

# Qu'est-ce qu'un Plan de Sécurité ?

Guide pour les  
organisations  
communautaires

Un Guide du  
Hub de Transformation



FACULTY OF  
ARTS AND SCIENCE

Simone de Beauvoir  
Institute

## Authors

Elsayed, Dalia, Natalie Kouri-Towe, Marlihan Lopez, Evelyne Marchal Ferrière. 2025. Qu'est-ce qu'un Plan de Sécurité? Guide pour les organisations communautaires. *Le Hub de Transformation*. Un partenariat entre Éduconnexion, l'Institut Simone de Beauvoir, et Projet 10. Traduit par Alexis Poirier-Saumure.

## Licence

Licence Creative Commons : CC BY-SA 4.0 Attribution - Partage dans les mêmes conditions 4.0 International <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.fr>

## Remerciements

Ce projet a bénéficié du soutien financier du Bureau de l'engagement communautaire à l'Université Concordia, du RÉQEF (Réseau québécois en études féministes), de Mitacs et du FRQSC.

Traduit par Alexis Poirier-Saumure. Mise en page par Lauren Kandalajt.

## À qui ce guide s'adresse-t-il?

Ce guide a été conçu à l'intention des groupes et organisations communautaires de Montréal, Québec. Toute personne souhaitant obtenir des informations de base sur la planification de la sécurité ou soutenir une personne subissant des violences basées sur le genre et la sexualité (VBG) peut utiliser ce guide. Il est rédigé à titre d'introduction pour les prestataires de services.

Utilisez ce guide pour vous aider à développer des outils afin de soutenir les membres de votre communauté qui sont victimes de VBG et leur permettre de déterminer de manière autonome les moyens de réduire la violence et d'assurer leur sécurité émotionnelle et physique. Vous pouvez également utiliser ce guide pour aider vos communautés à reconnaître les signes et les causes de la violence et à créer des alternatives non-violentes.

## Ce que ce guide n'est pas

Ce guide ne décrit pas comment fournir des services de première ligne pour les personnes qui subissent des VBG. Vous devez toujours les orienter vers une personne spécialisée dans ce domaine. Nous incluons quelques exemples de lectures complémentaires qui pourraient vous être utiles si vous souhaitez en savoir plus sur la planification de la sécurité. De même, nous ne recommandons pas d'utiliser cette brochure comme réponse définitive à la question de savoir comment réagir face aux VBG. Le contexte est important, alors fiez-vous aux besoins et aux priorités des personnes avec qui vous travaillez.

**Remarque importante :** La planification de la sécurité est généralement effectuée par un.e professionnel.le qualifié.e et spécialisé.e dans l'accompagnement des personnes subissant des VBG. Nous décrivons ce qu'est un plan de sécurité et proposons quelques suggestions, outils, ressources et liens pour vous aider à vous sentir mieux armé.e pour soutenir à court terme une personne subissant des VBG qui n'a peut-être pas immédiatement accès à un soutien professionnel, mais qui a des besoins immédiats en matière de sécurité.

## Qu'est-ce qu'un plan de sécurité?

*“La planification de la sécurité consiste à identifier les risques, à répertorier les ressources disponibles et à évaluer les options possibles afin d'améliorer la sécurité des personnes survivantes*

*La planification de la sécurité implique généralement de rassembler des documents importants, de mettre de l'argent de côté et de trouver un endroit sûr où se réfugier. Bien que toutes ces mesures soient utiles, la planification de la sécurité traditionnelle consiste principalement à appeler le 9-1-1. Ce modèle part du principe que les forces de l'ordre peuvent se rendre sur n'importe quel lieu, évaluer le niveau de danger, identifier avec précision la victime (qui est souvent visiblement bouleversée et en proie à une forte émotion) par opposition à l'agresseur (qui est souvent calme lorsque la police arrive), et offrir une protection et des ressources immédiates... Imaginer que la police assurera la sécurité contre la violence domestique contribue à créer des situations dans lesquelles les survivant.es ne sont pas suffisamment informé.es ou préparé.es aux problèmes juridiques qui peuvent en découler, notamment une arrestation potentielle, la perte de la garde des enfants, une criminalisation, voire une incarcération et une expulsion.” (Shim 2022)*

Un plan de sécurité est un outil qui aide une personne subissant des violences à identifier les situations qui augmentent sa vulnérabilité à la violence et à élaborer des stratégies pour assurer sa sécurité.

# Étapes pour élaborer un plan de sécurité

Identifiez les risques, les obstacles, les opportunités et les stratégies qu'une personne peut utiliser compte tenu des circonstances auxquelles elle est confrontée. Posez des questions pour l'aider à élaborer son propre plan. Les plans de sécurité doivent être adaptables et évoluer en fonction des circonstances. Il sera plus efficace de fournir à la personne que vous soutenez les outils et les compétences nécessaires pour élaborer son propre plan de sécurité que de le faire à sa place.

## Questions à poser:

- Où vous sentez-vous en sécurité ? Y a-t-il des lieux spécifiques ou des personnes qui vous rassurent ? (par exemple, un.e voisin.e, un.e autre membre de la famille, un.e ami.e, un refuge)
- Quels sont les signes ou les indices qui vous indiquent que vous n'êtes pas en sécurité ? Y a-t-il un signe avant-coureur que vous avez remarqué ? (par exemple, quelqu'un rentre ivre à la maison, un partenaire commence à insulter ou à critiquer davantage, quelqu'un constate que ses textos ou ses courriels ont été lus)
- Quelles stratégies vous ont permis par le passé de vous échapper, de vous enfuir ou de réduire le risque de préjudice ? Quelles stratégies différentes aimeriez-vous essayer que vous n'avez pas encore testées, et de quelle aide avez-vous besoin pour les mettre en œuvre ? (par exemple, des jeux de rôle, l'implication d'autres personnes ou des lieux sûrs).
- Quels sont les obstacles qui vous empêchent de rechercher la sécurité lorsque la situation se détériore ? Quels sont les obstacles physiques (par exemple, accès à une voiture, absence de serrures intérieures sur les portes de la maison, possibilité d'être suivi.e) ? Quels sont les obstacles émotionnels (par exemple, vous avez l'impression que vous ne pouvez pas partir ou que la situation va se détériorer, la personne a menacé de se faire du mal ou de faire du mal à d'autres si vous partez) ?

## Établir le plan:

- Remplissez un plan de sécurité à l'aide de l'outil RISA (disponible en 13 langues) ou l'écrire/le dessiner sur une feuille de papier.
- Identifiez les risques : risques de violence ; signes indiquant une escalade de la violence ; indicateurs permettant à la personne de reconnaître le moment opportun pour partir avant que la situation ne s'aggrave.
- Planifier des moyens de vous échapper : planifiez qui appeler (comme des témoins ou des personnes de confiance qui savent ce qui se passe) ; planifier les itinéraires pour se rendre dans des lieux sûrs (par exemple, chez un.e ami.e, un.e membre de la famille, un refuge), enregistrer les numéros de contacts sûrs (par exemple, en utilisant un faux nom), préparer un sac d'urgence contenant des médicaments, de l'argent, des pièces d'identité, des copies de tous les documents importants et des vêtements de rechange, et le conserver dans un endroit sûr (par exemple, chez un.e ami.e).
- Prévoyez des réponses : déterminez les stratégies qui ont fonctionné pour la personne dans le passé, élaborer avec elle des stratégies concrètes qu'elle peut réellement utiliser (c'est-à-dire qui selon elle pourraient fonctionner) et aidez-la à s'entraîner ; identifiez les prochaines étapes à suivre une fois que le risque de violence s'est calmé ou réduit.
- Renforcer les capacités : pour une personne en situation de crise, renforcer sa capacité à prendre des décisions pour elle-même, à établir de nouvelles relations sûres ou à renforcer celles qu'elle a déjà, et à créer une communauté peut l'aider à améliorer sa sécurité à court et à long terme. Briser l'isolement est une étape importante pour les personnes qui se sentent seules et isolées dans une situation de VBG. Identifiez le soutien dont elles ont besoin (par exemple, conseil ou thérapie, soutien médical, aide sociale) et les mesures à prendre pour y accéder.
- Réduire les obstacles: Aidez la personne que vous soutenez à identifier les organisations et les groupes susceptibles de lui apporter un soutien supplémentaire, notamment les refuges et les lignes d'assistance téléphonique. Vous pouvez également l'aider en identifiant les obstacles qui l'empêchent d'accéder à ces services et les mesures qui peuvent réduire ces obstacles (par exemple, télécharger des applications de traduction sur votre téléphone si la personne ne parle ni anglais ni français).

### **Pour plus d'informations sur la planification de la sécurité, consultez les ressources suivantes :**

- Utilisez l'outil d'identification des risques et d'évaluation de la sécurité (disponibles dans 13 langages) : <https://www.riseaboverisk.ca/>
- Parcourez cette boîte à outils pour les survivant.es de VBG et les gens qui les soutiennent (disponible en anglais et espagnol): <https://www.communityjusticeexchange.org/en/resources-all/safety-planning-and-intimate-partner-violence-a-toolkit-for-survivors-and-supporters>

# Où trouver des services et du soutien

Pour accéder à une liste des organismes et groupes actuellement actifs dans la région métropolitaine de Montréal, vous pouvez effectuer une recherche par zone géographique ou par secteur de services : LIEN

Nous recommandons de vous familiariser avec les organismes qui répondent aux besoins de votre communauté et de conserver leur coordonnées à portée de main afin d'aider une personne à élaborer son plan de sécurité, notamment en matière de soutien au logement, de refuges, de services liés aux VBG, de soutien à l'emploi, aux personnes 2SLGBTQI+, etc.

## RESOURCE MAP Community-Based Services

À partir des informations disponibles sur les ressources et les services locaux, établissez une grille des ressources pour la personne que vous accompagnez en fonction de ses besoins. Avant d'ajouter des éléments à la liste, réfléchissez aux obstacles potentiels qui pourraient l'empêcher d'accéder à ces services (par exemple, l'inclusion des personnes trans et non-binaires, barrières linguistiques, etc.).


## Ressources

- Creative Interventions. (2012). Creative Interventions Toolkit: A Practical Guide to Stop Interpersonal Violence. *Creative Interventions*. <https://www.creative-interventions.org/toolkit/>
- Rise Above Risk: Une identification des risques et Portail d'évaluation de la sécurité. *The Barbra Schlifer Commemorative Clinic*. <https://www.riseaboverisk.ca/>
- Shim, Hyejin. 2022. Safety Planning and Intimate Partner Violence: A Toolkit for Survivors and Supporters. Community Justice Exchange. <https://www.communityjusticeexchange.org/en/resources-all/safety-planning-and-intimate-partner-violence-a-toolkit-for-survivors-and-supporters>