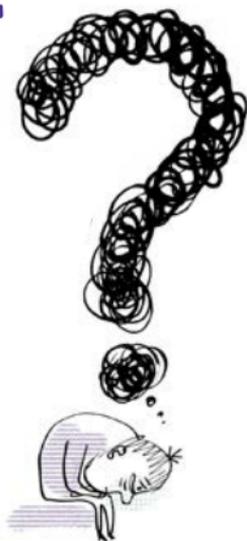


# ÊTRE PARENTS...

## ... ET VIVRE DE LA VIOLENCE CONJUGALE

En situation de violence conjugale, toutes les sphères de notre vie sont impactées. Notre parentalité aussi. Nadia, maman de trois enfants, confie la peur qu'elle ressentait en permanence pour ses enfants, avant de pouvoir trouver refuge avec eux dans un centre d'hébergement.

Alam, maman d'une adolescente, exprime un grand sentiment d'isolement et la honte éprouvée envers ses proches. « J'étais emmurée dans ma vie » nous confie cette maman. « C'était dur d'en sortir. Et ma fille en a beaucoup souffert ». Vivre dans un contexte de violence a des conséquences importantes pour l'enfant.



© Serge Bloch

**yapaka.be**  
Une action de la Fédération Wallonie-Bruxelles



Commandez  
le livre et les affiches  
« Être parents, c'est... »  
sur le site [yapaka.be](http://yapaka.be)



Les enfants exposés à la violence conjugale vivent un stress important, de la peur, des conflits de loyauté, ..., ce qui a un impact négatif sur leur développement.

Les contextes de violence conjugale sont des relations d'emprise dont il est difficile de sortir seul-e. La ligne gratuite « Ecoute violences conjugales » est accessible 24h sur 24h au 0800/30 030. Des intervenants spécialisés peuvent nous écouter et nous renseigner des centres spécialisés.

N'hésitons pas non plus à faire appel au 103 la ligne gratuite « Ecoute enfants » et aux services d'aides spécialisées comme une équipe SOS Enfants pour parler de nos inquiétudes. Nous pouvons aussi nous confier au PMS de l'école. Il pourra nous conseiller par rapport à la scolarité de notre enfant. Enfin n'hésitons pas à solliciter les adultes de confiance autour de l'enfant : un animateur de l'école des devoirs, un coach du club de sport, etc.



Retrouvez les services d'aide proches de chez vous sur [yapaka.be/cartographie](https://yapaka.be/cartographie)



**Écoutez les témoignages d'Alam et Nadia.** Ces mamans nous confient leurs parcours, les embûches et ce qui leur a permis de sortir de la situation de violence conjugale.



[www.yapaka.be/ page/podcasts/parents](https://www.yapaka.be/page/podcasts/parents)