

VIOLENCES DANS LE COUPLE

Victime ou témoin, vous pouvez agir

Consentement : C'est le fait de donner son accord de manière consciente, libre et explicite à un moment donné pour une situation précise. Possible de revenir sur ce choix à n'importe quel moment, peu importe les raisons.

Si vous vous reconnaissez dans certaines des situations **orange** ou **rouge**, vous êtes peut-être victime de violences.

La loi vous protège.

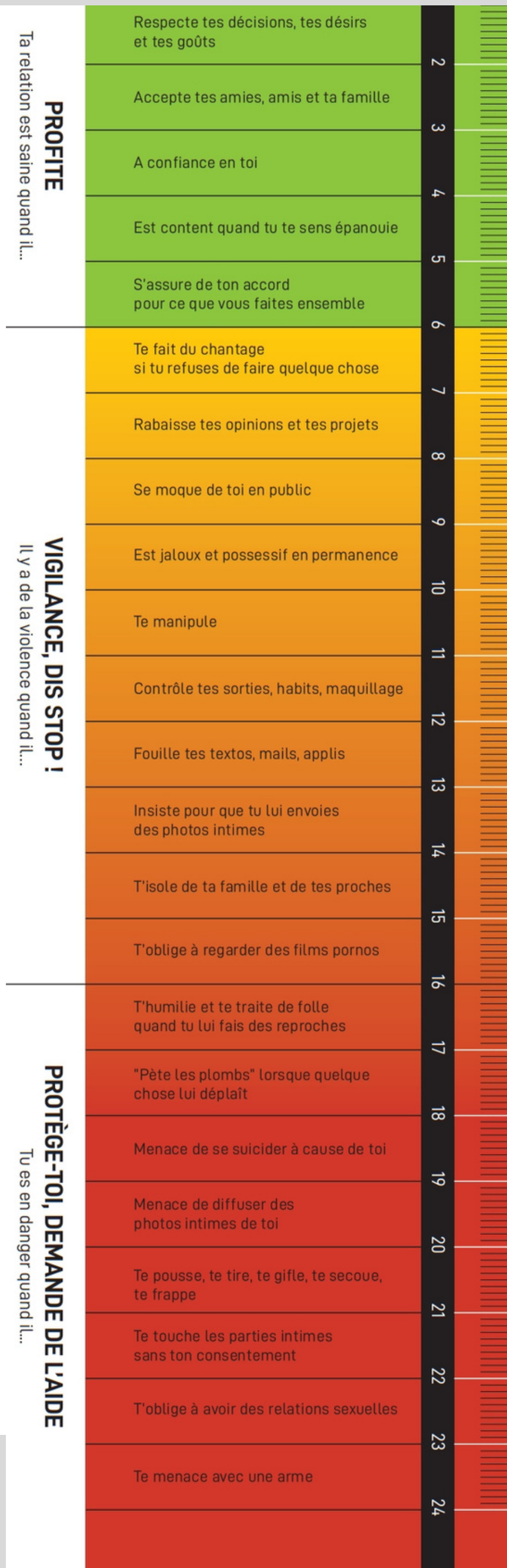
Il faut chercher de l'aide et vous protéger, vous et vos enfants.



Que faire ?

- Noter et apprendre par cœur les **numéros de téléphone** importants
- **Identifier** les personnes pouvant venir en aide en urgence
- Expliquer la **conduite à tenir** à vos enfants en cas de problème
- Enregistrer en lieu sûr et accessible les **documents importants** (identité, biens immobiliers, bancaires, diplômes, sécurité sociale).
- Ouvrir un **compte bancaire** à votre nom de naissance à une adresse différente
- Rassembler des **témoignages** de parents, ami-es, collègues, témoins des violences dont les déclarations viendront renforcer les vôtres
- Consulter un **médecin**, il pourra rédiger un certificat médical descriptif, utile en cas de plainte
- Porter **plainte**

Les victimes en possession ou non d'un certificat médical peuvent porter plainte 24h/24, 7j/7, dans n'importe quel commissariat de Police, à la Gendarmerie ou auprès du Procureur de la République en écrivant au Tribunal de Grande Instance de secteur.



Où trouver de l'aide ?

Au téléphone

- Police : **17**
- SAMU : **15**
- Pompiers : **18**
- Violences faites aux femmes : **3919** (anonyme)
- SAMU social, hébergement d'urgence : **115**
- Enfance en danger : **119**

CIDFF (Centre d'Information sur les Droits des femmes et des Familles) Limousin

- Haute-Vienne : 05 55 33 86 00
- Corrèze : 05 55 17 26 05
- Creuse : 05 55 52 99 41

Par SMS : au 114

Sur internet

- <https://arretonslesviolences.gouv.fr>
- <https://limousin.cidff.info>

Proche de chez vous

- À la gendarmerie
- Chez votre médecin
- Dans votre pharmacie : demandez un «**masque 19**»
- Permanences du CIDFF en Limousin : <https://limousin.cidff.info/permanences-cidff/p-52>



Permanences CIDFF 87



Tchat Comment on s'aime



Arrêtons les violences .gouv