



# Face à la violence conjugale : des alliés, des ressources et des droits pour les femmes immigrantes



Rédaction : Arina Grigorescu  
Collaboratrices : Audrey Gagné-Breton, Sandra Trottier, Mathilde Trou  
Révision : Marie-Dominique Lahaise  
Conception graphique : Nouvelle Administration  
Infographie : Karine Raymond  
Illustrations : Marie-Pier Primeau

Cette brochure d'information a été conçue dans le cadre du projet « Outiller les milieux de travail pour améliorer la protection des employées immigrantes victimes de violence conjugale », porté par le Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale.

La reproduction de ce document est permise à condition d'en citer la source.

Référence suggérée : Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale (RMFVVC), *Face à la violence conjugale : des alliés, des ressources et des droits pour les femmes immigrantes – Brochure d'information, 2024*

Dépôt légal :  
4<sup>e</sup> trimestre 2024  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque et Archives Canada  
ISBN PAPIER : 978-2-921018-44-9  
ISBN PDF : 978-2-921018-45-6  
Tous droits réservés

Ce projet est financé par Femmes et Égalité des genres Canada.



© RMFVVC | [maisons-femmes.qc.ca](http://maisons-femmes.qc.ca)

# Table des matières

- Qu'est-ce que la violence conjugale et le contrôle coercitif? ..... 01
- Comment se manifeste la violence post-séparation en contexte d'immigration? ..... 06
- Comment la violence conjugale se poursuit-elle dans le milieu de travail? ..... 08
- Quelles sont les obligations de l'employeur en matière de violence conjugale? ..... 10
- Quels sont vos droits et quelles sont les ressources disponibles en cas de violence conjugale? ..... 13

# Annexes

- Annexe A – Principales manifestations du contrôle coercitif. .... 18
- Annexe B – Scénarios de protection ..... 21
- Annexe C – Ressources ..... 26
- Annexe D – Admissibilité aux services gouvernementaux en fonction des différents statuts. .... 31

Pour en savoir davantage sur le Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale :  
[maisons-femmes.qc.ca](http://maisons-femmes.qc.ca)

# Qu'est-ce que la violence conjugale et le contrôle coercitif ?



Avez-vous peur de votre partenaire et de ses réactions ?

Vous sentez-vous régulièrement stressée, anxieuse, en raison de votre relation ?

Votre partenaire menace-t-il de vous faire perdre votre statut d'immigration ou de vous faire expulser du pays ?

Craignez-vous pour votre sécurité, celle de vos enfants ou de vos proches, que ce soit ici ou dans un autre pays ?

Que vous choisissiez d'entreprendre des démarches ou de simplement vous informer, cette brochure est là pour vous soutenir dans votre parcours. Vous n'êtes pas seule !

**En cas de danger pour vous, vos enfants ou un proche, composez immédiatement le 911.**

La violence conjugale n'est pas toujours physique. Elle peut se manifester par plusieurs règles ou gestes que le partenaire ou ex-partenaire impose dans la vie quotidienne. Ces stratégies sont utilisées dans le but d'établir et de maintenir une domination sur sa conjointe, en la privant continuellement de ses droits et de sa liberté. C'est ce qu'on appelle le contrôle coercitif.

Le contrôle coercitif est une nouvelle manière de comprendre la violence conjugale. Il met en lumière la façon dont un partenaire violent utilise des stratégies pour isoler et terroriser sa conjointe<sup>1</sup>, lui retirer son indépendance et contrôler sa vie à travers des règles subtiles et changeantes. Ces règles peuvent prendre la forme de contraintes sur des aspects quotidiens de sa vie, tels que la manière de s'habiller, de préparer les repas, de faire le ménage, d'entretenir des relations sociales, de s'occuper des enfants<sup>2</sup>. Ce contrôle dépasse les violences physiques et s'installe petit à petit dans une relation.

La surveillance, l'interrogatoire, l'isolement, le harcèlement, la violence économique, le blâme, l'humiliation, les menaces, la violence sexuelle et le contrôle des technologies sont quelques exemples de manifestations du contrôle coercitif.

Ces abus sont souvent subtils, et parfois invisibles pour les personnes extérieures à la relation, et ils provoquent, chez la femme qui en est victime, le sentiment d'être prise au piège, dans une cage invisible.

---

<sup>1</sup> Dans les situations de violence conjugale au sein de couples hétérosexuels, il est clairement démontré que dans la très grande majorité des cas, c'est l'homme qui est l'auteur de violence. C'est pourquoi nous avons fait le choix d'utiliser un langage laissant entendre que la victime est de sexe féminin, et l'agresseur, de sexe masculin.

<sup>2</sup> Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale (RMFVVC), *Le contrôle coercitif, un levier pour mieux repérer et intervenir en contexte de violence conjugale*, 2022.

Le contrôle coercitif a des impacts significatifs. Il peut provoquer des problèmes de santé physique et avoir des conséquences psychologiques importantes, comme avoir peur, être anxieuse, être en hypervigilance, manquer de confiance en soi et en ses décisions<sup>3</sup>.

Les conséquences du contrôle coercitif sont également ressenties par les enfants, même s'ils n'en sont pas directement témoins. Les règles et le climat de tension et de peur au sein de la famille ont des répercussions sur leur bien-être. Les enfants peuvent craindre les réactions du partenaire violent et ressentir le stress, l'anxiété et l'inquiétude de leur mère. Ils peuvent également être directement ciblés par le contrôle et les restrictions, comme l'accès limité à la nourriture, aux vêtements, aux activités ou aux déplacements. L'agresseur peut leur interdire de voir leurs amis et leur famille, ou les contraindre à garder le silence et à maintenir la maison en ordre en tout temps.

Dans un contexte d'immigration, le partenaire violent peut exploiter les vulnérabilités liées à cette situation pour intensifier la violence envers sa conjointe. Il peut :

- Menacer de la dénoncer aux autorités d'immigration ou à la police
- Interdire les contacts avec des personnes d'autres cultures
- Retirer sa demande de parrainage si elle n'a pas encore été acceptée
- Refuser le divorce ou la séparation
- Mentir sur ses droits et sur les ressources d'aide disponibles

---

<sup>3</sup> Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale (RMFVVC), *Boîte à outils sur le contrôle coercitif*, 2022.

## Questions pour détecter le contrôle coercitif dans votre relation<sup>4</sup> :

---

Vous sentez-vous isolée de vos amis, de votre famille, sans personne à qui parler ?

---

Vous sentez-vous constamment surveillée et contrôlée par votre partenaire ?

---

Êtes-vous maltraitée physiquement ou craignez-vous de l'être ?

---

Votre partenaire vous empêche-t-il d'apprendre la langue de votre pays d'accueil ?

---

Vous empêche-t-il d'aller au travail ?

---

Contrôle-t-il vos documents d'immigration, comme votre passeport ou votre visa ?

---

Contrôle-t-il vos dépenses ?

---

Avez-vous peur de quitter votre partenaire, car il menace de se tuer ou de vous tuer ?

---

Avez-vous peur de quitter votre partenaire, car il menace de vous enlever les enfants ?

---

Vous trouverez d'autres exemples en **annexe A – Principales manifestations du contrôle coercitif.**



**Si vous avez répondu oui à certaines de ces questions,** n'hésitez pas à appeler une maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale. Les intervenantes y sont formées pour vous aider à reconnaître la violence et à en comprendre les conséquences pour vous et pour vos enfants. Elles vous écouteront, répondront à toutes vos questions et vous accompagneront selon vos besoins, même si vous n'êtes pas prête à quitter la relation. Les services des maisons sont gratuits, confidentiels et offerts 24/7. Vous trouverez plus d'informations en **annexe C – Ressources.**

---

<sup>4</sup> Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale (RMFVVC), *Ce n'est pas de l'amour... c'est du contrôle*, 2023.

# Comment se manifeste la violence post-séparation en contexte d'immigration ?

Après une séparation, un partenaire violent peut continuer à imposer son contrôle en utilisant diverses stratégies. Il peut vouloir vous faire revenir à la maison, se venger ou vous empêcher de faire valoir vos droits. Il peut intensifier son harcèlement et sa surveillance, et chercher à maintenir son emprise à travers les procédures judiciaires ou par des moyens économiques<sup>5</sup>.

Le partenaire violent peut également se servir des difficultés liées au processus migratoire pour compliquer la séparation. Il peut menacer de retirer son soutien financier, de vous signaler aux autorités de l'immigration ou de vous renvoyer dans votre pays d'origine. Il peut aussi vous humilier, notamment en vous dénigrant devant votre famille, votre communauté, vos collègues ou des personnes-ressources.

<sup>5</sup> SOS violence conjugale, SOS-info. *Tout ce que vous devez savoir sur la violence conjugale... ou presque*, 2024.

## Questions à vous poser si vous pensez vivre du contrôle coercitif après la séparation<sup>6</sup> :

- Vous sentez-vous en danger depuis que vous êtes en processus de séparation ?
- Votre partenaire vous fait-il craindre pour la sécurité de vos enfants ?
- Menace-t-il de vous faire perdre la garde des enfants ?
- Mentionne-t-il à vos enfants que vous êtes la cause de la séparation de la famille ?
- A-t-il caché ou refusé de vous rendre vos papiers d'immigration ?
- A-t-il prolongé les procédures judiciaires liées à la séparation pour vous épuiser moralement ou financièrement ?
- Vous accuse-t-il d'aliénation parentale ou d'être une mauvaise mère ?
- Refuse-t-il de divorcer dans votre pays d'origine ?
- Refuse-t-il de respecter les ordonnances de non-communication ?
- Refuse-t-il de payer une pension alimentaire ou de contribuer financièrement ?
- Intensifie-t-il sa surveillance (suivi, espionnage, etc.) depuis la séparation ?

<sup>6</sup> Ces questions sont en partie tirées du site de la Méridienne, *La violence conjugale post-séparation*. Consulté en ligne, juillet 2024.

# Comment la violence conjugale se poursuit-elle dans le milieu de travail ?

La violence conjugale dépasse souvent la sphère privée, celle de la maison, et elle peut avoir des répercussions sur la vie professionnelle des femmes qui en sont victimes, sur leurs collègues et sur l'employeur. Cette violence peut affecter la santé et la sécurité de tout le personnel.

Le conjoint violent peut poursuivre ses agressions même lorsque la victime est au travail, peu importe où se situe le lieu de travail (domicile, bureau, chez un client). Ces comportements peuvent entraîner des retards, des absences, une baisse de performance et même une perte d'emploi.

Si vous êtes victime de violence conjugale, vos collègues et votre employeur peuvent être préoccupés par votre sécurité. Si votre partenaire ou ex-partenaire violent se présente sur le lieu de travail pour vous menacer, cela peut créer une situation dangereuse. L'employeur a alors la responsabilité de mettre en place des mesures pour assurer la protection de tout le personnel.

## Questions à vous poser si vous pensez que la violence conjugale affecte votre lieu de travail :

- Recevez-vous des menaces par textos ou par téléphone de la part de votre partenaire pendant vos heures de travail ?
- Exige-t-il que vous l'appeliez lors de toutes vos pauses au travail ?
- Se présente-t-il sur votre lieu de travail sans préavis ?
- Vous accompagne-t-il dans tous vos déplacements professionnels ?
- Cache-t-il ou détruit-il vos documents de travail ?
- Vous demande-t-il de démissionner ?
- Vous empêche-t-il d'aller au bureau ou vous met-il en retard ?
- Vous demande-t-il de refuser des promotions ?
- Dévalorise-t-il votre travail et vos réussites professionnelles ?
- Installe-t-il des dispositifs de géolocalisation pour surveiller vos déplacements ?
- Appelle-t-il votre employeur ou vos collègues pour parler de vous ?

Si vous vous reconnaissez dans certaines de ces situations, renseignez-vous sur la présence d'une personne-ressource en violence conjugale dans votre organisation ou sur l'engagement de votre employeur à ce sujet, car des ressources peuvent être disponibles.

Pour obtenir davantage d'informations sur les scénarios de protection à envisager en cas de violence conjugale, de violence post-séparation ou de violence conjugale en milieu de travail, consultez l'**annexe B – Les scénarios de protection**.

# Quelles sont les obligations de l'employeur en matière de violence conjugale ?

La *Loi sur la santé et la sécurité du travail* exige que l'employeur protège la santé et la sécurité du personnel. Cela inclut la mise en place de mesures pour protéger les personnes exposées à des situations de violence physique ou psychologique, y compris la violence conjugale sur le lieu de travail<sup>7</sup>. Cette loi s'applique à tout le personnel au sein d'une organisation ou d'une entreprise, quel que soit le statut migratoire d'une personne.

<sup>7</sup> Article 51 al. 1 (16) de la *Loi sur la santé et la sécurité du travail*.

Voici quelques exemples de mesures que l'employeur peut vous proposer si vous vivez de la violence conjugale :

- Vous offrir de faire du télétravail ou, au contraire, de travailler sur place
- Vous fournir un bouton d'urgence ou déterminer un mot clé en cas de danger
- Éloigner votre poste de travail des zones visibles par le public, pour garantir votre sécurité
- Modifier vos coordonnées professionnelles accessibles au public ou ne pas les afficher
- Vous diriger vers des ressources spécialisées en violence conjugale, en santé ou en immigration
- En cas d'ordonnance de non-communication, prévenir la police si l'agresseur se présente sur les lieux ou à proximité, ou s'il contacte votre milieu de travail
- Modifier votre horaire de travail afin de vous permettre de vous rendre à vos rendez-vous juridiques ou médicaux, ou pour faciliter la recherche d'un autre logement
- Déterminer une marche à suivre si votre partenaire ou ex-partenaire travaille au même endroit que vous
- Vous permettre de laisser un bagage d'urgence sur les lieux de travail, dans un endroit discret

**Malgré les obligations de l'employeur, celui-ci doit respecter vos droits. Il n'est ni enquêteur ni intervenant.**

**Respect de votre vie privée :**  
Vous avez le droit de ne pas vous confier à votre employeur ou à la personne-ressource désignée.

**Confidentialité :** Les informations que vous partagez ou les situations que l'employeur observe sont confidentielles et ne peuvent être transmises à d'autres personnes qu'avec votre accord ou en cas de danger imminent pour une autre personne.

Si vous ne souhaitez pas parler de votre situation à votre employeur ou si l'aide proposée ne vous convient pas, ne restez pas seule. Consultez d'autres ressources en qui vous avez confiance et qui pourront vous aider selon vos besoins.

**Respect de vos choix et de votre rythme :** Vous avez le droit de refuser l'aide ou les mesures proposées par l'employeur.

**Votre consentement :** Les mesures vous concernant doivent être prises avec votre accord, et vous pouvez retirer votre accord à tout moment.

## Quels sont vos droits et quelles sont les ressources disponibles en cas de violence conjugale ?

### Vous avez le droit de :

- Vivre une relation amoureuse sans violence
- Aller seule à la police dénoncer la violence de votre partenaire
- Obtenir une ordonnance de non-communication contre votre partenaire
- Contacter ou aller voir seule des ressources pour obtenir du soutien
- Vous mettre à l'abri avec vos enfants dans une maison d'aide et d'hébergement sans le demander à votre conjoint
- Demander un statut de manière indépendante, si votre statut d'immigration dépend d'un partenaire violent
- Résilier votre bail en cas de violence conjugale menaçant votre sécurité ou celle de vos enfants

Si vous vous trouvez dans une situation de violence conjugale et que vous cherchez de l'aide, sachez qu'il existe **plusieurs ressources prêtes à vous soutenir**.

Vous pouvez, entre autres, **appeler la police**, qui joue un rôle crucial en intervenant rapidement pour assurer votre sécurité, celles de vos enfants et de vos proches. Les policiers disposent de pouvoirs spécifiques pour les crimes liés à la violence conjugale et ils ont le pouvoir d'arrêter le suspect s'ils ont des motifs raisonnables de croire qu'une infraction a été commise. Selon la situation, la police peut choisir de garder le suspect en détention ou de le libérer sous certaines conditions jusqu'à sa comparution devant le juge<sup>8</sup>.

Vous pouvez également faire appel aux **ressources spécialisées en violence conjugale**, en soutien juridique ou en immigration pour vous appuyer dans vos démarches. Par exemple, les intervenantes des maisons d'aide et d'hébergement pour les femmes victimes de violence conjugale peuvent vous accompagner dans vos démarches juridiques en vous expliquant le processus judiciaire, en vous aidant à dénoncer la situation à la police ou en vous accompagnant au tribunal.

Elles peuvent aussi **vous accompagner dans toutes vos autres démarches** : recherche d'un logement, démarche d'immigration, référence vers d'autres personnes-ressources, etc. De plus, toutes les maisons d'aide et d'hébergement ont des intervenantes spécialisées pour les enfants. Ces intervenantes vont les aider à comprendre ce qu'ils ont vécu, à surmonter les conséquences de la violence et à se reconstruire. Les maisons n'offrent pas que de l'hébergement sécuritaire aux femmes et à leurs enfants, elles offrent également un soutien adapté, peu importe votre parcours et les obstacles que vous rencontrez.

Vous trouverez plus d'informations sur nos maisons d'aide et d'hébergement, les services qu'elles offrent, ainsi que sur d'autres ressources disponibles pour vous soutenir, dans l'**annexe C – Ressources**.

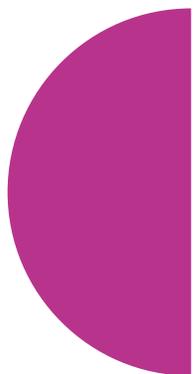
Pour connaître les services auxquels vous avez droit, selon votre statut migratoire, consultez l'**annexe D – Admissibilité aux services gouvernementaux en fonction des différents statuts**.

---

<sup>8</sup> Éducaloi, *Porter plainte pour violence conjugale : étape par étape*. Consulté en ligne, juillet 2024.

# Une société contre la violence conjugale et alliée des femmes immigrantes

La violence conjugale est inacceptable. Vivre une vie sans violence est un droit fondamental dans la société québécoise<sup>9</sup>. C'est pourquoi la police, le système de justice, les employeurs, les syndicats et la société civile collaborent pour offrir une protection et un soutien aux femmes qui en sont victimes et pour tenir les hommes agresseurs responsables de leurs actes.



**Chaque femme a le droit de se sentir libre, respectée et en sécurité!**

---

<sup>9</sup> Gouvernement du Québec, ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, *Les valeurs démocratiques et les valeurs québécoises exprimées par la « Charte des droits et libertés de la personne »*, 2024.

# Annexes

## Annexe A

# Principales manifestations du contrôle coercitif<sup>10</sup>

Voici des exemples de manifestations de contrôle coercitif mis en place par un partenaire violent :

### Menaces

- Menacer la victime de partir avec les enfants, de s'en prendre à eux ou de lui faire perdre la garde
- Menacer de la tuer ou de nuire à ses proches ou à ses enfants
- La menacer d'appeler les autorités (DPJ, immigration, services sociaux en santé mentale, etc.)

### Surveillance et interrogatoire

- Lui demander d'envoyer des messages pour indiquer où elle se trouve, avec qui et pourquoi
- Communiquer avec des proches ou des professionnels en prétendant s'inquiéter pour elle
- Demander à la famille élargie ou à la communauté de la surveiller

### Isolement

- L'empêcher d'avoir des contacts avec les proches, les collègues ou les ressources de soutien
- Lui refuser d'aller au travail ou à l'école
- Lui interdire d'apprendre la langue du pays d'accueil

### Harcèlement

- Envoyer des textos de façon répétée ou appeler sans arrêt
- La traquer, la suivre ou la faire suivre par des amis ou de la famille
- Rôder ou se présenter chez elle ou à son lieu de travail pour s'assurer qu'elle est présente

### Humiliation

- L'embarrasser ou l'humilier en public
- La traiter comme un enfant
- La dénigrer à cause de son travail, de son apparence, de ses valeurs, etc.

### Détournement cognitif (*gaslighting*)

- Piquer des crises, l'insulter et l'agresser, puis l'accuser d'inventer des histoires lorsqu'elle le confronte à ce sujet
- Lui répéter qu'elle imagine des problèmes
- La frapper, puis lui demander comment elle s'est fait mal

### Blâme

- Lui dire que si elle part, il se tuera et ce sera de sa faute à elle
- Rejeter la responsabilité sur elle s'il perd son emploi et refuser de chercher un autre travail
- Affirmer qu'il ne se mettrait pas en colère si elle arrivait à faire taire et à contrôler les enfants

<sup>10</sup> Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale (RMFVVC). *Principales manifestations du contrôle coercitif et exemples associés*, 2022.

## Violence physique

- La pousser, la frapper, lui tirer les cheveux, la prendre par la gorge, lui serrer le visage, l'étrangler
- Faire mal aux enfants
- Lancer des objets

## Violence économique

- Contrôler l'accès aux comptes bancaires
- Contrôler le budget ou cacher l'état des finances
- S'approprier son salaire

## Violence sexuelle

- Faire pression sur elle pour avoir des relations sexuelles
- La forcer à regarder de la pornographie ou lui demander de faire des actes qu'elle juge humiliants et dégradants
- Contrôler sa contraception et ses grossesses (obligation de mener la grossesse à terme ou avortement obligatoire)

## Violence spirituelle

- Utiliser les croyances de sa conjointe pour renforcer son contrôle sur elle
- L'empêcher de pratiquer sa spiritualité
- L'obliger à adopter des pratiques et des rituels qui ne sont pas les siens

[Manifestations du contrôle coercitif et exemples associés : [Version Web](#)]

## Annexe B

# Scénarios de protection

Les scénarios de protection vous permettent de planifier les actions à prendre dans différentes situations pour garantir votre sécurité et celle de vos enfants<sup>11</sup>. Ils vous permettent de faire face à un épisode de violence ou à une éventuelle séparation<sup>12</sup>.

Idéalement, ces scénarios devraient être élaborés avec l'aide d'une intervenante spécialisée en violence conjugale, qui pourra vous orienter dans la mise en place de stratégies de sécurité adaptées. Si la violence conjugale se manifeste sur le lieu de travail, des scénarios de protection peuvent également être planifiés. L'employeur peut mettre en œuvre diverses mesures pour protéger le personnel contre la violence conjugale, avec votre accord et en fonction de vos besoins.

---

<sup>11</sup> SOS violence conjugale, *Les scénarios de protection : reprendre du pouvoir sur sa sécurité*. Consulté en ligne, juillet 2024.

<sup>12</sup> Gouvernement du Québec, *Scénarios de protection*. Consulté en ligne, juillet 2024.

**Voici quelques éléments à considérer pour vous aider à préparer un scénario de protection :**

## **Avant un épisode de violence conjugale ou une séparation<sup>13</sup>**

- Préparez une valise ou un sac d'urgence qui contient des doubles de clés, de l'argent, vos documents d'identité et ceux de vos enfants, vos cartes de crédit, d'autres documents importants (bail, reçus de loyer, livrets de banque, cartes d'assurance maladie, immatriculations, documents d'immigration), vos médicaments et ceux de vos enfants. Vous pouvez laisser ce sac chez une personne de confiance, un membre de la famille ou sur votre lieu de travail.
- Préparez un moyen de transport pour les situations d'urgence nécessitant un départ rapide. Cachez un double de clé de la voiture, mémorisez un numéro de taxi ou organisez un transport avec une personne de confiance.
- Identifiez des alliés avec qui vous pouvez partager votre situation et qui pourront vous soutenir en cas de danger. Déterminez ensemble un mot clé à utiliser uniquement en cas d'urgence, afin qu'ils puissent contacter immédiatement la police.
- Apprenez à vos enfants à composer le 911 en cas d'urgence ou à contacter la personne alliée qui pourra vous soutenir.
- Planifiez un lieu sécurisé où vous pourrez vous rendre en cas d'urgence ou de séparation, comme chez des amis, des proches, des collègues, ou dans une maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale.
- Contactez une maison d'aide et d'hébergement pour recevoir un soutien adapté à votre situation, selon votre rythme.

## **Pendant un épisode de violence**

- N'hésitez pas à appeler le 911 immédiatement.
- Quittez les lieux avec les enfants lorsqu'il est possible de le faire.
- Ayez toujours votre cellulaire à proximité avec un numéro d'urgence enregistré pour un accès rapide.
- Évitez les pièces sans issue (salle de bain, sous-sol) et les endroits où des armes à feu ou des couteaux sont entreposés. Déterminez les sorties de secours accessibles.

## **Après la séparation**

- Évitez de rencontrer votre ex-conjoint seule. Si une rencontre est nécessaire, privilégiez les lieux publics et assurez-vous d'être accompagnée. Ne restez pas dans les stationnements ou les endroits moins fréquentés.
- Utilisez des rues passantes et des endroits publics pour vos déplacements.
- Sécurisez votre logement en changeant les serrures, en gardant votre nouvelle adresse confidentielle et en installant un système d'alarme.
- Ayez toujours un cellulaire sur vous.
- Changez les dates de rendez-vous pris à l'avance pour vous ou vos enfants.
- Contactez une ou un conseiller juridique pour officialiser la garde des enfants et connaître vos droits.

---

<sup>13</sup> La Méridienne, *Scénario de protection*, Consulté en ligne, juillet 2024.

## Au travail

- Informez votre employeur ou la personne-ressource de votre organisation de votre situation. Cela permettra de mettre en place des mesures de protection adaptées.
- Vérifiez auprès de votre employeur quelles mesures d'accommodement peuvent être mises en place pour assurer votre sécurité, comme :
  - La modification de votre horaire de travail;
  - Le transfert vers un autre lieu de travail si vous êtes suivie;
  - L'autorisation de contacter des ressources spécialisées, la police ou d'autres experts pendant les heures de travail, sans perte de salaire;
  - La possibilité de porter plainte durant les heures de travail.
- En cas d'ordonnance de non-communication, fournissez à votre employeur une photo de l'agresseur afin d'empêcher son accès sur les lieux de travail.
- Demandez à ce qu'un collègue de confiance soit informé de la situation pour vous accompagner si nécessaire (par exemple pour aller à votre voiture).
- Convenez d'un code avec des collègues pour qu'ils puissent appeler discrètement de l'aide en cas d'urgence.
- Gardez une copie de vos documents importants et de votre sac d'urgence dans un endroit sûr au travail, si possible.

Dirigez votre employeur ou votre syndicat vers le guide « Créer un milieu de travail sécuritaire et aidant pour les employées immigrantes victimes de violence conjugale – Guide pratique à l'intention des employeurs et des syndicats » pour obtenir des idées supplémentaires sur les mesures de sécurité et d'accommodement à mettre en place.

Si vous êtes victime de harcèlement, de menaces, de voies de fait ou d'appels harcelants, vous pouvez appeler la police pour déposer une plainte.

En cas de séparation, si votre ex-conjoint continue à avoir des comportements violents, menaçants ou intimidants, vous avez le droit de demander une ordonnance de non-communication auprès du tribunal. Cette ordonnance peut inclure des dispositions interdisant à votre ex-conjoint de s'approcher de vous, de votre domicile, de votre lieu de travail ou de vos enfants<sup>14</sup>. Pour en savoir plus sur les ordonnances de non-communication, vous pouvez appeler la police ou la ligne téléphonique juridique gratuite Rebâtir (voir la liste des ressources en **annexe C**).

N'hésitez pas à solliciter l'aide des maisons d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale pour vous guider dans vos démarches juridiques ou pour tout autre soutien en lien avec la violence conjugale.

---

<sup>14</sup> Article 810 du Code criminel : « Le "810" est un outil de justice préventive. Un juge peut l'ordonner même si aucun crime n'a été commis. » Gouvernement du Québec, *L'engagement de ne pas troubler l'ordre public : l'article 810 du Code criminel dans un contexte de violence conjugale*. Consulté en ligne, juillet 2024.

## Annexe C

# Ressources

### Services de police

Pour toute urgence, appelez le 911

## Violence conjugale

### Maisons membres du Regroupement [maisons-femmes.qc.ca](http://maisons-femmes.qc.ca)

En plus d'un hébergement sécuritaire, les services de nos maisons sont **gratuits** et **confidentiels**. Les intervenantes respectent le rythme des femmes et des enfants, et les accompagnent selon leurs besoins. Les intervenantes sont également outillées pour offrir des services adaptés aux immigrantes, aux femmes confrontées à diverses difficultés (santé mentale, toxicomanie, etc.), ainsi qu'à celles ayant des limitations fonctionnelles. Pour trouver une maison dans votre région : [maisons-femmes.qc.ca/maisons-membres](http://maisons-femmes.qc.ca/maisons-membres)

#### Les services offerts :

- Soutien téléphonique 24/7
- Consultations externes
- Hébergement sécurisé
- Interventions individuelles, de groupe et pour les jeunes
- Information, référence, soutien et accompagnement (logement, aide sociale, démarches juridiques, etc.)
- Suivi post-hébergement
- Prévention et sensibilisation dans la communauté
- Aide aux proches, aux milieux de travail et aux intervenants sociojuridiques

### SOS violence conjugale [sosviolenceconjugale.ca](http://sosviolenceconjugale.ca)

Ligne téléphonique gratuite avec un service bilingue, qui fonctionne 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, pour les victimes de violence conjugale et leurs proches. SOS violence conjugale offre un soutien et redirige vers des ressources spécialisées en violence conjugale pouvant accompagner les victimes.

- Par téléphone (sans frais): 1 800 363-9010 – 24/7
- Par courriel : [sos@sosviolenceconjugale.ca](mailto:sos@sosviolenceconjugale.ca)
- Par **clavardage** ou texto (selon disponibilité): 1 438 601-1211

### Fédération des maisons d'hébergement pour femmes [fmhf.ca](http://fmhf.ca)

La Fédération regroupe, soutient et représente des maisons d'hébergement pour femmes et enfants victimes de violences, dans une perspective féministe de lutte contre les violences faites aux femmes. Les maisons membres

de la Fédération accueillent des femmes victimes de violence conjugale et familiale, de violences basées sur « l'honneur », des victimes de traite, d'exploitation sexuelle, d'agressions sexuelles ou en situation d'itinérance.

### Alliance des maisons d'hébergement 2<sup>e</sup> étape [alliancemh2.org](http://alliancemh2.org)

L'Alliance regroupe plus de 30 maisons à travers le Québec. Les maisons 2<sup>e</sup> étape offrent des logements transitoires sécuritaires et des suivis spécialisés en violence post-séparation.

### L'R des centres des femmes [rcentres.qc.ca](http://rcentres.qc.ca)

L'R des centres de femmes du Québec regroupe plus de 80 centres répartis dans tout le Québec. L'R est un réseau d'information, d'éducation et d'action offrant différents services et activités. Les centres de femmes sont des milieux accueillant toutes les femmes, peu importe leur situation.

## Défense des droits et soutien juridique

### Aide juridique en droit de l'immigration [csj.qc.ca](http://csj.qc.ca)

L'aide juridique est un service juridique public québécois offert gratuitement, ou moyennant une contribution, aux personnes financièrement admissibles qui en font la demande. Les bureaux d'aide juridique de Québec et de Montréal offrent des services en droit de l'immigration.

- Bureau de Québec :  
418 801-8562  
[bajimmigration@ccjq.qc.ca](mailto:bajimmigration@ccjq.qc.ca)
- Bureau de Montréal :  
514 864-2111, poste 6099  
[baj.immigration@ccjm.qc.ca](mailto:baj.immigration@ccjm.qc.ca)

### Association québécoise des avocats et avocates en droit de l'immigration (AQAADI) [aqadi.com](http://aqadi.com)

L'AQAADI est une association qui regroupe des avocates

et des avocats de partout au Québec, pratiquant en droit de l'immigration.

### Barreau du Québec [barreau.qc.ca](http://barreau.qc.ca)

Certains barreaux de région offrent un service de référence avec des consultations initiales à moindre coût. Vous pouvez également trouver une avocate ou un avocat en droit de l'immigration en consultant le bottin des avocats et en sélectionnant le domaine de droit « immigration » ainsi que la région : [barreau.qc.ca/fr/trouver-un-avocat](http://barreau.qc.ca/fr/trouver-un-avocat)

### CAVAC (Centre d'aide aux victimes d'actes criminels) [cavac.qc.ca](http://cavac.qc.ca)

Les CAVAC offrent des services gratuits et confidentiels aux victimes d'actes criminels dans toutes les régions du Québec, même si aucune plainte n'a été faite. Ils offrent des informations sur les droits et les

recours juridiques possibles, de l'aide technique (demande d'indemnisation IVAC), de l'intervention psychosociale et de l'orientation vers des ressources spécialisées.

1 866 532-2822  
(1 866 LE CAVAC)

### La boussole juridique [boussolejuridique.ca](http://boussolejuridique.ca)

Répertoire de ressources juridiques gratuites ou à faible coût, selon le domaine de droit et la région.

### Ligne Info DPCP violence conjugale et sexuelle

Ligne téléphonique gratuite et confidentielle de la Direction des poursuites criminelles et pénales (DPCP) pour obtenir de l'information sur le processus judiciaire criminel, de la plainte au procès et tout ce qui l'entoure.

1 877 547-3727  
(1 877 547-DPCP)  
du lundi au vendredi,  
de 8 h 30 à 12 h  
et de 13 h à 16 h 30

### Rebâtir [rebatir.ca](http://rebatir.ca)

Ligne téléphonique gratuite et confidentielle pour les victimes de violence conjugale ou sexuelle, permettant d'avoir accès gratuitement à 4 heures de conseils juridiques par des avocates et des avocats dans tous les domaines du droit (famille, criminel, immigration, etc.)

1 833 732-2847

## Services aux personnes immigrantes

### Général

Répertoire d'organismes partenaires du gouvernement du Québec offrant des services de soutien à l'intégration des personnes immigrantes: [quebec.ca/immigration/partenaires](http://quebec.ca/immigration/partenaires)

Répertoire d'organismes membres de la Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrantes (TCRI): [tcri.qc.ca/membres/](http://tcri.qc.ca/membres/)

### Santé

Médecins du monde, services médicaux pour les personnes migrantes à statut précaire (pour les personnes non assurées): [medecinsdumonde.ca](http://medecinsdumonde.ca)

La Maison bleue, réseau montréalais de maisons qui offrent des services pour les femmes enceintes en situation de vulnérabilité: [maisonbleue.info](http://maisonbleue.info)

### Travail

Les carrefours jeunesse emploi (CJE) du Québec peuvent aider les jeunes adultes (15-35 ans), dont les personnes immigrantes, dans leur recherche d'emploi et leur intégration sociale et économique. Pour trouver un CJE: [trouvetoncje.rcjeq.org](http://trouvetoncje.rcjeq.org)

## Annexe D

# Admissibilité aux services gouvernementaux en fonction des différents statuts

Le tableau de la page suivante présente une vue d'ensemble des droits et des services offerts, en fonction des différents statuts d'immigration au Québec. Il vous permet de visualiser rapidement votre admissibilité à des programmes existants, tels que le régime de l'assurance maladie, l'aide sociale, les allocations pour les enfants, ainsi que d'autres formes de soutien. Au-delà du statut, d'autres critères doivent être respectés pour pouvoir bénéficier de ces services. Pour plus de détails, consultez directement les organisations.

Programme	Statut								
	Résidence permanente (RP)	Permis de travail fermé	Permis de travail ouvert (PTO)	Permis d'études	Permis de séjour temporaire pour violence familiale (PST-VF)	Visiteuse	Demandeuse d'asile	Réfugiée acceptée	Sans statut
Régime de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) <sup>[1]</sup>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> <sup>[2]</sup>	<input type="radio"/> <sup>[3]</sup>	<input type="radio"/> <sup>[4]</sup>				<input type="radio"/> <sup>[5]</sup>	
Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI)					<input type="radio"/>		<input type="radio"/>		
Aide sociale (Qc)	<input type="radio"/> <sup>[6]</sup>						<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Assurance-emploi (Can)	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>					
Régime québécois d'assurance parentale (RQAP)	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>					
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) (Qc)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>				
Aide juridique (Qc)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>				
Cours de français du MIFI (Qc)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Plainte à la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST) (Qc)	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>					
Compensation financière à la suite d'un accident de travail (CNESST) (Qc)	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>					
Allocation canadienne pour enfants (ACE)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> <sup>[7]</sup>						<input type="radio"/>	
Allocation famille (Québec)	<input type="radio"/>							<input type="radio"/>	
Éducation primaire et secondaire pour les enfants jusqu'à 18 ans (Qc)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> <sup>[8]</sup>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> <sup>[8]</sup>				

- [1] RAMQ : Tous les enfants mineurs présents au Québec pour plus de 6 mois sont admissibles, indépendamment de leur statut ou de celui de leurs parents. La plupart des statuts admissibles donnent droit à l'assurance maladie, mais pas à l'assurance médicaments. Avant de pouvoir bénéficier de la RAMQ, il faut prévoir un délai de 3 mois (appelé « délai de carence ») pour la plupart des personnes admissibles.
- [2] Le permis doit être valide pour une durée d'au moins 6 mois.
- [3] Certains PTO sont admissibles : Permis de travail post-diplôme; PTO pour conjointe ou conjoint qui accompagne une personne admissible; certaines personnes en parcours de demande de résidence permanente.
- [4] Certaines étudiantes sont admissibles : Si elles ont une bourse ou si elles font un stage dans le cadre d'un programme officiel du ministère de l'Éducation, ou si elles proviennent des pays avec lesquels le Québec a signé une entente de sécurité sociale.
- [5] Admissible si la personne a son Certificat de sélection du Québec (CSQ).
- [6] Accessible pour la personne parrainée, si le parrain refuse de subvenir à ses besoins ou qu'il est intolérable de vivre avec lui, par exemple en cas de violence conjugale. Les personnes qui ont obtenu la RP avant d'arriver au Canada doivent attendre 90 jours avant de pouvoir la demander.
- [7] Admissible à partir du 19<sup>e</sup> mois de résidence au Québec.
- [8] Ce droit est acquis en fonction de la *Loi sur l'instruction publique* (Québec) et non pas des lois sur l'immigration (Canada et Québec).



REGROUPEMENT DES MAISONS  
POUR FEMMES VICTIMES  
DE VIOLENCE CONJUGALE



Milieux de travail  
alliés contre la  
violence conjugale