



VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE OSEZ APPELER

39 19 Numéro d'écoute
national

115 Besoin d'être
hébergé-e en urgence

17 En cas de
danger immédiat

violences.herault.fr

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

Qui contacter ?

Vous êtes victime de violences au sein du couple 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.

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 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

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

Étang de Thau :

Frontignan

04 67 67 76 99

Haut-Languedoc

Ouest Hérault :

Bédarieux

04 67 67 47 10

Biterrois :

Béziers

04 67 67 45 00

Les intervenantes sociales en commissariat et gendarmerie (ISCG)

Les **intervenantes sociales en commissariat et gendarmerie** sont des professionnelles employées par le Département spécifiquement formées à **l'aide aux victimes de violences au sein du couple**. Elles sont basées en commissariat ou en gendarmerie.

Vous pouvez :

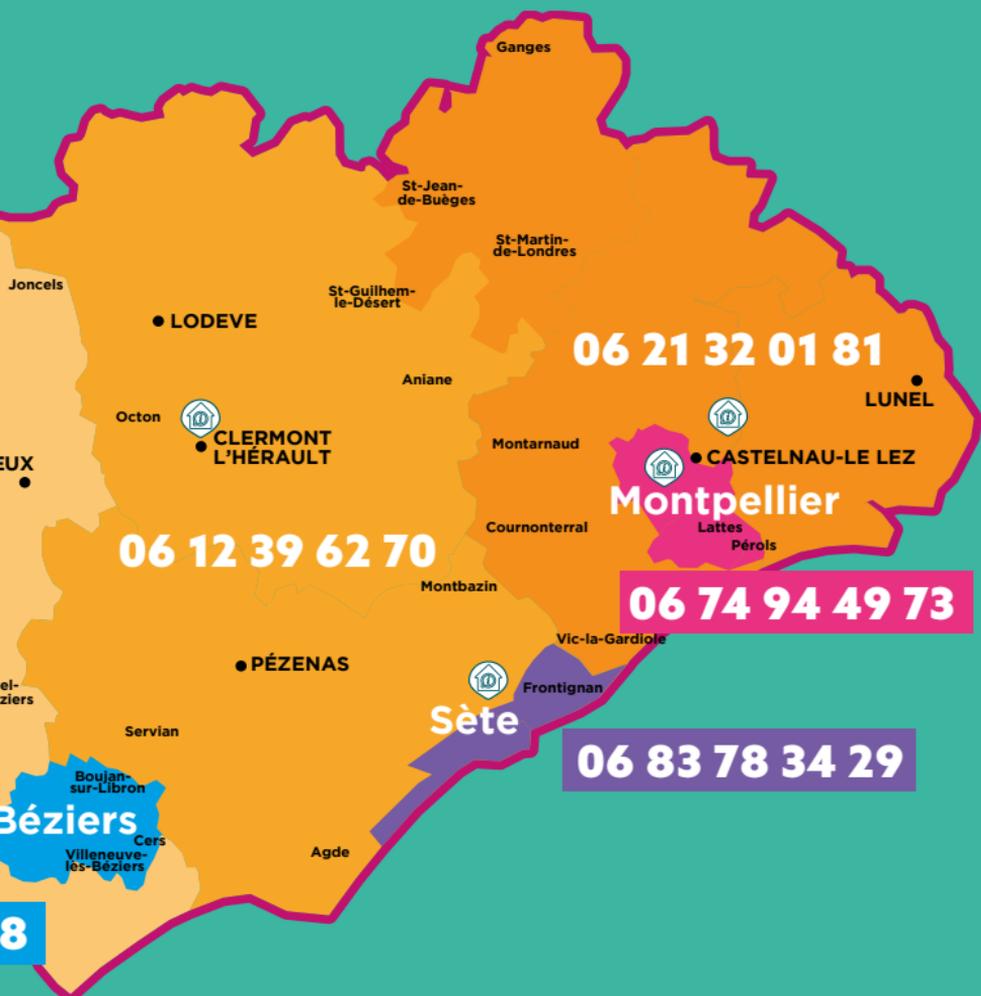
- les contacter par téléphone,
- et/ou les rencontrer dans le lieu que vous leur désignerez
- avant, après ou sans avoir déposé plainte.





Les centres de santé sexuelle : des lieux de soin et d'écoute départementaux

- Sète
- Clermont-l'Hérault
- Montpellier : Ovalie, Mosson, Pergola, Saint-Martin
- Jacou



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

Les maisons des femmes

- **Maison des femmes Agnès McLaren**
CHU de Montpellier / Tél 04 67 33 48 83
- **Espace Delphine**
Centre Hospitalier de Béziers/ Tél 04 67 35 70 35

N'hésitez pas à porter plainte

- ➔ **Les services de police et de gendarmerie de l'Hérault** enregistrent votre plainte. C'est un acte important pour être reconnue comme victime et ainsi 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 page 5).
- ➔ **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**
- ➔ **L'association « l'avocat et la violence »**
Permanence téléphonique joignable au **07 80 47 59 77** du lundi au vendredi de 9h à 18h.
www.barreau-montpellier.com
- ➔ **L'association France Victimes 34**, association de juristes et psychologues spécialisés dans l'accompagnement gratuit des victimes d'infractions pénales
Joignable au 04 67 60 61 78
- ➔ **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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts	Accepte tes amies, amis et ta famille	A confiance en toi	Est content quand tu te sens épanouie	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 et possessif en permanence	Te manipule	Contrôle tes sorties, habits, maquillage	Envoie des textos, mails, appels
<p>PROFITE</p> <p>Ta relation est saine quand il...</p>					<p>VIGILANCE, DIS STOP</p> <p>Il y a de la violence quand il...</p>						

Toutes les violences au sein du couple 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.

13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
	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 folle quand tu lui fais des reproches	"Pète 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

!
...

PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE
Tu es en danger quand il...



Je suis témoin de violences Comment réagir ?

En tant qu'ami, membre de la famille, collègue... vous serez peut-être amené à côtoyer une personne victime de violences. Votre rôle peut être déterminant dans l'écoute, l'accueil et l'orientation de cette personne :

- Essayer de lui parler en privé et de manière confidentielle.
- Adoptez une écoute active et bienveillante : donnez du crédit à sa parole, déculpabilisez et rassurez-la.
- Tentez d'évaluer une situation de danger : n'hésitez pas à lui demander si elle a peur, si elle subit des menaces, des représailles, si elle est suivie...
- Incitez-la à prendre contact avec un professionnel du Département. Le numéro national gratuit d'information 39 19 est destiné aux personnes victimes mais aussi à leur entourage.
- Respectez son choix : Si elle ne veut pas porter plainte ou prendre contact avec les structures tout de suite, elle est décisionnaire.

**Vous êtes témoin de violences
conjugales et vous ne savez
pas comment réagir ?
Retrouvez tous nos conseils
sur**

violences.herault.fr

Qu'est-ce qu'un centre de santé sexuelle ?

Sexualité, contraception, violences, conseils... Dans les centres de santé sexuelle de l'Hérault, des professionnels vous accueillent sur rendez-vous, de manière anonyme et gratuite. Et ce, quel que soit votre âge.

- *On ne se comprend plus et il devient violent*
- *J'ai eu un rapport non protégé*
- *Je suis enceinte, mineure, mais je ne souhaite pas en parler à ma famille*
- *Ai-je le droit d'avorter sans en parler à ma famille ?*
- *Elle me surveille et me menace constamment*
- *Je suis victime d'homophobie*

Un lieu d'écoute

Dans l'Hérault, 7 centres de santé sexuelle (dont 4 à Montpellier) vous accueillent pour un rendez-vous anonyme et gratuit. Des conseillères conjugales et familiales vous proposent un accompagnement personnalisé.

Pour les contacter : **04 67 67 52 01**

Venez parler librement avec des professionnels soumis au secret professionnel.

Osez parler, faites vous accompagner

Pour toute urgence

3919

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

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

