

#Nerienlaisserpasser

Réagir peut tout changer



NUMÉROS UTILES

3919

Arrêtons les violences

numéro d'écoute, anonyme et gratuit et 7j/7
en semaine de 9h à 22h, les week-ends et jours fériés de 9h à 18h

119

Allô enfance en danger

appel gratuit depuis un poste fixe

17

Police ou gendarmerie en cas d'urgence

ou le 112 d'un portable, appel gratuit



SITES INTERNET UTILES

Pour toutes informations, pour s'informer
ou faire un signalement, anonyme et gratuit

arretonslesviolences.gouv.fr

www.allo119.gouv.fr

Le tchat permet un échange individualisé avec un policier ou un gendarme spécialement formé. C'est un service gratuit, accessible 24h/24, 7j/7, depuis un ordinateur, une tablette ou un smartphone.



QUELQUES ASSOCIATIONS LOCALES

CIDFF94

Centre d'information sur les droits des femmes et des familles
(information juridique et aide aux victimes)

12, avenue François Mitterrand 94000 CRETEIL
01 72 16 56 50

APCE94

Association pour le couple et l'enfant
(écoute, orientation, accompagnement)

8, allée Bourvil 94000 CRETEIL
01 42 07 49 74

Tremplin 94 – SOS Femmes

50, rue Carnot 94700 MAISONS-ALFORT
01 49 77 52 12

Chaque année, l'association organise la "Mirabal", une course sportive de 5 à 10 km, pour sensibiliser à l'égalité et aux violences faites aux femmes.

Pour plus d'infos et inscriptions : www.lamirabal-tremplin94.org



Des compétences au service de tous
Nos valeurs bâtissent nos projets

7, rue des Écoles - 94000 CRÉTEIL - 01 45 17 40 00

www.creteil-habitat.com

CRÉTEILhabitat

Ne pas rester seul face aux violences



emendo.fr / Ne pas jeter sur la voie publique

Le petit guide de prévention
face aux violences

Toute famille, toute femme, tout homme, aussi bien jeunes ou plus âgé(e)s, de toute ville, de toutes origines ou milieux sociaux, loin des clichés... Nous sommes tous concernés par la prévention et la lutte contre les violences sexistes et/ou intrafamiliales.

PARLER
Esprit d'entraide **réagir**

Stop aux violences

retrouver
confiance

avancer

AGIR protéger prendre en charge

prévenir **dialoguer**

s'en sortir *parole*

écouter Venir en aide

écoute bienveillante

ACCOMPAGNER



Pour aider à trouver des solutions et permettre le meilleur accompagnement possible, les services du Département du Val-de-Marne et du Grand Paris Sud-Est Avenir (GPSEA) proposent aux femmes victimes de violence, un accompagnement global et pluridisciplinaire, sur les plans sanitaire, juridique, psychologique et social.

Qu'est-ce que des violences conjugales ou intrafamiliales ?

Il s'agit d'un processus évolutif

Une personne exerce une emprise et une domination sur l'autre. Ce n'est pas une violence accidentelle, mais bien une atteinte volontaire à l'intégrité de l'autre personne. Les violences peuvent prendre de multiples formes : verbales, physiques ou sexuelles, mais aussi psychologiques et économiques.

À l'abri des regards

Les violences conjugales ou intrafamiliales s'exercent le plus souvent **dans l'intimité d'un couple ou d'une famille**, et donc en-dehors de tout regard extérieur.



Tous ces comportements sont punis par la loi,

on peut citer : les injures, les menaces, les coups et blessures, la séquestration, les comportements sexuels non consentis, les viols, l'interdiction de voir ses amis ou sa famille, l'interdiction de travailler, la confiscation de documents officiels (carte Vitale, pièces d'identité, ...) ...

Pour arrêter ces abus et cette violence, il est donc important de porter systématiquement plainte auprès du commissariat de police.

Comment agir ?



Le plus important : **LA PAROLE**

Que vous soyez un proche ou victime de violences, il faut sortir de la spirale de la violence, sortir de la peur, de l'angoisse, de l'emprise du conjoint et d'un possible sentiment de culpabilité. Les victimes sont donc souvent orientées par les policiers suite à une plainte ou à une main courante, auprès des psychologues du Commissariat de police, et trouvent une écoute attentive et bienveillante. Parler et déposer plainte, c'est permettre de poser les limites, d'agir et de mieux se protéger.



Ensuite : **SE FAIRE ACCOMPAGNER**

Les équipes de police sont toutes soumises au secret professionnel et elles peuvent orienter les victimes vers les associations locales de la ville et du département du Val-de-Marne.



Pour s'en sortir : **CONTACTER**

une ASSOCIATION au sein du RESEAU CRISTOLIEN

Pour vous aider, vous orienter ou bien accompagner, la Ville de Créteil dispose d'un réseau efficace de partenaires bienveillants et à l'écoute. L'objectif est de :

• PRÉVENIR • REPÉRER • PROTÉGER • PRENDRE EN CHARGE •