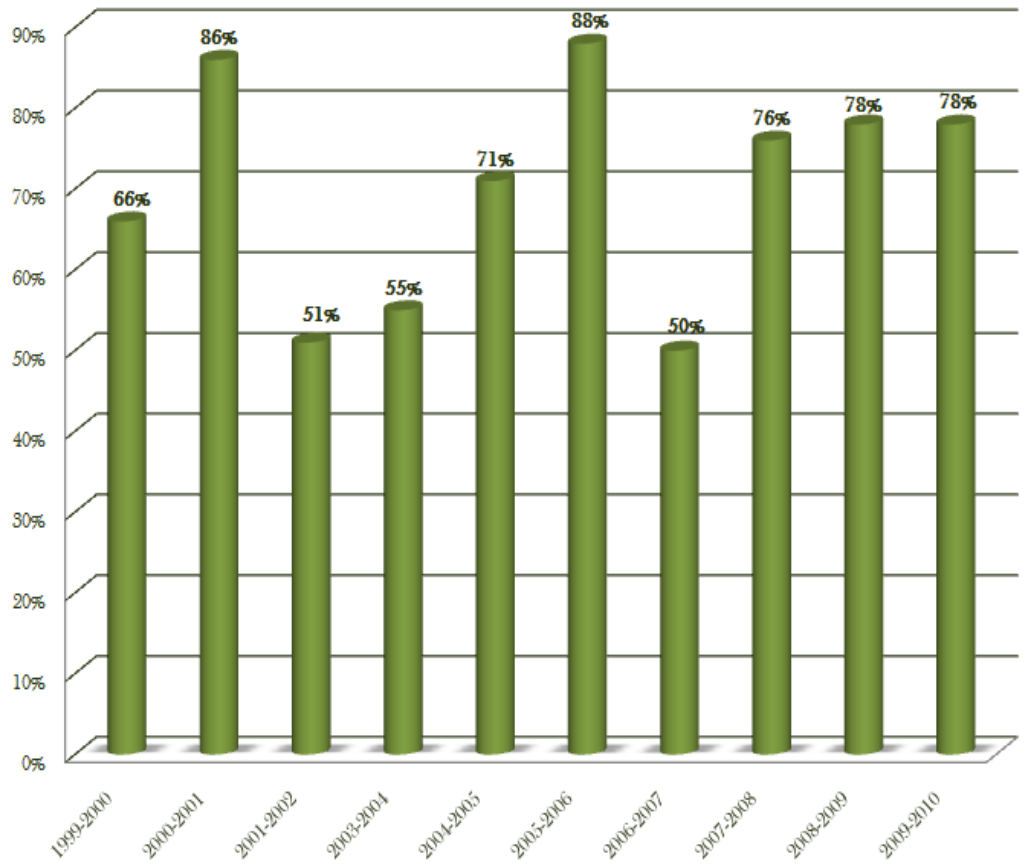
**Ces statistiques ne font pas état de toutes ces femmes qui continuent de souffrir en silence...**

# Statistiques

depuis les dix dernières années

## Taux d'occupation

du 1er avril au 31 mars




Note : Pendant l'année 2001-2002, la maison a été fermée pendant 5 mois pour cause de travaux.

# L'intervention jeunesse à La Maison La Montée, un travail aux sphères multiples...

À La Maison La Montée, l'intervenante jeunesse touche à plusieurs volets : l'intervention lors de l'hébergement, le suivi en externe et la prévention jeunesse. Comme nous accueillons les femmes en difficulté victimes de violence conjugale de même que leurs enfants, chacun des volets abordés vise le bien-être des enfants et des adolescents témoins de cette violence.

L'exposition à la violence conjugale peut avoir des conséquences marquantes sur les enfants de tous les âges, c'est pourquoi un suivi lors de l'hébergement est primordial pour les mères comme pour les enfants. Par ce suivi, nous soutenons les enfants dans la situation de crise familiale ainsi que les femmes dans leur rôle de mère. La Maison La Montée est un endroit sécurisant pour les enfants et les interventions auxquelles ils participent les aident à contrer les effets négatifs de ce qu'ils ont vécu.

Parfois suite à un hébergement les enfants et leur mère désirent poursuivre un suivi en externe. Ce dernier favorise la démystification de la violence conjugale et fait comprendre aux mères et aux jeunes qu'ils ne sont pas responsables de la violence vécue. Ce service est aussi offert à tous les enfants de Charlevoix qu'ils aient bénéficié ou non de l'hébergement.

Dans mon volet prévention, je vise à faire connaître La Maison La Montée et ses services à la population de Charlevoix ainsi que prévenir la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes. Dans cette sphère de mon travail, la collaboration avec les acteurs du milieu est très importante. C'est pourquoi je participe à l'élaboration de projets en partenariat avec les organismes de la région et je siège aux diverses tables de prévention jeunesse de Charlevoix. Les animations dans les écoles, que ce soit au primaire ou au secondaire font aussi parties de la prévention que je réalise. Afin de rejoindre aussi la population adolescente de Charlevoix un groupe ados pour de saines relations amoureuses est mis en place depuis 2009.

L'intervenante jeunesse est là pour toi, ensemble brisons le cycle de la violence!

*Julie, intervenante jeunesse*

## *Témoignage d'une intervenante*

Je suis intervenante à La Maison La Montée depuis plusieurs années. C'est la cause des femmes et des enfants victimes de violence conjugale qui m'a attirée dans ce travail et c'est toujours cela qui « m'allume » encore aujourd'hui.

Accompagner ces femmes dans leur démarche de reprise de pouvoir demeure une source de motivation véritable. Ici dans la maison, tout sert de prétexte à l'intervention : les tâches ménagères; les discussions lors des repas; les résolutions de conflits; les diverses activités; etc. C'est un milieu de vie qui malgré ses difficultés, demeure très enrichissant.

Afin de nous soutenir dans notre travail, la maison nous fait bénéficier de nombreuses formations qui nous permettent de mieux intervenir auprès des femmes et des enfants.

Aujourd'hui, nos conditions de travail se sont grandement améliorées dans les maisons d'hébergement; il faut y voir une reconnaissance de l'exigence du travail d'intervenante. Ce dernier demande une grande capacité d'adaptation, un bon esprit d'équipe, un savoir-faire et surtout un savoir-être. Demeurer bienveillante sans tomber dans le « maternage », c'est notre défi de tous les jours.

Je fais un travail formidable où la routine n'existe pas, et qui me permet d'aller toujours plus loin dans mon vécu de femme et d'intervenante en maison d'hébergement.

***Diane, intervenante***

# Intervention à l'externe et point de service à B-S-P

Je me nomme Nadia et je suis intervenante femme. Je fais maintenant partie de l'équipe de La Maison La Montée depuis quatre ans et je suis fière de contribuer à la cause des femmes qui me tient à cœur.

Notre travail est d'intervenir auprès des femmes vivant de la violence conjugale ou en difficulté. Nous intervenons en milieu de vie, mais notre rôle ne se limite pas là. Nous travaillons aussi avec des femmes qui ne viennent pas en hébergement. Ce service se nomme le suivi en externe. Celles-ci ne sont pas toujours prêtes à venir en hébergement et parfois cela ne répond pas à leurs besoins prioritaires. C'est pourquoi un service en externe leur est offert.

Les femmes se déplacent à notre point de service du côté de La Malbaie mais étant donné la grandeur de notre territoire, de Petite-Rivière-St-François à Tadoussac, La Maison La Montée a ouvert, depuis décembre 2009, un point de service situé à Baie St-Paul. Tous les mercredis, une intervenante s'y rend pour faire de l'intervention à l'externe. Celle-ci est disponible de 9 h à 16 h et il est important de prendre rendez-vous au 418-665-4694. Prenez note que ce point de service est aussi disponible pour les suivis jeunesse. Nous offrons à Baie-St-Paul, le suivi de groupe post-hébergement sur la démarche en dévictimisation « Les mensonges qu'Horrore me contait » et le suivi de groupe ouvert « La violence, personne n'est à l'abri ».

Les suivis en externe sont basés sur l'intervention féministe, le respect, l'autonomie, la liberté des femmes et également sur le fait que chaque femme est capable de prendre sa vie en main et son pouvoir. Nous pouvons établir un plan d'intervention en accord avec ses besoins pour faciliter l'encadrement et le soutien dans les démarches de la femme. Il est possible aussi de travailler en collaboration avec les autres organismes de la région pour le suivi et le cheminement de la femme.

Merci à ceux et à celles qui contribuent au soutien et au fonctionnement de l'organisme.

***Nadia, intervenante***

## La nécessité de se concerter et de faire de la sensibilisation

Les maisons d'hébergement ont lutté depuis les trente dernières années afin que soient reconnues la problématique de la violence conjugale et la nécessité des maisons d'hébergement. « Du silence des maisons à la une des journaux, la violence conjugale est devenue depuis les années 1970, un fait reconnu. Les femmes comme le grand public, les policiers comme les médias, les travailleurs sociaux comme les juges y sont plus sensibles que jamais auparavant. »[1] De nos jours, davantage de personnes sont au courant des formes de violence conjugale et connaissent que les victimes sont particulièrement les femmes et les enfants.

Le fait de croire que la violence conjugale est un problème de chicane de couple augmente la difficulté des femmes qui vivent une relation violente à chercher de l'aide. En d'autres termes, le silence perpétue le problème, il importe de travailler afin de mettre fin au sentiment d'isolement des victimes de violence conjugale. Tout le monde peut participer à prévenir les formes de violence dans les relations. Par la sensibilisation, nous amenons les gens à être de plus en plus conscients des torts causés par la violence, à les aider à prévenir celle-ci. La prévention de la violence est possible lorsque tout le monde prend ses responsabilités en matière de sécurité. Chacun est concerné, mais personne n'est à l'abri de la violence conjugale.

C'est pourquoi à La Maison La Montée, il ne suffit pas de faire de l'hébergement, il faut atteindre tout le monde et démystifier la dynamique de la violence conjugale auprès des intervenants afin qu'ils puissent mieux dépister et référer aux endroits qui conviennent aux besoins des femmes et des enfants. La sensibilisation se fait aussi avec différents groupes (milieu de travail, groupes communautaires, associations et population en général), nous procédons par des rencontres de groupe, des activités diverses selon les périodes de l'année. Pour former et sensibiliser les intervenants, nous organisons pour la cinquième année consécutive un colloque régional ayant pour thème la violence conjugale, il est toujours apprécié par les intervenants de plusieurs régions du Québec.

La sensibilisation s'adresse à toutes les catégories d'âge que ce soit les petits des garderies et les étudiants de tous les niveaux scolaires. Nous avons des programmes pour rejoindre tous ces jeunes qu'ils soient témoins ou victimes de violence; nous devons les rejoindre pour les sensibiliser, pour les former et parfois intervenir avec eux. Pour la population en général, nous donnons des séances d'information, nous écrivons des articles et des reportages dans les journaux et aux télévisons communautaires, afin de les informer de nos activités lors des journées dédiées à la violence, aux événements spéciaux qui concernent la maison d'hébergement.

La sensibilisation est un travail de longue haleine car la violence est encore un sujet dont les personnes en général n'aiment pas entendre parler et qui dérange, mais en démystifiant et en dénonçant la violence, nous faisons en sorte qu'elle n'est plus une « affaire entre deux personnes » mais qu'elle est une responsabilité collective.

***Andrée, intervenante***



[1] « La violence conjugale, c'est quoi au juste. » Regroupement provincial des maisons d'hébergement. 2003

## *Les cinq formes de violence conjugale*

### La violence physique

La violence physique c'est : donner des coups, briser des objets, cracher au visage, séquestrer, attacher, étrangler, etc. Elle n'est pas toujours nécessaire pour maintenir un pouvoir sur l'autre. Elle survient lorsque les autres tentatives et/ou moyens de prendre le pouvoir n'ont pas assez fonctionné selon la personne qui tente de prendre le pouvoir sur l'autre (rendues à ce stade, les autres formes de violence ne sont toutefois pas abandonnées pour autant).

### La violence économique

La violence économique consiste à : obliger l'autre à travailler au dessus de ses forces, à ne pas travailler, contrôler ses dépenses, interdire d'étudier, tenir la femme dans l'ignorance du revenu familial, etc. La dépendance économique est un handicap majeur à l'autonomie des femmes.

### La violence psychologique

La violence psychologique consiste à l'accumulation de propos et d'attitudes humiliants, méprisants; dénigrer les capacités intellectuelles, l'apparence physique, la manière d'élever les enfants; dévaloriser les loisirs, les amis, la famille, la manière de cuisiner, la sexualité, etc. Cette forme de violence s'attaque à l'image de soi, à nos capacités personnelles et interpersonnelles.

## *Les cinq formes de violence conjugale*

### La violence verbale

La violence verbale s'entend : cris, humiliations, menaces, insultes, injures, sarcasmes, mépris, interdictions, chantage, ordres, etc. La violence a atteint son but, un climat de tension est créé et la femme est maintenue dans un état de peur et d'insécurité.

### La violence sexuelle

La violence sexuelle consiste à obliger une personne à avoir des rapports sexuels avec soi ou d'autres personnes. Les obligations peuvent être variées : faire l'amour à plusieurs, mordre les seins, pénétration anale, prostitution…

La violence sexuelle relève également d'un aspect psychologique en : humiliant, obliger à regarder du matériel pornographique, à dévaloriser l'autre par rapport à la sexualité ou à son corps.

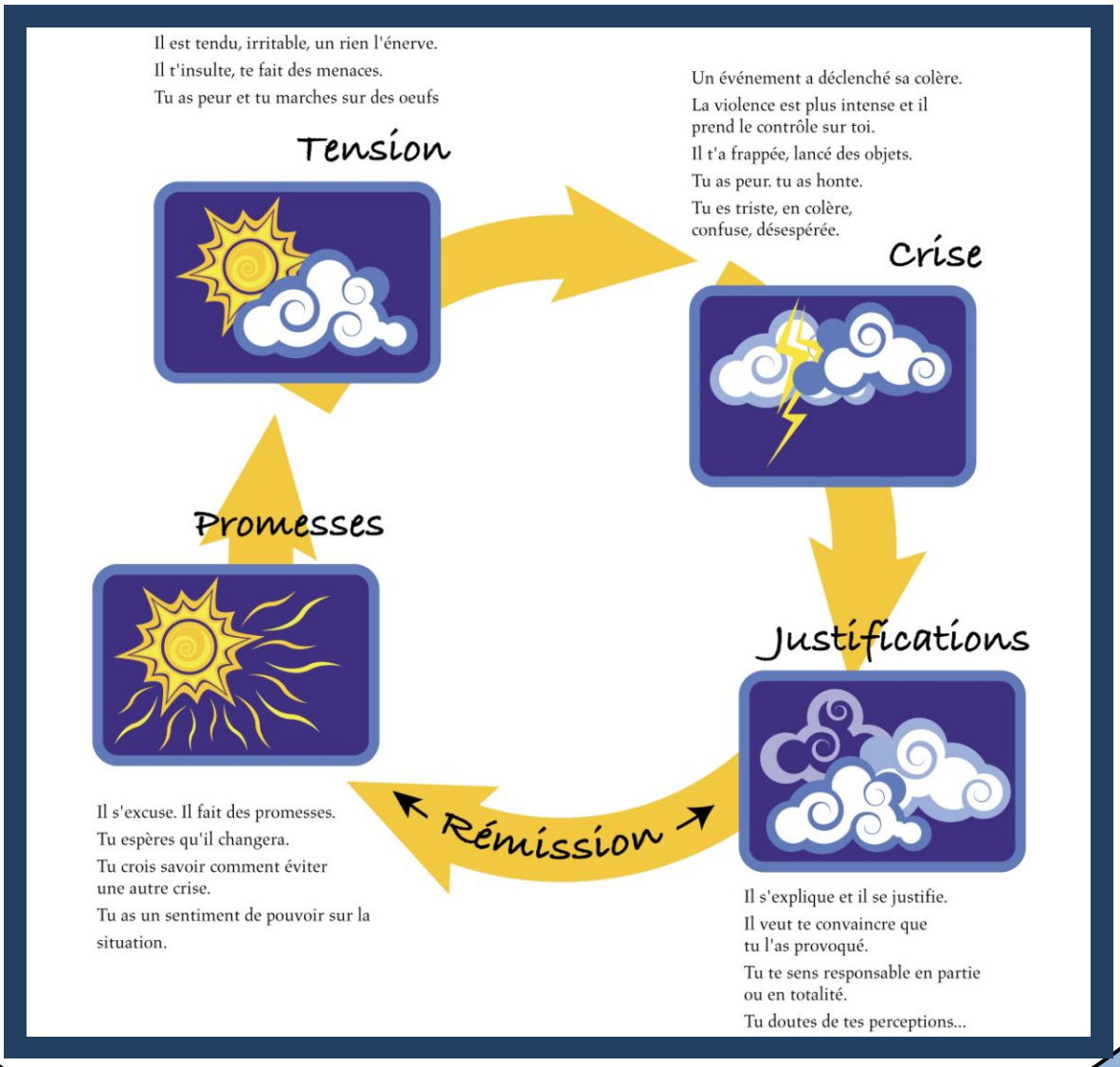
Contrairement à ce que l'on pense, la violence conjugale n'est pas une perte de contrôle de la personne qui adopte des comportements violents. Au contraire, il s'agit d'un moyen choisi pour dominer l'autre et prendre du pouvoir.

**Peu importe les formes; la violence, ça fait toujours mal!**

## *Le cycle*

### Le cycle de la violence est constitué de 4 phases :

- **TENSION** = anxiété de la femme;
- **CRISE** = colère et honte de la femme;
- **JUSTIFICATION** = responsabilisation de la femme;
- **PROMESSES** = espoir de la femme.



# Les effets de la violence

## *Chez les enfants*

Il est dorénavant prouvé que les enfants exposés (témoins et/ou victimes) à la violence conjugale en ressentent des conséquences d'ordre :

- **PHYSIQUES :** retard de croissance, trouble de l'alimentation et du sommeil, cauchemars, énurésie, encoprésie, blessures, victime d'abus, infections aux oreilles, problèmes d'estomac, asthme, maux de ventre, etc.
- **COGNITIVES ET SCOLAIRES :** inattention, retard d'apprentissage, difficulté de concentration, absentéisme scolaire, mauvais résultats scolaires, etc.
- **ÉMOTIVES :** gémissements, crises ou pleurs excessifs, tristesse, honte, crainte, colère, peur, parentification, culpabilité, conflit de loyauté, etc.

Tout comme les femmes, les enfants peuvent se sentir responsables de la violence et croire qu'il est possible de devenir meilleur afin de la faire cesser.

La prise de conscience de la mère face à la souffrance des enfants, lorsque le conjoint menace de les violenter ou qu'il passe à l'acte sont souvent des éléments déclencheurs pour quitter le foyer familial.

Les conséquences de la violence conjugale chez l'enfant peuvent s'exprimer par :

- DES PROBLÈMES INTÉRIORISÉS : troubles anxieux, dépression, manque d'estime de soi, syndrome du choc post-traumatique, idéations suicidaires, crainte de la noirceur, repli sur soi, dépendance exagérée face à la mère, etc.
- DES PROBLÈMES EXTÉRIORISÉS : cruauté envers les animaux, destruction des biens, manipulation, manque de respect, fugue, abus de substances, violence dans les relations amoureuses, etc.

# Les effets de la violence

## *Chez les femmes*

Au fur et à mesure des agressions, la femme :

- voit la violence comme normale, justifiée;
- banalise la violence et son seuil de tolérance augmente;
- perd son énergie à force de vivre constamment dans un climat de tension;
- s'isole;
- ressent de l'impuissance et de la peur;
- pense qu'elle ne peut rien faire pour s'en sortir;
- voit son estime de soi diminuer;
- somatise, éprouve de l'anxiété et divers maux physiques (trouble du sommeil, blessures, fatigue chronique, maux de tête, etc.);
- éprouve des répercussions au niveau psychologique (faible estime de soi, culpabilité, dépression, trouble anxieux, idéations suicidaires, etc.);
- éprouve des répercussions au niveau social (faible réseau social, absentéisme au travail, appauvrissement financier, non-assiduité aux rendez-vous, etc.);
- ressent des conséquences au niveau de sa santé mentale.

**Ressources d'aide en matière de violence :**

- **La Maison La Montée (Maison d'aide et d'hébergement pour les femmes et enfants victimes de violence conjugale);**
- **CSSS le plus près;**
- **SOS violence conjugale; 1-800-363-9010;**
- **SHIC (Service pour hommes impulsifs et colériques);**
- **CAVAC.**

# Témoignage

## Ancienne hébergée, victime de violence conjugale

Je me suis mariée à 22 ans à un homme que j'aimais. Nous avions le projet de fonder une famille et quatre enfants sont nés de cette union. Nous étions confiants dans l'avenir qui durerait toute la vie.

Les années ont passé. Au début, je ne me rendais pas compte du comportement contrôlant ni de la jalousie maladive de mon mari. Ayant eu une enfance au pensionnat, j'ai grandi dans une famille un peu marginale. Je trouvais donc normale sa façon de se comporter. Je manquais de confiance en moi et une petite voix me disait que je n'étais pas heureuse, mais je ne l'écoutais pas. Les enfants sont arrivés. J'étais devenue une maman et il n'était plus question pour moi de les priver de leur père.

Je vivais de la violence psychologique et verbale. Combien de fois j'ai entendu : « T'es malade, t'es folle, t'as pas de bon sens, tu ne sais pas élever des enfants, t'es pas une bonne mère, tu ne sais pas faire à manger, tu dépenses MA PAYE »! Même pour ses propres enfants, il n'était pas d'accord sur des dépenses élémentaires de base : « T'as toujours besoin d'argent pour les enfants, ils n'ont pas besoin de linge, va au sous-sol de l'église pour les habiller »! J'avais mal à l'estomac lorsqu'arrivait le début des classes : vêtements, matériel scolaire, billets d'autobus. Je me demande encore aujourd'hui, comment j'ai pu faire pour passer au travers de cette période.

Des phrases comme celles-là, je les entendais souvent. J'ai connu les insultes, le ridicule, les menaces. Même devant mes amies, je vivais un contrôle au niveau de mes sorties. Je ne pouvais recevoir personne, l'argent étant toujours évoqué. Il me faisait même retourner à l'épicerie des achats faits si ça dépassait ce qu'il « m'autorisait » à dépenser. Je devais faire l'épicerie avec une calculatrice et, même ça, ça ne faisait pas. Un jour, je lui ai dit de la faire lui-même. C'était ce qu'il voulait.

Il avait, par surcroît, une fixation sur la religion. Je me suis vue imposée des pratiques religieuses, de même que pour les enfants, et contrôlée par celles-ci pour ces mêmes motifs. L'argent n'allait que pour l'église. Là, il n'y avait pas de prix! Combien de fois aurais-je aimé aller dans ma famille prendre un repas ou passer quelques jours, mais ça supposait de l'argent pour les déplacements, ma famille étant à l'extérieur.

Il m'était défendu de travailler : « Lorsqu'une femme commence à travailler à l'extérieur, c'est la fin du couple », me disait-il. J'ai passé outre cet interdit et quand je l'ai fait, il venait me surveiller avec les enfants parce que je travaillais de soir. Il était d'une jalousie maladive. Heureusement que j'étais déterminée à continuer. Il me disait : « Si tu veux travailler, vas-y par toi-même et paye ta gardienne ». Ce que j'ai fait.

# Témoignage

## Ancienne hébergée, victime de violence conjugale

Un exemple pour illustrer son mépris à mon égard : un jour j'allais travailler et il pleuvait. Il est passé à côté de moi, sans me faire monter. Alors, j'ai décidé d'apprendre à conduire même s'il n'était pas d'accord. J'ai même dû le menacer d'en parler à d'autres s'il m'en empêchait. Évidemment, j'ai dû payer mes cours avec l'argent que je gagnais.

En ce qui concerne la sexualité, je devais souvent avoir des rapports sexuels non désirés sinon il était de mauvaise humeur et nous en subissions les conséquences. Alors, je m'arrangeais pour que ça n'arrive pas et je cédais. Je devais même me coucher à la même heure que lui. La peur me tenaillait le ventre, car je ne savais jamais l'état dans lequel il arriverait de travailler. Content? Impatient? Enragé? Je l'ignorais.

Mes amies avaient peur aussi pour moi et elles devenaient impatientes. Si quelqu'un arrêtait me voir, je devais effacer les marques de pneus. Il fallait que je parle au téléphone dehors, car lorsqu'il arrivait de travailler il questionnait une de nos filles sur : qui avait téléphoné dans la journée, ce que j'avais dit, qui était venu à la maison. Ma mère qui se doutait de tout se mourrait d'inquiétude pour moi, demeurant au loin.

Un jour, il est allé vraiment trop loin, alors je lui ai dit que je partais, que c'était terminé. Il pleurait tellement que j'en suis devenue toute bouleversée. Mais je lui ai tout simplement répondu que si j'étais tout ce qu'il pensait de moi, je ne comprenais pas pourquoi il voulait d'une femme comme ça. Il devrait plutôt être content que je parte et que ça laisserait le champ libre pour une autre femme différente qui le contenterait en tout. Pour moi, ça faisait 15 ans que j'endurais, c'était assez.

J'ai fini par comprendre que jamais ça ne changerait, qu'il ne voulait pas se faire aider en consultant. Pour lui, il n'y avait que moi qui étais malade. Je dois avouer que j'ai tout fait pour sauver notre union et que ça m'a tuée. La dernière année a été particulièrement difficile. J'étouffais, j'avais peur, je ne vivais plus.

J'ai découvert plus tard que j'étais une « sauveuse » que j'avais choisi d'épouser cet homme pour le sauver. Maintenant, il était le père de mes enfants. Je ne les priverais pas de leur père. Voilà pourquoi je n'ai pas été capable d'enlever ce père à mes enfants ayant moi-même été privée d'un père. C'est ainsi que je suis partie seule à La Maison La Montée, cette maison d'hébergement pour les femmes en difficultés comme moi. Mes amies ne se sentaient plus capables de m'aider. Là, je suis allée faire soigner mon âme démolie, mon estime de soi réduite à rien, mon intégrité brisée en mille morceaux.

# Témoignage

## Ancienne hébergée, victime de violence conjugale

Épuisée, malheureuse, j'étais à ramasser à la petite cuillère. Pourtant, j'avais honte. On appelait cette maison « La Maison des femmes battues ». J'étais anéantie, déprimée et sans argent. Je ne me sentais « pas normale », fille de pensionnat. Alors, je donnais ainsi raison à mon mari. Je vivais un sentiment d'échec total.

Longtemps par la suite, mon ex-mari m'a dominée même si je n'étais plus avec lui. Je me suis enlisée vers une longue descente en enfer. Encore aujourd'hui je travaille à remonter la pente. On dit que la convalescence est aussi longue parfois que la profondeur de la blessure! Je me rends compte, sans l'excuser, que cette blessure remontait bien au-delà de mon mariage, elle venait de mon enfance.

L'amour de mes enfants et de ma mère ajouté à la foi en la vie m'a permis de garder espoir. Je ne voulais plus me rendre complice de la violence, même si ça a été dur de partir pour que j'y mette un terme. Par ce geste, j'espère être un exemple pour mes enfants et mes petits enfants.

À La Maison La Montée, j'ai reçu et reçois encore beaucoup d'aide. J'y retrouve du soutien moral, de l'écoute. Je prends tout ce qui m'y est offert : groupe de soutien, ateliers de dévictimisation et de restructuration. J'y ai travaillé et travaille encore l'approche déculpabilisante (socialisation des femmes), approche qui met l'accent sur l'estime de soi, l'affirmation et l'autonomie. Tout ce que j'avais perdu depuis mon enfance. J'ai appris à cette maison comment me détacher de ce que je ne peux changer, comment agir sur mon présent. Pas à pas, petit à petit, année après année, les personnes qui y œuvrent m'ont aidée à me reconstruire, à être fière de ce que je suis, à retrouver la vraie femme que je suis, à reprendre le contrôle de ma vie et surtout, à garder LE GOÛT DE VIVRE ET DE CONTINUER.

Bref, à cette maison, je trouve un soutien émotionnel, mais c'est un travail de tous les jours. La lassitude ne m'a jamais quittée et comme bien des femmes, j'ai des moyens précaires, mais je respire beaucoup mieux et je me sens bien dans ma peau. Avec le temps, je me suis rendue compte combien j'avais accompli de belles choses. À La Maison La Montée, je fais partie d'une famille extraordinaire de femmes dont je suis fière. Nous sommes toutes des « survivantes de l'abandon », mais combien « VIVANTES »!

***Anonyme***

# Témoignage
## d'un proche

Il est 3 heures du matin, le téléphone me réveille. Au bout du fil, on m'apprend qu'un de mes beaux-frères est décédé. Suicide. On insiste pour que je descends de Jonquière à Charlevoix. À peine réveillé, je réfléchi lentement et je dis que je vais prendre le temps qu'il faut. Mais on insiste fortement. Finalement, je me prépare rapidement et je descends à Charlevoix. Deux heures de route ça permet de réfléchir. À tel point, que l'idée du suicide me porte à croire qu'il n'est peut-être pas seul. Presque au même moment j'entends à la radio meurtre suivi d'un suicide à Baie-St-Paul. Il n'en fallait pas moins pour que dans ma tête le lien se fasse rapidement. Je conduis d'une main, je pleure et frappe de l'autre main.

Arrivé en crise chez ma sœur aînée on essaie de me raisonner. Nous sommes consternés et il faut aviser nos parents. Étant le cadet de la famille c'est à moi que revient la tâche d'annoncer une telle nouvelle. On ne réfléchit plus, on agit comme des robots. La nouvelle nous frappe si fort qu'on sent comme une lame de couteau nous traverser le cœur et on se retrouve comme dans un univers qui n'a pas de sens. Finalement, l'annonce est faite aux parents. À ce moment tu vois un grand vide qui arrive dans leurs yeux. Tu viens de leur dire qu'un de leurs enfants est décédé et c'est un décès d'une grande violence. Nous sommes tous réunis et sans mots. Ayant fait appel au curé de la paroisse, c'est un peu de réconfort qui nous permet de vivre le moment présent. Comment accepter que ma sœur à 32 ans soit morte de deux balles d'un calibre 308? Les mots sont durs à entendre, mais c'est la réalité. Puis il faut annoncer la nouvelle également aux proches, oncles, tantes, amis... etc. On ressent un vide profond, une colère extrême qui cohabitent avec un sentiment de culpabilité et une grande tristesse. Pour moi c'est une sœur, une mère, une confidente, une amie que j'ai perdue. Si vite; pas le temps de se dire à quel point on s'aime. Il a réussi son coup, plutôt que de perdre sa femme, il a choisi de l'enlever à tous. Et oui, parce qu'il la trompait depuis un certain temps, ce 2 septembre 1987, elle lui annonce à l'heure du souper qu'elle le quitte, la situation a assez duré. Voilà l'élément déclencheur qui provoque une telle violence.

La famille devient fragile. On en parle les premiers jours. Les gens sont plus proches de nous. Puis, ça s'estompe; les gens après un certain temps nous en parlent de moins en moins, de peur de nous faire de la peine, ou de nous fragiliser davantage.

# Témoignage
## d'un proche

Pourtant, s'ils savaient à quel point en parler et en reparler est libérateur. Puis, chaque membre de la famille vit sa propre peine à sa façon dans son jardin secret. Les réunions de famille deviennent tristes, nous avons perdu le plaisir d'être ensemble parce qu'il manque quelqu'un. J'entends souvent ma mère nous dire : on ne rit pas comme avant; notre rayon de soleil n'y est plus avec son rire particulier. Elle était une grande ricaneuse.

J'admire aujourd'hui les membres de ma famille qui ont su survivre à cet événement. Quant à moi, cela aura pris 10 ans avant de faire en partie mon deuil. Une dépression majeure suivit d'une thérapie plus tard, la vie reprend son cours normal. Il m'aura fallu 12 autres années pour l'accepter et finaliser ce deuil.

Cette violence à l'égard d'un proche affecte les parents bien sûr, mais cela a un impact sur tous ceux qui gravitent autour de la famille. Aujourd'hui, on en reparle et l'on ressent encore que tous ceux qui ont connu ma sœur ont été affectés d'une façon ou d'une autre. Ça demeure un événement qui marque nos vies.

Quoi faire? Quoi dire? Pourquoi? Il ne faut surtout pas se rendre coupable. Aurait-on pu éviter l'événement? Je dis non. Le geste était prémédité et camouflé.

Et voilà, un tel événement nous porte à remettre en questions nos valeurs et nos croyances. Plus rien n'a de sens; comment accepter un meurtre? De quel droit quelqu'un peut-il choisir d'enlever la vie d'une autre personne? Il me faudra à moi et ma famille quelques années pour remettre en place un système de valeurs et de croyance. On ne voit plus la vie de la même manière et nous restons fragilisés. Ce n'est pas juste pour les autres la violence maintenant. Elle est autour de nous et elle se manifeste sous une forme ou une autre. Mais il faut en parler et dire non à la violence. Il faut s'éduquer et éduquer nos enfants à dire non à la violence à la moindre manifestation. Et puissions-nous espérer que dans le futur il en aura de moins en moins.

*Julien Tremblay*

# Témoignage
## Bénévole

Chers lecteurs et lectrices,

On m'a demandé de vous entretenir sur mon implication auprès de La Maison La Montée. D'entrée de jeu, je me présente; Bertrand Lapointe et j'opère « Musique PROLAB » depuis déjà 18 ans.

Il y a un peu plus de 10 ans, j'ai commencé à m'impliquer à La Maison La Montée par des activités telles que : fêtes d'enfants, assemblées générales, fêtes pour les bénéficiaires du service et depuis, je ne me suis jamais défait de cette famille.

Travailler avec les bénéficiaires et les enfants me fait toujours plaisir. Mon métier fait en sorte que je puisse leur donner du plaisir, de la joie et l'envie de continuer même s'il y a des événements que l'on ne peut contrôler et cela nous fait grandir ensemble. Un jour, étant le lutin du père Noël lors d'une fête d'enfants à La Maison La Montée, j'ai fait la distribution des cadeaux et par malchance, un des cadeaux donnés à un enfant n'était pas ce qu'il avait demandé. Voilà les larmes et la peine. Il fallait que je trouve, étant le lutin, une solution à cette gaffe du père Noël. Alors, en lutin responsable, j'ai glissé à l'oreille de l'enfant ce message : « Le père Noël s'est trompé. Il s'en excuse. Je vais voir personnellement à ce que tu as ce que tu lui as demandé ». Alors, les larmes ont cessé. Quelques jours après, le lutin du père Noël lui apportait son présent. En faisant cela, j'espère avoir contribué aux rêves de l'enfant. Pour moi, ce n'était pas grand-chose, mais pour cet enfant...

Aujourd'hui encore, je suis au poste tous les jeudis soir puisque j'anime le bingo. Je profite de cette occasion pour vous inviter à venir jouer, en famille ou entre amis, au bingo récréatif de La Maison La Montée dès 19 h, au 1045, rue Richelieu à La Malbaie. Bienvenue à toutes et à tous!

Merci, Bertrand.

# Remerciements

- Agence de la santé et des services sociaux de la C-N
- Aide juridique
- Al-Anon/Al-Ateen
- Alcooliques Anonymes
- Alliance des maisons d'hébergement
- Association Bénévole de Charlevoix
- Association des personnes handicapées de Charlevoix
- Association féminine d'éducation et d'action sociale
- Caisses Desjardins
- CALACS de Charlevoix
- Carrefour Jeunesse-Emploi
- Casino
- CAVAC
- Centre communautaire de Charlevoix
- Centre communautaire Pro-Santé
- Centres de la petite enfance
- Centre de réadaptation Ubald-Villeneuve
- Centre de santé et de services sociaux de Charlevoix
- Centre d'éducation des adultes de Charlevoix
- Centre des femmes de Charlevoix
- Centre d'études collégiales en Charlevoix
- Centre Jeunesse de Québec
- Centre local d'emploi
- Centre prévention suicide de Charlevoix
- Centre-Femmes aux Plurielles
- Cercle des fermières
- Chambre de commerce de Charlevoix
- CLD de la MRC de Charlevoix
- CLD de la MRC de Charlevoix-Est inc.
- Club bon cœur des cardiaques
- Club Cardio-Santé
- Club Lions
- Club Optimiste
- Commission scolaire de Charlevoix
- Conférence Régionale des Élus
- Conseil social et communautaire de Charlevoix
- CRC Le Pavillon
- Député fédéral de Charlevoix
- Députée provinciale de Charlevoix
- Diabète Charlevoix
- Domaine Forget
- Éveil Charlevoisien
- Fairmont Le Manoir Richelieu
- Fondation Communautaire de la Sûreté du Québec
- Fondation Marie-Vincent
- Fondation Vagabond
- Forum jeunesse
- G. Sept
- Groupe Action Jeunesse de Charlevoix
- Hebdo Charlevoisien
- La Marée
- L'Efflorescence
- Mains de l'espoir de Charlevoix inc.
- Maison de la famille de Charlevoix
- Maisons des jeunes
- Mont d'Espoir
- MRC de Charlevoix
- MRC de Charlevoix-Est
- Petites Franciscaines de Marie
- Procureur de la Couronne
- Power Corporation
- Radio MF Charlevoix inc. (CIHO)
- Regroupement des groupes de femmes
- Regroupement pour l'intégration sociale de Charlevoix
- Regroupement provincial des maisons d'hébergement
- Ressources Génésis Charlevoix inc.
- ROC 03
- Service alimentaire et d'aide budgétaire
- Service correctionnel
- Service de formation en alphabétisation de Charlevoix
- Société d'Habitation du Québec
- Société St-Vincent de Paul
- Sûreté du Québec
- SHIC de Charlevoix
- Table en violence de Charlevoix
- Télévision communautaire Vents et Marées
- Télévision de Charlevoix-Ouest
- Unité Domrémy de Clermont inc.
- Université du Québec à Chicoutimi
- Vision d'espoir et de sobriété

**Un grand merci à toutes les personnes et à tous les organismes qui ont contribué au bon fonctionnement de La Maison La Montée.**

**Merci!**

La Maison La Montée

Maison d'hébergement et de transition pour femmes et enfants victimes de violence conjugale.

# Services gratuits et confidentiels
# Accueil et ligne téléphonique 24/7jrs

## POUR NOUS CONTACTER :


**Urgence et intervenantes :**

☎ 418-665-4694

lamaisonlamontee@bellnet.ca

**Intervenante jeunesse :**

☎ 418-665-4694

lamonteepourlesjeunes@hotmail.com

**Administration :**

C.P. 2009

La Malbaie (Québec) G5A 3C7

☎ 418-665-4710 / 418-665-6914

lamontee@bellnet.ca


## Nos activités à ne pas manquer :

- **COLLOQUE** annuel à l'automne;
- **BINGO** récréatif tous les jeudis.

**Bienvenue!**