MA RELATION EST-ELLE SAINE ?

La violence ne commence pas par des coups. Elle s'installe à bas bruit via l'**emprise**, le **contrôle** et les mots qui blessent, que ce soit dans le couple ou en famille. Le **violentomètre** est un outil qui vous permet de repérer les **signaux faibles**.

PROFITE, TA RELATION EST SAINE QUAND :

Il respecte tes choix et tes envies
Il accepte tes amis et ta famille
Il aime quand tu te sens bien
Il a confiance en toi
Il demande ton accord pour faire des choses ensemble

MAIS STOP, C'EST VIOLENT QUAND :

Il ne te parle plus pendant des jours lorsqu'il est en colère
Il te menace si tu ne veux pas faire ce qu'il veut
Il se moque de tes idées et de tes projets
Il te rabaisse ou se moque de toi devant les autres
Il te pousse à faire ce qu'il veut
Il fouille dans ton téléphone et lit tes messages
Il fait preuve d'une jalousie excessive
Il t'interdit de faire certaines activités
Il t'interdit de te maquiller ou de t'habiller comme tu le souhaites
Il te force à envoyer des photos de ton corps nu
Il t'interdit de parler à ta famille et à tes amis

DEMANDE DE L'AIDE ! TU ES EN DANGER QUAND :

Il te dit que tu es folle quand tu lui fais une remarque
Il entre dans une colère noire quand il n'aime pas quelque chose
Il te pousse, te frappe ou te secoue
Il menace de se tuer à cause de toi
Il te touche sans ton accord (sexe, fesses, seins)
Il menace de diffuser des photos de toi dénudée
Il t'oblige à regarder des contenus pornographiques
Il menace de te tuer
Il te fait peur avec une arme
Il te viole

Source et visuels adaptés de : CRHS & L'Heureux Abri

VOTRE PRÉSENCE FAIT LA DIFFÉRENCE

"Quand la violence fait mal" est un événement organisé par la Ville de Fleurus dans le cadre de la Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes. Ensemble, agissons !

Cette rencontre bienveillante traitant de manière plus large les violences intrafamiliales est ouverte à toutes et tous.

Dans le couple, en famille ou avec nos proches : apprenons à poser nos limites et à repérer ce qui n'est plus acceptable.

INFORMATIONS PRATIQUES :

De 9h30 à 12h00
Entrée et petit-déjeuner gratuit
"Safe place" et coin pour les enfants est prévu

LIEU :

Bibliothèque de Fleurus
Place albert 1er 15, 6220 Fleurus

RÉSERVEZ VOTRE PLACE DÈS MAINTENANT

Par mail : **pcs@fleurus.be**
Par Téléphone : **071/820.202**
Ou via le QR-Code

29 NOV 2026 QUAND L'AMOUR EST VIOLENT

CINÉ-DÉBAT

De 9h30 à 12h
Projection du court métrage
"FRED ET MARIE"



AU FIL DE LA MATINÉE

ET SI CE QU'ON CROYAIT " NORMAL " NE L'ÉTAIT PAS ? PARLONS-EN !

09H30
Accueil & petit-déjeuner partagé.
Le premier contact se fait en toute convivialité.

10H00
Projection : « Fred & Marie ». Une immersion au cœur des mécanismes invisibles de l'emprise psychologique.

10H20
Débat mouvant, exposition d'affiches & atelier violentomètre.

11H30
Ouverture de l'espace « Ressources & écoute ».

AU PROGRAMME

La plateforme fleurusienne V.I.F. vous propose des échanges dynamiques, participatifs et sans tabou pour déconstruire les idées reçues.

FRED & MARIE

DE DEBORAH KUPPERBERG (2012) - UNE INITIATIVE DE LA FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES.

> Fred et Marie ont tout du couple parfait. Pourtant, doucement, la critique s'installe, les restrictions pèsent, l'isolement gagne du terrain. Fred est devenu le propriétaire de Marie : de son corps, de ses mots, de son apparence.

Un film miroir saisissant pour comprendre la mécanique insidieuse de la violence psychologique.

UNE ÉCOUTE BIENVEILLANTE ET CONFIDENTIELLE VOUS ATTEND, DÈS AUJOURD'HUI.

Moins visibles que les coups, les différentes formes de violence (financière, affective, psychologique) n'en détruisent pas moins celles et ceux qui en sont victimes.

Rencontrez les acteurs de terrain de la plateforme fleurusienne V.I.F. et les services d'aide. Victime, témoin ou auteur : un espace d'écoute sécurisé, confidentiel et bienveillant vous y attend.

FAIRE LE PREMIER PAS DEMANDE DU COURAGE MAIS, VOUS N'AVEZ PAS À PORTER TOUT CELA SEUL·E.

VOUS N'ÊTES PAS SEUL.E !

URGENCES IMMÉDIATES

POLICE & SECOURS	112
VIOLENCES CONJUGALES	0800.30.030
ÉCOUTE ENFANTS/JEUNES	103

PLATEFORME V.I.F.[1] DE LA VILLE DE FLEURUS

PLAN DE COHÉSION SOCIALE	071/82.02.02
SAPV[2]	071/82.01.45
CPAS DE FLEURUS	071/82.26.60
PLANNING FAMILIAL LA BULLE	071/33.01.36
AMO VISA JEUNES	0478/85.21.77
LES FRANGINES	071/81.25.07
ONE	02/432.88.55

SIGNES D'ALERTE ET GESTES QUI SAUVENT

1 Appel à l'aide discret



2 Code en pharmacie : Vous pouvez demander un "Masque 19" à votre pharmacien, le code discret pour signaler que vous êtes en danger.

1. Violences IntraFamiliales
2. Service d'Assistance Policière aux Victimes