

## SIGNALEZ LES FAITS



### Les violences sont punies par la loi, vous pouvez signaler les faits

- En vous rendant au commissariat de police ou à la gendarmerie. Vous pouvez être accompagné (par un proche ou membre d'association). Ou par courrier auprès du Procureur de la République.
- Demandez un récépissé que vous conserverez précieusement.
- Votre demande sera systématiquement prise en compte et vous serez assisté(e) dans vos démarches.



### Le certificat médical

Tout médecin est tenu de vous fournir un certificat médical si vous le demandez. Il constitue une preuve des violences que vous subissez, qu'elles soient physiques ou psychologiques, conservez-le précieusement.

### Les moyens de protection après une plainte



- Attribution d'un téléphone grave danger.
- Interdiction de contact pour votre conjoint.
- Eviction du conjoint du domicile.
- Mise en place d'un bracelet anti-rapprochement.
- Autorisation de dissimulation de votre adresse....

### Quelque soit votre nationalité ou celle de votre conjoint(e), vous avez des droits

Avec des documents justifiants les violences, vous pouvez obtenir une carte temporaire de séjour ou le renouvellement de votre titre.

## PROTEGEZ-VOUS

### Demandez une ordonnance de protection

- Elle permet une protection complète et immédiate Mise à l'abri et sécurité physique, juridique et économique pour vous et vos enfants. Le juge peut ordonner des mesures qui concernent : une interdiction de contact, l'exercice de l'autorité parentale, l'attribution du logement et/ou la répartition des charges.

- Pour l'obtenir :

Adressez une demande au juge aux Affaires Familiales. Il vous sera demandé d'attester de la vraisemblance des violences et du danger que vous encourez. Il n'est pas obligatoire d'avoir déposé plainte pour faire la demande.

### Bénéficiez d'un accompagnement judiciaire

- Vous pouvez vous faire assister par un avocat (annuaire sur [cnb.avocat.fr](http://cnb.avocat.fr)).
- Il est possible d'obtenir la prise en charge des frais de justice en fonction de vos revenus [www.justice.fr/simulateurs/aide-juridictionnelle](http://www.justice.fr/simulateurs/aide-juridictionnelle)

### Protégez vos enfants

- Les violences affectent gravement et durablement vos enfants, même s'ils ne le montrent pas. Des professionnels peuvent les accompagner.
- Vous pouvez quitter votre logement avec vos enfants, veillez cependant à en avertir les forces de sécurité.
- Sollicitez le juge aux Affaires Familiales qui fixera les modalités d'exercice de l'autorité parentale, éventuellement, une pension alimentaire et/ou une interdiction de sortie de territoire pour vos enfants.

## Les structures d'accompagnement en Creuse

### Intermède 23

Accueil de jour dédié et anonyme : écoute, accompagnement individuel et collectif, orientation, soutien et mise à l'abri.  
1 avenue Manouvrier, Guéret. 06.49.47.11.13 - 05.87.08.70.99 - [intermede@comiteaccueilcreusois.fr](mailto:intermede@comiteaccueilcreusois.fr) - Permanences à Aubusson, rdv mobiles dans le département sur demande.

### Aravic France-Victimes 23

Accueil, écoute, informations sur le droit des victimes, aide dans les démarches juridiques, orientation, soutien et accompagnement à tout moment de la procédure.  
17 pl Bonnyaud, Guéret. 05.55.52.39.81 - [aravic23@wanadoo.fr](mailto:aravic23@wanadoo.fr) ; Permanences à Aubusson, Bourgneuf, La Souterraine

### CIDFF : Centre d'information sur le droit des femmes et des familles

Vous pourrez échanger, sur place ou par téléphone, avec une juriste formée à l'accueil des femmes victimes de violences.  
1 av. Manouvrier, Guéret - [cidff23@cidff-limousin.org](mailto:cidff23@cidff-limousin.org)  
05.55.52.99.41 - Permanences à Aubusson, Bonnat, Bourgneuf, La Souterraine.

### CDAD : Conseil Départemental d'accès aux droits

Point d'accès aux droits, accueil, information, orientation. Palais de Justice, pl Bonnyaud, Guéret.  
05.87.56.20.89 ou [cdad23@outlook.fr](mailto:cdad23@outlook.fr)

### Conseil Départemental

**Intervenante sociale en commissariat et gendarmerie**  
Ecoute, accompagnement dans les démarches, accueil, orientation, aide aux procédures et liens avec les forces de l'ordre. 05.44.30.25.11 ou 06.79.83.81.13.

**UTAS** : Contactez vos assistants sociaux de secteur via la direction des actions sociales de proximité.  
05.44.30.25.02 ou [oserdemander@creuse.fr](mailto:oserdemander@creuse.fr)

### Lieu d'Accueil Relais de Bourgneuf

Accueil, Ecoute, Orientation, Permanences de partenaires - Mairie - 06.31.89.68.07 ou [accueil-social@bourgneuf.fr](mailto:accueil-social@bourgneuf.fr)

### Lieu d'Accueil Relais de La Souterraine

Accueil, Ecoute, Orientation, Permanences de partenaires - CCAS, 1, rue de l'hermitage - 05.55.63.35.95

# EVALUEZ VOTRE RELATION

Votre conjoint :

Respecte vos décisions, vos désirs et vos goûts	Votre relation est saine.
Accepte vos amis et votre famille	
A confiance en vous	
Est content(e) quand vous vous sentez épanoui(e)	
S'assure de votre accord pour ce que vous faites ensemble	
Vous fait du chantage si vous refusez de faire quelque chose	Il y a des violences, dites stop.
Rabaisse vos opinions et vos projets	
Se moque de vous en public	
Est jaloux et possessif en permanence	
Vous manipule	
Contrôle vos sorties, habits, maquillage	
Fouille vos textos, mails, applis	
Insiste pour que vous lui envoyez des photos intimes	
Vous isole de votre famille et de vos proches	
Vous oblige à regarder des films pornos	
Vous humilie et vous traite de folle quand vous lui faites des reproches	Protégez-vous, vous êtes en danger.
"Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît	
Menace de se suicider à cause de vous	
Menace de diffuser des photos intimes de vous	
Vous pousse, vous tire, vous gifle, vous secoue, vous frappe	
Vous touche les parties intimes sans votre consentement	
Vous oblige à avoir des relations sexuelles	
Vous menace avec une arme	

Vous n'êtes pas responsable des violences que vous subissez, vous n'êtes pas seul(e), des professionnels sont là pour vous accompagner, référez vous aux structures d'accompagnement.

## Le violentomètre

Outil conçu par le Centre Hubertine Auclert, en partenariat avec le Conseil Régional d'Île de France, la ville de Paris, le département de Seine-Saint-Denis et l'association En AvantToute(s)

# PREPAREZ VOTRE DEPART



## Trouvez une solution de relogement

- Vous pouvez accéder à un hébergement d'urgence ou à un logement temporaire dans un appartement sécurisé et meublé.
- Contactez Intermède au 06.49.47.11.13 ou au 05.87.08.70.99 ou faites le 115.



## Sécurisez vos ressources

- Ouvrez un compte personnel, avec une adresse différente de votre domicile conjugal. Vous pouvez obtenir une domiciliation auprès d'un CCAS ou d'Intermède.
- Rapprochez vous de votre CAF/MSA pour faire étudier vos droits au RSA même si vous vivez encore sous le même toit.



## Mettez à l'abri vos documents importants

- Papiers d'identité, bulletins de salaire, documents bancaires...
- Conservez les preuves des violences que vous subissez (photos, vidéos, sms, certificats médicaux, dépôts de plaintes).
- Stockez les dans une boîte mail, en lieu sûr (avocat, proche, association) ou sur memodevie.org.



**VIOLENCES CONJUGALES,  
LA CREUSE S'ENGAGE**

**17 ou 114 par sms**  
Police/gendarmerie  
ou par tchat sur [signalement-violences-sexuelles-sexistes.gouv.fr](https://signalement-violences-sexuelles-sexistes.gouv.fr)

**15**  
Urgences  
médicales

**18**  
Sapeurs  
Pompiers

**115**  
Hébergement  
d'urgence

VOUS ÊTES VICTIME OU TÉMOIN  
DE VIOLENCES, APPELÉZ LE



**PRÉFÈTE  
DE LA CREUSE**

Liberté  
Égalité  
Fraternité

