

VOUS POUVEZ ÊTRE AIDÉE ET PROTÉGÉE

Même si vous avez peur,
Même si vous vous dites que vous l'aimez,
Même si vous pensez ne pas avoir de preuve,

Que les violences soient anciennes ou récentes,
Qu'il s'agisse de votre mari, de votre concubin, de
votre petit-ami ou de votre ex...

**Des professionnel.le.s sont là, formé.e.s pour
vous écouter, sans vous juger, et vous aider à
surmonter vos difficultés.**

Vous pouvez en parler et chercher de l'aide, pour
sortir de l'isolement et vous protéger, vous et vos
enfants, le cas échéant.

Les violences ne doivent pas s'installer ni s'aggra-
ver. Votre vie est en jeu. Vous pouvez en parler à
vos proches, à vos ami.e.s, à une association.

AU MOMENT DES VIOLENCES, VOUS ÊTES EN DANGER

Appelez un numéro d'urgence :

- Police secours : le **17**
- Urgences médicales : le **15**

Allez au commissariat de police ou à la
gendarmerie. Vous et vos enfants pourrez
être mis à l'abri dans un lieu sécurisé. La
meilleure façon de faire valoir vos droits est
de porter plainte. Consultez un médecin et
faites immédiatement rédiger un certificat

CONTACTS UTILES

**Des professionnel.le.s sont gratuitement à
votre disposition pour vous écouter et vous
aider.**

ÉCOUTE, ACCOMPAGNEMENT SOCIAL ET PSYCHOLOGIQUE

**CENTRES D'HÉBERGEMENT SPÉCIALISÉS :
SOS FEMMES INFORMATIONS MEAUX**

13 rue G. Courteline - 77100 Meaux
01 60 09 27 99

SOLIDARITÉ FEMMES - LE RELAIS 77

- Etablissement de Vert-Saint-Denis
27 rue de l'Etang - 77240 Vert-Saint-Denis
01 64 89 76 40
- La maison des femmes - Le relais
5 avenue du Général de Gaulle - 77130 Montereau-
Fault-Yonne - 01 60 96 95 94

INFORMATION ET ACCOMPAGNEMENT JURIDIQUES

**CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES
FEMMES ET DES FAMILLES - CIDFF77 :**

Permanences gratuites dans tout le département
d'informations juridiques, accès aux droits, aide aux
victimes.

01 60 79 42 26 - contact@cidff91.org

**ASSOCIATION D'AIDE AUX VICTIMES
D'INFRACTIONS PENALES - AVIMEJ :**

Permanences dans tout le département. Palais de
Justice BP 230 - 77108 Meaux
01 60 09 75 41

TRIBUNAUX JUDICIAIRES

- Palais de Justice - 159 rue Grande - 77300
Fontainebleau - 01 60 71 23 00
- Palais de Justice - 44 avenue Salvador Allende -
77109 Meaux Cedex - 01 60 09 75 00
- Palais de Justice - 2 avenue du Général Leclerc -
77010 Melun Cedex - 01 64 79 80 00

NUMÉROS D'APPEL

- ALLO ENFANCE MALTRAITÉE : **119**appel gratuit
24h/24
- N° d'urgence et d'accueil des personnes sans abri :
115appel gratuit 24h/24 et 7j/7



VIOLENCES au sein du COUPLE

Seine-et-Marne (77)



www.arretonslesviolences.gouv.fr

COMMENT ÇA SE PASSE DANS VOTRE COUPLE ?

- Il vous dévalorise et vous méprise : « tu es bonne à rien », « tu es nulle », « tu ne ressembles à rien »...
- Il vous fait du chantage, il vous isole : « si tu m'aimes, reste à la maison, ne va pas voir tes copines »...
- Il vous menace : « je vais t'enfermer », « je vais te tuer »...
- Il vous agresse, puis promet de ne plus recommencer et de changer.
- Il vous fait peur, vous êtes stressée en permanence.

**SI VOUS VIVEZ UNE OU PLUSIEURS DE CES
SITUATIONS, VOUS ÊTES VICTIME DE
VIOLENCES.**

**CE N'EST PAS VOTRE FAUTE.
LA LOI VOUS PROTÈGE : VOUS POUVEZ ÊTRE
AIDÉE.**

VOUS VOULEZ VENIR EN AIDE À UNE FEMME VICTIME DE VIOLENCES ?

Écoutez-la. Respectez son rythme et
ses choix. Croyez-la et dites-le-lui.
Mettez-la en relation avec une asso-
ciation ou une institution capable de la
protéger.

ANTICIPEZ UNE SITUATION DE CRISE PRÉPAREZ VOTRE DÉPART

Certains gestes peuvent vous aider à faire face à une situation de crise et/ou à préparer votre départ.

1. Identifiez les personnes qui peuvent vous aider

Enregistrez dans votre portable et **apprenez par cœur les numéros de téléphone importants** (police, gendarmerie, SAMU, 3919). Contactez une association spécialisée (cf. « contacts utiles »).

2. Mettez à l'abri vos documents importants

Les documents à protéger sont **vos papiers d'identité, vos bulletins de salaires, vos documents bancaires, et les éléments justificatifs des violences** (certificats médicaux, plainte ou main courante, témoignages, etc). Scannez-les et enregistrez-les dans une boîte mail connue uniquement de vous. Vous pouvez également les déposer en lieu sûr (chez votre avocat, des proches, une association).

3. Effectuez des premières démarches administratives

Ouvrez un **compte bancaire personnel**, à votre nom de naissance, avec une adresse différente de celle du domicile conjugal.

QUITTER LE DOMICILE COMMUN SANS ÊTRE EN TORT

Si vous subissez des violences, il est légitime de partir de chez vous et d'emmener vos enfants. Mais pour que ce départ ne vous soit pas reproché, il est conseillé de **déposer plainte le plus rapidement possible** et de faire établir un certificat médical. Il faut laisser des traces, qui pourront être utilisées plus tard devant la justice.

FAITES VALOIR VOS DROITS POUR ÊTRE PROTÉGÉE

Il ne faut pas hésiter à porter plainte juste après les faits. **La loi punit les violences commises au sein des couples** (les violences physiques, sexuelles, mais aussi psychologiques, verbales, économiques...) et vous protège.

Les policiers et les gendarmes ont l'obligation d'enregistrer votre plainte, même sans certificat médical. Demandez un récépissé et conservez-le précieusement.

Après la plainte, des mesures pourront être immédiatement prises pour assurer votre sécurité et celle de vos enfants.

Si vous ne souhaitez pas porter plainte

Vous pouvez **faire enregistrer les faits** par la police (main courante ou procès-verbal) ou la gendarmerie (procès-verbal de renseignement judiciaire). Il s'agira d'un élément de preuve dans le cadre de poursuites ultérieures. Demandez un récépissé et conservez-le précieusement.

Les mains courantes et procès-verbaux peuvent être transmis à la justice. Vous pourrez être contactée par un.e intervenant.e social.e ou une association qui vous aidera dans vos démarches.



Si vous ne souhaitez pas garder cette plaquette d'information, vous pouvez découper et conserver ce mémo.

- En cas d'urgence :

Le **17** (police) ou le **15** (urgences médicales)

SOLIDARITÉ FEMMES - LE RELAIS 77
01 64 89 76 40

SOS FEMMES INFORMATIONS MEAUX
01 60 09 27 99

NE LAISSEZ PAS LES VIOLENCES S'INSTALLER ET S'AGGRAVER

Urgence !

Faites établir un certificat médical

Si vous déposez plainte, la police ou la gendarmerie peut vous donner une réquisition pour que vous rendiez aux urgences médico-judiciaires (UMJ) : le médecin **constatera les traces des coups, blessures et traumatismes**, établira un certificat médical et pourra préciser un nombre de jours d'incapacité totale de travail (ITT). Ce sera très utile pour la suite de la procédure.

Sinon, consultez tout de même un médecin ou allez aux urgences le plus rapidement possible pour faire constater les traces des violences et faire **établir un certificat médical.** >>>>>

Si vous êtes de nationalité étrangère

Que votre conjoint soit français ou étranger, si vous avez subi des violences conjugales en France, vous avez des droits. Si vous fournissez des éléments justificatifs des violences, vous avez droit à une carte de séjour temporaire ou au renouvellement de votre titre de séjour.

POUR PROTÉGER VOS ENFANTS

Les violences affectent gravement et durablement vos enfants, même s'ils ne le montrent pas. Des professionnel.le.s peuvent les aider et les accompagner.

Le juge fixera les **modalités d'exercice de l'autorité parentale** et, éventuellement, une pension alimentaire. Vous pouvez obtenir **l'interdiction de sortie du territoire** de vos enfants.

LES MESURES DE PROTECTION POSSIBLES

Si vous avez signalé les faits à la police ou à la gendarmerie (plainte, main courante), le juge pénal peut prononcer des mesures de protection.

Si vous êtes en danger mais ne souhaitez pas porter plainte, vous pouvez demander une **ordonnance de protection** au juge aux affaires familiales, qui peut vous la délivrer rapidement pour 6 mois, renouvelable une fois.

Quelles mesures de protection sont possibles ?

- Interdiction faite à votre conjoint ou ex de vous approcher ou de fréquenter vos lieux de vie.
- Décision de votre maintien dans le logement conjugal et du départ du conjoint violent.
- Autorisation de dissimuler votre adresse et de vous domicilier chez votre avocat ou une association.
- Votre admission à l'aide juridictionnelle pour couvrir les frais d'avocat.
- Placement de votre conjoint ou ex en détention provisoire, obligation d'un suivi thérapeutique.
- Attribution d'un téléphone de protection pour alerter la police/gendarmerie en cas de grave danger.

Médiation ? Attention !

La médiation vise à trouver un accord. Cela n'est pas possible lorsqu'il y a des violences au sein du couple. **Cette mesure implique des contacts entre vous et votre ex-conjoint violent** et ne peut pas vous être imposée. La relation entre l'auteur et la victime est inégalitaire. Il n'est pas envisageable de trouver un compromis dans un contexte où l'un peut exercer des pressions sur l'autre. Dans ce cas, la médiation doit être refusée. Elle risquerait de vous desservir."