

Le fait de subir un acte criminel entraîne des réactions et des conséquences qui peuvent affecter votre quotidien.

L'intensité des émotions varie d'une personne à une autre. Il n'en demeure pas moins que les réactions et les conséquences vécues par les victimes sont **NORMALES**.

Il est possible que vous viviez des émotions difficiles suite à un acte criminel.

Il est important d'en parler à quelqu'un :

- parent
- ami
- policier
- intervenant social
- médecin
- ou toute autre personne en qui vous avez confiance

Informez-vous auprès d'un Centre d'aide aux victimes d'actes criminels.

Les CAVAC offrent des services gratuits et confidentiels destinés spécifiquement aux personnes qui ont été victimes d'actes criminels.

CAVAC

CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES  
D'ACTES CRIMINELS

Formé pour vous épauler

CAVAC

CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES  
D'ACTES CRIMINELS

## Le réseau des CAVAC offrent des services pour...

- ... l'intervention post-traumatique et psycho-sociojudiciaire, qui consiste à évaluer les besoins et les ressources de la personne victime d'un acte criminel. À la suite de l'évaluation, une intervention est offerte dans le but de réduire les conséquences de la victimisation et de permettre à la personne de poursuivre son cheminement ;
- ... l'information sur les droits et les recours de la victime d'un acte criminel, qu'il s'agisse des grandes étapes du processus judiciaire, du programme d'indemnisation des victimes, d'INFOVAC-Plus, ou des indemnités auxquelles elle peut avoir droit ;
- ... l'assistance technique nécessaire pour que la victime puisse remplir différents formulaires, et pour qu'elle soit en mesure de respecter les formalités inhérentes à sa situation ;
- ... l'orientation de la victime vers des services spécialisés tels que les ressources juridiques, médicales, sociales et communautaires capables de l'aider à résoudre les problèmes qu'elle doit affronter ;
- ... l'accompagnement de la victime dans ses démarches auprès des ressources médicales et communautaires, et l'accompagnement auprès de l'appareil judiciaire pendant tout le cheminement du dossier.



Formé pour vous épauler

PARLEZ-EN!

Les réactions  
et les conséquences  
de la victimisation

1 866 LE CAVAC  
WWW.CAVAC.QC.CA

09/05

www.cavac.qc.ca



## Les réactions de la victime

### PENDANT LE CRIME

- peur de mourir
- fortes réactions physiques
- sentiment de captivité et d'impuissance
- impression de vivre un cauchemar
- impression que l'agresseur lui en veut personnellement

### IMMÉDIATEMENT APRÈS

- désorientation
- apathie
- refus de reconnaître ce qui est arrivé
- sentiment de solitude
- sentiment d'impuissance
- état de choc

### LES JOURS SUIVANTS

- questionnement sur son état physique, psychologique et mental
- espérance de revenir comme avant
- intenses périodes de crise
- ambivalence au niveau des émotions
- brusques changements d'humeur

### LES MOIS APRÈS

- agressivité
- haine
- impressions ponctuelles de revivre le crime
- peur persistante
- modification de la perception de la vie
- humeur plus stable
- pense moins au crime mais rien n'est oublié

## Les conséquences de la victimisation

### CONSÉQUENCES PHYSIQUES

- blessures causées lors de l'agression
- troubles digestifs
- tremblements
- hypertension
- troubles respiratoires
- maux de tête
- baisse d'énergie
- troubles du sommeil
- affaiblissement général du système immunitaire
- changements dans les habitudes sexuelles

### CONSÉQUENCES PSYCHOLOGIQUES

- anxiété
- état dépressif
- colère
- doute de soi
- méfiance
- peur constante
- sentiment de perte de contrôle
- sentiment d'impuissance
- sentiment de détresse
- sentiment de honte
- sentiment de culpabilité
- pensées répétitives
- idées suicidaires
- nervosité

### CONSÉQUENCES FINANCIÈRES

- pertes matérielles
- médicaments
- hospitalisation
- déménagement
- poursuite civile
- pertes salariales
- système de sécurité
- thérapie

### CONSÉQUENCES SOCIALES

- isolement
- tensions conjugales et familiales
- peur d'être seul
- augmentation de la consommation d'alcool, de drogues, de médicaments
- peur de sortir
- changement d'emploi
- perte de confiance envers les inconnus
- incompréhension de la part de l'entourage
- perte de journées d'école

### CONSÉQUENCES SPIRITUELLES ET EXISTENTIELLES

- perte de la foi
- sentiment de vide existentiel
- modification dans les valeurs
- perte de jouissance de la vie
- changement de perception

### DIFFICULTÉS DANS LE PROCESSUS MENTAL

- pertes de mémoire
- diminution de l'attention
- troubles de concentration
- confusion
- difficulté à prendre des décisions