

# CONTRE LES VIOLENCES CONJUGALES

LE DÉPARTEMENT  
**TOUJOURS  
PRÉSENT**

APPELEZ LE

**39 19**

**[violences.herault.fr](http://violences.herault.fr)**

# DÉTECTONS LES VIOLENCES CONJUGALES

Toutes les violences conjugales sont interdites par la loi, qu'elles visent une femme ou un homme, qu'elles soient **physiques** ou **sexuelles**, **psychologiques**, **verbales (voire de harcèlement)**, **économiques** ou **administratives**. Il s'agit des violences commises au sein des couples mariés, pacsés, en union libre ou séparés.



**Si vous vous êtes reconnue dans l'une de ces situations, nous sommes là pour vous aider.**

© Violentomètre : Ville de Paris, Département Seine Saint Denis, EN Avant toutes, Centre hubertine Auclèrt, Région Ile de France

Ta relation est saine quand il...

## PROFITE

Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts

1

Accepte tes amies, amis et ta famille

2

A confiance en toi

3

Est content quand tu te sens épanouie

4

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

5

Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose

6

Rabaisse tes opinions et tes projets

7

Se moque de toi en public

8

Est jaloux et possessif en permanence

9

Te manipule

10

Contrôle tes sorties, habits, maquillage

11

Fouille tes textos, mails, applis

12

Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes

13

T'isole de ta famille et de tes proches

14

T'oblige à regarder des films pornos

15

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

16

"Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît

17

Menace de se suicider à cause de toi

18

Menace de diffuser des photos intimes de toi

19

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

20

Te touche les parties intimes sans ton consentement

21

T'oblige à avoir des relations sexuelles

22

Te menace avec une arme

23

24

Il y a de la violence quand il...

## VIGILANCE, DIS STOP !

Tu es en danger quand il...

## PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE

# QUI CONTACTER ?

**Vous êtes victime de violences conjugales et vous ne savez pas à qui vous adresser ? Par où commencer ? La première étape est d'en parler.**

**Pour cela vous pouvez contacter un professionnel formé pour vous écouter, vous recevoir, et vous accompagner pour l'accès aux droits, aux soins, au logement, une mise à l'abri, une aide psychologique.**

**Cette aide sera gratuite et vous n'avez pas à porter plainte pour en bénéficier.**

**Il existe de nombreux professionnels dans l'Hérault, tous travaillent en réseau. Quelle que soit votre porte d'entrée, ils se concerteront et un parcours complet sera mis en place, adapté à votre situation et vos besoins personnels.**

## Les services du Département de l'Hérault

**770 travailleurs sociaux et médico-sociaux sont employés par le Département pour accompagner les personnes en difficulté dans l'Hérault. Contactez-les par téléphone ou rendez-vous physiquement dans votre service départemental des solidarités. Pour connaître le site le plus proche de chez vous rdv sur [www.herault.fr](http://www.herault.fr).**

- Lunel-Petite Camargue :  
Lunel **04 67 67 55 20**
- Montpelliérain :  
Montpellier **04 67 67 51 50**
- Cœur d'Hérault Pic St-Loup :  
Clermont-l'Hérault **04 67 67 44 00**
- Etang de Thau :  
Frontignan **04 67 67 76 99**
- Haut Languedoc Ouest Héraultais :  
Bédarieux **04 67 67 47 10**
- Biterrois : Béziers **04 67 67 45 00**

## EN CAS D'URGENCE

### 39 19

Numéro d'écoute national  
(24h/24, 7j/7, appel gratuit et anonyme)

### 115

Si vous avez besoin d'être hébergée en urgence quand les services sociaux sont fermés  
(24h/24, 7j/7, appel gratuit)

### 17

En cas de danger immédiat  
(24h/24, 7j/7, appel gratuit)

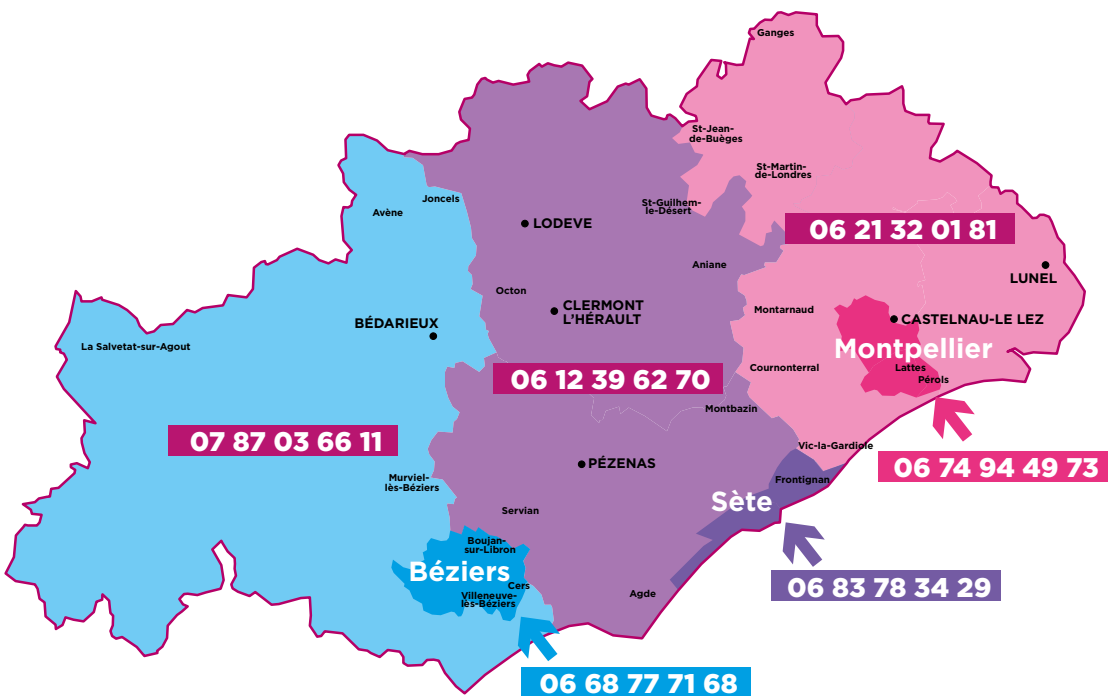
## Les intervenants sociaux en commissariat et gendarmerie (ISCG)

Les **Intervenants Sociaux en Commissariat et Gendarmerie** sont des professionnels spécifiquement formés à l'aide aux victimes de violences conjugales. Ils sont basés en commissariat ou en gendarmerie.

Vous pouvez :

- les contacter par téléphone,
- et/ou les rencontrer dans le lieu que vous leur désignerez,
- avant, après ou sans avoir déposé plainte.

### MON ISCG DE SECTEUR



## Les services hospitaliers et de médecine libérale

Ces équipes vous examinent, vous soignent et attestent des violences que vous avez subies.

- **Les urgences des services hospitaliers** vous reçoivent tous les jours, 24h/24h.
- **Votre médecin traitant** vous conseille et vous oriente vers les services adaptés.

## Les associations Héraultaises

Accueil, écoute, informations, accompagnement, conseils juridiques et hébergement...

Le Département travaille avec de nombreuses associations qui sont là pour vous aider et vous conseiller.

Toutes leurs coordonnées sur [violences.herault.fr](http://violences.herault.fr).

**Vous êtes témoin de violences conjugales et vous ne savez pas comment réagir ?**

**Retrouvez tous nos conseils sur [Violences.herault.fr](http://Violences.herault.fr).** ←

## N'HÉSITEZ PAS À PORTER PLAINTE

- **Les services de police et de gendarmerie de l'Hérault** enregistrent votre plainte. Cet acte vous permet d'être reconnue comme victime et ainsi d'être mieux protégée. Vous pouvez contacter le 17 (*appel gratuit 7j/7 et 24h/24h*), ou consulter un(e) intervenant(e) social(e) du Département sur place (*coordonnées sur la carte ci-contre*).
- **Les Maisons de la justice et du droit (MJD)** sont des lieux d'accueil, d'écoute et d'accès au droit. Il en existe 5 en Hérault à Montpellier, Lattes, Lunel, Agde et Lodève. Retrouvez leurs coordonnées et horaires sur [www.cdad-herault.justice.fr](http://www.cdad-herault.justice.fr)
- **L'association « l'avocat et la violence »** Permanence téléphonique joignable au 07 80 47 59 77 du lundi au vendredi de 9h à 18h. <https://barreau-montpellier.com/avocat-et-violence-conjugale>
- **La Permanence « Intra familiale » des avocats du Barreau de Béziers** Permanence téléphonique d'avocats joignable au 04 67 28 32 86, 7j/7j et 24h/24h. [www.barreau-beziers-avocats.fr](http://www.barreau-beziers-avocats.fr)

# OSEZ PARLER, FAITES-VOUS ACCOMPAGNER!

**POUR TOUTE URGENCE**


**39 19**

Numéro d'écoute national  
(24h/24, 7j/7, appel gratuit et anonyme)

**[violences.herault.fr](https://violences.herault.fr)** 

Vous y trouverez toutes les informations  
sur vos droits et les contacts à conserver.



 Site sécurisé avec possibilité d'effacer les traces de votre visite

