

Introduction

L'outil "Vis ma vie de femme" demande une bonne maîtrise des questions de genre.

Dès lors, nous avons créé ce carnet d'animation dans le but de vous aider à nourrir les débats suscités par les cartes "situations".

Ainsi, chaque carte situation renvoie à une fiche. Dans celles-ci sont développées des notions théoriques (concepts clés, chiffres, analyse critique ...) à amener en lien avec la situation traitée, ainsi que quelques conseils d'animation quand cela s'avère nécessaire. Il s'agit d'éléments clés ; nous ne prétendons pas vous fournir une des informations de manière exhaustive, et beaucoup d'entre elles seront à mettre à jour en fonction de leur évolution.

Par facilité, les fiches sont numérotées comme le sont les cartes du jeu. Vous pouvez donc ne consulter que celles qui vous sont utiles.

Si plusieurs situations traitent de sujets identiques, des renvois aux fiches concernées sont mentionnés afin de ne pas créer de doublons et allonger inutilement les textes.

Vous trouverez également dans ce carnet une partie "ressources". Elle vous fournira des références vous permettant d'approfondir les sujets par vous-mêmes (articles, bibliographie, sites internet, podcasts, ...) ainsi que des associations incontournables dans les diverses matières auxquelles les participant.e.s peuvent se référer.

Vos avis sont précieux !

Aussi n'hésitez pas à nous renvoyer vos avis et suggestions après utilisation tant de l'outil que du carnet qui l'accompagne. Pour cela, écrivez-nous à educperm@cvfe.be

Conseils d'animation supplémentaires à ceux figurant sur le mode d'emploi

- **S'adapter au nombre de participant·e·s** : s'il est possible de jouer en équipe si on dépasse les 6 participant·e·s, veiller à ce que chacun·e puisse s'exprimer, quitte à proposer un temps d'échange entre les personnes présentes avant de rendre l'avis du groupe.
- Utiliser les **pions** ou proposer à chaque joueur·euse d'amener en guise de pion un petit objet qui dit quelque chose d'elle·lui.
- **Débattre des catégorisations** : la catégorisation des scénarios au verso des cartes situations est celle choisie par les créatrices, de même que les termes pour les désigner (difficulté, chance, rêve-utopie). Le débat doit également porter sur cette catégorisation. Par exemple, est-ce que ce qu'elles ont désigné comme étant de la chance ne devrait pas être la normalité ? L'utopie est-elle la réalité de certain·e·s joueur·euse·s présent·e·s ?
- **Evoquer également les scénarios non tirés par le lancer de dé** : si le temps le permet ou que cela alimente le débat, il est possible de lire et commenter les options non tirées, notamment parce que la catégorisation des scénarios est en soi sujet à débat. Une autre option est aussi de faire deviner aux participant·e·s les scénarios non traités puis de comparer avec la version des créatrices.

A expliquer avant de jouer :

- **Rappeler l'objectif du jeu** : le jeu n'est qu'un prétexte au débat et on n'atteint jamais la fin du jeu (sauf si la partie dure au-delà de deux heures) ! Il est utile de la préciser pour éviter aux plus compétiteur·trice·s d'être frustré·e·s.
- **Présenter le plateau de jeu et les pictos** : certes, le code couleur des cartes, tourbillons et avions (cf. mode d'emploi) mais aussi :
 - La **couleur de peau bleue** des femmes qui est un choix pour les rendre "neutres".
 - Leurs **cheveux courts**, pour sortir du cliché de "la femme a les cheveux longs".

Conseils d'animation supplémentaires à ceux figurant sur le mode d'emploi

- **La maison qui correspond au point de départ mais aussi à la carte "prison"** : car les créatrices considéraient leur maison comme un lieu d'enfermement (peu ont l'occasion d'en sortir pour des questions financières, mais aussi de charge de travail domestique, de violence conjugale, le manque d'amie·s et de réseau social, puis à cause du COVID-19). C'est pourquoi elles ont choisi de mettre des barreaux aux fenêtres et de donner une expression triste à la dame qui s'y trouve.
- **Les vacances correspondant au point d'arrivée** : celui que le jeu ne permet jamais d'atteindre en une session. Pour les créatrices du jeu, les vacances correspondent à une sorte de rêve inaccessible.
- **Les pictos** : elles ont tenu à ce qu'ils correspondent à des objets symbolisant leur quotidien : panier de courses, casseroles, biberon symbolisant la place des tâches ménagères et des soins aux enfants, mais aussi agenda, ordinateur et GSM symbolisant l'organisation, la planification mais également le travail, les tampons pour les spécificités féminines et la charge que cela représente.
- **Respecter ses limites** : les cartes qui évoquent des violences (et donc les plus susceptibles de provoquer de vives réactions émotionnelles) ont été marquées d'une bombe. Nos choix sont néanmoins arbitraires. En effet, toutes les situations peuvent évoquer des souvenirs douloureux selon le vécu spécifique des joueur·euse·s . **Rappeler donc que chacun·e est libre de refuser de traiter d'un sujet** qui serait trop remuant. Une technique proposée par une animatrice était d'accrocher une pince à linge à son vêtement pour signaler quand un sujet était trop sensible, sans avoir à s'expliquer ou se justifier.
- **Préciser les choix d'écriture** : nous avons fait le choix de varier les situations plutôt que d'utiliser l'écriture inclusive dans les cartes du jeu. Ainsi les situations décrites concernent des couples hétérosexuels ou homosexuels, les interlocuteur·trice·s (médecins, employeur·euse·s, etc.) sont parfois des hommes parfois des femmes. Ce dossier accompagnant le jeu est quant à lui rédigé à l'aide du point médian.

Thématiques et cartes correspondantes

GESTION DE LA VIE QUOTIDIENNE/DOMESTIQUE (5 cartes)

- Répartition des tâches au sein du couple (y compris la parentalité) : **5, 6, 7, 9**
- Charge mentale : **18**

EMPLOI (5 cartes)

- Inégalités salariales et accès aux postes de cadres : **12**
- Discrimination liée au statut de mère ou de potentielle future mère : **10**
- Discrimination liée au port du foulard : **11**
- Remise à l'emploi vers des métiers stéréotypés, CPAS et remise au travail des hommes (et des femmes au foyer) : **13**
- Discrimination liée à l'âge : **58**

LOGEMENT (3 cartes)

- Accès au logement et faibles revenus (ex. RIS) : **33**
- Accès au statut de propriétaire en tant que mère seule : **53**
- Accès au logement avec discrimination raciale : **57**

SANTÉ et CORPS (11 cartes)

- Accès aux soins de santé (en lien avec la monoparentalité) : **1, 22, 37, 38**
- Violences gynécologiques et obstétricales : **20**
- Hystérectomie et sentiment de féminité : **21**
- Handicap et isolement : **8**
- Précarité menstruelle : **23, 25**
- Sexualité phallogcentrée : **26**
- IVG et droit à disposer de son corps : **30**

PARENTALITE (22 cartes)

- Éducation genrée : **3**
- Familles monoparentales
 - Précarisation des mères solo : **53**
 - Isolement social : **1, 22, 37, 38**
 - Vie amoureuse et sexuelle, accès au loisirs et temps pour soi difficiles sans aide pour la garde des enfants : **2, 15, 36, 55**
- Familles recomposées : difficulté à concilier les valeurs éducatives, l'autorité parentale, etc. : **4, 54, 56**
- Gestion des séparations
 - Gestion de la garde des enfants : **35, 54**
 - Violences post conjugales au travers de l'instrumentalisation des gardes et de la pension alimentaire, du cyber-harcèlement : **14, 24, 34, 35, 39, 68**
 - Non droits des beaux parents : **32**
 - Rupture et réalités financières (statut de chef de famille, RIS) : **31, 52**

Thématiques et cartes correspondantes

VIOLENCES CONJUGALES & SEXUELLES (11 cartes)

- Consentement et violences sexuelles : **27, 28**
- Viol conjugal : **29, 42**
- Revenge porn : **44**
- Accueil par la police et victime shaming : **40, 41, 43**
- L'éducation non stéréotypée comme terreau et prévention : **45**
- Violence psychologique : **16**
- Violences post-séparation et cyberviolences : **14**

CONFINEMENT (3 cartes)

- Inégalités de genre renforcées par le confinement : **46**
- Garde alternée des enfants et risque en contexte COVID-19 : **48**
- Confinement et augmentation des violences conjugales : **47**

MIGRATIONS (4 cartes)

- Violences conjugales et regroupement familial : **49**
- Violences conjugales et absence de titre de séjour : **50**
- Accès aux soins de santé et migration (femmes enceintes et sans papier) : **51**
- Accès au logement : **57**

AGISME (2 cartes)

- Discrimination à l'embauche : **58**
- Regard porté sur les relations amoureuses : **59**

GROSSOPHOBIE (5 cartes)

- Regard des autres : **62, 64**
- Violences médicales : **60, 63**
- Vêtements, mobilier et matériel (médical, transport en commun, ...) inadaptés : **61, 64**

VALIDISME (4 cartes)

- Accessibilité des espaces publics et privés pour les PMR : **65, 67**
- Handicap invisible : **66**
- Vie en autonomie et aides possibles : **17, 67**

TRANSIDENTITE (1 carte)

- Accès aux ateliers en non mixité : **19**



Au réveil, mon enfant a 39°C de fièvre.

Cette situation évoque la difficulté fréquemment rencontrée par de nombreuses **mères**, en particulier celles élevant **seules** leurs enfants : **l'isolement**. Lorsqu'on dispose de peu de ressources dans son entourage, le simple fait de devoir organiser la **garde d'un·e enfant malade** pour pouvoir aller travailler devient un véritable casse-tête.

Que dit la loi belge ?

Il est légalement possible de s'absenter du travail en cas d'enfant malade. Conformément à l'article 30bis de la loi du 3 juillet 1978 relative aux contrats de travail, les parent·e·s du **secteur privé**, qu'ils soient père ou mère, ont le **droit légal** de prendre un « **congé pour raison impérieuse** ». Ce congé est en principe non rémunéré, mais certaines entreprises peuvent choisir de le rétribuer pour un certain nombre de jours. Pour savoir si l'entreprise offre une rémunération, la personne ayant besoin de ce congé doit se renseigner auprès de son·sa employeur·euse. Chaque employé·e a le droit à **un minimum de dix jours de congé par an** pour raisons impérieuses. Cependant, certains secteurs peuvent bénéficier d'une durée supérieure en fonction d'une **convention collective de travail (CCT)**. Pour obtenir davantage d'informations à ce sujet, il est recommandé de se renseigner auprès du service du personnel. [1]

Afin de bénéficier de ce congé, il est nécessaire d'avertir l'employeur·euse dès que possible et de lui fournir une attestation médicale. Le·a travailleur·euse peut également négocier avec l'employeur·euse pour compenser la perte de rémunération résultant de ce congé, en prestant d'autres heures ou jours de travail à des moments convenus. [2]

Options de soutien

Certaines mutuelles offrent des services de garde pour enfants malades. Les conditions varient d'une mutuelle à l'autre (gratuité ou remboursement partiel accordé, nombre de jours limités : p. ex., max. 15 j./an, etc.). Il est recommandé de se renseigner auprès de sa mutuelle pour connaître les détails spécifiques de sa situation. [3]

Notes

[1] <https://www.droitsquotidiens.be/fr/question/mon-enfant-est-malade-puis-je-prendre-conge>.

[2] Ibid.

[3] <https://emploi.belgique.be/fr/themes/contrats-de-travail/suspension-du-contrat-de-travail/causes-de-suspension-propres-au-2?id=42338>.

3

Pour son anniversaire, ma fille de 6 ans demande un garage de voitures.

Cette situation évoque les **rôles genrés** inculqués depuis le plus jeune âge.

Codification de genre dès l'enfance

Cela passe, entre autres, par une classification des vêtements (du rose pour les filles, du bleu pour les garçons) et des jouets. On assigne ainsi les activités liées aux soins aux personnes et aux tâches ménagères aux petites filles (l'univers merveilleux des bébés à langer, du matériel de nettoyage et de la cuisine), tandis que les petits garçons sont davantage orientés vers l'aventure et les compétences techniques (vive les garages de voitures et la panoplie du cowboy). Cette classification formate leur perception du monde, de leur place et des métiers auxquels ils peuvent aspirer. Les filles étant souvent cantonnées aux rôles de bonnes mères et de bonnes ménagères. Même dans la littérature, les héros sont souvent masculins, et les rôles féminins sont définis par une relation masculine : trouver son prince, se marier, chercher l'amour ou être sauvée.

Déconstruire les stéréotypes genrés

L'égalité hommes-femmes passe aussi par un changement des mentalités à ce niveau et un décloisonnement de la vision transmise aux enfants. Il en va de même pour les comportements attendus : sages, disciplinées et souriantes pour les filles, colériques, forts et détachés de leurs émotions pour les garçons. Il est crucial d'apprendre aux enfants que les garçons peuvent pleurer et que les filles ont le droit d'exprimer leur colère.

Notes

4

Ma famille est recomposée. Ce n'est pas toujours simple avec les enfants.

Cette situation évoque la **famille recomposée**, qui revêt une diversité de facettes : à la suite de séparations, de divorces ou de veuvages ; impliquant des enfants issu·e·s des deux partenaires ou d'un·e seul·e ; avec des enfants né·e·s de cette nouvelle union en plus de ceux des unions précédentes ; avec des rapports plus ou moins cordiaux avec les ex-partenaires qui font partie du paysage de l'enfant et de la vie du nouveau couple ; avec des rythmes de garde variables.

Défis rencontrés

Malgré la vision idéaliste qui nous est vendue, la famille recomposée demeure un défi à bien des égards : des valeurs éducatives à concilier à la rivalité entre fratrie, du rejet du beau-père/de la belle-mère par conflit de loyauté au·à la parent·e biologique à la gestion des moments de garde, les obstacles sont nombreux. S'ajoutent à cela la question d'un **logement adapté** à trouver sans avoir fiscalement à charge les enfants (d'où le non-droit à un prêt « familles nombreuses » pour certain·e·s parent·e·s) ainsi que celle des droits de succession ne prenant pas en compte ces configurations familiales, etc.

Par ailleurs, même si le **beau-elle-parent·e** s'implique activement dans la vie quotidienne des enfants de sa·on compagne·on, en signant le journal de classe, en les récupérant à l'école, en les conduisant à leurs activités sportives, etc., la loi ne le·la reconnaît pas, car iel n'a **pas de statut légal** et demeure un tiers. En pratique, cela signifie que, même si les beaux-elles-parent·e·s assument des responsabilités envers leurs beaux-enfants, iels ne bénéficient d'aucun droit légal.

Reconnaissance légale des beaux-elles-parent·e·s

La question d'une reconnaissance légale du beau-elle-parent·e est une question épineuse qui interroge les politiques. En 2014, la Ligue des familles l'a soulevée, réclamant une reconnaissance sociale et une reconnaissance légale. Alors que le premier volet a rencontré une adhésion certaine, le deuxième a soulevé pas mal de controverses, particulièrement autour de la crainte que cette reconnaissance légale ne complexifie davantage les potentiels contentieux familiaux.

Que dit la loi belge ?

Si le beau-elle-parent·e souhaite garder un lien avec le·a bel·le-enfant après la séparation de la famille recomposée, iel peut évoquer l'article 375bis du Code civil, qui fixe le « droit aux relations personnelles ». Cela permet de maintenir un lien concret après la séparation (communications téléphoniques ou visites fixées dans la durée). [5] Cependant, la priorité reste l'intérêt supérieur de l'enfant, encourageant les arrangements à l'amiable entre ex-compagne·on·s, sans recours à la justice, au risque de perturber l'enfant et de le·la plonger dans des conflits de loyauté.

Quelques chiffres [1]

- Une famille sur cinq est une famille recomposée.
- Ces familles recomposées sont les « nouvelles familles nombreuses » : une fois sur cinq, elles comptent plus de trois enfants, une moyenne plus élevée que dans les familles « classiques ».

Notes

[1] <https://www.laligue.be/association/etude/2018-12-03-barometre-des-parents>

5

Je dois impérativement aller faire une course, ce qui va être compliqué avec notre nouveau-né.

Cette situation évoque le **partage inéquitable des tâches** au sein du foyer, incluant les tâches ménagères, mais aussi les soins aux enfants, des responsabilités encore perçues comme relevant de « la compétence des mères ».

Impact sur la vie professionnelle des femmes

Ce sont très majoritairement les femmes qui se voient contraintes de modifier leurs horaires, de diminuer leur temps de travail, voire d'arrêter de travailler pour s'occuper des enfants, surtout dans les premières années. Les hommes, quant à eux, sont nombreux à réaliser les tâches traditionnellement associées à leur genre, telles que le bricolage, la réparation ou le jardinage. Bien qu'ils s'occupent de plus en plus de leurs enfants, cela tourne principalement aux activités de loisir et de socialisation, l'organisation et les soins (accompagnés de la charge mentale qui les sous-tend) étant laissés aux mères.

Quelques chiffres [1]

Les femmes, même celles qui travaillent à plein-temps, assurent plus de la moitié des tâches ménagères et soins aux enfants :

- en 2013, les femmes y consacraient environ vingt-deux heures par semaine, tandis que les hommes, même condition de travail considérée, n'y allouaient que quatorze heures, d'après le rapport de l'IWEPS 2017. De manière globale, que ce soit en travaillant à temps partiel ou en étant sans emploi, les femmes assument davantage de tâches ménagères que les hommes ;
- en ce qui concerne les soins aux enfants et leur éducation au quotidien, les femmes y consacrent presque le double du temps des hommes, avec 3 heures et 40 minutes pour elles contre seulement 1 heure et 45 minutes pour eux ;
- les femmes sont les moins satisfaites de la répartition de ces tâches.

Quelles solutions ? [2]

- Proposer des heures de congés à prendre sans justification.
- Aligner la durée du congé de paternité sur le congé de maternité et encourager une utilisation plus égalitaire du congé parental, actuellement pris davantage par les femmes (pour autant que les pères utilisent les congés parentaux pour les tâches ménagères et l'éducation des enfants, ce qui ne semble pas être suffisamment le cas actuellement).
- Réduire les inégalités salariales, donner accès aux femmes aux mêmes emplois qu'aux hommes, lutter contre les discriminations, renforcer les services de garde pour les enfants (crèches, etc.) et lutter contre les stéréotypes de genre qui cantonnent encore trop souvent les femmes dans des rôles traditionnels (p. ex., la femme à la cuisine avec ses enfants).

[1] <https://www.laligue.be/association/etude/2018-12-03-barometre-des-parents>

[2] Ibid.

6

Notre nouveau-né ne dort pas encore des nuits complètes.

Cette situation évoque la **répartition des tâches** au sein du couple et en particulier les **soins aux enfants** (cf. carte 5). Prendre soin d'un bébé demeure une tâche traditionnellement et culturellement associée aux femmes. Qui plus est, l'allaitement devient souvent un argument de poids pour reléguer les pères à un rôle secondaire : « Pourquoi devrais-je me lever la nuit quand le bébé pleure, puisque je ne peux pas l'allaiter ? »

Stéréotypes culturels

L'image de la relation mère-bébé quasi exclusive est fortement soutenue par notre culture avec des idées reçues erronées, telles que l'instinct maternel ; les pères non biologiquement programmés pour entendre leur enfant pleurer la nuit, tandis que les mères auraient en revanche leurs sens en hyperéveil ; l'enfant aurait plus besoin de sa mère biologiquement, etc.

Possibilité d'étendre le débat à l'allaitement

- La thématique de l'allaitement peut être utilisée pour explorer la répartition des tâches au sein du couple parental si le bébé est allaité (renvoi à l'argument clé des papas – cité précédemment – qui se demandent pourquoi se lever la nuit alors que c'est la mère seule qui peut allaiter), soulevant des questions sur la pression sociale et la culpabilisation des mères si elles ne font pas le choix de l'allaitement.
- Introduire cette thématique dans le débat par cette question : « Et, s'il avait été question d'allaitement, cela aurait changé quoi ? »

Réorientation du débat

Si le débat s'oriente vers la question « Doit-on ou non laisser le bébé pleurer ? », il peut être recentré sur les questions de genre et de répartition des tâches domestiques de soins aux enfants.

Autres perspectives culturelles

Aux yeux des femmes issues d'autres cultures, la répartition équitable des tâches domestiques et des soins aux enfants semble acquise en Occident. Or, on sait que ce n'est pas le cas. Cela démontre que ces déséquilibres ne sont pas liés à des facteurs culturels, mais bien à des structures patriarcales universelles.

Notes

8

Je m'ennuie seule à la maison. A part le ménage, je n'ai aucune activité.

Cette situation évoque l'une des conséquences de la **précarité** et des **violences conjugales** : l'isolement (subi par bon nombre des autrices de cet outil et contré par l'existence même du groupe Inform'elles dont un des buts premiers est de [re]créer du lien social).

Précarité et impossibilité de participer à des activités de socialisation

- Le manque de moyens financiers empêche la participation à des activités culturelles, citoyennes mais aussi de socialisation telles que d'inviter des ami·e·s à dîner, sortir boire un verre, se rendre à un anniversaire (et donc amener un cadeau) en raison des frais impliqués, etc.
- Les personnes en situation de précarité sont souvent exclues d'événements sociaux coûteux.
- S'ajoute à cela l'état émotionnel de fragilité dans lequel se trouvent les femmes, qui ne permet pas toujours d'affronter le monde extérieur et le regard des autres.
- L'isolement est une stratégie de domination par les auteurs de violence conjugale.
- Isoler la victime en la coupant de son entourage et du monde extérieur est une stratégie de domination mise en place par les auteurs de violence conjugale, leur permettant de renforcer l'emprise qu'ils exercent sur celle-ci.

Manque de motivation et dépression

Cette situation évoque aussi le manque de motivation lié à un état dépressif : la dépression engendre, entre autres, le fait que toutes les actions effectuées par la personne qui en souffre, des interactions sociales au ménage quotidien, sont vécues comme des efforts. [1]

Les autrices de cet outil ont souvent puisé la force et la motivation au sein du groupe Inform'elles. Celui-ci leur propose de faire le ménage à plusieurs et d'offrir soutien et services, mais aussi de s'indigner et de rêver ensemble, en aspirant à un monde avec davantage de justice sociale ou en envisageant des loisirs jusque-là inaccessibles. C'est la raison pour laquelle la dernière case de ce jeu représente les vacances qu'elles n'ont jamais pu prendre. Dans la même idée, la case départ, représentant la maison, est dotée de barreaux de prison. En participant à des projets comme celui-ci, elles combattent l'isolement domestique, elles y trouvent motivation et estime de soi, par le fait que leur parole est exprimée et entendue, et que leurs vécus partagés peuvent devenir utiles à d'autres.

Manque d'activités et de loisirs

Les femmes ne sont pas encouragées à avoir un hobby : on ne les invite pas à suivre leurs propres intérêts. Cela s'illustre notamment à travers leurs choix de participation aux ateliers menés par le CVFE : les femmes privilégient les ateliers éducatifs, tels que les tables de conversation où l'on apprend le français, perçus comme plus légitimes, au détriment des activités de loisir ou de développement personnel, souvent considérées comme secondaires. Sont aussi mal vus les ateliers "militants" où la colère et des revendications sont évoquées alors que ceux-ci sont de véritables vecteurs à l'émancipation.

[1] <https://www.theraserena.com/mag/symptomes-de-depression>

10

Maman célibataire, je postule au job de mes rêves et je décroche un entretien.

Cette situation évoque une **mère célibataire** aspirant à décrocher son emploi idéal. Cependant, les mères, majoritairement perçues comme plus compétentes dans les tâches domestiques, ajustent leur mode de travail en conséquence, notamment en présence d'un enfant de moins de 3 ans dans un ménage. En cela, leur insertion sur le marché du travail se différencie de celle des hommes. La problématique réside donc dans les **stéréotypes** influençant les choix professionnels des mères célibataires en matière de conciliation travail-famille. [1]

Problématique de l'accès aux services de garde

- Dans notre pays, l'accès à une place en crèche est difficile, avec seulement trois familles sur dix réussissant à en obtenir une, les chiffres variant selon les régions.
- Le coût élevé des crèches, associé à la précarité croissante des emplois et aux politiques favorisant l'emploi et la réduction du chômage, conduit certaines mamans à renoncer à travailler. En effet, ces dernières peuvent être amenées à se dire : « Si tout mon salaire doit aller dans les frais de garde, autant rester à la maison et m'occuper de mes enfants. » Cependant, ce choix engendre le risque de perdre son emploi et éventuellement de se retrouver chômeuse de longue durée.
- Les horaires des crèches ne correspondent pas toujours aux besoins des parents ou des grands-parents (lorsque ces derniers sont amenés à s'occuper des petits-enfants). [2]

Corrélation entre l'emploi des mères et les services de garde

En Europe, la répartition des tâches parentales et les modèles d'emploi varient, les pays avec de bons systèmes de garde affichant des taux d'emploi des mères plus élevés. Deux scénarios s'opposent quant au lien entre les services de garde et l'emploi des mères : certaines femmes ajustent leur mode de travail en fonction de leur « rôle de mère », puis demandent une politique familiale adaptée à ce dernier, tandis que d'autres rencontrent des obstacles financiers les empêchant d'accéder à des services de garde, ce qui entrave leur insertion sur le marché du travail. [3]

[1] <https://www.axellemag.be/grands-meres-gardent-leurs-petits-enfants/>.

[2] Ibid.

Nécessité d'une évolution sociale pour l'égalité au travail

Malgré la croissance des taux d'activité des femmes dans les pays industrialisés, l'égalité au travail entre hommes et femmes nécessite une évolution sociale, intégrant le partage des responsabilités parentales/domestiques, au sein du couple, et l'accès à des services de garde de la petite enfance. La « double journée » persiste pour les femmes, impactant leur activité, même dans des pays avec des modes de garde développés (à l'exception des pays scandinaves). L'évolution quant à la participation des pères à la vie familiale reste lente, soulignant un défi persistant. [4]

[1] Hélène Périvier, "Emploi des mères et garde des jeunes enfants en Europe", *Revue de l'OFCE*, 2004/3 n°90, p. 225-258

[2] <https://www.axellemag.be/grands-meres-gardent-leurs-petits-enfants/>.

[3] [4] Ibid.

11

Je me présente chez un employeur afin de déposer mon CV suite à une offre d'emploi. Je porte un foulard autour de la tête.

Cette situation évoque le **racisme** et les **discriminations** vécues par les femmes portant le foulard.

Inégalités raciales

Comme le rappelle un article d'Axelle Magazine, un groupe de femmes de confession musulmane a témoigné sur les discriminations raciales qu'elles ont toutes subies, déplorant les regards hostiles, les commentaires offensants, voire les insultes auxquelles elles font face. Elles ont exprimé leurs inquiétudes pour leurs filles quant au racisme qui augmente. L'une d'entre elles a souligné avec amertume : « Mais on fait du bon couscous », mettant en lumière l'hypocrisie de la société qui valorise des aspects exotiques, tout en ne promouvant pas activement l'égalité pour toutes. [1]

Ces discriminations renvoient à une double inégalité, à la fois raciste et sexiste, touchant des femmes en raison de leur religion, l'islam, et de leur genre. L'interdiction du voile, souvent justifiée par un principe de « neutralité » ou d'un rejet des « signes religieux ostensibles », cible principalement le foulard, stigmatisant ainsi les communautés musulmanes, particulièrement au sein de nombreuses écoles et entreprises. Ironiquement, bien que ces interdictions prônent l'égalité hommes-femmes, elles excluent de nombreuses jeunes filles et femmes du système éducatif et de l'emploi. [2]

Une discrimination banalisée

La banalisation de cette discrimination se manifeste, entre autres, lorsque les institutions conseillent aux femmes de dissimuler leur voile dans leur recherche d'emploi (p. ex., en leur suggérant de ne pas inclure de photos d'elles portant le voile sur leur CV). [3]

« Le nombre de signalements pour discrimination en raison de conviction religieuse ou philosophique a augmenté de plus de 50% entre 2010 et 2015. Plus de 90% d'entre eux concernent l'islam, révélant certainement un racisme de plus en plus franc en Belgique. » [4]

Discrimination sur le plan professionnel

« Du bénévolat avec le foulard, ça va, mais pour trouver un job... ». Une enquête menée par Vie Féminine dans le Brabant wallon en 2017 révèle les difficultés de ces femmes discriminées à trouver du travail ou un stage durant leurs études, les poussant parfois à les interrompre. Aussi, certaines femmes acceptent des emplois dans des secteurs tolérant le voile, comme les titres-services ou les auxiliaires à l'enfance, bien que ces emplois ne correspondent pas à leurs études ou à leurs aspirations. [5]

Notons que les réglementations en matière de port de symbole religieux ou philosophique sur le lieu de travail sont différentes pour le secteur privé et le secteur public, ce dernier devant garantir le principe de neutralité de l'Etat. [6]

[1] <https://www.laligue.be/association/etude/2018-12-03-barometre-des-parents> (Observatoire belge des inégalités, par Irène Kaufer, août 2020).

[2] [3] [4] [5] Ibid.

[6] <https://www.unia.be/fr/dossiers/voile-travail#:~:text=Les%20fonctionnaires%20ne%20peuvent%20porter%20de%20signes%20religieux%20ou%20philosophiques.>

12

Je suis cadre dans une entreprise. Je reçois ma fiche de paie.

Cette situation évoque les **inégalités salariales** existant entre hommes et femmes. A temps de travail, poste occupé, niveau de responsabilité, compétences et diplômes équivalents, les femmes gagnent encore bien souvent moins que les hommes.

Écart salarial

- En Belgique, en 2021, l'écart salarial entre hommes et femmes est de 9,2 % (contre 5,8 % en 2019, selon Statbel [1]), selon l'Institut pour l'égalité des hommes et des femmes. [2]
- La Belgique affiche pourtant de meilleurs résultats que la plupart des pays européens en termes d'égalité des salaires horaires entre hommes et femmes, avec un écart (salarial) moyen de 14,1 % en Europe. Seuls le Luxembourg (1,3 %), la Roumanie (3,3 %) et l'Italie (4,7 %) font mieux que la Belgique, alors qu'en France, cet écart atteint 16,8 %.
- Si l'on inclut les travailleur·euse·s à temps partiel, l'écart salarial en Belgique monte à 23 %.
- À mesure que l'on progresse dans l'échelle des salaires, l'écart entre les sexes s'accroît.

Inégalités hommes-femmes en matière de temps partiel et de temps plein

Plus de 43 % des femmes salariées en Belgique travaillent à temps partiel, en comparaison, seulement 11 % des hommes travaillent à horaire réduit. Cette disparité s'explique par la sur-représentation des femmes dans des secteurs favorables au temps partiel et par des inégalités persistantes dans la sphère privée, où les femmes continuent de gérer la majorité des tâches domestiques et éducatives, ne leur permettant pas d'assurer un temps plein.

Secteurs genrés et salaire

Les femmes sont majoritairement présentes dans des secteurs qui sont peu valorisés financièrement, pourtant essentiels au bon fonctionnement de la société, tels que les soins de santé, les supermarchés et les crèches. En revanche, les hommes sont davantage représentés dans des secteurs mieux rémunérés, tels que la construction, l'automobile ou l'énergie.

Le plafond de verre

“La notion de « plafond de verre » renvoie au fait que les femmes peuvent progresser dans la hiérarchie de l'entreprise mais seulement jusqu'à un certain niveau. Résultat : elles sont en grande partie absentes du sommet de la hiérarchie. À noter que les femmes se heurtent au plafond de verre aussi bien dans le secteur privé que dans la fonction publique mais également dans bien d'autres domaines : syndicats, fédérations patronales, ONG, autorités académiques, partis politiques, etc.

D'autres métaphores existent : [...]

- « falaise de verre » : les femmes sont uniquement promues à des postes de pouvoir lorsque l'entreprise est en crise. Lorsque la situation s'améliore, ces femmes sont poussées du haut de la falaise ou mises de côté.

La cause réside dans une culture d'entreprise tenace et sexiste. Le manque de compétence des femmes peut difficilement être invoqué puisque parmi les jeunes générations, les femmes ont en moyenne un niveau d'instruction plus élevé que les hommes.

Le plafond de verre engendre une perte énorme de potentiel. Les entreprises caractérisées par un équilibre de genre au niveau du management obtiennent en effet de meilleurs résultats.” [3]

[1] <https://statbel.fgov.be/fr/themes/emploi-formation/salaires-et-cout-de-la-main-doeuvre/ecart-salarial>.

[2] https://www.rtbef.be/info/economie/detail_comment-expliquer-la-difference-salariale-entre-les-hommes-et-les-femmes?id=10711089.

[3] https://igvm-iefh.belgium.be/fr/activites/emploi/plafond_de_verre?fbclid=IwAR0mrj4D2eXzXlHk75zbShRvt4mXdls5clqd4qUPPvfzaFFOqUCPg5wdtC0

13

Je suis suivie par le service d'insertion socio-professionnelle (SIS) du CPAS.

Cette situation évoque les expériences personnelles de certaines personnes qui ont exprimé ressentir une pression en ce qui concerne leur **retour à l'emploi**. D'une part, elles constatent qu'on les oriente souvent vers des emplois traditionnellement réservés aux femmes, essentiellement les titres-services, indépendamment de leur intérêt ou de leurs compétences envers le métier. D'autre part, elles critiquent le fait que, au sein d'une famille, le **CPAS** aura davantage tendance à encourager les hommes à se former et à (re)trouver un emploi, tandis que les femmes ne sont pas encouragées à quitter leur foyer.

C'est quoi, un SIS ?

Les Services d'insertion sociale (SIS) sont des centres qui œuvrent à l'amélioration de la situation sociale des individus. Ces structures rassemblent une équipe de travailleurs·euses sociaux·ales qui accompagnent les personnes demandeuses dans la recherche d'emploi, de logement, l'accès aux soins de santé et à la culture, etc. Par ailleurs, ces centres offrent un espace propice à la rencontre d'autres individu·e·s à l'échange, à l'expression libre, à la mise en avant des compétences, à l'acquisition de nouvelles connaissances et à la participation à des activités de groupe. [1] Ce service s'adresse aux personnes majeures confrontées à des difficultés, telles que l'isolement, l'absence d'accès à l'emploi, des difficultés financières importantes, qui ne bénéficient d'aucune assistance actuelle en matière d'emploi ou de formation, et qui souhaitent améliorer leur situation sociale.

Insertion sociale et insertion socioprofessionnelle

Une distinction s'opère entre l'insertion sociale et l'insertion socioprofessionnelle. L'insertion sociale englobe l'épanouissement, le bien-être, la participation, la reconnaissance et l'autonomie de la personne, offrant une perspective plus large que l'insertion socioprofessionnelle. Souvent considérée comme une étape préalable à l'insertion socioprofessionnelle et professionnelle, elle est ainsi accessible à un large public, incluant celles et ceux qui ne sont pas encore prêts·es à entrer dans un processus d'insertion professionnelle.

C'est quoi un CISP ?

Un CISP est un centre d'insertion socioprofessionnelle. Ce sont des centres d'orientation et de formation gratuites situés partout en Wallonie et destinés aux adultes demandeurs·euses d'emploi. Il existe un CISP au sein du CVFE uniquement dédié aux femmes demandeuses d'emploi (www.sofft.be).

[1] <http://actionsociale.wallonie.be/insertion-activation-aide-sociale/services-insertion-sociale>.

15

Je suis maman célibataire. j'ai un rendez-vous avec un homme rencontré sur Tinder. C'est la 1ère fois depuis longtemps... Je suis stressée et très impatiente. Mais que faire des enfants ?

Cette situation évoque la question de la **vie affective des mères célibataires** : comment concilier le rôle de mère avec celui de femme, sans sacrifier l'un au profit de l'autre ? Il s'agit de ne pas perdre de vue qu'une mère est avant tout une femme, avec ses aspirations et ses besoins personnels.

Conseil d'animation

Deux aspects sont à aborder :

- Aspect pragmatique lié aux gardes des enfants (avoir un réseau social soutenant).
- Aspect moral : le regard porté par la société sur la vie affective et sexuelle des mères célibataires.

Quelques points d'attention face à ce type de situation :

- La difficulté concrète pour les mères célibataires d'avoir une vie affective, voire sociale, notamment en l'absence de solutions de garde pour les enfants, en week-end et s'ils ne sont pas chez leur autre parent·e, etc.
- Le jugement social envers les mères et leur sexualité, souvent empreint de désapprobation, qu'elles intègrent pour la plupart. Si le besoin de faire garder ses enfants est compréhensible et socialement accepté lorsqu'il s'agit de devoir se rendre chez un·e médecin ou de faire ses courses, qu'en est-il lorsqu'il s'agit de rencontres amoureuses et/ou sexuelles.
- Le modèle de la mère sacrificielle, qui reste encore fort prégnant dans nos sociétés. Les femmes, éduquées à se centrer sur les autres et à se consacrer au bien-être de leur entourage, ont souvent bien du mal à (re)connaître leurs besoins une fois mères, tant elles sont fixées sur ceux de leurs enfants.
- La difficulté pour les parent·e·s célibataires de réinvestir une relation amoureuse, tout en préservant leurs enfants, en les tenant à l'écart, dans un premier temps du moins, pour éviter de les perturber par l'arrivée d'un·e ou plusieurs nouveaux·elles partenaires. Ainsi, déterminer le moment opportun pour présenter le·la nouveau·elle partenaire aux enfants respectifs est souvent une question délicate.

Notes

16

Ma relation avec mon mari est très difficile. Il me rabaisse sans cesse et contrôle mes moindres faits et gestes.



Cette situation évoque le processus de domination conjugale, la notion d'emprise ainsi que celle de **violence psychologique**. [1]

Quelles formes peuvent prendre les violences conjugales ?

La violence conjugale ne concerne pas uniquement la violence physique. Elle peut aussi être psychologique, économique, sexuelle, verbale, ... [2] La violence psychologique est sans doute la plus fréquente. On entend par :

- **Violence psychologique** : c'est un ensemble de comportements, de paroles, d'actes et de gestes qui visent à porter atteinte à l'intégrité psychique ou mentale de l'autre. Ces violences s'attaquent directement à l'identité, l'estime de soi et la confiance en soi de la personne qui les subit. Exemple de comportements : indifférence, dévalorisation, contrôle, injures, surveillance, rejet, privation d'affection, menaces, limitation de l'accès à l'information, interdiction de sortir, exigences excessives, culpabilisation, humiliation, empêcher l'accès à un travail, provocation, dégradation des biens, ...
- **Violence verbale** : la plus fréquente, elle est étroitement liée à la violence psychologique. L'auteur utilise sa voix comme une arme, soit par les propos tenus, soit par le ton utilisé.

Il existe un **Pôle de Ressources spécialisées en violences conjugales et intrafamiliales** en Belgique francophone qui rassemble des associations expertes sur ces questions qui organise l'écoute et la formation des professionnel·le·s.

- **L'écoute** : si vous questionnez votre relation, que vous soyez victime ou auteur de violence, témoin ou professionnel·e, appelez la ligne d'écoute violences conjugales au **0800/30 030**, 7 jours sur 7, 24h sur 24. Un tchat est aussi disponible.
- **La formation des professionnel·e·s** : le programme et l'agenda des formations sont à consulter ici : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/qui-sommes-nous/les-poles-de-ressources/programme-des-formations/>



Scannez ce QR code pour vous rendre sur le site du Pôle de Ressources

[1] On parle également de "contrôle coercitif". Pour plus d'infos : https://controlecoercitif.ca/fr?fbclid=IwZXh0bgNhZW0CMTEAAR1JjqP0fBliWCj9XexSXkbn2KZSQoXjkHwaopcf4M6dw7V469cchWynxs_aem_6Mxv8dMqB0r8UWoDo_HYOA

[2] <http://www.asblpraxis.be/violences-conjugales/differentes-formes-violences-conjugales-familiales>.

17

Il faut faire le ménage. Je suis handicapée et je vis seule.

Cette situation évoque la difficulté de vivre en autonomie quand on est en **situation de handicap et isolé·e**, ainsi que l'importance de l'entraide et de l'échange de services.

Bon à savoir en matière d'aides possibles :

- **L'APA (Allocation pour l'aide aux personnes âgées)**

L'APA est une aide destinée aux personnes âgées de 65 ans ou plus en perte d'autonomie et disposant de faibles revenus. Elle offre un complément financier pour faire face aux frais supplémentaires résultant de la diminution de leur autonomie : éprouver des difficultés à exercer des activités quotidiennes telles que cuisiner, manger, se laver, faire le ménage et participer à des activités sociales (à noter que celle-ci doit être estimée pour introduire la demande). Les mutuelles sont chargées de la gestion de l'APA, sous le contrôle de l'AVIQ (Agence pour une vie de qualité). [1]

- **Services d'aide et de soins à domicile**

Les services d'aide et de soins à domicile soutiennent les personnes, dont l'autonomie est réduite, à vivre chez elles, en leur fournissant une assistance quotidienne et en dispensant les soins dont elles ont besoin. [2]

Les services d'aide et de soins à domicile proposent :

- les soins à domicile, assurés par des équipes comprenant des aides-soignant·e·s, des infirmier·ère·s, des kinésithérapeutes, des coiffeur·euse·s, des pédicures, des dentistes ou des opticien·ne·s.
- des aides diverses, telles que des repas à domicile, des aides au ménage, des garde-malades ainsi que des gardes d'enfants malades, des aides pour petits travaux, etc.

Coûts et modalités

- Les tarifs dépendent des revenus et de la situation familiale.
- Les prestataires de soins sont conventionnés INAMI, et certains proposent le système du tiers payant.

Prise de contact

- Pour bénéficier de ces aides, il faut s'adresser à la mutuelle ou directement aux services d'aides et de soins à domicile (CSD, etc.).

Notes

[1] <https://www.aviq.be/apa/>.

[2] <https://phare.irisnet.be/lieux-de-vie/aides-et-soins-%C3%A0-domicile/>

18

Je dois m'absenter et la vaisselle du souper est dans l'évier.

Cette carte renvoie au **partage non-équitable des tâches domestiques** au sein du couple ainsi qu'à la **charge mentale**.

Les femmes assurent plus de la moitié des tâches ménagères et soins aux enfants (selon l'INSEE, les femmes consacrent deux fois et demi plus de temps aux tâches ménagères que les hommes).

Exemple : en 2013, une femme, même travaillant à temps plein, consacre environ vingt-deux heures aux tâches ménagères contre quatorze heures pour les hommes employés au même régime (rapport de l'IWEPS 2017). À temps partiel ou sans emploi, elles en font de toute façon plus que les hommes dans ce domaine. Elles s'occupent principalement de tâches telles que la cuisine, le linge, le nettoyage, etc., et subissent davantage le poids de la charge mentale. Les hommes, s'ils s'occupent de plus en plus de leurs enfants, se cantonnent principalement aux activités de loisir et de socialisation avec eux (l'organisation et les soins restent l'apanage des mères). Par ailleurs, leur implication dans les tâches du foyer demeure encore majoritairement dans des tâches qui leur sont traditionnellement assignées (bricolage, réparation, jardinage...). [1]

Cette situation permet également d'aborder le concept de **charge mentale**.

Celle-ci a été définie pour la première fois par Monique Haicault en 1984 et se définit par le fait de devoir penser simultanément à des choses appartenant à deux mondes séparés physiquement. Par exemple, la maman au travail qui pense à ce qu'elle doit faire le soir en rentrant.

Idées de scénarios intéressants pour lancer le débat :

- **Un homme disant « T'aurais dû demander »** (Pour explorer l'idée que les femmes seraient responsables de la "bonne organisation" de l'ordre domestique tandis que les hommes ne seraient que des "exécutants" privé d'initiative).
- **Un homme affirme "aider sa femme"**: les hommes souvent soulignent leur implication dans la vie domestique comme étant quelque chose d'exceptionnel (certains attendent même d'être félicités pour un biberon donné, une lessive faite, etc.) quand celle des femmes semble normale... C'est tellement intériorisé que certaines femmes soulignent l'implication de leur compagnon auprès de leur entourage comme si cela était exceptionnel. La norme devrait correspondre à un partage égalitaire des tâches. Si deux partenaires partagent le même espace de vie, il semble alors logique de répartir les tâches domestiques de manière équitable.

[1] <https://www.laligue.be/association/etude/2018-12-03-barometre-des-parents>

19

Je suis une femme transgenre (c-à-d que je suis née garçon mais m'identifie femme). Je souhaite m'inscrire à des ateliers destinées aux femmes.

Cette situation évoque la question des **transidentités**, c'est-à-dire la manière dont les personnes peuvent s'identifier en dehors des catégories traditionnelles de genre. Elle remet en question la vision binaire des genres présente dans notre société, qui perçoit le genre uniquement selon deux catégories distinctes, homme ou femme, sans en reconnaître d'autres.

Quelques distinctions

Elle vise également à mettre en lumière les nuances à effectuer entre le **sexe biologique** ou assigné à la naissance (les organes génitaux), le **genre** (une construction socioculturelle déterminant ce qui est considéré comme masculin ou féminin), **l'identité de genre** (le genre auquel s'identifie la personne) et **l'expression de genre** (la manière dont l'identité de genre est exprimée à travers des aspects tels que l'habillement, l'attitude, le langage, etc.). Enfin, la **sexualité** se réfère aux pratiques et désirs sexuels ressentis par les personnes (raison pour laquelle le mot "transsexuel·e" n'est plus utilisé aujourd'hui car il fait référence à une forme de sexualité plutôt qu'à l'identité de genre de quelqu'un·e). Il est crucial de ne pas confondre ces termes, au risque d'entraîner des malentendus.

L'accès des femmes transgenres aux activités en non-mixité fait souvent l'objet de débats. Julia Serano aborde les exclusions et discriminations vécues par les femmes trans au sein du féminisme et des mouvements LGBTQIA+ (Lesbiennes, Gays, Bisexuel·le·s, Transgenres, Queer, Intersex, Asexuel·le·s, le "+" laisse l'acronyme ouvert pour que d'autres minorités sexuelles et de genre puissent également s'y rattacher). Elle **expose et réfute les arguments** fréquemment avancés (par des personnes cisgenres) pour refuser l'accès de ces femmes aux espaces non mixtes :

- Ce ne sont pas des femmes, car elles n'ont pas une biologie féminine -> Un examen physique est une intrusion dans la vie privée et il faut donc se fier à l'autodétermination.
- Ce ne sont pas des femmes, car elles ont reçu une socialisation masculine -> Les mouvements LGBTQIA+ sont fondés sur le principe de l'auto-identification. Des personnes homosexuelles ont vécu une socialisation hétérosexuelle, ce qui ne les empêche pas d'être reconnues comme appartenant à la communauté LGBTQIA+.
- Ce ne sont pas des femmes, car elles jouissent de privilèges masculins -> Les privilèges sont distribués de manière inégale entre les hommes (en fonction de sa classe sociale, de son orientation sexuelle, de ses capacités physiques, etc.). Avoir joui d'un privilège à un moment de sa vie ne le rend pas utilisable pour toujours (beaucoup de personnes vivant avec un handicap n'en étaient pas porteuses à leur naissance).
- Elles menacent la sécurité des autres -> Plutôt que de voir la vulnérabilité dans laquelle les femmes trans se trouvent de par leur position sociale, on renverse l'argument pour se positionner en tant que victime, invisibilisant les problématiques quotidiennes vécues par les personnes trans. [1]

[1] « Quelle place pour les femmes trans au sein des mouvements féministes ? » de Julia Serano, <https://www.erudit.org/fr/revues/spirale/2014-n247-spirale01137/711100ac.pdf>.

20

Je suis en train d'accoucher, le travail est long et douloureux. La situation devient critique.



Cette situation évoque la problématique des **violences obstétricales**, c'est-à-dire les comportements par lesquels le corps médical violence les femmes au cours de leur accouchement. Ces violences peuvent être psychologiques, verbales et parfois physiques. Elles incluent le manque d'informations fournies sur les procédures effectuées, l'imposition de pratiques médicales sans solliciter préalablement l'opinion des personnes examinées ou sans obtenir leur consentement explicite ainsi que le non-respect des décisions et de leur volonté. À ce jour, ces pratiques sont tellement banalisées que de nombreux·ses soignant·e·s n'ont pas conscience de leur caractère violent.

Exemples de violences obstétricales :

- Actes pratiqués à vif (sans anesthésie ou avec une anesthésie inefficace).
- Expression abdominale (acte consistant à appliquer une pression sur le fond de l'utérus afin d'accélérer la sortie du bébé).
- Point du mari (fait de recoudre une épisiotomie plus serrée, pour soi-disant augmenter le plaisir du mari lors des rapports sexuels).
- Épisiotomie pratiquée sans consentement de la patiente (l'épisiotomie est pratiquée pour un tiers des accouchements par voie basse et monte à 1 accouchement sur 2 quand il s'agit du premier alors que son intérêt est largement remis en cause par la littérature scientifique. Elle reste néanmoins une habitude dans bon nombre d'hôpitaux belges).
- Violences psychologiques (ex. infantilisation, froideur et agacement du personnel médical, agressivité, non explication des actes posés ; humiliations et brimades, menaces par exemple d'anesthésie générale, d'utiliser les ventouses ou de ne voir son bébé que le lendemain ; dire aux femmes qu'elles sont incompetentes, minimiser leurs douleurs ou leurs émotions, nier leurs besoins ...).
- Violences verbales ou encore physiques (touchers vaginaux brutaux, être bousculée, gifflée, ...).

Ces violences sont systémiques et au croisement de plusieurs causes : la culture patriarcale, la formation des soignant·e·s, la culture institutionnelle de certains hôpitaux, le surmenage du personnel, le racisme, ... A noter que la **loi belge du 2 aout 2022** stipule que tout acte médical doit recueillir le consentement du·de la patient·e.

Une femme sur cinq rapporte avoir subi une forme de violence obstétricale, un chiffre qui augmente à une femme sur trois chez les femmes racisées et à une femme sur quatre pour les personnes possédant au maximum un diplôme d'études secondaires. [1]

Comme mentionné sur le site de la Plateforme pour une naissance respectée, [2] pour garantir une expérience positive de l'accouchement, les femmes ont besoin d'être reconnues comme maîtresses de leurs choix et prises de décision les concernant ainsi que leurs enfants. L'association souligne l'importance de préserver le sentiment de compétence des femmes en tant que mères, qui impacte positivement la santé physique et psychique de celles-ci, de même que la qualité de l'attachement mère-enfant tout au long de la vie. Assurer ce sentiment passe par le respect de la dignité de chacune en tant qu'être humain et adulte responsable, du respect de leurs droits et de leurs responsabilités pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum. Dès lors, il est impératif que toute structure d'accompagnement des naissances, qu'elle soit médicalisée ou non, encourage et respecte la capacité intrinsèque des femmes à accoucher et à prendre soin de leur enfant de manière appropriée.

[1] Amjahad Anissa, Chiara Cosentino, Fabienne Richard, Florence Guiot, Julie Servais, Michèle Warnimont « Les conditions d'accouchement en Belgique francophone avant et pendant le COVID », Plateforme pour une naissance respectée, Novembre 2021.

[2] <https://www.naissancerespectee.be/>

21

Je viens de subir une hystérectomie (ablation de l'utérus).



Définition

« L'hystérectomie est une intervention chirurgicale consistant à retirer tout ou une partie de l'utérus, éventuellement accompagnée de l'ablation d'autres organes génitaux. Elle peut être pratiquée dans le cas de diverses pathologies telles que les fibromes utérins, l'endométriose ou le traitement du cancer. » [1]

Cette situation évoque l'association de la féminité au fait de posséder un utérus, et comment l'ablation de cet organe peut entraîner un sentiment de perte de féminité, ce dernier étant symboliquement lié à la fécondité. En effet, la société associe encore trop souvent la féminité et le fait de se sentir désirable, voire utile (?!), à la capacité de procréer. Par ailleurs, la présente carte vise à mettre en lumière le manque d'écoute du corps médical vis-à-vis des conséquences psychologiques que peut engendrer l'hystérectomie, ainsi que la potentielle nécessité d'un accompagnement psychologique avant et/ou après l'opération. Outre la question de la féminité, d'autres craintes émises par les patientes concernant les conséquences de l'intervention sur leur sexualité ou leur apparence physique (prise de poids, crainte d'un « trou » dans leur ventre) doivent aussi être entendues et apaisées.

Impact psychologique

En théorie, un accompagnement psychologique devrait systématiquement être proposé, mais de nombreux chirurgiens minimisent l'impact psychologique de cette intervention. [2] Certain·e·s gynécologues peuvent banaliser cette procédure en mettant en avant les avancées chirurgicales contemporaines et en soulignant que l'utérus, après un certain âge, « ne sert plus à rien ». Une approche qui ne concorde pas toujours avec l'expérience personnelle des femmes, pour qui l'intervention peut comporter une haute signification symbolique. [3]

Amélioration du bien-être physique

Au-delà des possibles impacts psychologiques associés à l'opération (anxiété, perte de confiance en soi, diminution de la libido, jusque phobie de la pénétration), l'hystérectomie n'est pas à craindre sur le plan physique. Les techniques chirurgicales liées à cette intervention ont considérablement progressé, assurant des suites opératoires simplifiées, une courte hospitalisation, et peu, voire aucune cicatrice apparente. De plus, dans la majorité des cas, l'hystérectomie contribue à améliorer la sexualité et la qualité de vie des patientes. Elle permet de faire disparaître des symptômes contraignants, tels que les douleurs, les saignements abondants et la fatigue profonde. Cela peut permettre aux femmes de se réapproprier leur corps. Cependant, les médecins doivent prendre conscience que ce n'est pas toujours le cas, et qu'il est nécessaire d'assurer un suivi spécifique avec l'aide de psychologues, psychiatres ou sexologues pour celles qui en auraient besoin.

[1] <https://www.elsan.care/fr/pathologie-et-traitement/maladies-gynecologiques/hysterectomie-definition-traitements>.

[2] https://www.doctissimo.fr/html/sante/mag_2001/mag0608/sa_4152_hysterectomie.htm

[3] <https://www.edimark.fr/revues/la-lettre-du-gynecologue/379-fevrier-2013/hysterectomie-le-point-de-vue-du-psychologue>.

22

Je suis maman célibataire de deux enfants et dois bientôt accoucher du troisième. Je n'ai plus aucun contact avec les papas.

Cette situation évoque les réalités difficiles et les défis auxquels sont confrontées les **mères célibataires** élevant seules leurs enfants, questionnant les **conséquences de l'isolement** vécu par certaines d'entre elles.

Contexte en Belgique

Un quart des foyers belges est monoparental, avec une majorité de 80 % de ces familles dirigées par des femmes. Près de la moitié de ces mères ne reçoit aucune aide financière sous la forme de pension alimentaire. Pourtant, ces mamans et leurs enfants font face à un risque plus élevé de rencontrer des difficultés financières à la suite d'une séparation, comparativement aux pères célibataires. [1]

L'isolement, une conséquence de la monoparentalité

Une mère seule avec ses enfants doit ainsi relever de nombreux défis en raison des responsabilités parentales qu'elle assume quasiment seule, du dysfonctionnement judiciaire (exemple : plaintes classées sans suite), du retard de paiement des pensions alimentaires, ainsi que des difficultés à trouver un logement ou un emploi. Par conséquent, elle se retrouve progressivement isolée, son réseau social se réduisant souvent à son foyer ou à quelques interactions en ligne, à condition d'avoir accès à internet chez elle. Sans compter les mères qui ont dû partir en raison des violences commises par leur ex-partenaire, et continuent de les subir malgré la séparation, eu égard à une justice défailante et sous-financée quant à ces questions. Par ailleurs, en raison de ces obstacles, les mères monoparentales mettent considérablement plus de temps que les pères célibataires à reconstruire une vie de couple. [2]

Stéréotypes et inégalités liés au genre

Ces dernières doivent non seulement naviguer en eaux troubles, mais aussi affronter les stéréotypes de genre qui les désignent comme principales responsables de la séparation et plus aptes que les hommes à s'occuper des enfants. L'épuisement est donc inévitable dans un contexte aussi anxiogène et discriminatoire. À l'inverse, les pères célibataires bénéficient souvent d'un soutien spontané, sans qu'ils aient besoin de le solliciter, suscitant davantage de pitié et de compassion que les mères, qui sont supposées naturellement être dotées d'un instinct maternel [3]. La société et la justice attendent trop souvent une forme d'infailibilité de la part des mères au risque de voir les services sociaux s'introduire dans leur vie privée. Il existe également un lien entre monoparentalité et précarisation : la précarité est une cause de la monoparentalité (les problèmes permanents déstabilisent les couples) mais aussi une de ses conséquences. Outre un revenu unique, d'autres difficultés sont à surmonter pour les mamans solo : pas de répit, pas de délégation possible même en cas de maladie, peu de soutien structurel, ...

[1] <https://ligue-enseignement.be/monoparentalite-femmes-et-enfants-en-danger>.

[2] *Ibid.*

[3] *Ibid.*

23

J'ai mes règles plus tôt que prévu, je n'ai plus de serviettes hygiéniques et c'est une fin de mois économiquement difficile.

Cette situation évoque ce que l'on appelle « **la précarité menstruelle** », une appellation qui désigne le manque d'accès aux produits menstruels en raison de problèmes financiers. Cette situation affecte principalement les personnes en situation de grande précarité, à savoir les personnes sans domicile fixe, aux études ou vivant sous le seuil de pauvreté.

Les conséquences de la précarité menstruelle sont multiples, incluant : [1]

- le risque de contracter le **syndrome du choc toxique** (SCT) (cf. **carte 25** pour la définition) en cas de port prolongé d'une même protection ;
- celui de mettre sa sécurité en péril en cas de vol de produits périodiques ;
- le fait de devoir choisir entre s'alimenter (ou acheter des produits de première nécessité) ou acheter des produits périodiques ;
- celui de s'absenter de l'école ou du travail pendant les règles ;
- des difficultés de (ré)insertion dans le monde professionnel.

Quelques avancées

Les CPF (Centre de Planning Familial) et quelques associations féministes (dont le CVFE) organisent des récoltes de produits périodiques sur base de dons et les redistribuent à des personnes en situation précaire (étudiantes, sans abris, ...) : Projets Sang Souci à Liège, BruZelle à Bruxelles, Sang toi libre de la Ville de Liège... Notons également que des tampons et serviettes sont toujours mis à disposition gratuitement dans les toilettes et salles d'attente des centres de planning familial.

Les femmes et personnes menstruées sont **culpabilisées au niveau écologique** et subissent une pression quant à leurs choix de produits menstruels, avec une forte incitation à adopter des options durables comme les cups ou les culottes réutilisables, une tendance qui s'étend également aux produits d'entretien.

Avoir ses règles, ça coûte combien ?

Estimer le coût des menstruations sur toute une vie s'avère être une tâche difficile en l'absence d'études officielles disponibles, [1] car cela dépend de nombreux facteurs et données individuelles. Néanmoins, le Centre d'action laïque du Brabant wallon a cherché à évaluer ces différents éléments et a estimé qu'un cycle menstruel pourrait coûter plus de 10 euros par mois, pouvant constituer une contrainte financière pour de nombreuses personnes. [2]

Notes

[1] <https://www.sofelia.be/precarite-menstruelle-des-initiatives-deja-en-place/>.

[2] *Ibid.*

24

Je suis maman célibataire. On en est qu'à la moitié du mois de septembre et avec tous les frais de rentrée scolaire, je suis déjà fauchée.

Cette situation évoque les **défis financiers** auxquels font face les **mères des familles monoparentales**, particulièrement accentués lors de périodes exigeantes comme la rentrée scolaire.

80% des familles monoparentales sont menées par des femmes. Ces familles sont quatre fois plus susceptibles de vivre dans la pauvreté par rapport à un foyer traditionnel composé de deux adultes et de deux enfants [1].

Pensions alimentaires impayées

Les pensions alimentaires constituent un vecteur important de violence et de moyen de pression de la part de l'ex-partenaire, avec un impact direct sur la qualité de vie des enfants. Quatre foyers monoparentaux sur cinq sont des mamans solos (soit 989 680 foyers belges) et près de quatre pensions alimentaires sur dix ne sont pas payées (ou ne le sont pas régulièrement). [2]

Le SECAL (Service des créances alimentaires)

Pour y faire face, le Service des créances alimentaires (SECAL) propose de payer des avances sur ces pensions impayées, tout en se chargeant de réclamer les montants aux mauvais·e·s payeur·euse·s, sur demande du·de la parent·e lésé·e. Ce service est accessible aux résident·e·s belges ayant un titre exécutoire fixant le montant de la pension et ayant connu au moins deux défauts de paiement dans l'année précédant la demande. Le SECAL peut aussi récupérer des arriérés sur cinq à dix ans selon les situations et gérer les frais exceptionnels, sous conditions précises, dont le fait qu'ils soient spécifiés dans un titre exécutoire, et réclamés pour une période spécifique. Cependant, ce service connaît aussi des limites et des conditions qui rendent son application difficile.

Il est important de mentionner que, outre l'aide du SECAL, le non-versement de la pension alimentaire peut entraîner des poursuites pénales contre le·a débiteur·trice d'aliments. [3]

Notes

[1] https://www.financite.be/sites/default/files/references/files/analyse_monoparentalite_ab.docx.pdf.

[2] Fatma Karali, "Oubliées de la crise Covid-19, les mères solos se débrouillent" in *Chronique Féministe*, 126-juillet/décembre 2020.

[3] https://finances.belgium.be/fr/particuliers/famille/rente_alimentaire/secal/a_propos_du_secalf/qui_sommes_nous.

Au-delà des risques sanitaires liés à la précarité menstruelle (notion abordée dans la **carte 23**) qui limite le changement régulier des protections intimes, cette situation évoque les dangers potentiels associés à l'utilisation de tampons et de cups menstruelles. Ces produits, bien que couramment utilisés, peuvent, dans certaines conditions, favoriser le développement du **syndrome du choc toxique (SCT)**.

Qu'est-ce que le syndrome du choc toxique (SCT) ?

Le syndrome du choc toxique est une maladie rare, mais sérieuse, liée à l'utilisation prolongée de tampons ou de cups menstruelles pendant les règles. Le SCT est causé par une bactérie appelée staphylococcus aureus ou staphylocoque doré. Bien qu'elle soit présente chez 30% à 40% des individus sans causer de problème, elle peut devenir dangereuse lorsqu'elle se multiplie dans le vagin. Ce phénomène peut se produire si un tampon ou une cup menstruelle bloque l'écoulement normal du sang, le sang stagnant créant alors un milieu idéal pour que la bactérie prolifère. Lorsque la bactérie se multiplie, elle produit des toxines qui passent dans le sang et, une fois dans l'organisme, affectent gravement des organes vitaux comme le foie, les reins ou les poumons. [1]

Les symptômes sont :

- forte fièvre soudaine, vomissements et/ou diarrhée, sensation de malaise avec vertiges, fatigue, maux de tête, voire maux de gorge, éruptions cutanées (faisant penser à un coup de soleil) ou encore rougeurs dans l'œil Ces symptômes peuvent être simultanés, successifs ou même isolés mais la présence d'un seul d'entre eux ne suffit pas pour pouvoir se penser atteint·e·s par cette grave infection. Certaines femmes peuvent même perdre connaissance et tomber dans le coma.
- Les symptômes du syndrome du choc toxique peuvent être confondus avec ceux de la grippe. On n'y pense pas toujours (y compris les médecins).

Traitement

En cas de détection de SCT, il est impératif de retirer immédiatement la protection interne. Le traitement repose, en parallèle, sur l'administration d'antibiotiques par injection intraveineuse. Un traitement supplémentaire peut être nécessaire contre les chutes de tension pour stabiliser la tension artérielle.

Prévention

Pour réduire le risque de SCT, il est conseillé de changer régulièrement de tampon ou de vider sa coupe menstruelle toutes les quatre à six heures, en évitant son utilisation nocturne. Nettoyer soigneusement sa cup menstruelle, se laver les mains régulièrement et s'assurer d'une hygiène intime irréprochable (rappelons que l'eau suffit) sont des mesures préventives clés. Éviter les dispositifs intravaginaux reste le meilleur moyen de prévention. Notons néanmoins que les serviettes hygiéniques sont souvent pointées comme nocives, car elles sont conçues dans des dérivés pétrochimiques et hermétiques, et peuvent causer de nombreuses irritations des muqueuses. La culotte menstruelle est alors une bonne alternative.

[1] <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=choses-savoir-syndrome-choc-toxique>.

26

Mon compagnon et moi avons envie de faire l'amour.

Cette situation évoque la réflexion sur la **sexualité phallocentrée** (qui met l'accent sur la pénétration et le plaisir masculin). La vision traditionnelle de la sexualité hétéronormée présente souvent un scénario en trois actes : les préliminaires, vus comme une simple mise en condition pour la pénétration ; la pénétration, le moment culminant considéré comme l'aboutissement du rapport sexuel ; l'endormissement, l'acte sexuel se terminant une fois l'orgasme masculin atteint, sans considération pour le plaisir féminin.

Sexualité phallocentrée

Cette approche linéaire et phallocentrée de la sexualité s'inscrit dans un contexte plus large de scripts sexuels et culturels imprégnés de patriarcat, et dont la pornographie ne manque pas de faire le relais. Ces schémas renforcent une dynamique de pouvoir, où les hommes dominent et où les femmes sont dominées, les hommes étant forcément dotés d'un corps pénétrant et les femmes de corps pénétrés – et pourquoi pas l'inverse finalement ? En outre, l'orgasme masculin y est présenté comme l'objectif principal, reléguant celui des femmes en option. « Le rapport sexuel hétéro semble en premier lieu dédié au plaisir de l'homme, pour qui la pénétration fait office de Saint Graal. » [1] Ce n'est pas sans raison que le rapport sexuel est considéré comme terminé après l'éjaculation masculine. Or, il existe de multiples façons de continuer à faire l'amour, à donner du plaisir et à en prendre. Par ailleurs, cette perspective centrée sur le masculin met une pression tant sur les femmes qui devraient accepter la pénétration de façon inconditionnelle, même si elle ne leur procure aucun plaisir, que sur les hommes élevés dans une notion de performance.

Problématiques des « préliminaires »

Le terme « préliminaires » lui-même est à bannir par le fait qu'il réduit des pratiques comme le cunnilingus ou la fellation à de simples « échauffements » avant la pénétration, suggérant qu'elles ne font pas partie intégrante de l'acte sexuel.

En réalité, tout acte sensuel tel que le cunnilingus devrait pouvoir être considéré comme une expérience sexuelle complète en soi, la pénétration étant une possibilité, mais en rien la seule, ni obligatoire. Ces expériences peuvent également avoir lieu à divers moments durant l'intimité, y compris après une pénétration. Cela nécessite de se libérer de la conception faisant de la pénétration un acte de domination, de conquête et de possession. La sexualité peut se vivre de multiples manières. L'important est que chacun·e s'empare de sa propre sexualité, l'explore et communique avec son ou sa partenaire (voir également **carte 28** sur le consentement).

Notes

[1] <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=choses-savoir-syndrome-choc-toxique>.

27

Je suis sortie faire la fête et j'ai trop bu. Je rencontre quelqu'un qui me plaît.



Cette situation évoque le non-respect du **consentement** et le viol, plus particulièrement dans un contexte de vulnérabilité due à l'état d'ébriété.

Qu'est-ce que le consentement sexuel ?

D'après Amnesty International, le consentement sexuel se caractérise par un accord donné librement et en toute connaissance de cause par les individus avant toute interaction sexuelle. Cette approbation doit être partagée, impliquant que chaque personne participant à l'acte sexuel exprime clairement son accord. Le consentement ne doit jamais résulter de l'intimidation, de la contrainte, des menaces ou du chantage, et doit, par ce fait, être un choix volontaire et conscient. En outre, le fait de ne pas verbaliser son accord ou de ne pas dire non n'équivaut pas à une forme de consentement. [1]

Culpabilisation des victimes

Serge Garcet, professeur de criminologie à l'Université de Liège et responsable du service de victimologie, explique que, lorsqu'une victime se présente auprès des autorités sans pouvoir préciser les circonstances de son agression, elle renvoie au stéréotype nuisible de la « fille facile qui ne sait même pas avec qui elle est rentrée ». Cela alimente le sentiment de culpabilité des victimes, qui s'accusent elles-mêmes de ne pas avoir été suffisamment vigilantes. [2]

Quelques chiffres

En Belgique, on compte 9 plaintes pour viol par jour, mais ces chiffres sont largement sous-évalués par rapport à la réalité. Il faut probablement les multiplier par dix. D'après une étude, une personne sur deux a été un jour victime d'agression sexuelle. "Depuis leur enfance, les filles baignent dans l'idée qu'elles doivent se protéger de la sexualité de l'homme. On ne dit pas à l'homme de calmer ses pulsions, mais à la femme de les éviter." [3]

Que dit la loi belge ?

En 2022, la Belgique a actualisé sa législation vis-à-vis du droit pénal sexuel, se concentrant sur le consentement et ajustant les sanctions pour les infractions sexuelles. Voici ce que l'on peut trouver dans cette réforme :

- Contrairement à la situation antérieure, le principe « d'absence de consentement » doit désormais être appliqué à l'ensemble des infractions à caractère sexuel. En l'absence d'un consentement exprimé, une infraction est constituée.
- Le consentement de la victime à un acte sexuel ne peut donc pas être déduit de l'absence de résistance de la victime.
- La justice considérera qu'il n'y a pas consentement lorsqu'une personne est « en situation de vulnérabilité », notamment dans les cas où la personne est inconsciente, endormie, en état de peur, sous l'influence de l'alcool, de stupéfiants, de substances psychotropes, atteinte d'une maladie, d'une infirmité ou de déficience mentale, altérant son libre arbitre.
- Le consentement à un acte sexuel peut être retiré à tout moment, avant ou pendant l'acte. Retirer son préservatif durant l'acte sans l'accord de son ou sa partenaire (stealthing) sera aussi considéré comme un viol.
- La majorité sexuelle est fixée à 16 ans, mais une personne de 14 ans peut consentir librement si la différence d'âge avec l'autre personne n'est pas supérieure à deux ans ;
- Un-e mineur-e ne sera jamais considéré-e comme capable d'exprimer son consentement librement si l'auteur est un parent, jusqu'au troisième degré, ou une personne occupant une position similaire au sein de la famille, ou une personne qui cohabite avec le-a mineur-e et a autorité sur elle-lui. Il en va de même si l'acte a été rendu possible en raison, dans le chef de l'auteur, d'une position reconnue de confiance, d'autorité ou d'influence sur le-a mineur-e.

[1] <https://jeunes.amnesty.be/jeunes/nos-campagnes-jeunes/droits-sexuels-reproductifs/presentation/focus-viol-consentement/article/notion-consentement-sexuel>.

[2] <https://moustique.lalibre.be/actu/belgique/2021/10/21/viols-sous-influence-bien-plus-quun-fait-divers-213700>.

[3] Ibid.

29

Je suis au lit avec mon mari. Il a envie de faire l'amour et moi pas.



Cette situation évoque la question du **viol conjugal**.

Les violences sexuelles sont bien entendu présentes dans des situations de violence conjugale. Dans ce contexte, elles visent à imposer à l'autre des pratiques sexuelles non consenties en utilisant la manipulation, l'intimidation, le chantage, la menace ou la force. [1] Cependant, les violences sexuelles peuvent également surgir en dehors de ce type de processus de domination.

Définition et reconnaissance légale

Le viol au sein du couple représente une forme de violence commise par un partenaire intime. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) identifie cette forme d'abus comme « tout comportement au sein d'une relation intime qui cause un préjudice ou des souffrances physiques, psychologiques ou sexuelles aux personnes qui sont parties à cette relation, y compris des actes d'agression physique, des rapports sexuels forcés, entre autres formes de coercition (contrainte) sexuelle, de la violence psychologique et des comportements autoritaires ou tyranniques ».

Cette réalité, pourtant gravement préjudiciable, reste souvent taboue en raison des perceptions traditionnelles autour du « devoir conjugal », une idée profondément ancrée dans nos sociétés actuelles, mais juridiquement infondée en Belgique. La législation belge pénalise explicitement le viol conjugal depuis 1989. La législation belge définit le viol comme « un crime désignant tout acte de pénétration quel qu'il soit (vaginal, oral, anal/total ou partiel) et par quelque moyen que ce soit (pénis, doigts, objets, etc.) commis sur une personne qui n'y consent pas ». Par ce fait, le consentement occupe une place centrale dans cette définition juridique qui s'applique quelle que soit la relation entre l'auteur et sa victime. Une pénétration imposée par son-sa partenaire reste un viol.

Consentement et relation de couple

Dans la majorité des cas, les personnes qui imposent des relations sexuelles à leur partenaire se croient justifiées de le faire en raison du lien intime qui les unit. En ce sens, il est crucial de souligner que le fait d'être en couple ne dispense pas du respect du consentement. Être intimes, avoir des rapports sexuels fréquents, habiter ensemble ou être marié-e-s, cela ne justifie en rien d'obliger son-sa partenaire à avoir des rapports sexuels. Notons qu'insister pour avoir des rapports sexuels est également considéré comme une agression sexuelle, même entre partenaires intimes.

Quelques statistiques

- Près de la moitié des viols se produisent au sein du couple.
- Un quart des femmes (24,9 %) ont subi des rapports sexuels forcés de la part de leur partenaire à un moment de leur vie. [2]
- À l'échelle mondiale, selon les pays, entre 3 et 24 % des femmes déclarent que leur première expérience sexuelle a eu lieu sous la contrainte, qu'elle soit physique ou psychologique, selon une étude de l'OMS sur la santé des femmes et la violence domestique. [3]
- En Belgique, une enquête de l'Observatoire de la santé du Hainaut (2009-2010) révèle que 15,3 % des jeunes filles de 16 ans ont connu une première relation sexuelle non consentie, comparativement à 7,2 % des garçons du même âge. [4]

[1] Pour la définition de la violence conjugale et du processus de domination conjugale : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/pourquoi-appeler/professionnel/definition/>

[2] <https://www.sofelia.be/nos-dossiers-thematiques/dossier-violences-sexuelles/le-viol/>

[3] <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

[4] https://observatoiresante.hainaut.be/wp-content/uploads/2018/06/Sante_en_Hainaut_9_RSJ-2014-synthese.pdf

30

Je tombe enceinte et je ne souhaite pas mener la grossesse à terme.



Cette situation évoque le droit à l'avortement. La Belgique reconnaît l'avortement comme un droit fondamental pour toutes les femmes depuis 1990. L'acquisition de ce droit est le fruit d'un combat militant et de lutte de plusieurs années, garantissant à chaque femme la liberté de décider de la poursuite ou non de sa grossesse dans des conditions optimales. **Les plannings familiaux sont une ressource de première ligne** et accompagnent les (jeunes) femmes dans ce choix, dans le respect, sans pression, sans jugement, et à moindre coût. [1]

Que dit la loi belge ?

La loi belge stipule que l'avortement doit avoir lieu dans un établissement de soins, hospitalier ou extrahospitalier (tel qu'un planning familial). Il doit être réalisé au plus tard avant la fin de la douzième semaine de conception (soit 13 semaines et 6 jours depuis le début des dernières règles). En Belgique, **rien n'impose aux mineur·e·s d'âge de demander l'autorisation de leurs parents.**

Délais de réflexion et méthodes d'avortement

En pratique, un délai de réflexion de six jours au minimum est prévu par la loi entre l'entretien d'accueil et le jour de l'intervention.

Il existe deux méthodes pour l'avortement.

- **Méthode médicamenteuse** : jusqu'à huit semaines d'absence de règles le jour de l'intervention et sans avis contraire du médecin. Elle consiste en la prise de médicaments qui vont provoquer une fausse couche.
- **Méthode « chirurgicale »** : jusqu'à quatorze semaines d'absence de règles le jour de l'intervention. Elle se pratique sous anesthésie locale du col de l'utérus et consiste en l'aspiration du contenu de la cavité utérine.

Contrairement aux idées reçues, la fertilité reste totalement identique avant et après un avortement.

Coût de l'avortement [2]

- Pour l'avortement réalisé par la méthode chirurgicale, le tarif est fixé à 5 euros pour les détenteurs d'une mutuelle à jour (et sans frais pour les bénéficiaires de l'intervention majorée – BIM). En l'absence d'une mutuelle valide, cette procédure coûte 200 euros.
- En ce qui concerne l'avortement médicamenteux (administration du médicament Mifegyne), aucun frais n'est appliqué pour les personnes qui possèdent une mutuelle valide. Pour celles ne disposant pas d'une mutuelle ou dont la mutuelle n'est pas à jour, le coût s'élève également à 200 euros.
- Les personnes dont la mutuelle n'est pas à jour, sans mutuelle ou en situation irrégulière sur le territoire belge, peuvent recourir à l'aide médicale urgente (AMU) proposée par le CPAS ou devront s'acquitter de 200 euros pour l'avortement chirurgical et de 225 euros pour l'avortement médicamenteux. Il est important de noter que l'acceptation de l'AMU par le CPAS n'est pas garantie ; ainsi, un coût de 200 ou de 225 euros peut être demandé si la demande est refusée.
- Tous les prix mentionnés comprennent le premier rendez-vous, l'intervention et le rendez-vous de contrôle faisant suite à l'intervention.

Qu'en est-il ailleurs :

- Aux Pays-Bas : le délai est de 22 semaines
- Au Royaume Uni : 24 semaines
- France : 14 semaines
- Espagne : 14 semaines
- Suède : 18 semaines

[1] <https://louisemichel.be/ivg/> et <https://www.collectifcontraceptionliege.net/ivg.html>

[2] <https://www.freeclinic.be/Combien-coute-un-avortement>.

31

Mon compagnon et moi venons de nous séparer.

Cette situation évoque les **conflits** potentiels **post-séparation** en lien avec la **garde des enfants** et les **pensions alimentaires**.

Prise de décision parentale et rôle du tribunal de la famille

Lors d'une séparation, il est conseillé que les décisions relatives aux enfants (lieu de résidence, hébergement, etc.) soient prises d'un commun accord entre les deux parent·e·s. Ainsi, les parent·e·s maintiennent conjointement leur autorité parentale, collaborant sur les choix fondamentaux liés à la santé, à la formation, à l'éducation, aux orientations religieuses ou philosophiques de l'enfant ainsi qu'aux activités de loisir.

Si un accord entre les parent·e·s ne parvient pas à être trouvé, le dossier est soumis au tribunal de la famille. Dans un premier temps, ce dernier encourage les parties à opter pour une conciliation ou une médiation, ou toute autre méthode permettant de trouver une solution amiable pour résoudre les conflits. Le tribunal de la famille statuera en priorisant l'intérêt de l'enfant, notamment en ce qui concerne son lieu de résidence, les conditions de son hébergement, la contribution alimentaire, l'exercice de l'autorité parentale, etc.

Modalités d'hébergement des enfants

En ce qui concerne les modalités d'hébergement des enfants après une séparation, la norme vise un équilibre dans le partage du temps entre les parent·e·s (garde alternée), sauf si cela contrevient à son intérêt. En cas d'accord entre les parent·e·s, iels fixent ensemble les modalités de cette répartition. En cas désaccord, le juge, sollicité par au moins l'un·e des parent·e·s, favorise une garde partagée (50% du temps avec chaque parent·e), toujours en veillant à ce que cela serve au mieux les intérêts de l'enfant.

Violence conjugale et système de garde

Notons que ce choix par défaut d'un hébergement égalitaire des enfants peut devenir très problématique dans des situations de violence entre partenaires. Un des risques est l'instrumentalisation de la garde par l'auteur de violence pour faire pression à plusieurs niveaux (pensions alimentaires, dévalorisation de l'ex-conjoint·e auprès de ses enfants, ...)

La contribution alimentaire et la pension alimentaire

La contribution alimentaire est une somme d'argent versée par l'un·e des ex-conjoint·e·s pour couvrir les frais liés aux enfants (éducation, alimentation, activités extra-scolaires, ...). A noter que la contribution alimentaire peut être indexée ou réajustée, mais uniquement à la demande de l'un·e des ex-conjoint·e·s.

Celle-ci n'est pas à confondre avec la pension alimentaire dont le but est de couvrir l'état de besoin d'un·e des ex-conjoint·e·s. Avoir des enfants n'est pas une condition pour recevoir une pension alimentaire.

Frais ordinaires et extraordinaires

Outre les dépenses quotidiennes pour subvenir aux besoins de l'enfant, des coûts inattendus peuvent survenir en raison de situations spéciales. Ainsi, la loi distingue les frais ordinaires, assurant les besoins quotidiens de l'enfant, des frais extraordinaires, qui englobent les dépenses exceptionnelles, nécessaires ou imprévisibles allant au-delà du budget habituel réservé à l'entretien de l'enfant. Pour aider les parent·e·s en désaccord sur ces dépenses, un arrêté royal définit précisément les frais extraordinaires, tels que les frais médicaux, les voyages scolaires, l'achat d'un ordinateur, etc. Depuis le 2 mai 2019, une liste détaillée de ces frais et des directives pour leur prise en charge permet d'assurer leur gestion de manière transparente et équitable.

32

Mon compagnon et moi venons de nous séparer. Nous étions une famille recomposée. J'ai élevé son fils depuis qu'il est bébé.

Cette situation évoque les **droits des beaux-elles-parent-es** en cas de séparation (cf. **carte 4**).

Statut juridique des beaux-elle-parent-e-s en Belgique

En Belgique, les beaux-elles-parent-e-s ne bénéficient d'aucun statut légal reconnu, ce qui signifie qu'ils ne possèdent ni droits ni obligations envers l'enfant de son ou sa partenaire, et ce, indépendamment de leur investissement affectif ou financier dans l'éducation de ce dernier. Cette absence de reconnaissance juridique persiste malgré les nombreux projets de loi déposés au regard des nouvelles réalités familiales. Les parent-e-s biologiques ou légalement reconnu-e-s conservent l'exclusivité de l'autorité parentale, y compris après une séparation ou un divorce, ne permettant pas au·à la beau-elle-parent-e d'intervenir officiellement dans les décisions éducatives ou médicales de leurs beaux-elles-enfants. Néanmoins, des arrangements informels au sein des familles peuvent octroyer au beau-elle-parent-e un rôle actif dans la vie de l'enfant, bien que cela ne soit pas formalisé par la loi.

Droit aux relations personnelles

Suite au décès du·de la parent-e biologique ou à une rupture, il est possible que la relation entre le·la beau-elle-parent-e et le·la bel·le-enfant soit interrompue soudainement. Cependant, dans de nombreux cas où une relation affective significative a été établie entre ces deux dernier·ère-s, ces liens peuvent se poursuivre de manière non officielle. Pour formaliser cette relation, le·la beau-elle-parent-e a la possibilité d'entreprendre une action en justice, en faisant appel au juge de la famille, pour faire reconnaître un **droit aux relations personnelles**, en démontrant l'existence et la valeur du lien affectif, et en justifiant que cette relation contribue positivement au bien-être de l'enfant. Le·la juge examinera alors la situation pour déterminer si un droit de visite peut être accordé au·à la beau-elle-parent-e, et sous quelles conditions.

Héritage

Concernant les héritages, en l'absence de lien de parenté, les enfants n'héritent pas automatiquement de leur beau-elle-parent-e. Rédiger un testament est alors la seule option.

Notes

33

Je suis à la recherche d'un appartement. Je suis sans emploi.

Cette situation évoque les discriminations ayant potentiellement lieu lors de la sélection des locataires ainsi que les droits de ces derniers·ères.

Sélection équitable des locataires et lutte contre la discrimination et le respect de la vie privée

Dans le secteur de l'immobilier, les pratiques discriminatoires lors de la sélection des locataires, telles que le rejet basé sur l'origine, le statut social ou la couleur de peau, sont soumises à une législation visant à lutter contre la discrimination et le respect de la vie privée. Les bailleur·euse·s, tout en ayant la liberté de choisir leurs locataires, se doivent de prendre leurs décisions dans un cadre légal strict, dicté par la loi belge anti-discrimination du 10 mai 2007, qui vise à proscrire « toute discrimination fondée sur l'âge, l'orientation sexuelle, l'état civil, la naissance, la fortune, la conviction religieuse ou philosophique, la conviction politique, la langue, l'état de santé actuel ou futur, un handicap, une caractéristique physique ou génétique ou l'origine sociale ».

Quelles sont les informations non exigibles par le·la bailleur·euse ?

En ce sens, lors de la vérification de la solvabilité des potentiel·le·s locataires, bien qu'il soit compréhensible que les bailleur·euse·s souhaitent confirmer leur capacité financière, iels n'ont légalement pas le droit d'enquêter auprès de tiers sur la solvabilité, la moralité ou les comportements antérieurs du·de la candidat·e dans le cadre de ses précédentes locations. Selon la Commission de la protection de la vie privée, l'analyse financière devrait se limiter aux revenus, indépendamment de leur source, incluant ceux non issus d'un contrat de travail à durée indéterminée, comme les retraites, les allocations ou les revenus d'investissement. Cette ligne de conduite est renforcée par le constat que les bénéficiaires d'aides publiques, contrairement aux idées reçues, se montrent souvent plus fiables dans le remboursement de leurs engagements financiers, selon le Fonds du logement. [1] Outre les informations susceptibles d'entraîner une discrimination, le·la bailleur·euse se doit de respecter les cadres légaux qui restreignent la collecte d'informations personnelles, incluant le numéro de registre national, l'adresse (sauf pour les bailleurs individuels), la nationalité, l'âge, ou les antécédents judiciaires.

Quelles sont les informations exigibles par le·la bailleur·euse ?

Lors de la sélection d'un·e locataire, les propriétaires ont le droit de demander un ensemble d'informations pour s'assurer de la solvabilité et de l'adéquation du·de la locataire avec le bien immobilier. Ces informations incluent **le nom, le prénom, une pièce d'identité (sans toutefois en conserver une copie), le numéro de téléphone, ainsi que le nombre d'occupant·e·s envisagé·e·s** afin d'évaluer les charges futures et de vérifier que la superficie du logement correspond aux besoins du·de la locataire et de sa famille.

Des informations plus spécifiques peuvent également être requises selon certaines situations, à commencer par le statut marital, qui peut influencer les aspects contractuels du bail, notamment en cas de mariage ou de cohabitation légale (en revanche, il est interdit de demander à un·e locataire seul·e s'il·elle est célibataire, veuf·ve ou divorcé·e). Certaines questions en lien avec le handicap ou l'état de santé peuvent être justifiées si l'accès à l'appartement est spécialement aménagé. Le profil financier et professionnel du·de la locataire peut également être sondé : le·la bailleur·euse peut exiger de connaître le montant des revenus, mais la divulgation du contrat de travail reste maître à la discrétion du·de la locataire.

[1] <https://www.justice-en-ligne.be/Le-propretaire-face-au-choix-de>

34

L'été approche ! J'ai prévu des vacances en solo une des semaines où mes enfants sont chez leur autre maman. Mon ex-épouse m'annonce un changement d'horaire à son travail. Elle doit bosser durant sa semaine de garde et donc durant ma semaine de vacances.

Cette situation évoque la nécessité d'un jugement qui définit de manière claire les modalités de **garde des enfants** (et ce, même dans un contexte où les parent·e·s sont fortement encouragé·e·s à trouver des accords à l'amiable pour alléger le système judiciaire), ainsi que d'un réseau social sur lequel s'appuyer en cas de souci.

Légitimité du besoin de souffler et modèle culturel de la mère sacrificielle

Elle permet aussi d'évoquer la légitimité des mères à s'octroyer des moments de répit sans leurs enfants, questionnant le modèle de la "mère sacrificielle" qui préconise une dévotion absolue des mères envers leurs progénitures, parfois au point de présenter cette abnégation comme la seule source de leur bonheur. Cette perspective induit souvent une grande culpabilité chez les mères qui éprouvent le besoin de souffler, en plus de les exposer à un potentiel jugement social désapprobateur.

En effet, bien que certaines activités, considérées comme des nécessités (ex. des rendez-vous médicaux), soient acceptées sans que les enfants soient présent·e·s, celles dédiées au seul plaisir des mères sont souvent perçues comme un luxe inapproprié. La consigne de sécurité dans les avions, prévoyant que, en cas d'accident, les adultes se munissent de leur masque à oxygène avant d'en équiper les enfants, pourrait-elle servir de métaphore pour souligner combien il est pourtant primordial de prendre soin de soi en tant que parent·e, aussi dans l'intérêt des enfants ? En effet, si un·e parent·e perd connaissance, iel se trouve dans l'incapacité de prendre soin de sa progéniture. Cette analogie rappelle que s'accorder de l'attention et du soin n'est pas un geste d'égoïsme mais une démarche cruciale pour le bien-être familial.

Recharger ses batteries de maman est donc essentiel, mais reste néanmoins un luxe pour nombre de mères solos, isolées et/ou précarisées.

Notes

35

L'été arrive. la question de la répartition des gardes des enfants se pose entre mon ex-compagnon et moi.

Cette situation évoque une série de problématiques qui peuvent se renforcer mutuellement, en particulier à l'approche de la période estivale qui amène souvent avec elle le dilemme de l'organisation de la garde des enfants entre parent·e·s séparé·e·s.

Parmi celles-ci :

- **La capacité des parent·e·s à maintenir une bonne entente après leur séparation, déterminant les potentiels accords à l'amiable** en ce qui concerne la gestion quotidienne et les besoins de leurs enfants, y compris la capacité à s'adapter aux situations imprévues. Toutefois, dans des situations de violence conjugale, ces processus de négociation sont à proscrire, car ils peuvent devenir un terrain dangereux où l'auteur de violence peut exploiter les moments de négociation ou de médiation pour asseoir son emprise voire utiliser le système judiciaire à son avantage.
- **L'importance d'un jugement balisant les gardes, le partage des frais.** Dans un divorce par consentement mutuel, les parent·e·s doivent rédiger et faire valider par le tribunal de la famille une convention parentale. Ce document, agissant comme un accord, détaille les arrangements pour la garde des enfants, la répartition des vacances, l'autorité parentale, le partage des coûts, et les modalités de communication entre parent·e·s. Ce plan peut être évolutif et flexible, en fonction des situations et de la bonne entente des parent·e·s.

Gestion des congés scolaires

Durant ces périodes, les arrangements d'hébergement peuvent varier : certain·e·s parent·e·s prévoient de maintenir le système d'hébergement tel que prévu durant l'année scolaire, tandis que d'autres optent pour des modalités différentes. Tant que l'intérêt de l'enfant est respecté, tout est presque possible. Toutefois, les congés représentent un défi pour les parent·e·s qui travaillent et doivent, par ce fait, souvent recourir à des stages (entre autres) pour leurs enfants, se heurtant ainsi aux coûts de ces activités. En outre, l'introduction de la réforme des congés scolaires en 2022 a imposé une révision des accords existants. Cette révision est particulièrement critique pour les parent·e·s séparé·e·s dans un contexte de violence conjugale.

Il est essentiel d'**attirer l'attention des avocat·es** sur les liens existant entre négociation de la garde et violences conjugales post-séparation, et leur rappeler l'inadéquation des modes alternatifs de résolution de conflit dans un contexte de violences conjugales, et l'interdiction de les rendre obligatoires, conformément à la Convention d'Istanbul (art. 48). Pour rappel, la ligne d'écoute Violences Conjugales (**0800 30 030**) est un numéro gratuit, anonyme et disponible 24h/24, 7j/7 qui permet d'être mis·e en contact avec une équipe de spécialistes, que l'on soit témoin, victime ou auteur de violences.

36

Je suis maman célibataire. L'été arrive. Mes enfants me demandent où nous allons partir en vacances.

Cette situation évoque la difficulté pour de nombreux ménages, plus encore les **familles monoparentales** (les familles monoparentales étant les plus touchées par la pauvreté en Wallonie), de joindre les 2 bouts et de s'accorder des plaisirs.

Pourquoi les familles monoparentales sont plus touchées par la pauvreté ?

Ce constat est le résultat de la combinaison du coût financier associé à l'éducation et à l'entretien des enfants, ainsi que de la présence d'un seul revenu pour subvenir aux besoins du foyer. [1] Selon Soralia, d'autres facteurs entrent en compte tels que les défis organisationnels liés à la gestion des enfants et des tâches ménagères par une seule personne, le manque de flexibilité et de places dans les structures de garde pour la petite enfance, l'incompatibilité des horaires scolaires avec la vie professionnelle, et les carences dans les services de garde après l'école. A noter que les femmes sont davantage affectées par des facteurs de discrimination liés au genre, en raison de leur position précaire sur le marché du travail et de la perte souvent plus importante de revenu en l'absence du salaire de leur ex-partenaire (dans le cas où il s'agit d'un partenaire masculin), qui est généralement plus élevé. [2]

Critères de pauvreté

La pauvreté ne doit pas être appréhendée que par le prisme des revenus (le seuil de pauvreté de 2023 est fixé à **1.450 euros par mois pour une personne isolée** et à **3.045 euros pour un ménage de deux adultes et deux enfants**). [3] Des critères de qualité de vie, dit de privation matérielle et sociale, sont également envisagés. Cet indicateur concerne les personnes qui ne sont pas en mesure d'acquiescer des biens ou services essentiels pour vivre, dont au moins 5 des éléments suivants en cas de privation matérielle et sociale, et de 7 éléments pour les cas dits sévères : [4]

- payer à temps ses factures
- s'offrir chaque année une semaine de vacances hors de son domicile
- consommer de la viande, du poisson ou un équivalent de protéines tous les deux jours
- faire face aux dépenses imprévues
- posséder une voiture
- chauffer correctement son domicile (raisons financières)
- remplacer des meubles endommagés ou usés
- remplacer des vêtements usés ou démodés par des vêtements neufs
- posséder deux paires de chaussures (y compris une paire de chaussures toute saison)
- s'offrir une connexion internet à domicile
- retrouver des ami-e-s ou sa famille autour d'un verre ou d'un repas au moins une fois par mois
- participer de manière régulière à une activité de loisirs telle que sport, cinéma, concert, etc.
- dépenser une petite somme d'argent chaque semaine pour soi-même

Lutte contre la précarité des familles monoparentales [5]

Selon Le Ligueur, le premier moyen pour combattre la précarité des familles monoparentales, touchant surtout les mamans solos, est d'assurer un revenu suffisant aux parent-e-s solos. Ainsi, deux grandes pistes d'action sont à soutenir :

- Faciliter l'accès à l'emploi et à la formation pour les parent-e-s solos.
- Simplifier l'accès aux droits en matière d'aides existantes, telles que les allocations familiales.

Quelques chiffres (2021)

- À Bruxelles (32,8 %) et en Wallonie (30 %), une famille sur trois est une famille monoparentale. Une famille monoparentale sur trois vit sous le seuil de pauvreté. En Wallonie, près de la moitié (54,3%) des familles monoparentales vivent avec des revenus inférieurs au seuil de pauvreté (Le Ligueur).
- 83% des familles monoparentales ont à leur tête une femme. Une famille monoparentale sur trois ne parvient pas à échapper à la pauvreté (Soralia).

[1] <https://www.lesoir.be/118995/article/2017-10-12/pres-dune-famille-monoparentale-sur-deux-est-en-situation-de-pauvrete-e-n>

[2] <https://www.femmesprevoyantes.be/themes/familles/familles-monoparentales/>

[3] <https://statbel.fgov.be/fr/themes/menages/pauvrete-et-conditions-de-vie/risque-de-pauvrete-ou-dexclusion-sociale>

[4] <https://statbel.fgov.be/fr/themes/menages/pauvrete-et-conditions-de-vie/privation-materielle-et-sociale>

[5] <https://leligueur.be/article/parent-seul-enfant-183-s--precarite>

38

Je suis maman célibataire et je dois me faire hospitaliser plusieurs jours en urgence.

Cette situation évoque l'**isolement de certaines mamans célibataires**, allant jusqu'à mettre en danger la santé de ces mères sans réseau autour d'elles.

Services de garde des enfants pour les parent·e·s malades

Des services de gardes pour les enfants des parent·e·s malades, assurés par un·e puériculteur·trice, sont mis en place par Solidararis, [1] mais ils sont temporaires et pas toujours gratuits. Ils sont disponibles sur demande, avec des tarifs forfaitaires de 60 € par jour pour les affilié·e·s Solidararis et 80 € pour les non-affilié·e·s, auxquels s'ajoutent des frais de déplacement de 3€. Pour les affilié·e·s à l'assurance complémentaire, Solidararis intervient jusqu'à 15 jours par an par enfant, avec une contribution de 3€/jour dans les frais de déplacement. Pour bénéficier de ces services, un certificat médical est requis afin d'attester de la maladie du·de la parent·e et de la durée prévue de la prise en charge. A noter que les frais de garde pour les enfants de moins de 12 ans sont déductibles fiscalement, avec une attestation annuelle fournie pour la déclaration d'impôts. Une autre piste est celle des réseaux de solidarité citoyenne ou celle des familles d'accueil.

Congé pour assistance familiale

Il existe aussi le congé pour assistance familiale, permettant de soutenir un·e membre de la famille ou du ménage de la personne atteinte d'une maladie grave (la définition de maladie grave est établie par le·la médecin traitant). Les membres du ménage comprennent ceux·celles qui vivent sous le même toit, tandis que les membres de la famille englobent les parents jusqu'au deuxième degré ainsi que les enfants et les parent·e·s du·de la partenaire cohabitant·e légal·e. Pendant cette période, l'ONEM verse des allocations forfaitaires indépendamment du salaire. Mais il faut un lien de parenté, or, il existe des personnes sans famille. De plus, cette solution risque également d'engendrer une perte de revenus (l'allocation de l'ONEM est par ex de 851€ bruts par mois pour une interruption complète en 2021).

Centres d'aide sociale et de soins à domicile

En Belgique, les centres d'aide sociale locaux et régionaux ainsi que les mutuelles proposent des services d'aide sociale et de soins à domicile. Les mutuelles couvrent une part importante des dépenses liées à de nombreux services de soins. Les communautés, les régions et les CPAS offrent également des services similaires. En outre, des organisations privées participent à l'aide sociale. Dans les deux secteurs, public et privé, les tarifs sont généralement ajustés en fonction du niveau de revenu du bénéficiaire.

Notes

[1] A notre connaissance, Solidararis est la seule mutuelle à proposer ce service, mais cette situation pourrait évoluer.

39

Je dois prendre l'avion à 21h et mon ex-compagnon doit venir chercher notre fille à 18h30 pour sa semaine de garde.

Cette situation évoque les conséquences sur le quotidien de la bonne ou mauvaise **entente des parent·e·s séparé·e·s**, ainsi que les micro violences qui peuvent être agies. Ce type de **micro-violence** peut relever de ce que l'on appelle les violences post conjugales.

Violences post conjugales

Les violences post conjugales peuvent être la continuité, voire l'aggravation de violences déjà présentes quand le couple était ensemble, ou peuvent être déclenchées par la séparation, de manière souvent insidieuse. Elles peuvent prendre des formes multiples : harcèlement, menaces, violence physique, sexuelle, financière, juridique, etc. avec pour seul but de rester présent dans la vie de l'ex-partenaire, maintenir son emprise sur sa vie actuelle, lui faire payer son départ ou encore, forcer un retour, l'ex-partenaire et les enfants étant considéré·e·s comme sa propriété. Rappelons que la majorité des féminicides et infanticides ont lieu dans un contexte post séparation. Ces violences, peu connues car peu visibles, sont une des raisons pour lesquelles il est difficile de quitter une relation violente.

Syndrome d'Aliénation Parentale (SAP)

Le concept d'aliénation parentale, formulé en 1985 par R. Gardner, est dépourvu de base scientifique et reconnu par le Conseil de l'Europe comme irrecevable et dangereux. Il prétend décrire une situation où un·e enfant dénigre et refuse de voir un·e parent·e, généralement le père (dans une relation hétérosexuelle), à la suite d'une séparation, soi-disant sous l'influence de l'autre parent, généralement la mère. Ainsi, l'enfant refuserait de rencontrer son père non pas par peur, mais par supposée manipulation de sa mère. En conséquence, les craintes de l'enfant et les risques de violence à son encontre sont minimisés, et les mères sont considérées comme coupables pour avoir endoctriné leurs enfants et les avoir éloigné·e·s de leur père. On constate pourtant qu'il est encore mobilisé par les juges et les avocat·e·s pour décrédibiliser les femmes mettant ainsi en danger les enfants victimes de violences.

Et dans les couples homosexuels ?

Dans les couples homosexuels, les violences conjugales sont une réalité souvent ignorée mais pourtant bien présente. Selon une étude menée au Canada en 2004, **15% des gays et des lesbiennes ont été victimes de violences** dans leur relation, comparé à 7% chez les couples hétérosexuels. [1] Aborder ce sujet est pourtant difficile et souvent tabou, de par le fait que les associations LGBTQIA+ craignent de réactiver les clichés négatifs. Un autre obstacle réside dans la difficulté de demander de l'aide ou de porter plainte, des démarches compliquées pour quiconque ayant subi des violences conjugales, mais d'autant plus complexes pour les personnes homosexuelles qui craignent de ne pas être prises au sérieux par la police ou par les associations.

Les auteurs de violences conjugales sont majoritairement des hommes

La définition belge officielle des violences conjugales affirme que "il apparait que dans la grande majorité, les auteurs de ces violences sont des hommes et les victimes, des femmes. Les violences dans les relations intimes sont la manifestation, dans la sphère privée, des relations de pouvoir inégal entre les femmes et les hommes encore à l'œuvre dans notre société. Cette définition vise les couples mariés ou non, hétérosexuels ou homosexuels, qu'ils cohabitent ou non". [2]

La **focalisation se fait surtout sur la violence perpétrée par les hommes envers les femmes**, d'une part, car cette réalité est mieux documentée, et d'autre part, car il est admis que le nombre de femmes victimes d'actes de violence grave de la part de leur partenaire est supérieur à celui des hommes, et que les conséquences de ces actes sont généralement plus graves pour les femmes que pour les hommes. [3]

[1] <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/85f0033m/2008016/findings/5002046-fra.htm#footnote5>

[2] Définition de la Conférence Interministerielle du 08/02/2006.

[3] <https://www.inspq.qc.ca/violence-conjugale/comprendre/de-quoi-parle-t-on>

40

Mon compagnon m'a frappée. Je décide de porter plainte à la police.



Cette situation évoque l'importance de **l'accueil des victimes** et les difficultés que peuvent rencontrer les femmes quand elles veulent dénoncer des violences machistes auprès des services de police, ainsi que les répercussions de celles-ci durant tout le suivi. Cela met également en avant l'importance de former les intervenant-e-s (dont la police et les acteur-trice-s du monde judiciaire) à la problématique complexe que sont les violences conjugales.

Que nous disent les chiffres ?

Une étude menée par Vie féminine soulève la problématique de la réponse des autorités face à la violence domestique, sur base de témoignages recueillis en Wallonie et à Bruxelles. [1] Cette dernière met en évidence que pour un tiers des féminicides (5 sur 14) en 2018 et un cinquième (8 sur 39) en 2017, la police était au courant des violences précédant les meurtres, mais n'a pas fourni de protection adéquate aux victimes, en raison d'un manque de suivi de la part des Parquets et de réponses appropriées de la part de la police elle-même.

Cette négligence s'explique entre autres par le fait que la police ne traite pas systématiquement les plaintes des femmes victimes de violences. En outre, les conditions dans lesquelles une personne enregistre sa plainte ne sont pas toujours adéquates : les potentiels commentaires inappropriés des fonctionnaires de police, les locaux inadéquats qui obligent les femmes à exposer leur situation en public, un manque de collecte de preuves et d'évaluation des risques de récidive de l'auteur, ce qui compromet également la capacité de la police à remplir correctement ses missions. Cette réalité, lourde de conséquences, entraîne l'absence de protection et le non-respect des droits des femmes victimes à court et à long terme. A titre d'exemple, si aucune plainte n'a pu être déposée, les violences subies ne sont pas prises en considération lors de la détermination des droits de garde et de visite en cas de séparation.

Écouter les victimes, les croire, ne pas les juger, les orienter de manière bienveillante vers les services spécialisés (dont le CVFE ou la **ligne d'écoute 0800 30 030**) semblent la clé d'un premier accueil. Il est essentiel de permettre à la victime de se sentir légitime dans ses démarches, d'être entendue afin d'éviter le phénomène de la **victimisation secondaire (voir carte 41)**.

Prendre de la distance avec les violences

L'éloignement des victimes ou des conjoint-e-s violent-e-s est une vaste question qui a été mise en exergue lors des périodes de confinement liés à la pandémie de Covid. Pour la première fois, des auteurs de violence ont dû quitter le domicile sous contrainte policière alors que généralement, c'est à la victime de fuir. Ne pas savoir où aller est évidemment un obstacle majeur au départ, d'autant plus quand la violence est également économique et que l'auteur prive la victime de toute ressource financière. Il existe 3 refuges sécurisés (adresses tenues secrètes) en Fédération Wallonie-Bruxelles mais ces derniers manquent de place face à la demande. Bien que l'éloignement de la victime pour des raisons de mise en sécurité (l'auteur de violence ne sait pas où la trouver) soit nécessaire, cette mesure engendre la précarisation de la victime et donc, constitue un frein.

[1] <http://viefeminine.be/violences-quand-la-police-laisse>

41

Je viens de subir une agression sexuelle dans le Carré (quartier festif à Liège).



Cette situation évoque la notion d'accueil des victimes et la lecture des responsabilités de l'agression.

Importance de la qualité d'accueil des victimes et freins à porter plainte

Il est indispensable d'assurer un accueil de qualité aux victimes, impliquant de les **écouter, les croire, ne pas les juger**. Pourtant, de nombreuses femmes peuvent rencontrer des difficultés quand elles veulent dénoncer des violences machistes auprès des services de police, engendrant des répercussions sur tout le suivi. D'après 69% des personnes interrogées par Amnesty International en 2020, dans une enquête sur les raisons pouvant freiner les victimes à déposer plainte, l'accueil par la police est d'ailleurs pointé du doigt. [1] De plus, il n'est pas rare que les premières réactions et maladresses stéréotypées des policier·ère·s provoquent une victimisation secondaire (ensemble de réactions négatives que peut subir la victime d'une agression de la part des personnes à qui elle se confie et demande de l'aide).

Prise en charge des victimes

Contrairement aux failles précédemment citées, les **Service d'Assistance Policière aux Victimes (SAPV)** présents dans les commissariats ainsi que les **Centres de Prise en Charge des violences Sexuelles (CPVS)** assurent aux victimes une prise en charge bienveillante et de qualité. Une victime peut recevoir les soins suivants dans un CPVS :

- **Soins médicaux** : les soins concernant les potentielles blessures et lésions, un examen médical pour évaluer les conséquences physiques, sexuelles et/ou reproductives des violences sexuelles.
- **Support psychologique** : la première prise en charge psychologique (l'écoute active, l'information relative aux réactions faisant suite à un événement bouleversant et comment y faire face) et la possibilité d'un accompagnement auprès de psychologues clinicien·ne·s du CPVS.
- **Enquête médico-légale** : le constat de potentielles lésions, la recherche de traces biologiques du présumé auteur sur le corps ou les vêtements de la victime.
- Si souhaité, **déposer plainte** à la police, par l'intermédiaire d'un·e inspecteur·trice, spécialement formé·e pour les faits de mœurs. Si la victime est indécise quant au fait de porter plainte, les preuves collectées sont conservées pour une période définie à l'avance, lui laissant la possibilité de déposer plainte ultérieurement.
- **Suivi** : implique d'assurer un suivi médical et psychologique ainsi que d'orienter la victime vers les services sociaux et juridiques adaptés.

Des stéréotypes toujours présents

Selon un sondage réalisé en 2019 par l'Institut Dedicated, Amnesty International et SOS Viol, de nombreux mythes stéréotypés continuent de persister autour du viol, engendrant de lourdes conséquences telles que la culpabilisation des victimes, le déni des violences sexuelles et l'impunité des agresseurs. [2] Parmi ces mythes, celui qui suggère que la victime est responsable de l'agression en raison de sa tenue vestimentaire, du lieu où elle se trouve, de son comportement ou de son état d'ébriété, la stigmatisant comme menant une vie dissolue, flirtant, ou portant des vêtements provocants, sous-entendant qu'elle l'a "cherché".

En réalité, **l'idée qu'une victime soit à l'origine d'une agression est fautive**. De plus, les agresseurs ne choisissent pas leurs victimes en fonction de leur apparence physique ; ils ciblent plutôt des individu·e·s vulnérables. Les vêtements d'une personne ne sont jamais une invitation à une agression sexuelle, et aucune tenue vestimentaire ne justifie un viol. Il est la conséquence d'une volonté de contrôle et de prise de pouvoir de l'agresseur. Le confinement l'a également démontré au vu du nombre d'agressions des femmes quand elles sortaient pour faire leurs courses dans des tenues ne pouvant pas être qualifiées de "sexy". **Le viol est donc un acte de violence et la responsabilité incombe entièrement à l'agresseur. Ce n'est JAMAIS la faute de la victime.** Il ne s'agit pas d'éduquer les filles à adopter des stratégies d'évitement, mais bien d'éduquer les garçons à ne pas violer et à adopter des comportements respectueux centrés sur la notion de consentement.

- Pour une estimation de 100 viols par jour en Belgique, 10 feront l'objet d'une plainte pour un qui sera suivi d'une condamnation... En 2020, près de 68% des plaintes pour violence sexuelle ont été déposées via les CPVS. [3]

[1] <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/article/accueil-victimes-viol-police>

[2] <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/article/deconstruire-mythes-stereotypes-viol>

[3] Ibid.

43

Je suis agressée sexuellement chez moi par un ami de passage ... Je vais porter plainte à la police.



Cette situation évoque la responsabilisation injustifiée de la victime et de l'importance de l'accueil de la police.

Vous pouvez vous référer aux fiches **40 et 41** quant au contenu.

Notes

A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page below the 'Notes' header.

44

Je viens de quitter mon compagnon, qui le prend assez mal. Il a en sa possession des photos et vidéos de moi assez compromettantes.



Cette situation évoque ce qu'on appelle le "**revenge porn**". Selon la définition la plus communément admise, cette pratique consiste à diffuser des photos ou des vidéos intimes, dénudées ou à caractère sexuel, à l'insu de la personne qui y est représentée. Ici, l'objectif est de souligner la responsabilité de l'auteur diffusant les images plutôt que de blâmer la victime, souvent critiquée pour avoir transmis les photos et/ou vidéos à ce dernier.

Redéfinir les contours du revenge porn

Dans l'esprit collectif, le schéma est simple : une femme rompt avec son·sa conjoint·e et, pour se venger, cette dernier·ère publie sur les réseaux sociaux des images intimes de son ex-compagne. Pourtant, la réalité est beaucoup plus complexe.

Il est commun de mettre l'accent sur l'acte de vengeance quand on parle de revenge porn. Ce faisant, on s'identifie donc d'abord à l'agresseur frustré plutôt qu'à la victime qui devient alors coupable de la réaction de l'auteur. En se concentrant sur la notion de vengeance, on passe sous silence un tas d'autres utilisations du revenge porn : pour rire, faire le buzz, gagner de l'argent, harceler, ou encore être bien vu auprès de ses amis. On pense aussi souvent que le revenge porn implique qu'il y a eu rupture amoureuse, or, ce n'est pas toujours le cas. De plus, il est erroné de considérer uniquement la première personne qui diffuse ce type de contenu comme seul auteur de violence. Les personnes qui y ont accès, les visionnent et les repartagent sont également coupables.

Les conséquences de cette cyberviolence s'étalent sur le long terme et ont de multiples conséquences psychologiques et économiques. Les femmes dont la réputation a été entachée sont souvent mises à l'écart et dénigrées. A noter que ces photos et vidéos peuvent être repartagées à l'infini et ressortir des années plus tard, ce qui est posté sur le net restant sur le net.

Que dit la loi belge ?

Le terme "revenge porn" n'apparaît à aucun endroit de la législation belge. Pour qu'une plainte soit examinée, elle doit être déposée pour motif de voyeurisme. La loi prévoit une peine d'emprisonnement allant de 6 mois à 5 ans pour la diffusion d'enregistrements visuels ou audio d'une personne dénudée ou se livrant à une activité sexuelle explicite, sans son accord ou à son insu, même si cette personne a consenti à sa réalisation. La décision de justice ne se fonde donc pas sur les intentions de l'auteur mais bien sur l'absence de consentement de la personne figurant sur les contenus diffusés.

Comment réagir en tant que victime de cette pratique ?

- **Porter plainte** à la police sur base de l'article 371/1 du code pénal. Puisque ce genre de contenu peut disparaître très rapidement, le mieux est de faire une capture d'écran qui prouve l'existence de la photo ou de la vidéo intime en question.
- Ensuite, comme les poursuites judiciaires ne sont pas toujours la solution adéquate pour toutes les victimes, on peut se tourner vers ce qu'on appelle le **droit à l'oubli**. L'ensemble de la population européenne en dispose et cela lui permet, sous conditions, de réclamer « l'effacement » de certaines données personnelles en ligne. En cas de revenge porn, la victime peut déposer une demande auprès des moteurs de recherche comme Google pour que les liens redirigeant vers les contenus intimes soient désindexés. Cette demande est effectuée grâce à un formulaire ou directement par le biais de la plateforme concernée (ex. Facebook).

45

Je suis dans le bus et je remarque une campagne d'affichage contre les agressions sexuelles.



Cette situation évoque la thématique de la **prévention** des violences faites aux femmes par le biais de l'éducation. Elle met également en lumière une autre problématique, à savoir la **culture du viol**.

En termes de prévention du viol, le focus est toujours mis sur la victime à qui on recommande des comportements d'évitement (éviter certains lieux, éviter certaines tenues, éviter de sortir la nuit seule, éviter de boire, ...) au lieu d'adresser des messages aux potentiels agresseurs. Ces choix stratégiques traduisent insidieusement la tendance sociale allant dans le sens d'une responsabilisation de la victime dans ce qui lui arrive et participe ainsi à ce que l'on nomme la culture du viol.

La culture du viol, c'est quoi ? [1]

Telle que définie par l'ONU Femmes, cette expression désigne "l'environnement social qui normalise et justifie la violence sexuelle. Cette culture trouve ses racines dans les inégalités persistantes entre les sexes et les attitudes qui persistent à leur égard".

Selon Amnesty [2] :

- 48% des belges ont été exposé·e·s à la violence sexuelle ;
- 20% des femmes ont été victimes de viol ;
- 1 homme sur 2 estime qu'une victime peut être en partie responsable de son agression ;
- 1 jeune sur 5 pense qu'il ne peut pas être accusé·e de viol au sein du couple.

Responsabilité des médias et de la société

Le terreau de la culture du viol réside dans les images véhiculées par la société et les médias, qui, entre autres, érotisent la violence à travers des scènes de baisers ou de sexe forcés dans les films, tout en dépeignant les femmes comme des objets sexuels (pubs, clips vidéo, etc.).

Ce terreau est renforcé par l'éducation, dès le plus jeune âge, lorsqu'on légitimise chez les petits garçons la colère et des comportements violents, tout en réprimant l'expression de leurs émotions, alors que les petites filles sont éduquées dans l'optique d'obéissance, de douceur, de fragilité, etc.

Contre la culture du viol

Selon l'ONU Femmes, la première étape pour déconstruire la culture du viol consiste à la nommer et à la reconnaître, tout en remettant en question les normes sociales qui la sous-tendent. [3] À partir de là, il devient possible d'œuvrer à créer un monde où la violence sexuelle n'est ni banalisée, ni acceptée. À cet égard, il incombe à chacun.e d'analyser ses propres comportements et croyances afin d'identifier les préjugés qui alimentent la culture du viol. Par ailleurs, une éducation non genrée, axée sur l'expression des émotions, le respect de l'autre et de soi, l'apprentissage de l'empathie et du consentement, constituera probablement le véritable premier pas dans cette lutte.

Notes

[1] <https://www.unwomen.org/fr/news/stories/2019/11/compilation-ways-you-can-stand-against-rape-culture>

[2] <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/stop-violences-sexuelles>

[3] <https://www.unwomen.org/fr/news/stories/2019/11/compilation-ways-you-can-stand-against-rape-culture>

46

Mars 2020, c'est la crise mondiale du COVID-19. Je suis confinée avec mes enfants et mon mari.

Confinement et répartition des tâches domestiques

Malgré la situation de confinement et de télétravail pendant la pandémie de COVID-19, qui aurait pu laisser place à une répartition plus équitable des tâches domestiques, on a pu constater la plupart du temps que les hommes continuaient à en faire moins que les femmes à domicile et que les rôles attribués de façon genrée demeuraient inchangés. A situation égale de présence au foyer, les femmes avaient malgré tout une charge plus importante en matière de tâches ménagères, de responsabilité des enfants et du moral de la famille (prendre soin de sa famille et être garante de son bien-être faisant partie des rôles genrés attribués aux femmes). Cette situation donnait l'impression que le télétravail des hommes était considéré comme plus important que celui des femmes. Il semblerait même que la crise ait accentué les inégalités de genre préexistantes, solidifiant voire aggravant les mécanismes qui les sous-tendent. Les femmes se sont ainsi retrouvées à jongler avec des journées surchargées, privées de la possibilité de s'en extraire grâce au travail à l'extérieur, comme elles le pouvaient avant l'épidémie. Certaines parlent même de triple journée. Exemples : le travail de nuit pour rattraper le travail non-effectué le jour pour s'occuper des enfants, le travail scolaire, les tâches ménagères, etc.

Confinement et métiers dits "féminins"

Les femmes se sont retrouvées en première ligne face au coronavirus en raison de leur forte présence dans les métiers dits "féminins", essentiels et pourtant communément sous-payés : les travailleuses dans les soins de santé (infirmières, personnel en maison de repos, etc.), les caissières, etc. En outre, durant cette période, de nombreuses initiatives citoyennes majoritairement menées par des femmes ont vu le jour pour pallier les manquements étatiques (ex. confection de masques). Diverses aptitudes typiquement associées aux femmes ont alors été considérées comme essentielles : métiers du soin ou de la confection. Cette situation de crise appelle à une réévaluation de la valeur collective attribuée à ces métiers et des personnes qui les exercent.

Des inégalités historiques

La situation du jeu évoque également l'Histoire car on sait que dans bien des domaines (sciences, art, sport, périodes de guerre, révolutions historiques, ...), les femmes sont oubliées des manuels d'Histoire qui évoquent prioritairement les inventions, œuvres et exploits des hommes quand ils ne sont pas carrément attribués à tort à des hommes. Certains ouvrages féministes sont d'ailleurs consacrés à cet "oubli" des femmes dans l'Histoire, telles que *Les grandes oubliées- pourquoi l'Histoire a effacé les femmes ?* de Titiou Lecoq.

Notes

47

Printemps 2020, c'est la crise mondiale du COVID-19. Je suis confinée avec mon mari violent.



Augmentation des violences faites aux femmes

Pendant le confinement, il a été constaté que les violences envers les femmes étaient en hausse, tandis que les possibilités de s'en échapper se réduisaient. Comment fuir un conjoint violent quand on est enfermée avec lui et que se soustraire à sa vigilance pour téléphoner afin de demander de l'aide devient impossible ? En ce qui concerne le harcèlement de rue, également en augmentation pendant cette période, quelles alternatives reste-t-il lorsque les stratégies d'autodéfense habituelles, telles que chercher refuge dans un magasin, s'entourer de témoins ou interpeller quelqu'un·e, deviennent impossibles ?

Adaptations et mesures pendant le confinement vis-à-vis de la violence conjugale

Pour répondre à cette réalité où victimes et auteurs sont confinés ensemble, la ligne d'écoute violences conjugales gratuite et anonyme accessible 24h/24 et 7j/7 (**0800/30 030**) a été renforcée et un service de tchat a été mis en place. Il est important de souligner que cette ligne est également ouverte aux témoins tels que les voisin·ne·s pour signaler des situations de violence.

Les mesures de quarantaine ont également entraîné des ajustements, notamment la nécessité pour les victimes de violence de séjourner temporairement dans des hôtels avant de pouvoir rejoindre un centre d'hébergement spécialisé, tel que celui du CVFE.

Une autre adaptation a été l'application de la loi relative à l'éloignement des auteurs de violence plutôt que des victimes. Ainsi, pendant le confinement, la police a parfois intensifié la surveillance autour de certains foyers à risque (où elle avait déjà été amenée à intervenir en amont de la pandémie), contraignant ainsi des hommes à quitter le domicile conjugal, une responsabilité qui, dans des circonstances normales, incombe souvent aux femmes (cela constitue d'ailleurs un des freins potentiels à leur départ : quitter leur domicile, et par ce fait, tout perdre). Si cette situation présente un avantage certain (les femmes continuent d'occuper leur domicile), celle-ci s'accompagne également d'un grand inconvénient, à savoir que les ex-conjoints connaissent leur endroit de vie, ce qui nécessitent une surveillance accrue de ces situations.

Notes

48

Printemps 2020, c'est la crise mondiale du COVID-19. Nous sommes toutes et tous confinés. Mon ex-mari et moi, nous nous partageons la garde des enfants (garde alternée).

Si ne pas s'entendre sur le temps passé devant les écrans peut déjà être source de tension entre ex-partenaires lorsque des enfants passent d'un foyer à un autre avec des règles différentes, qu'en est-il lorsque la crise sanitaire survient sans dispositions légales prévues à cet effet ? Comment gérer les divergences de croyances des parents et leur adhésion variable au respect des règles sanitaires ? Comment concilier les procédures en constante évolution telles que les cas contacts et les périodes de quarantaine lorsque les enfants doivent alterner entre deux foyers ? Alors que la règle générale est de ne pas priver les enfants du contact avec leurs deux parent·e·s, comment faire lorsque les relations entre ex-partenaires sont tendues, voire dans des situations de violences post-conjugales où l'auteur dispose alors d'un moyen supplémentaire pour exercer une pression (à savoir, la garde des enfants) sur sa victime ?

Que dit la loi belge ?

Selon les indications du site des notaires de Belgique, les parents sont tenus de respecter la décision concernant la garde de leur enfant, même pendant la période de coronavirus. Malgré la crise, les enfants continuent de passer d'un parent à l'autre si tel est ce qui a été convenu. Aucune restriction de contact n'est imposée au sein du même foyer familial, même en cas de séparation des parents, y compris si l'enfant réside à l'étranger. Est donc considéré comme un déplacement essentiel le fait qu'un parent puisse amener son enfant chez l'autre parent, et l'existence de contrôles aux frontières ne constitue pas une excuse valide.

Situations particulières

Dans certaines situations exceptionnelles, les arrangements concernant l'hébergement des enfants peuvent être révisés. Un parent peut décider de ne pas amener son enfant chez l'autre parent si :

- Les deux parents sont d'accord. Par exemple, si l'un des parents travaille régulièrement avec des groupes vulnérables et souhaite minimiser les risques.
- Un membre de la famille a contracté le virus et doit effectuer une période de quarantaine.
- L'enfant lui-même doit observer une période d'isolement à domicile conformément aux directives liées au coronavirus.

Le·la parent·e qui refuse de présenter l'enfant chez l'autre parent·e en raison du risque de contamination doit fournir un certificat médical ou toute autre preuve justifiant sa décision. Bien que le coronavirus puisse être une raison valable de modifier un accord, il ne doit jamais être utilisé comme une excuse. Il est essentiel d'assurer aux enfants une stabilité et une structure et le respect des accords préétablis demeure la règle.

Notes

49

L'année passée, je suis venue en Belgique via la procédure de regroupement familial. Mon mari est violent avec moi depuis mon arrivée.



C'est quoi, le regroupement familial ?

Le droit au regroupement familial permet à certain·e·s membres de la famille d'un·e citoyen·ne belge, d'un citoyen·ne de l'Union européenne ou d'un·e ressortissant·e étranger·ère résidant légalement en Belgique de le·la rejoindre dans le pays où iel réside.

Que dit la loi belge ?

En théorie, la législation belge prévoit des clauses de protection pour les victimes de violences conjugales qui permettent aux migrant·e·s de demander le maintien de leur titre de séjour. Ainsi, iels peuvent continuer de résider légalement en Belgique, même s'ils décident de quitter leur conjoint violent. Cependant, sur le terrain, il est observé que les victimes migrantes, principalement des femmes, rencontrent des obstacles supplémentaires qui les empêchent souvent de bénéficier de cette protection : isolement dû à l'absence de réseau familial ou social en Belgique, dépendance administrative à l'égard du conjoint (leur titre de séjour dépendant de la vie commune), manque de maîtrise de la langue française et faible connaissance des institutions, crainte de faire appel aux autorités, contexte de suspicion à l'égard des migrant·e·s, etc.

La législation concernant les droits au séjour évolue régulièrement et différentes données sont prises en compte avant de rendre une décision (lien familial, âge, statut des personnes). **Cependant**, la Belgique a ratifié la Convention d'Istanbul ce qui a pour conséquence qu'**en cas de violences conjugales, le·la demandeur·euse (souvent la demandeuse) peut quitter son conjoint/le regroupant et le domicile conjugal sans risquer de perdre son droit au séjour**. Malheureusement, il est fréquent que les différentes institutions (police, CGRA, Office des Étrangers, justice) n'appliquent pas cette législation par manque de formation. Cette situation oblige la victime à choisir entre quitter son partenaire violent et risquer de perdre son titre de séjour ou de continuer à subir de la violence. L'auteur peut alors utiliser la précarité du séjour pour renforcer sa domination sur la victime.

Dès-lors, il est important de constituer un dossier prouvant les violences et de se faire accompagner par une structure spécialisée dans la lutte contre les violences conjugales (comme le CVFE) qui fera parvenir notamment le dossier constitué à l'Office des Étrangers.

Si une personne détient un titre de séjour dans le cadre du regroupement familial et qu'elle subit des violences conjugales, si elle quitte le domicile conjugal, voici quelques **recommandations** :

- Tout d'abord, il est important de savoir qu'elle a le droit de partir, et la **police est tenue de lui porter secours**, la violence conjugale étant interdite par la loi. Le fait que la police intervienne ne signifie pas que l'Office des Étrangers en sera informé.
- Elle doit veiller à prendre avec elle les **documents essentiels** tels que la carte d'identité, les actes de mariage et de naissance, les fiches de salaire, la carte bancaire, etc.
- L'Office des Étrangers peut être informé de la démarche entreprise par la personne soit par son conjoint, qui peut les avoir prévenus, soit par la commune si elle est déclarée être domiciliée ailleurs que dans le domicile conjugal. Dans ce cas, elle recevra une demande de justification par courrier.
- La loi stipule que l'Office des Étrangers ne **peut pas retirer de titre de séjour** si la personne apporte la preuve qu'elle est victime de « violences dans la famille » ou de l'un des « faits de violence visés aux articles 375, 398 à 400, 402, 403 ou 405 du Code pénal », c'est-à-dire de viol, de tentative d'homicide ou de lésions corporelles. La personne devra également prouver qu'elle dispose de ressources suffisantes (elle devra, en principe, fournir la preuve qu'elle ne bénéficie pas de l'aide du CPAS) et d'une mutuelle.
- Cependant, **le manque de ressource ne doit pas être un frein**. C'est pourquoi il est crucial d'être accompagné par une structure spécialisée qui pourra trouver des solutions temporaires, comme l'accès à l'aide du CPAS pour payer les frais d'hébergement si la personne est hébergée.
- Il est recommandé de bénéficier d'un **accompagnement** pour entreprendre des démarches, notamment auprès du CVFE, d'un planning familial, des services sociaux, etc. Il est également important de constituer un dossier de preuves médicales auprès de son·sa médecin ou psychologue (même en l'absence de violences physiques), ainsi que des preuves supplémentaires telles que des captures d'écran de messages témoignant de violences psychologiques, des photos, des copies de procès-verbaux, des témoignages, etc., en cas de départ ou de dépôt de plainte.

51

Je suis arrivée seule en Belgique sans visa, mon séjour est considéré comme "irrégulier". Je suis enceinte, je vais accoucher dans quelques semaines.

Coûts des soins de grossesse et d'accouchement sans assurance maladie

Le suivi de la grossesse, les soins après l'accouchement et surtout l'accouchement lui-même peuvent être très coûteux en l'absence de prise en charge par la mutuelle. Par exemple, les coûts d'un accouchement sans complication suivi d'une hospitalisation avoisinent généralement les 4000€, dont environ 28% sont à la charge des mères. [1] Pour éviter les imprévus, il est recommandé de demander une estimation des frais à l'avance et d'opter pour une chambre commune afin de limiter les coûts supplémentaires et les honoraires médicaux additionnels. En outre, selon la situation administrative de la future maman, divers organismes peuvent être mobilisés pour contribuer au financement de ces soins.

Aides possibles sans titre de séjour légal

En situation de séjour illégal, l'accès à une aide financière du CPAS est généralement exclu. Cependant, une jurisprudence du Tribunal du Travail contraint les CPAS à accorder une aide financière aux femmes enceintes pendant les 2 à 3 mois précédant et les 3 mois suivant l'accouchement. Cette décision découle d'un arrêt de 1999 de la Cour constitutionnelle (C.A., n°80/99, 30 juin 1999) qui établit que les personnes sans séjour légal, confrontées à une situation de force majeure médicale, ont droit à une assistance sociale plus étendue que l'Aide Médicale Urgente (AMU) : une aide fournie par les CPAS dans le but d'assurer l'accès aux soins médicaux pour les personnes en situation de séjour illégal.

Les Tribunaux du Travail estiment **qu'il est préjudiciable pour la mère et son enfant d'être exposé-e-s à un long voyage et à un changement d'environnement pendant cette période, et qu'ils devraient donc pouvoir mener une vie digne durant cette période.**

Dans ce contexte, les femmes enceintes concernées peuvent soumettre une demande d'aide sociale au CPAS à partir de leur 6ème ou 7ème mois de grossesse. En cas de refus, elles ont la possibilité d'introduire un recours, mais, à moins d'obtenir une audience en référé, il faut souvent plusieurs mois avant que le dossier ne soit traité. Le juge a la possibilité d'accorder une aide financière rétroactivement à partir du moment où la demande d'aide a été initialement faite, mais il est nécessaire de prouver ultérieurement que l'état de besoin existait à ce moment-là. Quoiqu'il en soit, il est fortement recommandé de se rendre dans un **planning familial** pour bénéficier d'un accompagnement pour l'ensemble de ces démarches. Certains plannings familiaux ont des partenariats avec des établissements hospitaliers, ce qui peut faciliter le processus.

Particularités liées au statut de couple

Dans le cas où la femme enceinte est en couple, il est important de noter que lors de l'évaluation sociale, les CPAS peuvent prendre en compte les revenus du-de la conjoint-e ou du-de la partenaire pour évaluer le besoin d'aide de la future mère. Si ce dernier dispose de revenus, le CPAS peut refuser la demande d'aide. Il est donc essentiel d'informer clairement le couple des coûts du suivi de la grossesse et de l'accouchement.

[1] <https://www.levif.be/vivifiant/sciences/le-prix-dun-accouchement-en-belgique-4-004-euros/#:~:text=Il%20ressort%20de%20l'%C3%A9tude,directe%20de%20la%20future%20m%C3%A8re.>

Mon mari et moi sommes allocataires sociaux au CPAS. Il a le statut de chef de famille, notre enfant et moi-même somme "à sa charge". C'est donc lui qui perçoit l'allocation sur son compte. Je reçois uniquement les allocations familiales sur le mien. A ce jour, je souhaite rompre avec mon conjoint.

Système belge de droits sociaux : un modèle patriarcal

L'accès aux droits sociaux s'est construit en Belgique selon un modèle familialiste plutôt qu'individuel, contrairement aux pays nordiques. Il s'est construit sur le modèle patriarcal du « chef de famille » qui travaille et de la femme au foyer, hérité des modes de vie de l'après-guerre. Par son travail, le « chef de famille » ouvre des droits sociaux dont vont bénéficier sa femme et ses enfants, considérés comme « personnes à charge ».

Problématique du statut de cohabitant-e

Depuis son introduction, le statut de cohabitant-e soulève des problèmes d'inégalités et dévie de la logique fondamentale de l'assurance-chômage selon laquelle les droits aux allocations ont été établis. En effet, une personne cohabitante cotise de la même manière qu'une personne isolée, mais le montant des prestations sociales qu'elle reçoit peut être réduit en raison de la cohabitation. Aussi, lorsque plusieurs bénéficiaires de prestations sociales résident dans un même foyer, leurs allocations sont significativement réduites, une politique justifiée par l'idée que les personnes vivant ensemble sont supposées être mutuellement responsables financièrement les unes des autres et que leurs revenus combinés réduisent leurs besoins d'aides sociales.

En conséquence, ce statut a eu des implications importantes sur la vie quotidienne des personnes confrontées à la précarité due au chômage, à la maladie, l'invalidité, au handicap, etc. Il a conduit à une augmentation notable de la pauvreté et a encouragé des comportements qui favorisent l'isolement et défavorisent les liens de solidarité. A titre d'exemple, deux personnes au chômage ou en situation de handicap peuvent hésiter à vivre ensemble par crainte de voir leurs maigres revenus diminuer davantage. Ce système crée également une dépendance économique des cohabitant-e-s envers la personne considérée comme ayant charge de la famille, ce qui peut engendrer des tensions, des dévalorisations, des situations de vulnérabilité voire de violences.

Les femmes défavorisées

Les femmes, représentant la majorité des cohabitant-e-s, sont les principales victimes de ce modèle. Lorsque le statut de cohabitant-e fut introduit, il a suscité une forte opposition, notamment de la part de comités de femmes. Elles ont notamment dénoncé les pratiques administratives intrusives (contrôle de la vie privée, du nombre de brosses à dents et des sous-vêtements) effectuées par l'Onem ou les CPAS. Saisi par des comités de femmes, le Conseil Economique et Social des Nations Unies a condamné ce statut pour son caractère sexuellement discriminatoire.

Aujourd'hui, selon l'Institut pour l'égalité des femmes et des hommes [1], les femmes sont majoritaires parmi les bénéficiaires d'allocations d'intégration sociale et sont plus fréquemment chômeuses vivant en cohabitation que les hommes. Ce sont généralement les mères qui perçoivent les allocations familiales. Elles représentent la majorité des "travailleurs-euses pauvres" et de celles-eux qui assurent l'éducation des enfants. Les allocations familiales sont souvent la seule somme d'argent qu'elles sont certaines de percevoir en début de mois.

Depuis plus de 40 ans, les femmes, soutenues par diverses organisations progressistes belges (Ligue des Droits Humains, associations de lutte contre la pauvreté, Ligue des familles, organisations syndicales, etc), ont été les premières à lutter pour l'individualisation des droits sociaux, mettant en lumière les disparités flagrantes engendrées par cette catégorisation qui favorise le maintien dans la dépendance.

L'individualisation des droits sociaux

Afin de pallier à cette problématique, il serait judicieux de mettre fin au statut de cohabitant-e et au système actuellement en vigueur et d'opter pour une individualisation des droits sociaux qui s'adapte mieux aux modes de vie contemporains. Cela implique que l'État doit reconnaître les réalités actuelles, notamment l'augmentation significative des formes de cohabitation telles que la colocation, les habitats groupés solidaires, ou les habitats intergénérationnels, plutôt que de les décourager avec des allocations réduites. En outre, il faudrait également rendre automatique l'attribution des allocations et éviter des démarches fastidieuses aux bénéficiaires.

[1]<https://www.levif.be/vivifiant/sciences/le-prix-dun-accouchement-en-belgique-4-004-euros/#:~:text=Il%20ressort%20de%20l'%C3%A9tude,directe%20de%20la%20future%20m%C3%A8re.>

53

Je souhaite acheter une maison. Je suis seule avec 2 enfants.

Le logement constitue une préoccupation majeure pour les familles monoparentales qui représentent environ 1 ménage sur 10 en Belgique et dont 80 % sont dirigés par des femmes. L'entrée en monoparentalité est en outre souvent synonyme de déclassement social.

Quelques chiffres

Selon une enquête menée par la Ligue des familles en 2021, les familles monoparentales sont confrontées à d'importantes difficultés financières, en particulier en ce qui concerne le logement : une famille monoparentale sur cinq consacre plus de la moitié de son revenu à ce dernier, sans compter la hausse des prix de l'énergie. Ces contraintes financières se traduisent par des obstacles significatifs dans la recherche d'un logement adapté, compromettant ainsi la possibilité de garantir une qualité de vie décente pour ces familles. [1]

Pour illustrer ces difficultés, l'étude révèle que pour la moitié des répondant·e·s, il a fallu entre un et six mois pour trouver un premier logement stable, tandis qu'un quart a dû attendre plus de six mois. De plus, parmi ceux·celles qui étaient propriétaires, 30 % ont dû devenir locataires. La constitution de la garantie locative est également un obstacle, affectant particulièrement les mères célibataires (49 % contre 27 % pour les pères célibataires). Aussi, un quart des répondant·e·s a dû renoncer à une ou plusieurs chambres pour trouver un logement à la portée de ses revenus. Résultat : 17 % des parent·e·s solos dorment dans la même pièce qu'un·e ou plusieurs·e·s enfants, par manque de place.

Remarque : Il est important de noter que cette enquête ne représente pas totalement la réalité, les familles les plus défavorisées (gagnant moins de 1300 euros) étant sous-représentées. Cela suggère que les difficultés financières pourraient être plus étendues que celles rapportées.

Le statut de cohabitant·e : un frein à la colocation

Envisager la colocation entre mères célibataires pourrait être une solution pour surmonter les défis financiers auxquels elles sont confrontées. Mais le statut de cohabitant·e est pénalisant (**cf. carte 52**). Un autre obstacle réside dans le fait que, pour devenir propriétaire dans le cadre d'un habitat groupé, il faut pouvoir prétendre aux mêmes capacités financières que dans le cadre d'un prêt hypothécaire classique.

Accès à la propriété

En ce qui concerne l'achat d'un bien, il est évident que l'accès à la propriété est compliqué lorsque l'on ne dispose que d'un seul revenu. Les prêts bancaires, quand une banque accepte de les octroyer, sont alors dérisoires par rapport au prix des biens et donnent accès à des logements ne correspondant pas forcément aux besoins de la famille (nombre de chambres, superficie, état nécessitant de gros travaux, etc.).

Aides possibles

Les familles monoparentales dont les recherches indiquent de manière convergente qu'elles constituent un groupe vulnérable, rencontrent de nombreux obstacles pour trouver un logement en période de crise, qu'il s'agisse de locations ou d'achats. La Wallonie a mis en place des mesures pour aider les aider :

- Parmi les divers acteur·rice·s qui participent à une meilleure prise en compte de ces familles, la **Société wallonne du crédit social (SWCS)** vise à garantir une réponse financière adaptée sans compromettre leur stabilité financière. Elle offre deux leviers pour réduire la charge financière des crédits : une réduction de taux pour les jeunes emprunteur·euse·s, y compris les familles monoparentales, et une réduction du revenu imposable pour chaque personne à charge du ménage, réduisant ainsi le taux d'intérêt et facilitant l'accès au logement pour les familles monoparentales.
- **Le Fonds du Logement des Familles nombreuses de Wallonie (FLW)** accorde également une importance particulière aux familles monoparentales avec enfants en proposant des crédits sociaux et en fournissant un accompagnement complet pour la réalisation de leur projet, incluant des aspects administratifs, sociaux et techniques. En 2023, 435 familles monoparentales ont bénéficié d'un accesspack du FLW, représentant 36 % de l'ensemble des bénéficiaires. Le FLW gère également un parc locatif destiné aux ménages à revenu modeste.
- En outre, la **Société wallonne du Logement** facilite l'accès au logement social pour les familles monoparentales sur base des revenus en donnant des points de priorité.

[1] <https://liguedesfamilles.be/article/cp-familles-monoparentales-et-logement>

54

Mon ex-compagnon et moi élevons nos enfants en garde alternée.

S'entendre sur l'éducation des enfants est un défi auquel tous les parent·e·s sont confrontés au quotidien. Mais pour ceux-elles qui se séparent ou divorcent, le challenge est encore plus difficile à relever. Il faut non seulement composer avec les divergences d'opinions (et parfois les ressentiments) des ex-conjoint·e·s, mais aussi avec la vision des nouveaux-elles partenaires potentiel·le·s et de leurs enfants s'iels en ont.

Education des enfants et famille recomposée

Beaucoup de disputes au sein des couples recomposés sont causées par une vision et des habitudes divergentes concernant l'éducation des enfants au quotidien. Si l'on pense évidemment aux grands principes d'éducation et aux valeurs fondamentales (ex. pas de violence éducative, ...), il y a aussi les petites brouilles du quotidien qui peuvent rapidement rendre la vie infernale. Ainsi, si l'enfant de l'un·e a l'habitude de se servir dans le frigo sans demander alors que le beau-parent exige de ses enfants une demande d'autorisation, s'ils ont l'habitude de boire des sodas, s'ils ont des heures de coucher ou de temps sur les écrans, etc. Le rapport des partenaires à la punition peut être divergent (est-on pour ? Si oui pour sanctionner quel comportement et de quelle façon ?) ou à la politesse, ou à la manière d'impliquer les enfants dans les décisions du ménage et jusqu'où, ou encore la place que prend le beau-elle-parent·e dans l'éducation, etc...

Mieux vaut parler de tout cela avant de faire famille et se réajuster au fur et à mesure sans laisser la possibilité aux enfants de s'engouffrer et de tirer parti des failles et désaccords perçus entre leurs parents tout en leur expliquant ensemble si un changement de règle de fonctionnement va être opéré. Tout cela doit se faire si possible avec des concertations régulières avec l'ex-conjoint·e et autre parent·e des enfants. Si les règles ne peuvent s'accorder entre les deux maisons, elles doivent alors être claires de chaque côté.

Place du·de la beau-elle-parent·e dans l'éducation des enfants

La place du beau-elle-parent·e dans l'éducation des enfants est aussi une question à part entière. Comment confier son enfant à une autre personne quand on n'est pas d'accord avec son modèle éducatif et que pourtant un jugement nous contraint à lui confier notre enfant ?

Pour plus d'informations à ce sujet, consulter les **cartes 4 et 32** de ce dossier.

Notes

55

Je suis maman et parfois, j'ai besoin d'air. Je décide de partir quelques jours en vacances sans mari ni enfants.

Cette situation évoque la possibilité voire la nécessité pour une femme d'exister en dehors de son rôle de mère et de prendre du temps pour elle, de ne pas s'oublier en route.

Prendre soin de soi en tant que parent·e : un modèle pour les enfants

Prendre soin de soi en tant qu'individu·e ainsi que mettre ses limites est important mais aussi un enseignement pour ses enfants, à savoir celui du respect de soi. D'autant que si les besoins d'une personne sont comblés, elle est davantage disponible pour les autres : comment apprendre aux enfants à se respecter et écouter leurs besoins si les parent·e·s ne le font pas elles·eux-mêmes ?

Modèle culturel de la mère sacrificielle

Cette vision va à l'encontre du modèle culturel de la mère sacrificielle imposant aux femmes que toute leur vie tourne autour de leurs enfants et qu'aucun moment sans elles·eux ne soit autorisé. Ce modèle aurait deux conséquences directes : l'épuisement des mères et le ressentiment de ceux·celles pour qui elles ont tout sacrifié et qui seront culpabilisé·e·s et mis sous pression (par exemple: devoir réussir en remerciement du sacrifice de leur parent·e).

Si, dans cette situation, il s'agit de la période des vacances qui est évoquée, il est question d'intégrer à son quotidien des activités, même simples, qui permettent régulièrement de se nourrir et de se ressourcer (pratiquer un sport, aller boire une verre avec des amis, etc.).

Le modèle de la mère sacrificielle est une conséquence de notre société patriarcale. Si les hommes sont assignés au travail productif, les femmes le sont au travail reproductif, conditionnant par là-même leur posture et les comportements attendus d'elles·eux : force, courage, conquête, non-expression des émotions pour les hommes, et pour les femmes, renoncement, disponibilité et vocation à servir les autres.

Notes

56

Maman célibataire depuis quelques temps, je fréquente un nouveau partenaire. Nous nous sentons suffisamment sûrs de notre couple pour se présenter nos enfants. L'aventure de la famille recomposée commence.

L'aventure de la famille recomposée est loin d'être évidente. Cela se passe rarement sans heurts. Les enfants ne voient pas forcément d'un bon œil l'arrivée d'un·e nouvel·le amoureux·se qui vient fragiliser leur espoir de voir leurs parent·e·s se remettre ensemble, en plus de devoir composer avec les règles de vie de cet·te inconnu·e et dans certains cas, les enfants de ce·cette dernier·ère... Il va falloir tisser une relation avec le·a beau·elle-parent·e sans pour autant avoir l'impression de trahir son autre parent·e, peut-être trouver sa place dans une famille élargie, etc.

Temps d'adaptation

En ce qui concerne la vie commune, il n'y a pas de règles strictes quant au moment opportun pour l'envisager, mais cette décision doit être prise dans une logique de transition. Il n'y a pas de délai fixe à respecter avant de considérer la cohabitation, **hormis la nécessité d'être émotionnellement prêt·e** avant toute autre chose et d'être à l'écoute des ressentis de chaque membre de la nouvelle famille en construction. Par ailleurs, le choix de vivre sous le même toit peut être motivé par des **raisons très pragmatiques** telles que le partage des frais et une situation financière plus confortable, ou encore le besoin de soutien dans l'éducation des enfants et l'envie de ne plus être seul·e à gérer le quotidien avec ceux·celles-ci. L'idéal est une cohabitation progressive et la multiplication des activités en commun.

Fragilité psychologique des enfants

Lorsque les parent·e·s se séparent, les enfants sont souvent confrontés à une grande détresse émotionnelle qu'il faut prendre en considération. Cette période peut être particulièrement difficile pour eux·elles. [1] Ils peuvent se sentir abandonné·e·s et remettre en question leur propre valeur, surtout lorsqu'un de leurs deux parent·e·s refait sa vie et se remarie. L'arrivée d'un·e nouveau·elle beau·elle-parent·e peut susciter de l'agressivité chez l'enfant, qui réagit ainsi au stress de la situation et à la peur de perdre l'amour de son·sa parent·e. Afin d'apaiser l'enfant et le·la sécuriser, il est essentiel de lui rappeler que son importance est toujours la même, que l'amour parental est inconditionnel, même en cas de séparation et de nouveaux·elles conjoint·e·s.

Gestion des relations

La gestion des relations au sein d'une famille recomposée demande de la sensibilité et de l'attention envers tous les membres. Le·la parent·e qui a trouvé un·e nouveau·elle partenaire doit veiller à ne pas se concentrer uniquement sur son couple (évitant dans un premier temps les démonstrations d'affection en présence des enfants, ce qui pourrait les perturber et les amener à se refermer). Les enfants ne doivent pas être impliqués dans la vie intime des adultes. Aussi, le·la parent·e doit rester **disponible** pour ses enfants tout en partageant les responsabilités avec leur autre parent·e, en censurant toute critique envers ce·cette dernier·ère devant les enfants. De plus, l'enfant peut se sentir déchiré entre deux loyautés et refuser de développer une relation avec son beau·belle-parent·e par crainte de trahir son·sa parent·e biologique absent·e.

Il est également important de gérer les **disputes** entre ses enfants biologiques et ceux de son·sa partenaire. Bien que les conflits entre frères et sœurs soient inévitables, il faut prêter attention à ces relations et s'assurer qu'aucun·e enfant ne soit systématiquement exclu·e ou laissé·e de côté. Si nécessaire, intervenir pour promouvoir la justice et l'équité, afin de ne pas favoriser un·e enfant·e au détriment des autres (**à ce sujet, voir également cartes 4 et 54**). Les enfants sont sensibles à ces différences et peuvent se sentir coupables ou exclu·es, ce qui nuit à leurs relations avec leurs frères et sœurs recomposé·e·s.

Notes

[1] <https://www.parents.fr/etre-parent/famille/psycho-famille/famille-recomposee-12-conseils-pour-surmonter-les-obstacles-13620>

57

J'ai repéré un appartement que je souhaiterais louer. je suis d'origine étrangère et je préfère demander à une amie d'appeler le propriétaire de l'appartement car je ne parle pas bien le français. Le propriétaire nous fixe un rendez-vous pour la visite de l'appartement.

Cette situation aborde des questions similaires à la **carte 33**, vous pouvez donc vous y référer lors de l'animation.

De nombreuses personnes se voient refuser un logement pour des raisons arbitraires : parce qu'elles émargent au CPAS, à cause de leur origine étrangère, de leur orientation sexuelle, ou parce qu'elles sont en situation de handicap. D'autres se voient réclamer des références ou des informations inutiles ou excessives lors des procédures de sélection des locataires. Pourtant, le droit au logement est un droit fondamental inscrit dans la Constitution et les lois antidiscrimination interdisent toute discrimination dans ce secteur.

Formulaire-type contre les discriminations dans le secteur immobilier

Face à cette problématique, une collaboration entre le Service Public de Wallonie, Federia, l'Institut pour l'égalité des femmes et des hommes, ainsi qu'Unia a créé un nouveau formulaire-type pour mieux encadrer les processus de sélection des locataires. Bien que son utilisation demeure actuellement facultative, il est souhaitable que ce formulaire devienne une norme de référence. Son adoption facilitera aux agent·e·s immobiliers et aux propriétaires la constitution de dossiers de candidature tout en respectant la vie privée des candidat·e·s conformément au règlement général sur la protection des données, et en diminuant les risques de discrimination. Le formulaire propose une interface simple d'utilisation et délimite de manière explicite les données des candidat·e·s-locataires pouvant être recueillies, ainsi que les étapes appropriées de la procédure pour le faire (après la visite du bien et lors de la conclusion du contrat de bail). Unia encourage les autres organismes du pays à suivre cet exemple en adoptant un formulaire similaire et en le rendant obligatoire, tout en incitant les acteur·trice·s du secteur du logement à promouvoir abondamment cet outil innovant en Wallonie. Si l'usage de cet outil n'est pour l'instant pas obligatoire, il pourrait bientôt s'imposer comme un document de référence.

Comment prouver une discrimination ?

Prouver une discrimination est une chose complexe. Les candidat·e·s-locataires confronté·e·s à des discriminations liées, à titre d'exemple, à leur origine ou à leur couleur de peau rencontrent fréquemment des difficultés lorsqu'ils tentent d'étayer leurs dires. [1] Pour les soutenir dans leurs démarches, ces dernier·ère·s peuvent recourir à l'utilisation de "tests de situation". Ces tests consistent à comparer les demandes de location de personnes présentant des profils similaires mais d'origines différentes. Par exemple, une agence immobilière pourrait annoncer par téléphone à un "testeur" que l'appartement est disponible, tandis qu'elle indiquerait à une autre personne, ayant un "nom étranger" ou un accent, qu'il est déjà loué, démontrant ainsi le cas de discrimination.

Notes

[1] <https://www.unia.be/fr/articles/discriminee-dans-la-recherche-dun-logement-prouvez-le-avec-des-enregistreme>

58

Je me rends à un entretien d'embauche. J'ai 53 ans, mais je ne l'ai pas précisé dans mon CV. Je suis restée quelques années sans travailler lorsque mes enfants étaient petits.

Cette situation évoque la problématique de l'âgisme dans le secteur de l'emploi, en particulier pour les femmes qui sont doublement pénalisées par leur âge mais aussi par le fait d'avoir potentiellement dû interrompre leur carrière pour s'occuper de leurs proches. En effet, ce sont toujours majoritairement les femmes qui prennent des pauses carrières pour s'occuper de leurs enfants et/ou de leurs parents malades. Cela correspond au rôle que la société leur assigne, celui du **care** (c'est-à-dire, prendre soin des autres, **cf. cartes 5 et 10**) et de la **mère sacrificielle** (**cf. carte 34 et 55**). Ainsi, les critères de l'âge et du sexe se cumulent pour fragiliser l'accès des femmes à l'emploi.

C'est quoi, l'âgisme ?

Selon l'Observatoire de l'âgisme, on entend par âgisme « toutes les formes de discrimination, ségrégation, et mépris fondés sur l'âge. » [1]

Inégalité de genre et âgisme dans le monde professionnel

En matière d'emploi chez les senior·e·s, les hommes acquièrent de plus en plus de qualifications au fil des années. Leur expérience est reconnue et leur ouvre les portes des postes de cadre "senior" ainsi que des places prestigieuses et socialement influentes (cela se manifeste notamment dans les sphères politiques, parlementaires, administratives, académiques mais aussi privées), compensant ainsi le moindre niveau de formation initiale des anciennes générations. A contrario, les femmes seniors ne bénéficient pas de cette progression de carrière. Celles âgées de plus de 50 ans se retrouvent souvent à occuper des postes moins intéressants que les femmes plus jeunes. En outre, lorsqu'elles travaillent, elles se retrouvent souvent reléguées à des emplois moins qualifiés, principalement dans le secteur tertiaire. Cela peut résulter d'un niveau de formation initialement bas, du manque de valorisation de leur diplôme et des difficultés qu'elles rencontrent pour faire reconnaître leurs compétences. Aussi, les femmes seniors travaillent davantage avec des contrats temporaires ou à temps partiel, ce qui ne leur garantit pas un emploi stable. Quant aux inégalités salariales entre hommes et femmes, elles augmentent avec l'âge.

Augmentation du taux d'activité des femmes seniors

Depuis les années 70, le taux d'activité des femmes âgées de 50 à 64 ans a considérablement augmenté. Outre les raisons générales pour lesquelles les retraites sont réformées, cette tendance s'explique par l'intégration croissante des femmes sur le marché du travail après la Seconde Guerre mondiale, l'augmentation des divorces qui rend le travail indispensable ainsi que le besoin pour les femmes de prolonger leur carrière plus que les hommes pour toucher une retraite complète. **Néanmoins, le niveau d'emploi des femmes demeure encore nettement inférieur à celui des hommes, et les postes auxquels elles accèdent sont généralement moins qualifiés, de moindre qualité (tels que des emplois temporaires ou à temps partiel), et moins bien rémunérés.**

- Les carrières à temps partiel auront de surcroît des conséquences sur les pensions. A nouveau, ce sont les femmes qui sont pénalisées et précarisées pour un service qu'elles rendent finalement à la société (pallier au manque de place dans les crèches, au manque de structure pour accompagner les personnes âgées, malades, etc). Et les réformes des pensions ont bien souvent pour effet de pénaliser les femmes (ex. le projet de réforme concernant les emplois à temps partiel et l'accès à la pension minimale).
- 50 ans semble être un âge charnière et complexe, notamment au niveau de la recherche d'emploi, entre trop vieux·eilles (pour que l'employeur·euse voire le Forem investisse dans une formation, par ex.) et à la fois pas encore assez (au regard de l'accès à certains avantages).

[1] <http://www.agisme.fr/>

59

J'ai rencontré un homme beaucoup plus jeune que moi.

Cette situation évoque le regard âgiste de la société, ici dans le domaine des relations amoureuses.

Dans une vision hétéronormée, hommes et femmes ne sont pas sur pied d'égalité en termes de relations intergénérationnelles : alors que les relations où une femme est plus âgée que son partenaire masculin vont être jugées comme marginales, celles où un homme est plus âgé sont considérées comme légitimes, faisant partie des normes sociales établies. Selon l'article " Âgisme et norme sentimentale : merci mais non merci " paru sur le magazine GQ, ce phénomène est largement mis en lumière par les médias, notamment à travers la culture cinématographique mettant en scène des couples présentant une différence d'âge de 30 ans et pourtant perçus comme normaux aux yeux de la société. "La femme plus âgée reste anecdotique, tandis que l'homme plus âgé appartient à un système [...] il s'agit d'un modèle parmi d'autres, modèle encouragé par certains hommes, au bénéfice de certains hommes." [1]

"Cougar"

Ainsi, le mot "cougar" qui désigne une femme d'âge mur avec un attrait spécifique pour les partenaires amoureux plus jeunes qu'elle, est négativement connoté et n'a pas d'équivalent au masculin.

"Si la « cougar » est traditionnellement présentée dans les médias comme une femme au mitan de la vie qui a des relations intimes avec des hommes beaucoup plus jeunes qu'elle, dans la vie de tous les jours, cette étiquette est parfois attribuée à des femmes qui fréquentent des hommes à peine plus jeunes qu'elles. Imaginée comme ayant un grand appétit sexuel et une sexualité bien assumée, la « cougar » est habituellement présentée comme une femme qui se montre très entreprenante en matière de séduction et qui cherche avant tout de brèves aventures sexuelles. À noter que, si le terme « cougar » sert fréquemment à qualifier une femme ayant une relation hypogamique (c-à-d des relations intimes avec des hommes plus jeunes qu'elles) en ce qui a trait à l'âge, il est plutôt rare d'attribuer une étiquette à son partenaire, même si ce dernier est tout autant engagé dans la relation intime. Similairement, il n'existe aucun qualificatif équivalent à celui de « cougar » pour désigner les hommes d'âge mûr entretenant des relations avec des femmes plus jeunes, ce qui met en lumière l'influence du sexisme dans l'interprétation que l'on se fait des individus ayant des relations intimes au sein desquelles il y a un écart d'âge considérable. (...) Si l'expression « sugar daddy » est couramment utilisée pour désigner certains hommes entretenant une relation intime avec une femme beaucoup plus jeune qu'eux, notons que cette expression témoigne également du rapport marchand présent au sein de la relation, ce qui n'est généralement pas présenté comme influençant la relation qu'entretient la « cougar » avec son partenaire plus jeune. Il serait donc inapproprié de présenter le « sugar daddy » comme l'équivalent masculin de la « cougar »." [2]

Selon le sociologue Ronan Chastellier : "la jeunesse juge davantage les personnes âgées et ne souhaite pas leur autoriser une deuxième vie amoureuse ou un amour sur le tard" (...) La répression de la sexualité de certaines catégories d'êtres humains est souvent le signe d'une discrimination." [3]

[1] <https://www.gqmagazine.fr/sexactu/articles/agisme-et-norme-sentimentale-merci-mais-non-merci/42265>

[2] Milaine Alarie, "Je ne suis pas une cougar. Quand l'âgisme et le sexisme compliquent l'expression du désir sexuel féminin", recherches féministes, vol 32, n°1, 2019

[3] <https://www.agevillage.com/actualites/saint-valentin-la-vie-amoureuse-des-personnes-%C3%A2g%C3%A9es-encore-tabou>)

60

Je me rends chez le gynécologue pour me faire prescrire un moyen de contraception. Je suis grosse.

Grossophobie dans le domaine médical

Le monde médical est particulièrement hostile envers les personnes grosses. En effet, dans notre société, l'obésité est associée à une mauvaise santé. Par ailleurs, l'image véhiculée de cette maladie est celle d'une personne paresseuse, sans volonté, etc. qui est seule responsable de son état, alors que l'obésité résulte d'un problème systémique, structurel et politique. Les médecins peuvent parfois exprimer des remarques humiliantes, infantilisantes ou culpabilisantes, sous couvert du "c'est pour votre bien" ou de "c'est mon devoir médical de vous le dire".

Grossophobie : définition

"La grossophobie est l'ensemble des attitudes et des comportements hostiles qui stigmatisent et discriminent les personnes grosses, en surpoids ou obèses. Ces comportements les stigmatisent ou les discriminent, dans différents aspects de leur vie quotidienne, comme l'emploi, les soins de santé, les relations interpersonnelles, l'éducation ou l'image de soi.

Cette discrimination systémique va bien au-delà de la simple moquerie. En plus des préjugés quotidiens que subissent les personnes grosses, leur poids a un impact sur leur employabilité, leur qualité de vie, leurs relations aux autres." [1] Etant davantage ciblées par les injonctions à la minceur et les diktats de beauté, les femmes sont plus touchées que les hommes (même si l'obésité n'est bien vue chez personne).

Préjugés et maltraitements, violences gynécologiques

Parmi les divers préjugés et formes de maltraitance ou de violence gynécologique, on observe les situations suivantes, toutes basées sur des expériences vécues :

- La croyance selon laquelle une femme grosse n'a pas de vie sexuelle, car elle n'est pas considérée comme physiquement attirante, et donc n'aurait pas besoin de contraception ;
- Le manque d'information sur le fait que la pilule du lendemain peut être moins efficace chez les femmes obèses ;
- L'affirmation de certains gynécologues selon laquelle la pose d'un stérilet sur une femme grosse est plus complexe (ce qui peut parfois conduire à une tarification plus élevée de l'intervention).

Chez les gynécologues comme chez d'autres médecins, l'attention se focalise souvent sur le poids, quel que soit le motif de consultation de la patiente. Le traitement proposé se limite alors souvent à "perdez du poids". Cette grossophobie médicale n'est pas sans conséquence, allant de la pause d'un mauvais diagnostic retardant le traitement adéquat à l'évitement des médecins par les patientes qui dès lors consultent parfois trop tard. En outre, d'autres formes de discriminations et de maltraitements, telles que la pesée obligatoire (quand elle ne se justifie pas forcément et n'est pas imposée à tous les patient-e-s) ou l'utilisation de matériel inadapté (comme des tensiomètres, des tables d'examen ou des chaises roulantes inadaptées, voire même des chaises dans la salle d'attente trop peu résistantes ou qui sont équipées d'accoudoirs ne permettant pas aux personnes grosses de s'y asseoir, etc.) sont également fréquentes.

Remarque : Notons l'utilisation du mot grosse car à l'instar de la militante Daria Marx, les militant-e-s anti grossophobie revendiquent l'utilisation de ce mot comme étant un simple qualificatif (alors qu'il est actuellement connoté négativement et évité au profit de termes plus "politiquement corrects" tels que ronde, avec des formes, etc...)

[1] <https://femmesdedroit.be/informations-juridiques/abecedaire/grossophobie/>

61

J'ai besoin de nouveaux vêtements. Je suis obèse.

Il est à nouveau question ici de grossophobie (pour la définition, cf carte **60**). Etant davantage ciblées par les injonctions à la minceur et les diktats de beauté, les femmes sont plus touchées que les hommes (même si l'obésité n'est bien vue chez personne).

Trouver des vêtements en tant que personne grosse

Cette situation traite d'une forme de discrimination subie par les personnes grosses : celle de ne pas pouvoir s'habiller aisément, selon son goût et à bas prix. En effet, l'offre pour les personnes grosses est limitée et souvent onéreuse. Peu d'enseignes proposent de grandes tailles (peu dépassent le 42-44, ou le L voire XL). Les femmes grosses doivent alors se rendre dans des boutiques spécialisées en grandes tailles, souvent chères et proposant le plus souvent des vêtements sans forme ("l'uniforme des gros·se·s"), pas forcément modernes, visant avant tout à camoufler les rondeurs. Ceci dit, certaines marquent s'emploient à développer des gammes modernes et saillantes, allant plus dans l'idée de se rendre visible que de se cacher, de s'affirmer plutôt que de s'effacer.

Si certaines enseignes commencent à inclure des modèles plus ronds à leur campagne publicitaire (mais bien souvent des corps gros "acceptables" ne permettant pas à bon nombre de personnes de s'identifier), il n'est pas rare de n'y avoir accès qu'en ligne et non dans leurs magasins physiques : avoir une clientèle grosse oui, mais qu'elle ne soit pas visible !

Le mouvement "Body positive" et son évolution

Il s'agit d'un mouvement né dans les années 90 aux USA prônant l'acceptation de soi tel·le que l'on est (être gros·se et bien dans sa peau). A l'aide des réseaux sociaux, cet élan a réussi à beaucoup faire parler de lui ces dernières années. L'aspect positif du mouvement initial a été de visibiliser les personnes grosses autrement que par le regard médical. Sur les réseaux sociaux notamment, beaucoup de comptes prônaient le fait qu'être gros·se et beau·elle était loin d'être antinomique. Ils ont visibilisé des personnes non-minces là où on ne les trouvaient que très peu auparavant (dans le domaine du mannequinat par exemple).

Aujourd'hui on lui préfère le mouvement "**fat acceptance**" car "body positive" rejoint la norme au sens où il n'est plus subversif. En effet, on a pu observer que ce mouvement a été récupéré par le monde du business et du profit commercial en mettant en scène des corps gros, mais toujours photogéniques et sexy. De ce fait, le mouvement est devenu tellement mainstream qu'il a provoqué de nouveaux complexes, créé de nouvelles normes déterminant comment être belle·eau et gros·se, créant aussi des idéaux de "gros·seur acceptable". Enfin, cette récupération du mouvement a aussi induit pour beaucoup une injonction à s'aimer quoiqu'il arrive, même lorsqu'il est difficile d'avoir ce rapport avec son propre corps.

Si on préfère "fat acceptance" (ou "body neutrality") à "body positive", c'est parce que ces nouveaux termes mettent d'avantage en avant la notion de respect plutôt que d'amour de son corps. C'est ok d'aimer son corps, c'est tout aussi ok de ne pas l'aimer. Le mouvement "fat acceptance" nous dit aussi que le rapport à son corps est changeant, jamais figé, et que tous les ressentis sont valides. Aimer son corps, ce n'est pas une fin en soi mais bien un processus qui n'est jamais terminé. Au sujet de la lutte contre la grossophobie, notons que contrairement à ce que ses détracteur·ice·s lui reprochent, ce mouvement ne vise pas la promotion de l'obésité. Un de ses objectifs est plutôt la fin des discriminations des personnes grosses au profit de droits identiques pour l'ensemble des citoyen·ne·s.

62

Je vais au restaurant avec des connaissances. Je suis grosse.

Cette situation traite d'une forme de discrimination subie par les personnes grosses : devoir subir le regard et les commentaires des gens.

En effet, certaines personnes, même inconnues, s'autorisent à commenter l'alimentation des personnes grosses. Qu'il s'agisse d'une remarque en rue sur une crème glacée, de commentaires sur le contenu d'un caddie, des remarques des serveur·euse·s ou des convives dans les restaurants sur le choix d'un plat, tout le monde y va de son petit commentaire "bienveillant" ou censé rappeler les personnes grosses à l'ordre.

Des idées et représentations qui persistent

Ces attitudes ont pour fondement la **croissance, fausse**, que l'obésité n'est qu'une question de mal bouffe et de volonté, une responsabilité individuelle détachée des choix politiques en matière de santé et de pauvreté, des attitudes des proches et de la société envers les gros·ses, des maladies et des histoires traumatiques des personnes, etc. Les messages sociétaux et médiatiques tels que les bandeaux en bas de vos écrans ("mangez moins, bouger plus") incarnent bien ce message culpabilisant et simpliste.

Une efficacité des régimes non prouvée

Au contraire, on en connaît l'effet rebond (ou effet yoyo) depuis les années 60. Il consiste à reprendre plus que ce que l'on a perdu. Le corps médical sait donc que les régimes ne sont pas la panacée voire aggravent le problème en dérégulant l'alimentation et/ou en créant des troubles alimentaires. La chirurgie bariatrique est très risquée également, pas forcément concluante et avec de lourdes conséquences post opératoires. Pourtant, cela reste les seules options actuellement proposées. Par ailleurs, on sait qu'autant la grossophobie que la peur de grossir font grossir. Il est grand temps de changer le regard sur les personnes grosses : comme le rappelle Daria Marx du collectif français Gras Politique, c'est contre l'obésité qu'il faut lutter, pas contre les obèses.

Remarque :

Notons l'utilisation du mot grosse car à l'instar de la militante Daria Marx, les militant·e·s anti grossophobie revendiquent l'utilisation de ce mot comme étant un simple qualificatif (alors qu'il est actuellement connoté négativement et évité au profit de termes plus "politiquement corrects" : ronde, avec des formes, etc.).

Notes

63

Je suis malade, je me rends chez le médecin. Je suis grosse.

Le monde médical est particulièrement hostile envers les personnes grosses. En effet, dans notre société, obésité est associée à mauvaise santé. Par ailleurs, l'image véhiculée est celle d'une personne paresseuse, sans volonté, ... qui est seule responsable de son état. Alors que l'obésité est un problème systémique, structurel et politique. Les médecins se permettent des remarques humiliantes, infantilisantes, culpabilisantes sous couvert du "c'est pour votre bien" / "c'est mon devoir médical de vous le dire".

Chez le-la médecin, bien souvent, toute l'attention est portée sur le poids, peu importe le problème amenant le-a patient-e à consulter. Le traitement évoqué se résume alors souvent à "perdez du poids" quelle que soit la maladie dont il est question. Cette **grossophobie médicale (pour la définition, cf carte 60)** n'est pas sans conséquence, allant de la pause d'un mauvais diagnostic retardant le traitement adéquat, à l'évitement des médecins par les patient-e-s qui dès lors consultent parfois trop tard ... Sans parler d'autres types de discriminations et maltraitements telles que la pesée obligatoire (quand elle ne se justifie pas forcément et n'est pas imposée à toutes les patient-e-s) ou le matériel inadéquat (tensiomètre, table d'examen, chaise roulante, voire même les chaises dans la salle d'attente trop peu résistantes ou munies d'accoudoirs ne permettant pas aux personnes grosses de s'y installer, IRM, ...).

"Aussi, il n'est pas rare que le matériel médical ne soit pas adapté aux personnes en surpoids, grosses, obèses. Par exemple, le brassard du tensiomètre est souvent trop petit pour leur bras, ce qui crée un mal-être non nécessaire. Cet équipement non adapté a aussi des conséquences sur la santé des patients car les résultats du tensiomètre ne sont pas fiables : la personne est en hypertension alors qu'en fait ce n'est pas le cas. Beaucoup d'appareils d'imagerie sont aussi inadaptés." [1]

Ainsi, nous pouvons lire chez Femmes de Droit :

"Chez le gynécologue, comme chez d'autres médecins, il n'est pas rare que le rendez-vous tourne autour de son poids, sans même qu'on réponde à ses questions liées au spécialiste qu'elle consulte. Cette grossophobie au sein du système médical peut avoir des conséquences graves, car un.e patient.e. pourrait avoir des maladies qui n'ont rien à voir avec son poids. Ainsi, sa santé pourrait se détériorer si on ne traite pas rapidement ses symptômes ou sa maladie." [2]

Remarque :

Notons l'utilisation du mot grosse car à l'instar de la militante Daria Marx, les militant-e-s anti grossophobie revendiquent l'utilisation de ce mot comme étant un simple qualificatif (alors qu'il est actuellement connoté négativement et évité au profit de termes plus "politiquement corrects" : ronde, avec des formes, etc.).

Notes

[1] <https://femmesdedroit.be/informations-juridiques/abecedaire/grossophobie/>

[2] *Ibid.*

65

Je suis une personne à mobilité réduite. Je suis invitée chez mon amie.

Cette situation aborde **l'accessibilité des espaces publics et privés aux personnes à mobilité réduite (PMR)**. Par PMR, on entend les personnes éprouvant des difficultés à se déplacer et qui sont confrontées à des obstacles qu'iels ne peuvent surmonter seuls ou très difficilement. En Belgique, 30% de la population est considérée comme étant PMR.

Il existe 6 catégories de PMR :

- Les personnes en chaise roulante pouvant se déplacer seules ;
- Celles devant être accompagnées ;
- Les personnes marchant difficilement ;
- Les personnes déficientes visuelles ;
- Les personnes déficientes auditives ;
- Les personnes ayant des difficultés de compréhension.

En termes de logement, l'AVIQ précise quelques définitions en se basant sur l'arrêté du Gouvernement Wallon du 15/05/2014 [1] :

Logement accessible

Un logement accessible est un logement dont l'accès est facile pour toutes, y compris pour les personnes à mobilité réduite (PMR). L'accessibilité concerne autant les abords et les parkings que les parties communes du bâtiment, jusqu'à la porte d'entrée principale du logement. C'est une condition indispensable afin de concevoir un logement adaptable.

Logement adaptable

Un logement adaptable est un logement accessible qui tient compte, dès sa conception, du fait que les occupants, ainsi que leurs besoins, évoluent avec le temps et que tous sont susceptibles de devenir un jour PMR. Il concerne tout le monde et pas uniquement les seniors ou les personnes en situation de handicap. Il peut être facilement transformé en un logement adapté si nécessaire. L'adaptation s'effectue sans problème lorsque, dès la conception, on a intégré des critères d'adaptabilité. Le logement adaptable est **une réponse appropriée** pour celles et ceux qui souhaitent pouvoir rester chez eux même si une perte d'autonomie survient. Adapter ce type de logement en cas de perte de mobilité se fera en quelques jours, sans travaux lourds et sans coût important.

Les **principes** du logement adaptable :

sol sans obstacle, ni marche, ni ressaut, aire de manœuvre suffisante (rotation d'une chaise roulante), largeur de passage suffisante (largeur de portes, espacement entre le mobilier...), accès aux commandes (interrupteurs, prises,...), prévention des dangers, confort, aménagement évolutif, absence d'obstacle.

Logement adapté

Un logement adapté est un logement accessible qui répond directement aux besoins spécifiques d'une PMR. Le principe consiste à donner à la PMR la possibilité de se déplacer dans le logement sans obstacle et de profiter en toute autonomie de ses différentes fonctions, grâce à des aménagements spécifiques et à des surfaces de circulation qui répondent à ses besoins propres.

"Les difficultés de mobilité peuvent aussi bien être liées à l'âge, à la maladie, à un état provisoire (une femme enceinte, une personne chargée de commissions ou encore le simple fait de transporter des bagages), comme à un handicap temporaire ou définitif (la maladie, la cécité, une personne se déplaçant en béquilles ou chaise roulante). En bref, tout ce qui, à un moment ou un autre de la vie, est susceptible de réduire la mobilité de chaque citoyen. Ces difficultés portent donc atteinte à l'autonomie de la personne, limitent ses déplacements et sa capacité d'intégration à la société en général. Les difficultés de mobilité peuvent aussi bien être visibles qu'invisibles : chaise roulante, plâtre, canne, béquilles, prothèse ou tribune, personne avec landau ou poussette, petite ou grande taille, Obésité, difficultés cardiaques ou respiratoires (y compris les allergies), rhumatisme et arthrite, acuité visuelle diminuée (malvoyants) ou inexistante (aveugles), acuité auditive diminuée (malentendants) ou inexistante (sourds). Pour ces personnes, chaque déplacement peut s'avérer être un réel parcours du combattant : se rendre à la poste, utiliser les transports en commun ou encore aller faire ses courses sont autant de gestes du quotidien souvent difficiles à réaliser." [2]

[1] <https://www.aviq.be/fr/vie-quotidienne/accessibilite/construire-adaptable>

[2] <https://mobile-mobiliteit.brussels/fr/se-deplacer/les-pmr-a-bruxelles>

66

J'informe mon dentiste de ma fibromyalgie qui est un handicap invisible. En effet, je crains de souffrir durant l'intervention à cause de ma maladie.

Cette situation évoque la non prise en compte des handicaps invisibles lors des consultations et interventions médicales, comme si un mal qui ne se voit pas n'existait pas et ne méritait pas que l'on s'y adapte. Pire, on soupçonne parfois les personnes qui en sont porteuses de simuler un mal ou de ne pas "faire d'effort". La fibromyalgie en particulier est bien souvent relayée au statut de "maladie que les femmes s'inventent" et renvoie à la notion d'hystérie, concept profondément sexiste destiné à décrédibiliser les femmes et leurs émotions.

Définition d'un handicap invisible : "Le handicap invisible est un handicap non détectable si la personne concernée n'en parle pas. Les troubles dont elle souffre impactent pourtant sa qualité de vie. Les manifestations symptomatiques des handicaps invisibles peuvent être très divers[es], mais ne sont pas comparables entre [elles]." [1]

Les handicaps invisibles peuvent être de **plusieurs types** :

- Les maladies chroniques et/ou invalidantes et les douleurs qui en découlent: le diabète, les maladies respiratoires, la maladie de Parkinson, la fibromyalgie, l'hémophilie, la sclérose en plaques ;
- Les troubles cognitifs tels que le TDAH (troubles de l'attention avec hyper activité), les "dys" (dyslexie, dyscalculie, ...), les troubles du spectre autistique, la maladie d'Alzheimer ;
- Les troubles psychiques tels que la dépression, la schizophrénie, la bipolarité ;
- Les troubles physiques légers incluent des troubles de la perception la déficience visuelle (malvoyance, daltonisme), la surdité mais aussi des troubles impactant la motricité tels les rhumatismes, la hernie discale, le souffle au coeur.

En Belgique, **9% de la population adulte se trouvent en situation de handicap** suite à un problème de santé ou à des obstacles rencontrés au quotidien. Cela représente environ 660 000 personnes. Parmi elles, 80% sont en situation de handicap invisible. [2]

Les handicaps invisibles restent encore **méconnus** du grand public, des proches et du secteur professionnel (médical, scolaire, administratif, associatif et politique). Ce manque de connaissance engendre un **jugement hâtif** face aux réalités quotidiennes des personnes en situation de handicap invisible. Ces dernières sont alors **peu reconnues et peu entendues sur leurs difficultés**. Cela impacte leur qualité de vie et leur intégration sociale et professionnelle. Ces difficultés sont renforcées par le fait que ces personnes ne sont pas toujours légitimées par un diagnostic médical, certains médecins parlant même de maladies psychosomatiques. Pendant de nombreuses années, ces personnes errent alors d'un-e médecin à l'autre, d'un possible diagnostic à l'autre sans que leur situation, leur santé et leur quotidien ne s'améliorent. [3]

La fibromyalgie est une maladie qui affecterait le système nerveux central. Le symptôme le plus courant est une douleur considérable ressentie dans une ou plusieurs parties du corps. La douleur peut être différente chez chaque personne et se déplacer d'une partie du corps à une autre. Cette maladie invisible a évidemment des répercussions sur le quotidien (vie familiale, sociale, professionnelle) et demande des adaptations qui vont de conseils techniques liés à la prévention et la gestion de la douleur (ex. utiliser tout ce qui a des roulettes, caddie, valise, ...), à la prévision de temps de repos à intégrer à sa vie journalière. [4]

Divers organismes peuvent aider :

- en Wallonie, l'Agence pour une Vie de Qualité (**AVIQ**, numéro vert 0800 160 61) ;
- pour la Communauté Germanophone, il faut s'adresser à l'**Office pour Personnes Handicapées** (080 22 91 11) ;
- À Bruxelles, il s'agit de **PHARE** - Personne Handicapée Autonomie recherchée (02 800 82 03) ;
- **FOCUS Fibromyalgie Belgique** est également une ressource et publie un trimestriel avec des conseils. Cette association attire l'attention sur la méfiance à avoir vis-à-vis des remèdes miracles vendus à prix d'or par des abuseur-euse-s.

[1] <https://www.orkyn.fr/handicap-des-maladies-et-des-symptomes-invisibles-mais-bien-presents>

[2] <https://www.esenca.be/rendons-visibles-les-invisibles/>

[3] *Ibid.*

[4] <https://arthritis.ca/a-propos-de-l-arthrite/les-types-d-arthrite-de-a-a-z/types/fibromyalgie>

67

Je suis porteuse d'un handicap physique. Mes amies décident de sortir danser.

Cette situation évoque l'inadaptation des lieux publics aux personnes porteuses de handicap physique, mais également à l'attitude paternaliste que l'on peut avoir à l'égard de ces personnes (décider pour elles, faire à leur place, ...).

Définition

Il est ici question de **validisme**. L'association Femmes de Droits en dit ceci :

« Le validisme ou capacitisme est une discrimination basée sur le handicap. C'est un système d'oppression qui considère que les personnes valides sont supérieures aux personnes handicapées. Le handicap est alors perçu comme quelque chose "d'anormal" et de honteux. L'idéal à atteindre est la validité.

Ce système justifie notamment les discriminations dont les personnes handicapées souffrent. Peu prises en compte, ces discriminations sont présentes dans des actes et des discours très communs, dans la culture, les médias, chez les médecins, dans les lois...

De plus en plus d'associations cherchent à mettre en avant ce sujet et critiquent l'essentialisation des personnes handicapées dans notre société. En effet, on tend à oublier leur humanité et leur complexité.

La philosophe Charlotte Puiseux explique que dans une société capitaliste, un corps valide est rentable et utilisable. Ce n'est pas le cas pour un corps handicapé. Il existe donc une hiérarchie des corps que l'on retrouve même dans le milieu médical. Le but est de rendre les corps les plus valides possibles. » [1]

Pour promouvoir l'accessibilité des événements ouverts au public, le Gouvernement wallon a adopté une « Charte Accessibilité ». Cette charte comprend une série de recommandations en termes d'aménagements permettant l'accessibilité des personnes à mobilité réduite (PMR). Par exemple, des places de parking réservées et proches de l'entrée des sites, des allées et des toilettes accessibles en chaise roulante, des guichets avec parties abaissées, des lieux prévus pour regarder les spectacles (podiums surélevés), des stewards maîtrisant le langage des signes, etc. Cette charte conditionne l'accès à certains subsides. [2]

Femmes et handicap

Dans une perspective intersectionnelle, les femmes en situation de handicap souffrent de **plusieurs discriminations** : en tant que femme et en tant que personne porteuse de handicap.

L'intersectionnalité permet d'envisager différents systèmes discriminants qui s'imposent simultanément aux personnes. Il ne s'agit pas simplement d'additionner les discriminations, mais de voir comment elles se renforcent et créent des liens entre elles.

- Les femmes porteuses de handicap ne sont pas considérées comme des personnes ayant des désirs et une sexualité. Par ailleurs, elles sont souvent infantilisées. La société leur renvoie l'image qu'elles ne peuvent pas plaire. Ce déni peut entraîner une haine de soi et de son corps qui peut être difficile à vivre.
- Les femmes en situation de handicap sont également plus souvent confrontées aux violences sexuelles. Si leur vulnérabilité peut s'expliquer par leur handicap, une partie de cette représentation est socialement construite. Par ailleurs, comme l'explique Elisa Rojas, certains hommes pensent leur accorder une « faveur » ou leur rendre service en ayant des rapports sexuels avec elles.
- Au sein des mouvements féministes, les questions spécifiques liées au handicap ne sont souvent pas prises en compte. Ainsi, certains combats propres aux féministes valides ne concernent pas directement les femmes handicapées. Par exemple : la lutte contre l'hypersexualisation des femmes.

Comment agir ? L'association Femmes de Droits propose quelques pistes :

Le site EVE donne quelques conseils au niveau individuel, pour ne plus avoir un comportement validiste :

- En tant que personne valide, il faut être conscient de son privilège.
- Ne pas faire de « bienveillance limitante » : « C'est gentil de prendre d'office le bras de la personne malvoyante pour l'aider à traverser, mais peut-être qu'elle est plus autonome qu'on se le figure. Et n'a accessoirement pas forcément envie d'être touchée sans qu'on lui ait demandé son avis. [...] Ouvrir le dialogue avec l'autre pour lui proposer d'exprimer un éventuel besoin, oui ! Lui imposer une vision externe de sa situation, non ! »
- Ne plus considérer les personnes handicapées comme des êtres d'exception du seul fait de leur handicap : Cela peut être difficile à assumer et peut mettre une pression sur ces personnes pour se conforter à cette vision." [3]

[1] <https://femmesdedroit.be/informations-juridiques/abecedaire/validisme/>

[2] <https://www.avig.be/fr/vie-quotidienne/accessibilite/evenement-accessible>

[3] *Ibid.*

68

Je suis maman célibataire de 3 enfants. Je gagne 2000€ par mois, mais je dois payer 600€ par mois de surendettement de mon ex-mari quitté pour violences conjugales.

Cette situation évoque la notion de la solidarité des ex-époux-ses concernant les dettes contractées pendant le mariage, et ce dans le contexte particulier des violences conjugales.

« [...] quel que soit le régime matrimonial, les époux sont solidaires des dettes contractées pour les besoins du ménage et le financement de l'éducation des enfants. Chaque époux est aussi responsable des dettes fiscales de l'autre, quel que soit le régime matrimonial. Le fisc peut donc en principe puiser tant dans le patrimoine commun que dans le patrimoine propre des époux. Dresser un inventaire notarié permet d'exclure une partie des biens propres. La Région Bruxelles-Capitale a levé cette solidarité mais uniquement pour les impôts régionaux (précompte immobilier, taxe de circulation...). » [1]

Quelles sont les aides possibles ?

En matière de **médiation de dettes**, le **CPAS** peut venir en aide dans le but de sortir du surendettement et de retrouver une santé budgétaire. Ce service est ouvert à toute personne en difficulté financière, qu'elle soit ou non au CPAS. Par difficulté financière, on entend le fait d'être en surendettement ou d'avoir un déséquilibre durable entre les rentrées d'argent et les frais. Pas besoin donc d'être déjà usager-ère du CPAS et de bénéficier du RIS (Revenu d'Intégration Sociale) pour bénéficier de ce service.

Comment cela se passe-t-il ?

L'assistant-e social-e contacte l'ensemble des créancier-ère-s (les organismes auxquels de l'argent est dû) et négocie avec chacun-e un plan d'apurement réaliste et tenable. Cela signifie qu'au lieu de payer toute la dette d'un coup, elle est étalée sur plusieurs mois selon un montant qui est supportable. L'assistant-e social-e peut également parfois négocier une réduction de la dette ou la suppression des intérêts de retard.

Concernant les **violences conjugales**, celles-ci ne s'arrêtent pas après une séparation. Elles ont même tendance à s'aggraver et peuvent prendre des formes multiples afin de maintenir une emprise sur l'ex-partenaire (menaces, harcèlement, guerres juridiques concernant la garde des enfants, etc.). Notons que contrairement à l'idée reçue, **on peut être victime de violences conjugales sans pour autant subir de violence physique**. En effet, les violences conjugales ne se limitent pas aux coups et peuvent prendre diverses formes : psychologique, verbale, physique, sexuelle, économique, sexiste (liée au genre de la personne : violence exercée sur les femmes parce qu'elles sont femmes par exemple). Ces diverses formes peuvent exister séparément ou se cumuler et se renforcer mutuellement. Ainsi, la violence économique est une forme de violence à part entière.

A ce sujet, on peut lire sur le site **ecouteviolencesconjugales.be** au sujet des violences économiques : "Tout acte entraînant une dépendance financière/matérielle ou une précarisation de la victime, encourageant ainsi son isolement. Il arrive aussi que l'auteur-e contracte des dettes ou abuse des ressources financières de la victime. Cette notion de violences économiques recouvre des réalités telles que : emprunt d'argent non remboursé, interdiction de travailler, revente de biens personnels, interdiction d'avoir un compte bancaire propre, contrôle totale des finances, confiscation des cartes bancaires, indivision des dépenses du ménage (assumées par un seul salaire), endettement, dépenses non consenties, vol d'argent ou d'objets, travail forcé, menace de couper les vivres, cacher la situation financière du couple, mettre l'emploi de la/du partenaire en péril (par harcèlement, violence), refus de dépenses pour l'entretien de l'autre, ..." [2]

[1] <https://www.wikifin.be/fr/budget-payer-emprunter-et-assurer/dettes-et-problemes-de-remboursement/que-faire-lorsque-lon-ne-0>

[2] <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/pourquoi-appeler/victime/les-formes-de-violence/>

Ressources

GESTION DE LA VIE QUOTIDIENNE/DOMESTIQUE

Baromètre des parents, 2024 : Les parents en apnée. Ligue des familles : <https://liguedesfamilles.be/article/barometre-des-parents-2024>

BD "Fallait demander", Emma, disponible en ligne : <https://emmaclit.com/2017/05/09/repartition-des-taches-hommes-femmes/>

EMPLOI

- **Accès à l'emploi et inégalités salariales**

Emploi des mères et garde des jeunes enfants en Europe , Hélène Périer , Dans Revue de l'OFCE2004/3 (no 90) : <https://shs.cairn.info/revue-de-l-ofce-2004-3-page-225?lang=fr>

"Bruxelles: les mères célibataires plus exposées à la précarité", RTBF, 27 février 2015 : <https://www.rtb.be/article/bruxelles-les-meres-celibataires-plus-exposees-a-la-precarite-8917991>

Annick Hovine, "Attention, mamans seules avec enfant", *La Libre*, 29 juin 2011 : <https://www.lalibre.be/belgique/2011/06/29/attention-mamans-seules-avec-enfants-DJUERY2XYFGPNELNLQIV523W3M/>

Nina Sirilma, "Quand les grands-mères gardent leurs petits-enfants", *Axelle Mag*, Hors-série N°195-196, janvier-février 2017 : <https://www.axellemag.be/grands-meres-gardent-leurs-petits-enfants/>

Thermomètre Solidaris - RTL INFO - Le Soir, 2016 : <https://www.rtl.be/art/info/belgique/societe/le-quotidien-des-familles-belges-s-apparente-a-un-marathon-surtout-pour-les-femmes-il-y-a-une-forte-inegalite--795822.aspx>

Irène Kaufer, "Les éclats du plafond de verre", *Axelle Mag*, Hors-série N°225-226, janvier-février 2020, p. 31-33 : <https://www.axellemag.be/les-eclats-du-plafond-de-verre/>

Chiffres d'UNIA (institution publique indépendante qui lutte contre la discrimination et qui promeut l'égalité) : <https://www.unia.be/fr/connaissances-recommandations/chiffres-unia>

Etude de Statbel, "En 2022, les femmes gagnaient toujours 5% de moins que les hommes", 7 mars 2024 : <https://statbel.fgov.be/fr/themes/emploi-formation/salaires-et-cout-de-la-main-doeuvre/ecart-salarial#news>

Ressources

N.J., "Comment expliquer la différence salariale entre les hommes et les femmes ? ", RTBF, 04 mars 2021: <https://www.rtbef.be/article/comment-expliquer-la-difference-salariale-entre-les-hommes-et-les-femmes-10711089>

Site du service s'insertion sociale : <http://actionsociale.wallonie.be/insertion-activation-aide-sociale/services-insertion-sociale>

- **Discriminations liées au port du foulard**

Irène Kaufer, "Sous le foulard, la galère", Observatoire belge des inégalités.be, 13 août 2020 : <https://inegalites.be/Sous-le-foulard-la-galere>

Luc Gochel, "Liège, plus aucune école ne tolère le voile", Le Soir, 05 juillet 2016 : <https://www.lesoir.be/art/1258326/article/actualite/regions/liege/2016-07-05/liege-plus-aucune-ecole-ne-tolere-voile>

Myriam Baele, "La Ville de Bruxelles rappelle l'interdiction du voile pour les sorties scolaires", RTBF, 04 août 2016 : <https://www.rtbef.be/article/a-bruxelles-les-mamans-voilees-ne-pourront-plus-encadrer-les-sorties-scolaires-9421162>

"Les employeurs peuvent interdire le port de signes religieux visibles, selon la CJUE", RTBF, 14 mars 2017 : <https://www.rtbef.be/article/les-employeurs-peuvent-interdire-le-port-de-signes-religieux-visibles-selon-la-cjue-9553817>

Wahoub Fayoumi, "Port du voile dans les services publics, 'un signe religieux ne devient-il pas un signe politique?'", RTBF, 18 mai 2021 : <https://www.rtbef.be/article/port-du-voile-dans-les-services-publics-parfois-un-signe-religieux-ne-devient-il-pas-un-signe-politique-10764411>

Belga, "Un employeur peut interdire le port du voile au travail, selon la justice européenne", *Le Soir*, 25 février 2021 : <https://www.lesoir.be/357317/article/2021-02-25/un-employeur-peut-interdire-le-port-du-voile-au-travail-selon-la-justice>

Marise Ghyselings, "Interdiction du port du voile au travail : la justice européenne a tranché", *Moustique*, 16 juillet 2021 : <https://www.moustique.be/actu/travail/2021/07/16/interdiction-du-port-du-voile-au-travail-la-justice-europeenne-tranche-193243>

Ressources

LOGEMENT

Droits Quotidiens, *Le propriétaire peut-il me demander plein d'informations ? (Wallonie)* : <https://www.droitsquotidiens.be/fr/question/le-propretaire-peut-il-me-demander-plein-dinformations-wallonie>

UNIA (Centre Interfédéral pour l'Égalité des Chances), pour signaler une discrimination faite sur base du genre : <https://www.unia.be/fr>

Institut pour l'Égalité des Hommes et des Femmes, pour signaler une discrimination faite sur base du genre : <https://igvm-iefh.belgium.be/fr>

Le Bon Bail, *Sélection du locataire : quelles informations le bailleur peut-il demander ?* : <https://www.lebonbail.be/articles/selection-du-locataire-queles-informations-le-bailleur-peut-il-demander>

Isabelle Dykmans, "Quels renseignements pouvez-vous demander à un locataire?", L'Echo, 01 janvier 2020 : <https://www.lecho.be/monargent/immobilier/mettre-en-location/quels-renseignements-pouvez-vous-demander-a-un-locataire/10206103.html>

Site de la SWCS (la société wallonne du crédit social) : <https://www.swcs.be/solutions/louer>

Site du Fonds du Logement de Wallonie : <https://www.flw.be/bureaux-regionaux/>

Nicolas Bernard, *Le propriétaire face au choix de son locataire : sélectionner, oui... discriminer, non !*, Justice-en-Ligne, 1er juillet 2015 : <https://www.justice-en-ligne.be/Le-propretaire-face-au-choix-de>

La Ligue des Familles, *Familles monoparentales et logement*, 22 février 2022 : <https://liguedesfamilles.be/article/cp-familles-monoparentales-et-logement>

Sylvia Falcinelli, *Un toit pour les enfants : le défi financier des parents solos*, RTBF, 21 février 2022 : <https://www.rtbef.be/article/un-toit-pour-les-enfants-le-defi-financier-des-parents-solos-10939705>

Parlement de Wallonie, *L'accès au logement des familles monoparentales*, 2016-2017 : <https://www.parlement-wallonie.be/pwpages?p=interp-questions-voir&type=28&iddoc=76665>

Site de FEDERIA (Fédération des agents immobiliers francophones de Belgique) : <https://www.federia.immo/fr/>

Ressources

Formulaire type pour sélectionner les locataires sans discriminer en Wallonie, développé par Unia, le Service Public de Wallonie, Federia (la Fédération des agents immobiliers francophones de Belgique) et l'Institut pour l'égalité des femmes et des hommes : <https://www.unia.be/fr/connaissances-recommandations/formulaire-type-pour-s%C3%A9lectionner-les-locataires-sans-discriminer-en-wallonie>

SANTE ET CORPS

- **Accès au soin de santé en lien avec la monoparentalité**

Service Public Fédéral Emploi, Travail et Concertation Sociale, *Suspensions du contrat de travail - congés pour raisons impérieuses* : <https://emploi.belgique.be/fr/themes/contrats-de-travail/suspension-du-contrat-de-travail/causes-de-suspension-propres-au-2?id=42338>

Droits Quotidiens, *Mon enfant est malade, puis-je prendre congé ?*, 23 juillet 2024 : <https://www.droitsquotidiens.be/fr/question/mon-enfant-est-malade-puis-je-prendre-conge>

Fondation Contre le Cancer, ressources sur le parcours d'une personne diagnostiquée : <https://cancer.be/vivre-avec-et-apres-le-cancer/jai-un-cancer/>

Cancerinfo, ligne téléphonique d'information sur le cancer : 0800 15 801

Ligue des Usagers des Services de Santé, liste des associations de patients : <https://www.luss.be/associations/>

Aides Sociales et Financières autour du Cancer, Dossier réalisé par le service social de l'hôpital de Jolimont en collaboration avec les patients partenaires : https://www.jolimont.be/sites/default/files/uploads/Documents/Services%20m%C3%A9dicaux%20et%20param%C3%A9dicaux/H%C3%A9matologie/brochure_infos_aides_financieres_et_sociales_onco_.pdf

Service Public Fédéral Emploi, Travail et Concertation Sociale, *Congé pour porter assistance ou soins à un membre du ménage ou de la famille gravement malade* : <https://emploi.belgique.be/fr/themes/jours-feries-et-conges/conge-pour-porter-assistance-ou-soins-un-membre-du-menage-ou-de-la>

Belgium.be, Aide et soin à domicile : https://www.belgium.be/fr/famille/aide_sociale/seniors/aide_et_soins_a_domicile

Ressources

- **Violences gynécologiques et obstétricales**

Site de la Plateforme citoyenne pour une naissance respectée : <https://www.naissancerespectee.be/>

Camille Wernaers, pour Les Grenades, "Une enquête révèle la réalité des violences obstétricales en Belgique : 'L'arrivée de ma fille n'est pas un beau moment'", RTBF, 20 novembre 2021 : <https://www.rtbef.be/article/une-enquete-revele-la-realite-des-violences-obstetricales-en-belgique-l-arrivee-de-ma-fille-n-est-pas-un-beau-moment-10881688>

Florence Laffut, " Femmes et santé. Violences obstétricales, maternité et self-help.", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), décembre 2017. URL : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/83-femmes-et-sante-violences-obstetricales-maternite-et-self-helf>

Cascales B., *L'accouchement est politique. Fécondité, femmes en travail et institution de NÉGRÉ L.*, 2016

Pauline Léna, "Histérectomie : prévenir les conséquences psychologiques", *Le Figaro*, 5 décembre 2010, <https://sante.lefigaro.fr/actualite/2010/12/05/10591-hysterectomie-prevenir-consequences-psychologiques>

Jeanne Le Borgne, "Hystérectomie : des craintes au traumatisme", *Doctissimo*, 15 février 2006 (màj le 02 janvier 2020) : https://www.doctissimo.fr/html/sante/mag_2001/mag0608/sa_4152_hysterectomie.htm

- **Précarité menstruelle**

Sofélia, *Précarité menstruelle : des initiatives déjà en place* : <https://www.sofelia.be/precarite-menstruelle-des-initiatives-deja-en-place/>

Belga, "Un subside fédéral de 200.000 euros pour lutter contre la précarité menstruelle, RTBF, 29 décembre 2020 : <https://www.rtbef.be/article/un-subsid-federal-de-200-000-euros-pour-lutter-contre-la-precarite-menstruelle-10662869>

Projet Sang Souci (récolte de serviettes et de tampons hygiéniques pour personnes en situation de précarité) : <https://www.sofelia.be/sang-souci-recolte-de-serviettes-tampons-hygieniques-pour-femmes-en-situation-de-precarite/>

Projet Sang Toi Libre (distribution de protections intimes aux 12-26 organisée par la Ville de Liège) : <https://www.liege.be/fr/vie-communale/services-communiaux/jeunesse/actualites/operation-sang-toi-libre>

Ressources

Site de Bruzelle, association qui lutte activement contre la précarité menstruelle sur le territoire belge : <https://www.bruzelle.be/fr/>

“5 choses à savoir sur le syndrome du choc toxique”, *Passeport Santé*, 10 juillet 2017 (màj le 06 novembre 2024) : <https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=choses-savoir-syndrome-choc-toxique>

“Qu’est-ce que Le Syndrome du Choc Toxique ? 5 choses à savoir”, *Mademoiselle Culotte*, 21 avril 2022 : https://mademoiselleculotte.com/blogs/infos/qu-est-ce-que-le-syndrome-du-choc-toxique-5-choses-a-savoir?gclid=Cj0KCQjwhLKUBhDiARIsAMaTLnGZeTYrOG_CKJRqKXMOy4dCvhxroSE3oATlxNpSGFkVe_uWnAP-IPoaAmC6EALw_wcB

- **Sexualité phallocentrée**

Martin Page, *Au-delà de la pénétration*, Le Nouvel Attila, 10 janvier 2020, 160 pages.

Thomas Messias, “Et si on dépassait la sexualité pénétrocentrée?”, *Slate*, 26 mars 2019 : <https://www.slate.fr/story/174273/penetration-rapport-sexuel-feminisme-heteros-dworkin-clit-revolution>

Podcast *Un podcast à soi*, Arte Radio, N°18, “Sexualité des femmes, la révolution du plaisir”, 68 min, 05 juin 2019 : https://www.arteradio.com/son/61661608/sexualite_des_femmes_la_revolution_du_plaisir

Podcast *Les couilles sur la table*, N°24, “Les orgasmes masculins”, Victoire Tuillon : <https://www.binge.audio/podcast/les-couilles-sur-la-table/les-orgasmes-masculins>

Clit Revolution, série documentaire, Elvire Duvellé-Charles et Sarah Constantin, KIDAM et MAD&WOMEN, 9 épisodes, 2019 : <https://www.instagram.com/clitrevolution/>

Compte Instagram @jemenbatsleclito : <https://www.instagram.com/jemenbatsleclito/>

Compte Instagram @jouissance.club : <https://www.instagram.com/jouissance.club/>

Jüne Plã (Jouissance Club), *Jouissance Club : Une cartographie du plaisir*, Marabout, 15 janvier 2020, 251 pages.

Ressources

- **Interruption volontaire de grossesse (IVG)**

Site du Collectif Contraception (Liège) : <https://www.collectifcontraceptionliege.net/>

Centre Louise Michel, IVG : <https://louisemichel.be/ivg/>

Belgium.be, "Planning familial", liste de ressources liées aux services proposés dans les Centres de Planning Familial : https://www.belgium.be/fr/famille/enfants/planning_familial

Monplanningfamilial.be, "Nos Services" : <https://www.monplanningfamilial.be/nos-services>

Site du Groupe d'Action des Centres Extra Hospitaliers Pratiquant l'Avortement (centres francophones) : <http://www.gacehpa.be/>

Parentalité

- Familles monoparentales précarisation des mères solos

"Près d'une famille monoparentale sur deux est en situation de pauvreté en Wallonie", *Le Soir*, 12 octobre 2017 : <https://www.lesoir.be/118995/article/2017-10-12/pres-dune-famille-monoparentale-sur-deux-est-en-situation-de-pauvrete-en>

Soralia (anciennement FPS), *Monoparentalité = femme + pauvreté ? Pistes de lutte contre la pauvreté des femmes monoparentales*, 2013 : <https://www.soralia.be/wp-content/uploads/2017/09/Analyse2013-monoparentalite-precarite.pdf>

Financité, *Famille monoparentale : attention pauvreté* : https://www.financite.be/sites/default/files/references/files/analyse_monoparentalite_-_ab.docx.pdf

Site du Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté : <https://rwlp.be/>

Page Facebook du Collectif des familles Monoparentales (Co.Fa.Mon) : https://www.facebook.com/COFAMON.asbl/?_rdr

Wallonie.be, "Parent solo ? Vous n'êtes pas seul-e !", 21 février 2023 : <https://www.wallonie.be/fr/actualites/parent-solo-vous-netes-pas-seule>

La Ligue des Familles et Service Etudes et Action Politique, *Familles monoparentales et logement : des problèmes à tous les étages*, février 2022 : <https://liguedesfamilles.be/storage/18799/220216-etude-le-logement-des-familles-monoparentales.pdf>

Ressources

IWEPS, *Taux de risque de pauvreté selon le type de ménage* : <https://www.iweps.be/indicateur-statistique/taux-de-risque-de-pauvrete-selon-type-de-menage/>

François Ghuesquière, "Pauvreté en Wallonie : risque accru pour les familles monoparentales", *Observatoire belge des inégalités.be*, 30 novembre 2017 : <https://inegalites.be/Pauvrete-en-Wallonie-risque-accru>

Statbel, *Plus de 2,1 millions de Belges courent un risque de pauvreté ou d'exclusion sociale*, 08 février 2024 : <https://statbel.fgov.be/fr/themes/menages/pauvrete-et-conditions-de-vie/risque-de-pauvrete-ou-dexclusion-sociale>

Podcast LSD, *La série documentaire, "La traversée de la nuit des mamans solos"*, Radio France, 08 août 2022 (première diffusion le 06 avril 2020) : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/lsd-la-serie-documentaire/se-battre-seule-8119807>

"Monoparentalité : femmes et enfants en danger", *La Ligue*, 06 février 2020 : <https://ligue-enseignement.be/monoparentalite-femmes-et-enfants-en-danger>

Les Mères veilleuses : réseau d'entraide et de solidarité entre mères monoparentales, développe un plaidoyer s'adressant aux politiques, soutien psychologique et/ou juridique <https://www.facebook.com/desmeresveilleuses/>

Site de Parent Solo (site dédié aux aides et services bruxellois pour les familles monoparentales) : <https://parentsolo.brussels/>

Site de Parentalité.be (ressources pour les professionnel·le·s) : <https://parentalite.be/>

Site de Parents.fr : <https://www.parents.fr/>

- **Familles recomposées, gestion de la garde des enfants**

Marie Lieffrig, "Beaux-parents : quels droits, quels devoirs ?", *Le Ligueur*, 04 septembre 2024 : <https://leligueur.be/article/beaux-parents-quels-droits-quels-devoirs>

Catherine Marchi et Virginie Mégglé, "Nos 12 conseils pour surmonter les obstacles dans une famille recomposée", *Parents*, mäj le 24 août par Marion Bellal : <https://www.parents.fr/etre-parent/famille/psycho-famille/famille-recomposee-12-conseils-pour-surmonter-les-obstacles-13620>

Julien Tarby, "Pièges et bonnes pratiques des familles recomposées", *Parenthèse* : <https://www.myparenthese.fr/famille-2/vie-de-famille/2018/08/pieges-et-bonnes-pratiques-des-familles-recomposees/>

Ressources

Famille recomposée : comment éviter les conflits ?, Passion Santé : <https://www.passionsante.be/article/relations/famille-recomposee-comment-eviter-les-conflits-33448>

Clinique de Psychologie Québec, *Conseils de psy pour survivre en famille recomposée*, 12 février 2018 : <https://cliniquepsychologiequebec.com/conseils-psy-famille-recomposee/>

Apprendre à Eduquer, *[Famille recomposée] Comment éviter que les divergences en matière d'éducation ne se transforment en conflit permanent ?* : <https://apprendreaeducer.fr/divergence-education-famille-recomposee/>

"Séparation et enfants", Belgium.be : https://www.belgium.be/fr/famille/couple/divorce_et_separation/autorite_parentale

"les décisions relatives aux enfants", Notaire.be : <https://www.notaire.be/separation-et-divorce/les-decisions-relatives-aux-enfants>

Yves-Marie Vilain-Lepage, "Comment faire respecter mon droit de garde ?", *Le Ligueur*, 20 novembre 2024 : <https://leligueur.be/article/comment-faire-respecter-mon-droit-de-garde>

Anne-Sophie Tirmarche, "Réforme des rythmes scolaires : n'oublions pas les femmes victimes de violences conjugales", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), février 2022 : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/408-reforme-des-rythmes-scolaires-n-oublions-pas-les-femmes-victimes-de-violences-conjugales>

- Violences post-séparation

Romito, P. (2011). Les violences conjugales post-séparation et le devenir des femmes et des enfants. *Revue internationale de l'éducation familiale*, n° 29(1), 87-105. <https://doi.org/10.3917/rief.029.0087>.

Cri Viff et Femme et Forte, *La violence conjugale post-séparation... Une situation bien réelle* : https://www.raiv.ulaval.ca/sites/raiv.ulaval.ca/files/publications/fichiers/pub_151.pdf

Sofélia, Dossier thématique "Violences conjugales" : <https://www.sofelia.be/nos-dossiers-thematiques/dossier-violences-conjugales/>

Site de la Ligne d'Ecoute Violences Conjugales : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/>

Test en ligne permettant d'évaluer si l'on est victime de violence conjugale post-séparation, La Maison du Réconfort : <https://maisondureconfort.com/la-violence-conjugale/test-violence-conjugale-post-separation/>

Ressources

Site du CVFE (Collectif Contre les Violences Familiales et l'Exclusion) : <https://www.cvfe.be/>

Empreintes de Femmes, "La violence conjugale post-séparation" : <http://femmeslaurentides.org/acef/la-violence-conjugale-post-separation/>

Violence Info, "La violence post-séparation" : <https://www.violenceinfo.com/la-violence-post-separation/>

Anne Delépine, "La nouvelle loi sur le divorce : que faire en cas de violence conjugale ?", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), décembre 2010. URL : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/279-la-nouvelle-loi-sur-le-divorce-que-faire-en-cas-de-violence-conjugale>

- **Ruptures et réalités financières**

Michel Gevers, "L'individualisation des droits sociaux: d'où vient-on? où va-t-on?", *Le Soir*, 29 février 2020 : <https://www.lesoir.be/282927/article/2020-02-29/lindividualisation-des-droits-sociaux-dou-vient-ou-va-t>

Conseil des Femmes francophones de Belgique, *L'individualisation des droits sociaux : Vers un modèle social individualisé*, 07 avril 2020 : <https://www.cffb.be/commission-jeunes-lindividualisation-des-droits-sociaux/>

Vie Féminine, *Allocations familiales : lorsque les femmes sont ignorées dans les négociations sur la réforme de l'Etat...* : <https://www.viefeminine.be/allocations-familiales-lorsque-les>

Wikifin, "Comment doivent être remboursées les dettes contractées par des époux ?", m'aj le 11 avril 2024 : <https://www.wikifin.be/fr/budget-payer-emprunter-et-assurer/dettes-et-problemes-de-remboursement/comment-rembourser-des-0>

Notaire.be, "Dans quelle mesure dois-je assumer les dettes de mon partenaire ?" : <https://www.notaire.be/faq/famille/dans-quelle-mesure-dois-je-assumer-les-dettes-de-mon-partenaire>

Observatoire du Crédit et de l'Endettement : carte interactive pour trouver un service de médiation de dette : <https://observatoire-credit.be/fr/prestataires>

Service Public SPW, Services de médiation de dettes : <http://actionsociale.wallonie.be/lutte-surendettement/services-mediation-dettes>

Ressources

Violences conjugales

- **Consentement, violences sexuelles et viol conjugal**

Site de l'association SOS Viol : <https://www.sosviol.be/>

Ligne d'écoute SOS Viol (24h/24, 7j/7, anonyme et gratuit) : 0800 98 100

Site de la Ligne d'Ecoute Violences Conjugales : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/>

Ligne d'écoute violence conjugale : 0800 30 030

Site des Centres de Prise en charge des Violences Sexuelles : <https://cpvs.belgium.be/fr>

Sandra Roubin, " Le consentement : Vers une pratique libre et éclairée ? ", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), décembre 2019. URL : [https://www.cvfe.be/images/blog/analyses-etudes/Etudes/EP2019-Etude3-Le consentement Vers une pratique libre et eclairee-SR.pdf](https://www.cvfe.be/images/blog/analyses-etudes/Etudes/EP2019-Etude3-Le%20consentement%20Vers%20une%20pratique%20libre%20et%20eclair%C3%A9e-SR.pdf)

Catherine Ernends, "Viols sous influence : bien plus qu'un fait divers", *Moustique*, 21 octobre 2021 : <https://www.moustique.be/actu/belgique/2021/10/21/viols-sous-influence-bien-plus-quun-fait-divers-213700>

Jean-François Noulet, "Le consentement, au centre de la réforme du droit pénal sexuel", RTBF, 21 septembre 2021 : <https://www.rtb.be/article/le-consentement-au-centre-de-la-reforme-du-droit-penal-sexuel-10845941>

Vidéo "Le consentement avec un thé (Tea Consent, version française), Télé Millevaches, Youtube : <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=yj5NcMew6qc&t=137s>

OMS, *La violence exercée par un partenaire intime* : https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/86232/WHO_RHR_12.36_fre.pdf

Sofélia, Dossier thématique "Violences sexuelles" : <https://www.sofelia.be/nos-dossiers-thematiques/dossier-violences-sexuelles/le-viol/>

Soralia (anciennement FPS), liste des associations ressources à contacter en cas de violences sexuelles : <https://www.sofelia.be/wp-content/uploads/2021/02/Vers-qui-me-tourner-Viol.pdf>

Amnesty International, *Que dit la loi sur le viol en Belgique ?*, 16 novembre 2022 : <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/article/viol-belgique>

Ressources

Marion Ballout, " Revenge porn. Critique d'un phénomène social.", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), décembre 2018. URL : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/170-revenge-porn-critique-d-un-phenomene-social-et-des-mots-pour-le-decrire>

Marion Ballout, " Cyberviolences conjugales : quand les nouvelles technologies deviennent des outils de contrôle et d'agression", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), décembre 2019. URL : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/306-cyberviolences-conjugales-quand-les-nouvelles-technologies-deviennent-des-outils-de-contrôle-et-d-agression>

ONU Femmes, *16 façons de lutter contre la culture du viol*, 18 novembre 2019 : <https://www.unwomen.org/fr/news/stories/2019/11/compilation-ways-you-can-stand-against-rape-culture>

Site de la ligne d'écoute violences conjugales, *Les formes de violence et le contrôle coercitif* : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/pourquoi-appeler/victime/les-formes-de-violence/>

Praxis, *Les différentes formes de violences conjugales et familiales* : <http://www.asblpraxis.be/violences-conjugales/differentes-formes-violences-conjugales-familiales>

- **Accueil par la police et victim blaming**

Site du Pôle de ressources spécialisées en violences conjugales (qui propose des formations pour les professionnel·le·s) : <https://www.ecouteviolencesconjugales.be/qui-sommes-nous/les-poles-de-ressources/programme-des-formations/>

Vie Féminine, *Violences : quand la Police laisse les femmes en danger. Une étude de Vie Féminine documente la situation en Belgique* : <http://viefeminine.be/violences-quand-la-police-laisse>

Site du CPVS, définition des violences sexuelles et du victim blaming : <https://cpvs.belgium.be/fr/questions-frequemment-posees?>

Une exposition pour déconstruire le rôle des vêtements dans les agressions sexuelles, BX1 : <https://bx1.be/categories/news/une-exposition-pour-deconstruire-le-role-des-vetements-dans-les-agressions-sexuelles/>

Amnesty International, *L'accueil des victimes de viol à la police*, 04 mars 2020 : <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/viol/article/accueil-victimes-viol-police>

Ressources

- **Violences dans les couples LGBTQIA+**

Statistique Canada, *La victimisation des gais, des lesbiennes et des bisexuels* : <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/85f0033m/2008016/findings/5002046-fra.htm#footnote5>

Site de REZO, association canadienne : <https://rezosante.org/>

Benjamin Billot, *“Le tabou de la violence conjugale chez les couples homosexuels”*, Slate, 28 décembre 2012 : <https://www.slate.fr/story/65941/violence-conjugale-couples-homosexuels>

Nicolas Scheffer, *“Violences conjugales : le nombre d’homicides au sein des couples du même sexe a doublé en un an”*, Têtu, 18 août 2020 : <https://tetu.com/2020/08/18/violences-conjugales-le-nombre-dhomicides-au-sein-des-couples-de-meme-sexe-a-double-en-un-an/>

Femmes et confinement

Irène Kaufer et Valérie Lootvoet, *“Le confinement, miroir grossissant des inégalités entre femmes et hommes, RTBF (Les Grenades), 03 avril 2020* : <https://www.rtbef.be/article/le-confinement-miroir-grossissant-des-inegalites-entre-femmes-et-hommes-10474915>

Lucie Quillet, *“Confinement: la révolution de l’égalité dans les foyers n’aura pas lieu”*, Slate, 31 mars 2020 : <https://www.slate.fr/story/189051/confinement-egalite-femmes-hommes-foyer-partage-taches-parentales-domestiques?fbclid=IwAR3claie89JZxpQep4bSdDIXRTOWYPq4yS5h5WW8TbOukL32nfd2pT3On0U>

Manon Legrand, *“Lutte contre le coronavirus : si les femmes s’arrêtent, les masques tombent”*, Axelle Mag, N°228 Avril 2020 : <https://www.axellemag.be/coronavirus-femmes-confection-masques/>

Camille Wernaers, *“Coronavirus: le risque de violences conjugales augmente à cause du confinement”*, RTBF, 17 mars 2020 : <https://www.rtbef.be/article/coronavirus-le-risque-de-violences-conjugales-augmente-a-cause-du-confinement-10460606?id=10460606>

Camille Wernaers, *“Violences masculines en période de confinement : ‘Personne ne viendra m’aider’”*, Axelle Mag, N°227 Mars 2020 : <https://www.axellemag.be/violences-masculines-confinement/>

“Quelles sont les conséquences du coronavirus sur les modalités d’hébergement des enfants ?”, Notaire.be : <https://www.notaire.be/nouveautes/detail/quelles-sont-les-consequences-du-coronavirus-sur-les-modalites-dhebergement-des-enfants>

Ressources

Migrations

Brochure "Migrant-e et victime de violences conjugales", édité par la Ligne d'écoute Violences conjugales :
http://actionsociale.wallonie.be/sites/default/files/documents/De%CC%81pliant%20femmes%20migrantes_WEB_0.pdf

Brochure de la Plateforme ESPER, "Migrant-e et victime de violences conjugales. Quels sont mes droits ?" : <https://mrx.be/wp-content/uploads/2016/03/FLYER-ESPER-FINAL.pdf>

Agisme

Site de l'Observatoire de l'Agisme : <http://www.agisme.fr/>

Milewski Françoise, "L'emploi des femmes seniors : une grande vulnérabilité", *OFCE*, 29 janvier 2020 : <https://www.ofce.sciences-po.fr/blog/lemploi-des-femmes-senior-e-s-une-grande-vulnerabilite/>

"Femmes et seniors: la double peine sur le marché de l'emploi", *Le Point*, publié le 23 juin 2014 (màj le 23 jui, 2014) : https://www.lepoint.fr/societe/femmes-et-seniors-la-double-peine-sur-le-marche-de-l-emploi-23-06-2014-1838814_23.php#11

"Agisme et norme sentimentale : merci mais non merci", *GQ*, 19 mai 2016 : <https://www.gqmagazine.fr/sexactu/articles/agisme-et-norme-sentimentale-merci-mais-non-merci/42265>

Guillaume Vonthron, *Saint-Valentin : la vie amoureuse des personnes âgées encore taboue ?*, Age Village, 14 février 2022 : <https://www.agevillage.com/actualites/saint-valentin-la-vie-amoureuse-des-personnes-%C3%A2g%C3%A9es-encore-tabou>

C. PAHAUT, Partie1. L'emprise médiatique : normes et assignations, in Dossier - Le vieillissement dans le miroir de la différence de genre, Publications CVFE, juillet 2021 : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/370-le-vieillissement-dans-le-miroir-des-differences-de-genre-1-l-emprise-mediatique-normes-et-assignations>

Milaine Alarie, "Je ne suis pas une cougar ! Quand l'âge et le sexisme compliquent l'expression du désir sexuel féminin", *Recherches féministes*, Volume 32, numéro 1, 2019, p. 49-70 : <https://www.erudit.org/fr/revues/rf/2019-v32-n1-rf04777/1062224ar.pdf>

Ressources

Grossophobie

Sandre Roubin, "Tou-tes grossophobes", Collectif contre les violences familiales et l'exclusion (CVFE asbl), septembre 2021. URL : <https://www.cvfe.be/publications/analyses/393-tou-tes-grossophobes>

Femmes de Droit, "Grossophobie, Abécédaire", mäj le 13 octobre 2021 : <https://femmesdedroit.be/informations-juridiques/abecedaire/grossophobie/>

Daria Marx et Eva Perez-Bello, "*Gros*" n'est pas un gros mot, Flammarion, coll. Libro, 2018, 128 pages.

Gabrielle Deydier, *On ne naît pas grosse*, Goutte D'or Editions, 2017, 160 pages.

Film *Daria Marx : ma vie en gros*, Marie-Christine Gambart, 2019, 65 min.

Film *On achève bien les gros*, Gabrielle Deydier, Laurent Follea et Valentine Oberti, 2019, 51 min.

Film *Pourquoi nous-détestent-ils ? Nous les gros*, Sarah Carpentier et Christophe Arnaud, 2018, 74 min.

Websérie *5 minutes de gras*, Agathe Regnier et Maud Prêtre : <https://5minutesdegras.org/>

Podcast *Un podcast à soi*, "Le gras est politique", Charlotte Bienaimé, Numéro 3 : https://www.arteradio.com/son/61659398/le_gras_est_politique

Cartographie de l'accessibilité des espaces aux personnes grosses réalisée par Fat Friendly : <https://fatfriendly.be/>

Compte Instagram @corpscools : <https://www.instagram.com/corpscools/>

Compte Instagram @fatdriendlyasbl : <https://www.instagram.com/fatdriendlyasbl/>

Compte Instagram @fatclub.asbl : <https://www.instagram.com/fatclub.asbl/>

Ressources

Validisme

Site de l'AVIQ, recommandations en matière de logement : <https://www.aviq.be/fr/hebergement/handicap>

Site de l'AVIQ, informations sur l'allocation pour personnes âgées (APA) : <https://www.aviq.be/fr/apa>

Site du Wiki Wallon pour l'information des personnes handicapées : <https://wikiwiph.aviq.be/>

Portail de la mobilité en Wallonie : <https://mobilite.wallonie.be/home/je-suis/un-citoyen/a-pied/personnes-a-mobilite-reduite.html>

Infrasports, Région Wallonne, *Accessibilité Personnes à Mobilité Réduite*, fiche synthétique 2019 : https://infrastructures.wallonie.be/files/PDF/POUVOIR%20LOCAL/4-INFRASTRUCTURES-LOCALES/1%201%20Infrasports/Expertise-bao-fiches/ACCESSIBILITESYNTHETIQUE_2019.pdf

Site du CAWaB (Collectif Accessibilité Wallonie Bruxelles) : <https://cawab.be/spip.php?page=sommaire-cawab>

Site du Service Phare (Personne Handicapée Autonomie Recherchée) : <https://phare.irisnet.be/>

Orkyn, *Handicap : des maladies et des symptômes invisibles mais bien présents*, 20 septembre 2019 : <https://www.orkyn.fr/handicap-des-maladies-et-des-symptomes-invisibles-mais-bien-presents>

Esenca, *Rendons visibles les invisibles* : <https://www.esenca.be/rendons-visibles-les-invisibles/>

Esenca, *Le Handicap invisible* : <https://www.esenca.be/brochure-le-handicap-invisible/>

Site du GAMP (groupe d'Action qui dénonce le Manque de Places pour les personnes handicapées de grande dépendance) : <https://gamp.be/>

Site de Société Arthrite Canada : <https://arthrite.ca/>

Site de Focus Fibromyalgie Belgique : <https://www.focusfibromyalgie.be/ZNLHome.olp?id=1%20#goto-home>

"Charte Accessibilité" adoptée par le Gouvernement Wallon : <https://www.aviq.be/sites/default/files/documents/2022-03/Charte-FICH.pdf>

"C'est quoi le validisme ?", *Webmagazine EVE*, 12 mars 2019 : <https://www.eveprogramme.com/40626/cest-quoi-le-validisme/>

Ressources

Femmes de Droit, "Validisme, Abécédaire", mäj le 09 août 2019 : <https://femmesdedroit.be/informations-juridiques/abecedaire/grossophobie/>

Belgium.be, informations sur les aides financières organisées par l'Etat fédéral belge : https://www.belgium.be/fr/famille/aide_sociale/handicap

Manon Legrand, "Les mécanismes d'oppression du sexisme et du validisme se rejoignent", *Axelle Mag*, Nors-série N°225-226, janvier-février 2020, p. 42-43 : <https://www.axellemag.be/les-mecanismes-doppression-du-sexisme-et-du-validisme-se-rejoignent/>

Websérie *Handicapés, haut et fort*, Arte, 3 épisodes (4 min) : <https://www.arte.tv/fr/videos/RC-016638/handicapes-haut-et-fort/>

Site du CLHEE (Collectif Lutte et Handicaps pour l'Égalité et l'Émancipation) : <https://clhee.org/>

Podcast Un podcast à soi, "Féminismes et handicap : les corps indociles", Charlotte Bienaimé, Numéro 19 : https://www.arteradio.com/son/61659398/le_gras_est_politique

Film documentaire *Defiant Lives*, Sarah Barton, 1h30, 2017.

Transidentités

Site de Genres Pluriels : <https://www.genrespluriels.be/>

Liste des associations trans* établie par Genres Pluriels : <https://www.genrespluriels.be/Associations-trans->

Brochure sur les transidentités éditée par Genres Pluriels : https://www.genrespluriels.be/IMG/pdf/brochure_7emeed_web.pdf

Baril, A. (2014). Quelle place pour les femmes trans au sein des mouvements féministes ? / Excluded. Making Feminist and Queer Movements More Inclusive, de Julia Serano, Seal Press, 338 p. Spirale, (247), 39-41.

Irene Kaufer, *Cis, trans, qu'est-ce qu'une "femme"*, 18 août 2018 : http://www.irenekauffer.be/index.php?option=com_content&view=article&id=337:cis-trans-quest-ce-quune-femme-&catid=1:articles-blog&Itemid=4

Ressources

L'animation du jeu Vis ma Vie de Femme amène le groupe à partager une série de vécus. Il est probable que cela provoque des questionnements chez les participant.e.s sur des vécus particuliers voire difficiles. En tant qu'animateur.ice, vous devez vous préparer à recevoir des confidences ou des témoignages.

Nous vous invitons à prendre connaissance de l'outil **DPO** « Détection, Prise en charge & Orientation des victimes » créé par la Fédération Laïque de Centres de Planning Familial (FLCPF). Il s'agit d'un dépliant d'information et de sensibilisation destiné aux professionnel.les de première ligne à Bruxelles et en Wallonie, issu d'un travail collaboratif et intersectoriel (social, santé, police, justice), qui a réuni plus de 300 professionnel.les.

<https://www.planningfamilial.net/thematiques/violences/outil-dpo/>

LES INDISPENSABLES DE L'ACCOMPAGNEMENT DES VICTIMES

- Croire la victime et valoriser sa prise de parole ;
- Poser votre cadre ;
- L'informer sur ses droits et les services d'aides ;
- Nommer les violences et leur caractère punissable par la loi ;
- Identifier les ressources (réseau et forces) de la personne et les valoriser ;
- Réfléchir avec iel à ses options et leurs conséquences (si signalement -> préparer avec iel);
- Evaluer le danger et créer des scénarios de protection avec la personne ;
- Créer et maintenir le lien de confiance ;
- Faire appel au réseau et orienter.

LES PIÈGES DE L'ACCOMPAGNEMENT DES VICTIMES

- Se mettre en position de sauveur.euse ;
- Essayer de sauver le couple ;
- Croire que la séparation mettra fin aux violences ;
- Persécuter le/la partenaire violent.e ;
- Se mettre en danger ;
- Se donner la mission d'arrêter les violences à tout prix ;
- Minimiser / Surévaluer la dangerosité ;
- Tomber dans la neutralité malveillante.



Ressources

Définition des violences conjugales en Belgique

LES VIOLENCES DANS LES RELATIONS INTIMES sont un ensemble de comportements, d'actes, d'attitudes de l'un des partenaires ou ex-partenaires qui visent à contrôler et dominer l'autre. Elles comprennent les agressions, les menaces ou les contraintes verbales, physiques, sexuelles, économiques, répétées ou amenées à se répéter portant atteinte à l'intégrité de l'autre et même à son intégration socioprofessionnelle. Ces violences affectent non seulement la victime, mais également les autres membres de la famille, parmi lesquels les enfants. Elles constituent une forme de violence intrafamiliale.

Il apparaît que **dans la grande majorité, les auteurs de ces violences sont des hommes et les victimes, des femmes.** Les violences dans les relations intimes sont la manifestation, dans la sphère privée, des relations de pouvoir inégal entre les femmes et les hommes encore à l'œuvre dans notre société. **Cette définition vise les couples, mariés ou non, hétérosexuels ou homosexuels, qu'ils cohabitent ou non.**

Définition de la conférence Interministérielle du 08/02/2006

Les différentes formes de violences conjugales

Violences psychologiques :

Visent à diminuer la confiance en soi de l'autre et limiter son autonomie. Comme tous les types de violences, ces comportements entraînent une baisse de l'estime de soi.

--> Humiliations, Love bombing (bombardement d'amour), chantage, menace, rabaissement, hosting (ignorer),

Violences verbales :

Utilisation des mots pour humilier l'autre ou pour créer chez lui ou elle un sentiment d'insécurité et de peur. Les violences verbales et particulièrement les insultes facilitent le passage à l'acte physique en déshumanisant l'autre.

--> Insultes, commentaires blessants, remarques sexistes,..

Violences physiques :

Utilisation de la force physique pour affirmer son pouvoir sur sa copine ou son copain, dans le but de l'intimider et de la/le terroriser.

--> Pincer, frapper, pousser, non respect de l'espace personnel, intrusion, mise en danger

<https://www.ecouteviolencesconjugales.be>

Ressources

Les différentes formes de violences conjugales (suite)

Violences sexuelles :

Visent à **imposer à l'autre des pratiques sexuels non consenties**. Pour y parvenir les auteurs utilisent **l'intimidation, la manipulation, le chantage, la menace ou la force**.

--> Commentaires à caractère sexuel visant à dégrader l'autre, imposer de regarder des films pornographiques, forcer à envoyer des photos intimes, retirer le préservatif sans consentement, viol,...

Violences économiques :

Visent à rendre ou maintenir le/la partenaire financièrement dépendant.e ou à affaiblir son autonomie financière.

--> Manipulation pour obtenir de l'argent, interdire l'autre à gagner de l'argent, contrôler sa vie professionnelle, utiliser l'argent/les cadeaux pour contraindre la personne à rester dans la relation, ...

Violences cybernétiques :

Utilisation des téléphones et internet comme outil pour contrôler l'autre.

--> Contrôle par géolocalisation, contrôle des réseaux sociaux de l'autre, obliger l'autre à des appels journaliers pour vérifier ses occupations, ...

Violences post-séparation :

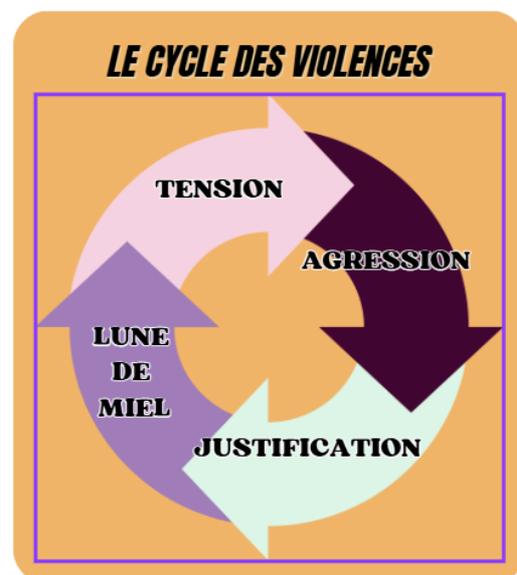
Visent à maintenir l'emprise et le contrôle après la séparation.

--> Harcèlement, casser la réputation de l'autre, revenge porn.

Le cycle des violences

Le cycle de la violence conjugale tente de dégager les processus répétitifs liés à la violence entre partenaires. Ce modèle explique en partie comment la victime est amenée à rester/retourner avec l'auteur.e malgré ce qu'elle subit dans la relation.

Ce cycle est composé de 4 phases distinctes qui s'enchaînent et forment une boucle de répétition dont l'intensité augmente au fil du temps, avec des violences de plus en plus marquées ainsi qu'un rythme qui peut s'accélérer.



Ressources

La distinction entre violence (rapport de force / de domination) et conflit (disputes)

La violence conjugale est un phénomène complexe qui ne se limite pas à un acte violent, il s'agit d'un processus relationnel particulier. La violence conjugale se distingue de conflit car il s'agit d'une rapport de force / de domination et il est possible de les distinguer en fonction de ces 4 clés de lecture :

RAPPORT DE FORCE

- **POUVOIR** sur l'autre
- **INTENTION** cachée de contrôle
- **PERSISTANCE** (processus cyclique, relationnel)
- **IMPACT** destructeur, effet de peur

CONFLIT

- **POUVOIR** sur la situation
- **INTENTION** transparente de convaincre
- **CIRCONSCRIT** (thématique)
- **LIBERTE** de réaction et de négociation