

Femmes pour le Dire, Femmes pour Agir

# Le Guide

Que faire en cas de violences ?

POUR LES FEMMES EN SITUATION  
DE HANDICAP





# Sommaire

- 1** Présentation de FDFA et d'EVFH
- 2** Comment identifier les violences ?
- 3** Quels sont mes droits en tant que victime ?
- 4** À qui puis-je m'adresser ?
- 5** Ressources



# Présentation de FDFA

1

Fondée en 2003 par Maudy Piot, militante engagée en situation de cécité, **Femmes pour le Dire Femmes pour Agir** est une association qui lutte pour les droits des femmes en situation de handicap.

Elle a pour but de mettre en lumière une vision intersectionnelle de la lutte contre les violences faites aux femmes.

**À ses adhérentes**, elle propose des ateliers où les femmes peuvent se retrouver dans un espace calme et bienveillant.

**Aux professionnel·les**, elle mène des formations de sensibilisation.

**À toutes les femmes en situation de handicap**, elle met à disposition une ligne d'écoute (voir page suivante).

**2 rue Aristide Maillol  
75015 Paris  
Tél : 01 43 21 21 47  
Courriel : [contact@fdfa.fr](mailto:contact@fdfa.fr)**



# Présentation de la ligne d'écoute EVFH

1

La ligne d'Ecoute Violence Femmes Handicapées est la première et la seule ligne d'écoute en France dédiée aux femmes en situation de handicap.

Tu peux l'appeler si tu es victime de violence, si tu es témoin d'une scène de violence sur une femme en situation de handicap, ou simplement si tu as des questions au numéro suivant (appel anonyme et non surtaxé) :

**01 40 47 06 06**

Si tu ne peux pas parler ou entendre, une adresse mail existe pour toi :

**ecoute@fdfa.fr**

Des bénévoles formé·es pourront t'écouter, répondre à tes questions, et t'orienter vers des professionnel·les.



# Comment identifier les violences ?

2



Il peut être difficile de savoir si ce que l'on vit est normal ou non. On peut se sentir isolée, dépendante ou avoir peur de ne pas être crue. Il est important de savoir reconnaître les violences pour pouvoir en parler et demander de l'aide.

Plusieurs choses peuvent t'alerter sur une situation de violence. Une des notions les plus importantes est :

## LE CONSENTEMENT

Le consentement, c'est dire **oui** clairement, librement et sans pression.

Ton corps t'appartient. Personne n'a le droit de te toucher ou de faire quelque chose avec toi si tu n'es pas d'accord.

Si tu dis non, si tu ne peux pas répondre, ou si tu n'es pas à l'aise, c'est non.

**Sans ton accord, c'est une situation de violence.** Tu as le droit d'être respectée, toujours.



On peut être victime de violence de la part de n'importe qui (famille, conjoint·e, aidant·e·s, etc...). La "double peine" quand on est en situation de handicap, c'est que l'on est souvent dépendante de son agresseur ou de son agresseuse. Mais **cela ne veut pas dire que ces violences sont moins graves**, ou qu'elles doivent continuer.

Aussi, il ne faut pas oublier que la violence n'est pas seulement physique. Elle peut aussi être verbale, sexuelle, psychologique, économique, institutionnelle, administrative, médicale ou encore numérique.

Voici quelques situations qui ne sont pas normales, tu pourras voir si tu t'identifies à l'une d'elles :

- On te fait culpabiliser
- On minimise / se moque de ton handicap
- On prend des décisions à ta place en pensant que tu n'en es pas capable
- On menace de ne plus t'aider, te fait du chantage et se fait passer pour ton sauveur/ta sauveuse
- On te prive de tes outils numériques et on en prend le contrôle pour te priver des autres
- On te confisque ton passeport, ta carte d'identité, ton permis de conduire
- On te prive de tes aides techniques (fauteuils, équipements, etc...)
- On te vole tes revenus et/ou tes aides financières
- On te frappe

# Quels sont mes droits en tant que victime ?

## 1. J'AI LE DROIT D'EN PARLER

J'ai le droit de raconter ce que j'ai vécu. Si tu es victime de violences, en parler peut te faire du bien. Cela permettra de débloquer la situation, et d'avoir l'aide appropriée.

## 2. J'AI LE DROIT DE PORTER PLAINTE

Porter plainte, c'est dire à la police ou au juge ce que j'ai subi. Même si la violence est ancienne, je peux encore en parler.

C'est **mon droit**.

## 3. J'AI LE DROIT D'ÊTRE AIDÉE

Je n'ai pas à être seule. Je peux avoir :

- une personne pour m'écouter
- un·e avocat·e pour m'aider
- un·e interprète si j'en ai besoin
- un lieu pour être en sécurité



Les professionnel·les doivent **me respecter** et **m'écouter**. Ils doivent m'expliquer les choses simplement.

# Mais, à qui puis-je m'adresser ?

4

## 1. UNE PERSONNE DE CONFIANCE

C'est un excellent point de départ. Cela peut être un·e ami·e, un·e voisin·e, un membre de ta famille... Cette personne pourra te soutenir et t'accompagner dans tes futures démarches.

## 2. UN·E PROFESSIONNEL·LE DE L'ÉCOUTE

Cela comprend plusieurs métiers, tous formés à t'aider, comme un·e assistant·e sociale, un médecin ou un·e infirmier·e, un·e éducateur·ice, ou encore un·e psychologue.



# Mais, à qui puis-je m'adresser ?

4

## 3. DES ASSOCIATIONS SPÉCIALISÉES

Plusieurs associations existent pour les femmes victimes de violences, et plus particulièrement celles faites aux femmes en situation de handicap. Elles pourront te rediriger vers les structures compétentes, et certaines proposent de l'aide juridique ainsi que des hébergements d'urgence. Par exemple, pour toutes questions, tu peux t'adresser à **FDFA** via leur ligne d'écoute au **01 40 47 06 06**.

## 4. LES FORCES DE L'ORDRE

Si tu décides de déposer plainte, tu peux te rendre dans le commissariat ou la gendarmerie les plus proches de chez toi. Tu peux aussi le faire par courrier en t'adressant au procureur de la République. Si tu ne connais pas l'auteur des faits (en cas de cyberharcèlement par exemple), tu peux déposer plainte directement sur internet.

# QUELQUES RESSOURCES UTILILES...

# Ressources

## NUMÉROS UTILES

- **01 40 47 06 06** : Ligne d'Ecoute Violences Femmes Handicapées, première ligne d'écoute spécialement créée pour les femmes en situation de handicap. Elle est gérée par FDFA.
- **3919** : Violences Femmes Info est le numéro national de référence pour l'écoute et l'orientation des femmes victimes de violences (plus particulièrement conjugales). Cette ligne est également accessible aux personnes sourdes et malentendantes.
- **3977** : Service national contre les maltraitances et les violences pour les adultes en situation de handicap et les personnes âgées.
- **17** : En cas d'urgence, n'hésite pas à contacter la police. Ce geste simple peut sauver des vies.
- **114** : Si tu ne peux pas téléphoner (surdité, question de sécurité, etc...), tu peux contacter les secours par message ou appel vidéo.

# Ressources

## SITES INTERNET QUI POURRONT T'AIDER



**FDFA** : Association qui se bat contre les violences faites aux femmes en situation de handicap. Tu pourras y trouver de nombreuses ressources et documentation.



**EVFH** : Site créé par FDFA, il regorge de ressources concernant les violences à l'encontre des femmes en situation de handicap.



**La Maison des femmes** : Un lieu pour t'écouter, te soigner et t'aider. Tu peux y rencontrer des professionnel·les formé·es pour t'accompagner.



**CIDFF** : Association qui informe les femmes sur leurs droits. Tu peux y trouver de l'aide juridique, du soutien et des conseils si tu es victime de violences.



Femmes pour le Dire, Femmes pour Agir

# Le Guide

Que faire en cas de violences ?

## POUR LES FEMMES EN SITUATION DE HANDICAP

Ce guide a été créé dans le but d'aider les femmes en situation de handicap victimes de violences ainsi que leurs proches. Néanmoins, il ne peut pas répondre à toutes vos questions. Pour toute autre information, n'hésitez pas à contacter la ligne d'écoute EVFH au :

**01 40 47 06 06**



2025