

## EN CAS D'URGENCE

### Appeler les secours :

#### Police secours : 17

Les forces de l'ordre peuvent vous secourir en cas de danger et vous permettre de signaler les faits, ce qui est la meilleure façon de faire valoir vos droits. Allez au commissariat de police ou à la gendarmerie. Vous et vos enfants pourrez être mis à l'abri dans un lieu sécurisé.

### Recevoir des soins :

#### Urgences Médicales : 15

Ceux-ci peuvent, en plus de vous soigner et de vous orienter, établir un certificat médical. Le certificat médical de constatation est un outil important pour faire valoir vos droits. Il peut être délivré par un médecin ou par les urgences (UMJ).

### Accéder à un lieu sécurisé :

#### Hébergement d'urgence : 05 55 79 89 03 24h/24 7J/7

Si vous voulez vous mettre à l'abri, vous pouvez accéder à un hébergement d'urgence pour vous et vos enfants. Un travailleur social spécialisé vous prendra en charge.

### Quitter le domicile commun avec vos enfants

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 en le demandant à votre médecin ou aux urgences.

Il faut laisser des traces, qui pourront être utilisées plus tard devant la justice.

## ANTICIPEZ : PRÉPAREZ VOTRE DÉPART

### 1. Identifiez les personnes qui peuvent vous aider

Enregistrez dans votre portable et apprenez par coeur les numéros importants (police, gendarmerie, SAMU, 3919).

### 2. Mettez à l'abri vos documents importants :

Vos papiers d'identité, vos bulletins de salaire, vos documents bancaires et les éléments justificatifs des violences. Stockez les dans une boîte mail connue de vous seule ou en lieu sûr (chez votre avocat, des proches, une association).

### 3. Ouvrez un compte personnel

Il doit être à votre nom de naissance, avec une adresse différente de celle du domicile conjugal.

### 4. Trouvez une solution de relogement

Vous pouvez demander un hébergement temporaire si vous souhaitez quitter le domicile conjugal. De plus, si vous portez plainte, vous êtes prioritaire pour les demandes de logement social, sous conditions de ressources. Adressez vous au référent violence du CHRS (voir contacts utiles).

**Sachez qu'une simple attestation de séparation sur l'honneur suffit pour demander le RSA, même si vous vivez encore sous le même toit.**

### Pour protéger vos enfants

Les violences affectent gravement et durablement vos enfants, même s'ils ne le montrent pas. Des professionnels 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.

# VIOLENCES INTRAFAMILIALES SEXISTES ET SEXUELLES

**ARRÊTONS  
LES  
VIOLENCES**

VIOLENCES FEMMES INFO  
**APPELEZ LE  
3919\***  
\*Appel anonyme et gratuit.

**LA LOI VOUS PROTÈGE  
VOUS POUVEZ ÊTRE AIDÉ-E**

## SI VOUS VIVEZ UNE OU PLUSIEURS DE CES SITUATIONS :

- Il/elle vous dévalorise, vous méprise, vous insulte, vous humilie
- Il/elle vous fait du chantage, vous isole, vous éloigne de vos ami.e.s
- Il/elle vous menace : « je vais t'enfermer, je vais te tuer si tu pars »...
- Il/elle a confisqué votre argent et vos papiers, surveille vos conversations, veut toujours savoir où et avec qui vous êtes...
- Il/elle vous agresse, puis vous promet de ne plus recommencer et de changer
- Il/elle vous fait peur, vous êtes stressé.e en permanence.



**PRÉFÈTE  
DE LA HAUTE-VIENNE**

Liberté  
Égalité  
Fraternité



## SIGNALEZ LES FAITS

### La plainte

La loi punit les violences commises au sein des couples (les violences physiques, sexuelles, mais aussi psychologiques, verbales, économiques...) et vous protège. Il ne faut pas hésiter à porter plainte juste après les faits. Vous pouvez vous faire accompagner par la personne de votre choix, proche ou association (voir les structures d'accompagnement).

Les policiers et les gendarmes ont l'obligation d'enregistrer votre plainte, même sans certificat médical.

### Si vous ne souhaitez pas porter plainte

Vous pouvez faire enregistrer les faits par la police ou la gendarmerie, via une main courante. Il s'agira d'un élément de preuve dans le cadre de poursuites ultérieures. Les mains courantes sont transmises à la justice. Vous pourrez être contactée par un intervenant social ou une association, qui vous aidera dans vos démarches. Dans tous les cas, demandez un récépissé et conservez-le précieusement.

## MÉDIATION ? ATTENTION :

La médiation vise à trouver un accord entre la victime et l'auteur des faits. Cette mesure implique des contacts entre vous et votre ex-conjoint-e et ne peut être imposée.

Ne vous engagez pas dans cette procédure avant d'en avoir discuté avec votre avocat ou une association spécialisée.

## Vous voulez venir en aide à une personne victime de violences ?

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

### Faites établir un certificat médical

Si vous déposez plainte, la police ou la gendarmerie peut réquisitionner un médecin qui établira un certificat médical de constatation des violences. Même sans réquisition, les médecins sont tenus, déontologiquement, de vous fournir un certificat médical si vous en faites la demande. Pour cela, vous pouvez vous rendre au service des urgences du CHU de Limoges.

Dans tous les cas, un certificat médical est très utile pour établir un constat des violences et de leur gravité. Il le sera d'autant plus dans une perspective de procédure pénale.

### Les mesures de protections possibles

Si vous avez signalé les faits à la police ou à la gendarmerie (plainte, main courante), le juge peut prononcer des mesures de protection immédiates (interdiction d'approcher pour votre conjoint, autorisation de dissimulation de votre adresse).

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



Soyez vigilents, utilisez ces informations

## CONTACTS UTILES :

- **CIDFF Centre d'information sur les Droits des Femmes et des Familles du Limousin**
  - lundi, mardi, mercredi, 9h-12h30 et 14h-17h30 et le jeudi 9h-17h30
  - 46, avenue des Bénédictins 87000 Limoges
  - Tél. 05 55 33 86 00
  - Site : limousin.cidff.info
- **CHRS - ARSL Référent violence 7j/7, 24h/24, Accueil de Jour**
  - lundi au vendredi 8h30-12h30 et 13h30 à 17h
  - 11, rue Malesherbes 87100 Limoges
  - Tél. : 05 55 79 89 03
  - Site : ARSL.eu
- **France Victimes 87 Association d'aide aux victimes sur RDV**
  - 7 bis, rue du Général Cérez 87000 Limoges
  - Tél. 05 55 32 68 10
  - Site : france-victimes87.fr
- **Planning Familial**
  - 40, rue Charles Silvestre 87000 Limoges
  - Tél. 06 44 96 43 86
- **Conseil départemental d'accès aux droits**
  - Cité judiciaire, 23 place Winston Churchill 87000 Limoges
  - Tél. 05 55 04 04 05
- **Centre Hospitalier Universitaire**
  - 2 Avenue de Martin Luther King 87000 Limoges
  - - Service des urgences :
    - 05 55 05 64 45
  - - Consultation médico-légale :
    - 05 55 05 80 74
- **Conseil Départemental de la Haute-Vienne**
  - 11, rue François Chénieux 87000 Limoges
  - Tél. 05 44 00 15 29
- **Service de l'État : Direction départementale de l'emploi, du travail, des solidarités et de la protection des populations**
  - Délégation aux droits des femmes et à l'égalité femmes-hommes
  - 39 Avenue de la Libération 87039 Limoges Cedex 1
  - Tél. 05 19 76 12 00
- **Unité de Victimologie, CH Esquirol**
  - Bâtiment LAFARGE
  - 15 Rue du Dr Raymond Marcland, 87000 Limoges
  - Tel. 05 55 43 13 33
- **Association Prévention du Psychotrauma chez l'Enfant en Limousin**
  - contactappel87@gmail.com
  - Tel. 06 52 59 50 87
- **CCAS Ville de Limoges**
  - 6 rue Louis Longequeue
  - Tel. 05 55 45 97 50
- **stop-violences-femmes.gouv.fr**
  - Plateforme de signalement en ligne pour violences conjugales, sexuelles et sexistes : <https://www.service-public.fr/cmi>