

PROFITE

Ta relation est saine quand il ou elle...

Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts

Accepte tes amies, amis et ta famille

A confiance en toi

Est content(e) quand tu te sens épanoui(e)

S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble

Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose

Rabaisse tes opinions et tes projets

Se moque de toi en public

Est jaloux(se), possessif(ve) en permanence

Te manipule

Contrôle tes sorties, habits, maquillage

Fouille tes textos, mails, applis

Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes

T'isole de ta famille et de tes proches

T'oblige à regarder des films pornos

T'humilie et te traite de fou (folle) quand tu lui fais des reproches

«Pête les plombs» lorsque quelque chose lui déplaît

Menace de se suicider à cause de toi

Menace de diffuser des photos intimes de toi

Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe

Te touche les parties intimes sans ton consentement

T'oblige à avoir des relations sexuelles

Te menace avec une arme

VIGILANCE, DIS STOP !

Il y a de la violence, quand il ou elle...

PROTÈGE-TOI DEMANDE DE L'AIDE

Tu es en danger quand il ou elle...

NUMÉROS UTILES

Les permanences téléphoniques nationales

3919 Violences femmes info

119 Allô enfance en danger



115 Centre d'hébergement d'urgence



Vous êtes victime ou témoin, en situation d'urgence, contactez Urgence 114 par VISIO, TCHAT, SMS ou FAX 24h/24, 7j/7.

Les numéros locaux sur EBER

• **France Victimes 38 APRESS** : 04 74 53 58 13

• **Les Centres Médico-Sociaux (CMS)** :

– Beaurepaire : 04 37 02 26 36

– Roussillon : 04 74 11 20 50

• **Les Centres de Planification et d'Education Familiale (CPEF), nouvellement appelés Centres de Santé Sexuelle** :

– EBER Communauté de Communes : 04 74 86 55 62

– Bièvre Valloire / Département de l'Isère : 04 69 46 50 04

Plus d'informations



VIOLENCES INTRAFAMILIALES : PRÉVENIR ET AGIR



LES VIOLENCES INTRAFAMILIALES

Les violences intrafamiliales sont des **actes violents** exercés **entre les membres d'une même famille** (conjoint, enfants, tous les membres de la famille élargie).

La Convention européenne d'Istanbul (2014) reconnaît les **violences faites aux femmes** comme **violation des droits de l'Homme**.

La violence conjugale s'inscrit dans un cadre d'un **rapport de domination**. C'est une **atteinte volontaire**, un conditionnement, dont il est difficile de sortir. Elle a des **répercussions sur les enfants**.

Cette violence n'est **pas accidentelle**, elle n'est pas le résultat d'un simple conflit : elle résulte d'un comportement inacceptable **interdit** et **sévèrement puni par la loi**.

LES ÉTAPES ET DÉMARCHES À ENTREPRENDRE

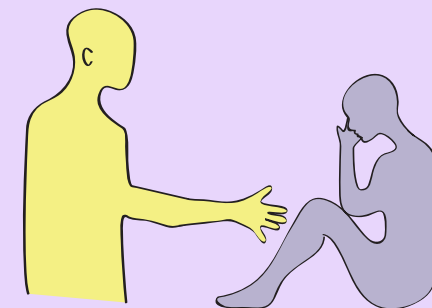
Quelle que soit votre situation administrative

Parler et être écouté

Si vous êtes victime de violences :

- > **ne restez pas isolé(e)**
- > **faites appel** à une **personne de confiance**, un(e) **professionnel(le)** ou une association d'aide aux victimes.

Dans tous les cas, **vous n'êtes pas responsable** de la situation.



Se mettre en sécurité

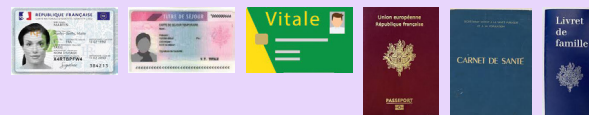
En cas de **danger grave et immédiat** :

- > **contactez les services de police ou de gendarmerie** (pour une intervention rapide) ou **allez-y directement**. Même si les **faits ont cessé**, vous pouvez **déposer plainte** et **faire part de vos craintes** de subir de nouvelles violences ou représailles contre vous et vos proches.

Préparer son départ

Si vous n'êtes **pas prêt(e)** à quitter immédiatement le domicile :

- > **préparez un sac en lieu sûr** (proche, association spécialisée) avec des affaires de première nécessité et les documents ou copies des papiers officiels et importants :

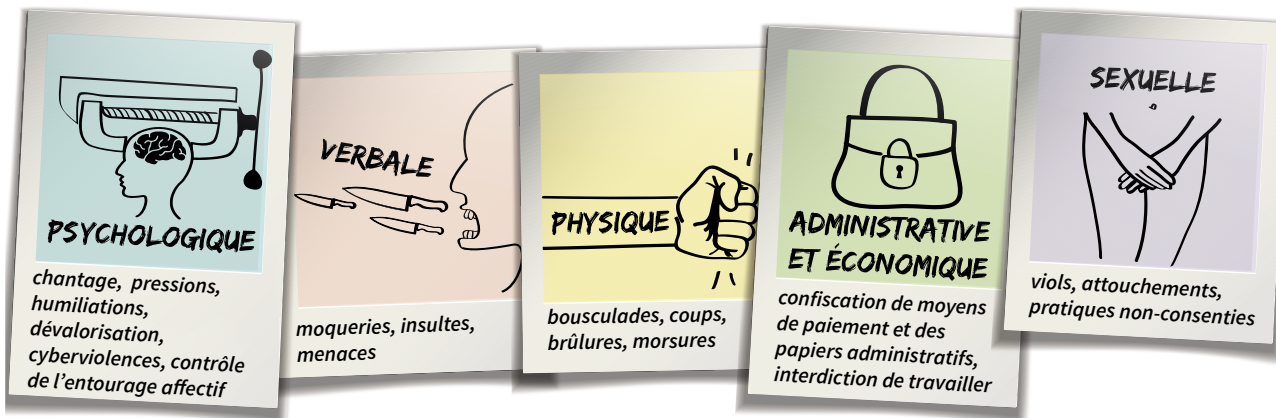


Et si possible : carte grise, bulletins de salaire, diplômes, avis d'imposition, titre de propriété, factures des biens de valeur, quittance de loyer, RIB...

Emportez aussi des **éléments de preuve** : certificats médicaux, témoignages, photos, récépissé de dépôt de plainte...

Le jour de votre départ, emportez pièces d'identité, double des clés du domicile et de la voiture, moyens de paiement, cartes vitale et de mutuelle.

Les 5 types de violences



App-Elles > La première application française solidaire des femmes en situation d'insécurité.

Télécharger l'application >

