GUIDE PRATIQUE FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES

Violences économiques dans le couple : les reconnaître et s'en libérer

Contrôler l'argent de sa compagne est une violence conjugale. Voici comment la reconnaître et reprendre, pas à pas, votre autonomie financière.

Des Racines et des Ailes vers l'Avenir
Association d'aide aux femmes victimes de violences · Oise et Paris

Édition octobre 2026 · des-racines-des-ailes.org

Sommaire

01 Que sont les violences économiques dans le couple ?
02 Quels sont les exemples de violences économiques ?
03 Pouvez-vous ouvrir un compte bancaire à votre nom ?
04 Que faire en cas de compte joint ou de crédit à votre nom ?
05 Qu'est-ce que l'aide universelle d'urgence ?
06 Quelles autres aides de la CAF existent ?
07 La justice peut-elle vous protéger ?
08 Questions fréquentes
09 Être accompagnée et numéros utiles

En cas de danger immédiat : appelez le 17, ou envoyez un SMS au 114. Le 3919 écoute et oriente gratuitement, 24 heures sur 24, de façon anonyme.

Ce guide explique vos droits et les démarches, à partir des informations officielles. Il ne remplace pas le conseil d'un avocat. Pour être orientée, contactez notre permanence juridique gratuite.

© 2026 Des Racines et des Ailes vers l'Avenir. Tous droits réservés. Ce guide est une création originale de l'association : toute reproduction, adaptation ou diffusion, totale ou partielle, sans son autorisation écrite est interdite. Les informations juridiques s'appuient sur les sources officielles citées en dernière page.

1 Que sont les violences économiques dans le couple ?

Les violences économiques désignent le contrôle financier qu'un partenaire exerce sur l'autre. Elles font pleinement partie des violences conjugales, au même titre que les violences physiques ou psychologiques.

Leur but est de vous priver d'autonomie. Sans argent, sans moyen de paiement, sans revenus propres, il devient beaucoup plus difficile de partir. Ces violences renforcent l'isolement et la dépendance.

2 Quels sont les exemples de violences économiques ?

Elles prennent des formes très variées. Votre partenaire peut, par exemple :

- contrôler toutes vos dépenses et exiger des justificatifs ;
- vous priver de vos ressources ou vous verser de l'argent au compte-gouttes ;
- confisquer votre carte bancaire, votre chéquier ou votre carte Vitale ;
- vous interdire de travailler ;
- souscrire un crédit à votre nom sans votre accord ;
- provoquer des incidents de remboursement qui vous font inscrire au fichier des incidents de crédit ;
- utiliser vos comptes, ou ceux de vos enfants, à son seul profit et à votre insu ;
- confisquer vos papiers d'identité ou votre titre de séjour.

Si vous reconnaissez votre situation dans cette liste, vous n'êtes pas seule. Ces faits peuvent être signalés et pris en compte par la justice.

3 Pouvez-vous ouvrir un compte bancaire à votre nom ?

Oui. Toute personne majeure peut ouvrir seule un compte individuel. Il suffit d'une pièce d'identité avec photo, d'un justificatif de domicile et de votre signature.

Si vous préparez un départ, les pouvoirs publics conseillent d'ouvrir un compte inconnu de votre conjoint et de garder un peu d'argent liquide. Le jour du départ, évitez d'utiliser une carte bancaire qu'il connaît : ses paiements laissent une trace.

> **Si une banque refuse de vous ouvrir un compte**, vous avez droit au compte. Sans réponse de la banque sous 15 jours, son silence vaut refus. Vous pouvez alors saisir la Banque de France, en ligne, au guichet ou par courrier. Elle désigne une banque dans un délai d'un jour ouvré. Les services bancaires de base sont alors gratuits.

© 2026 Des Racines et des Ailes vers l'Avenir · Tous droits réservés · Reproduction interdite sans autorisation écrite

4 Que faire en cas de compte joint ou de crédit à votre nom ?

Si vous avez un compte joint, vérifiez son solde avant votre départ. Vous pouvez faire constater ce solde par un commissaire de justice (anciennement huissier).

La Banque de France a publié une page de questions et réponses consacrée aux violences économiques intrafamiliales. Elle explique notamment comment clôturer un compte joint à votre initiative, contester des opérations, ou reprendre la main sur une assurance-vie dont votre conjoint connaît les codes. Ses conseillers peuvent vous aider en ligne, par téléphone ou en agence.

Gardez une copie de vos relevés de compte, de vos contrats et de vos avis d'imposition en lieu sûr. Ces documents serviront de preuves.

5 Qu'est-ce que l'aide universelle d'urgence ?

L'aide universelle d'urgence est une aide financière versée par la CAF ou la MSA. Elle permet de quitter rapidement le domicile, de se mettre à l'abri et de faire face aux premières dépenses.

Qui peut la demander ? Toute personne victime de violences de la part de son conjoint, partenaire de Pacs ou concubin, ou de son ex. Il faut résider en France et être de nationalité française, ressortissante de l'Union européenne, de l'Espace économique européen ou suisse, ou titulaire d'un titre de séjour. Elle est ouverte avec ou sans enfant.

Quel justificatif ? Une plainte, un signalement au procureur de la République ou une ordonnance de protection, datant de moins de 12 mois.

Prêt ou aide ? Selon vos ressources et le nombre d'enfants à charge, l'aide est versée sans remboursement ou sous forme de prêt sans intérêt. Le remboursement d'un prêt ne commence qu'au 24^{e} mois. Il n'est pas exigé tant qu'une plainte est en cours, et le tribunal peut condamner l'auteur à rembourser à votre place.

Quel délai ? La décision est rendue sous 3 jours ouvrés, ou 5 jours ouvrés si vous n'êtes pas déjà allocataire.

La demande se fait en ligne sur le site de la CAF ou de la MSA, ou sur place au moment du dépôt de plainte. Le montant dépend de votre situation : le détail à jour figure sur le site officiel service-public.

6 Quelles autres aides de la CAF existent ?

Selon votre situation, d'autres prestations peuvent vous être ouvertes, comme le revenu de solidarité active (RSA) ou l'allocation de soutien familial (ASF). Signalez votre changement de situation à votre caisse.

Vous vivez dans l'Oise ? Depuis le 1er janvier 2026, le département expérimente le Pack Nouveau Départ, coordonné par la CAF de l'Oise. Un professionnel (service social, forces de l'ordre, association, santé) vous le propose. Avec votre accord, la CAF vous contacte sous 3 jours, de façon confidentielle. L'accompagnement couvre le logement, les aides financières, la garde d'enfants et l'insertion professionnelle.

© 2026 Des Racines et des Ailes vers l'Avenir · Tous droits réservés · Reproduction interdite sans autorisation écrite

7 La justice peut-elle vous protéger ?

Oui. Dans une ordonnance de protection, le juge aux affaires familiales peut prévoir des obligations financières à la charge de l'auteur. Il peut aussi vous attribuer le logement.

Pour vous informer gratuitement sur vos droits, vous pouvez vous adresser à un centre d'information sur les droits des femmes et des familles (CIDFF) ou à un Point-justice. Le 3919 vous écoute et vous oriente, gratuitement et anonymement, 24 heures sur 24.

8 Questions fréquentes

Contrôler l'argent de sa compagne, est-ce une violence conjugale ?

Oui. Le contrôle des dépenses, la privation de ressources, la confiscation des moyens de paiement ou l'interdiction de travailler sont des violences économiques. Elles font partie des violences conjugales.

Puis-je ouvrir un compte bancaire sans mon conjoint ?

Oui. Une personne majeure peut ouvrir seule un compte individuel, avec une pièce d'identité, un justificatif de domicile et sa signature. En cas de refus de la banque, la Banque de France peut désigner une banque.

L'aide universelle d'urgence est-elle soumise à conditions de ressources ?

Elle est ouverte quelles que soient vos ressources. Celles-ci déterminent seulement si elle est versée sans remboursement ou sous forme de prêt sans intérêt.

En combien de temps l'aide universelle d'urgence est-elle versée ?

La CAF ou la MSA rend sa décision sous 3 jours ouvrés, ou 5 jours ouvrés si vous n'êtes pas déjà allocataire.

© 2026 Des Racines et des Ailes vers l'Avenir · Tous droits réservés · Reproduction interdite sans autorisation écrite

Vous n'êtes pas seule

Notre association vous écoute, vous oriente et vous accompagne, gratuitement et en toute confidentialité.

Cercles de parole

Retrouvez d'autres femmes qui ont vécu la même chose, en ligne, chaque semaine.

Je m'inscris à un cercle →

Ligne d'écoute

Une écoutante vous répond sans jugement, de façon anonyme et gratuite, le mardi et le jeudi de 14h à 19h.

Parler à une écoutante →

Permanence juridique

Une bénévole vous aide à vous repérer dans vos droits et vous oriente vers les bons interlocuteurs.

Je fais ma demande →

Nous contacter

SITE WEB
des-racines-des-ailes.org

TÉLÉPHONE (ACCUEIL)
09 72 22 34 70

E-MAIL
contact@des-racines-des-ailes.org

INSTAGRAM
@racines.ailes.vers.l.avenir

Scannez pour ouvrir le site

Numéros utiles

17
Police secours, en cas de danger immédiat

114
Urgences par SMS, si vous ne pouvez pas parler

3919
Violences Femmes Info, gratuit et anonyme, 24h/24

116 006
France Victimes, aide aux victimes

115
Hébergement d'urgence

119
Enfance en danger

Des Racines et des Ailes vers l'Avenir
Association d'aide aux femmes victimes de violences · Oise et Paris

Sources officielles consultées en octobre 2026 :
https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/actualites/A18667
https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F12544
https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F2413
https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F2417
https://www.caf.fr/allocataires/caf-de-l-oise/offre-de-service/vie-personnelle/je-suis-victime-de-violences-conjugales
https://www.caf.fr/allocataires/caf-de-l-oise/actualites-departementales/pack-nouveau-depart-un-accompagnement-global-pour-les-victimes-de-violences-conjugales
https://arretonslesviolences.gouv.fr/besoin-d-aide/violences-au-sein-du-couple
https://www.masecurite.interieur.gouv.fr/fr/fiches-pratiques/famille-et-aides-aux-victimes/violences-conjugales-guide-preparer-son-depart-en-toute-securite

© 2026 Des Racines et des Ailes vers l'Avenir · Tous droits réservés · Reproduction interdite sans autorisation écrite