

**Face aux violences
ne restez pas seul(e)**

Parlez-en

**Vous avez des droits
la loi vous protège**



**CC
as**

ÉDITO

Si vous pensez être victime de violences, ne restez pas seul.e avec vos doutes, vos questions, vos inquiétudes. Des personnes formées sont prêtes à vous écouter, à vous croire et à vous aider.

Vous trouverez dans ce document les contacts de ces professionnel.le.s qui, de la situation d'urgence aux accompagnements sur le long terme, seront à vos côtés pour renouer avec une vie où l'espoir a toute sa place, pour vous, pour vos enfants et pour vos proches.

Alors, pour vous libérer de la violence, n'hésitez pas à en parler, la loi vous protège.

Michaëli DELAFOSSE

Maire de Montpellier
Président de Montpellier Méditerranée Métropole

FATMA NAKIB

Adjointe au Maire,
déléguée à l'Égalité et aux droits des femmes

SÉBASTIEN COTE

Adjoint au Maire, délégué à la Protection de la population,
à la Tranquillité publique et aux Affaires militaires

MICHEL CALVO

Adjoint au Maire, délégué à la Ville fraternelle et solidaire

JE SIGNALÉ UNE VIOLENCE/ UN DANGER EN URGENCE

Numéro d'appel d'urgence européen >> 112

Police secours >> 17

Urgence médicale >> 15

Pompiers >> 18

Pour joindre la police ou la gendarmerie lorsque l'on est en danger et que l'on ne peut pas parler >> **SMS au 114** ou message sur la plateforme >> [arretonslesviolences.gouv.fr](https://www.arretonslesviolences.gouv.fr)

Allô enfance en danger >> 119
(anonyme et gratuit, 24h/24 et 7j/7)

Police municipale de Montpellier
>> **04 67 34 88 30**

Hébergement d'urgence >> 115
En cas d'urgence, vous avez le droit de partir de chez vous et d'emmener vos enfants, même mineurs, pour vous réfugier chez des proches, de la famille, dans un hôtel.
Vous devez alors prévenir, dans les jours qui suivent votre départ, la police ou la gendarmerie ; en particulier, si vous emmenez vos enfants avec vous.

JE SOUHAITE CONSULTER UN MÉDECIN POUR FAIRE CONSTATER LES VIOLENCES

**UNITÉ MÉDICO JUDICIAIRE (UMJ) -
HÔPITAL LAPEYRONIE**

Vous serez accueilli.e par une équipe pluridisciplinaire, que vous ayez porté plainte ou non.

Votre accueil, uniquement sur rendez-vous, sera programmé par le secrétariat que ce soit après un dépôt de plainte ou non. Vous serez accueilli.e par une équipe pluridisciplinaire. Dans un premier temps, vous serez reçu.e par une infirmière. Puis une consultation sera effectuée par un médecin légiste qui recueillera votre parole, vous examinera et rédigera un certificat médical décrivant vos blessures physiques, psychologiques et mentionnant les possibles ITT (Incapacité totale de travail). Une prise en charge par les psychologues vous sera proposée ainsi qu'une orientation adaptée à vos besoins.

**Département de médecine légale -
191, avenue du Doyen Gaston Giraud
Tram ligne 1 - Arrêt Lapeyronie**

>> **04 67 33 85 86**
>> medecine-legale@chu-montpellier.fr

**Du lundi au vendredi
de 8h30 à 18h30**

JE DÉPOSE UNE PLAINTÉ OU UNE MAIN COURANTE

IMPORTANT

Le dépôt de plainte est possible dans n'importe quel commissariat de police, à Montpellier ou ailleurs. Peu importe où les violences ont eu lieu et peu importe où je me trouve. Je peux être accompagné.e par une association ou un avocat lors de ce dépôt de plainte. Si mes ressources financières sont insuffisantes je peux demander une aide juridictionnelle auprès du Tribunal judiciaire (TJ).

À MONTPELLIER

Commissariat central :
206, rue du comté de Melgueil (Rives du Lez)
>> **04 99 13 50 00**

Commissariat secteur Nord :
5 - 6 - 7 Le grand mail (Mosson)
>> **04 86 94 96 50**

Commissariat secteur Écusson :
2, all. Jules Milhau (esplanade Charles de Gaulle)
>> **04 86 94 97 30**

Pour être accompagné.e dans vos démarches lors du dépôt de plainte :

**Intervenante sociale en commissariat -
Montpellier >> 06 74 94 49 73**

France Victimes 34 >> 06 08 75 27 20
juristes@france-victimes-34.fr

Fierté Montpellier Pride (voir au dos)

SUIS-JE CONCERNÉ.E PAR LA VIOLENCE ?

SI IL OU ELLE...

> me menace et m'humilie, se moque de moi en public, m'insulte et me crie dessus, me rabaisse, m'empêche de voir ma famille et mes proches, m'enferme, fouille mon téléphone, détruit mes vêtements ou des objets lorsqu'il/elle s'énerve

Violences verbales, psychologiques et matérielles

> me frappe, me pousse, me tire, me gifle, me secoue, me brûle

Violences physiques

> me touche les parties intimes ou me force à avoir une relation sexuelle sans mon consentement

Violences sexuelles

> s'impose à moi dans la rue sans que je le/la connaisse, me poursuit, me siffle, ne me lâche pas, m'insulte, me fait peur

Harcèlement sexiste

> me trace, me harcèle, m'insulte ou m'humilie par téléphone ou sur les réseaux sociaux, menace de diffuser des photos intimes de moi

Cyberviolences



> me confisque mes papiers d'identité et/ou mes moyens de paiement

Violences administratives

> m'interdit de travailler, m'oblige à rester à la maison, m'impose une dépendance financière

Violences économiques



... OUI,

JE SUIS CONCERNÉ.E

CE QUE JE DOIS SAVOIR

- > **je ne suis pas responsable** de ces comportements violents et je ne mérite pas de les subir
- > **ces violences ont de graves conséquences sur ma santé physique et psychique** ainsi que sur celle de mes enfants ou de mes proches
- > **je suis victime et la loi me protège**
- > **la loi interdit toutes les formes de violences** et sanctionne ceux qui les exercent
- > **je ne suis pas seul.e face aux violences**, je peux en parler pour être **aidé.e et protégé.e** et pour protéger mes enfants ou mes proches
- > **des dispositifs de protection existent** et des professionnel.le.s sont là pour m'écouter et m'accompagner

POUR ME DÉFENDRE

- > je me rends à l'hôpital ou chez un.e médecin pour **faire constater les violences**, recevoir des soins, obtenir un certificat médical et/ou un arrêt de travail
- > je me rends au commissariat pour **porter plainte ou j'écris au Procureur de la République**
- > **je garde des preuves (même si je ne porte pas plainte)** : certificats médicaux et jours d'ITT (Incapacité Totale de Travail), récépissé de plainte, témoignages, enregistrements, photos...
- > je contacte des associations qui me conseilleront, me soutiendront et m'aideront à construire un avenir sans violences
- > je peux stocker des informations et tenir un journal de bord sur la plateforme sécurisée et confidentielle «Mémo de vie» de France Victimes 34



JE SOUHAITE ÊTRE ÉCOUTÉ.E ET ACCOMPAGNÉ.E DANS MES DÉMARCHES

VIOLENCES CONJUGALES, SEXISTES OU SEXUELLES

Violences Femmes Infos >> 39 19

Écoute téléphonique pour les personnes victimes de violences et les témoins 24h/24, 7j/7

Plateforme d'écoute locale dédiée aux violences conjugales - CCAS de Montpellier

>> **04 67 58 07 03**

Du lundi au vendredi de 9h à 17h, sauf le mardi matin (sans rendez-vous)

Écoute, soutien et orientation

>> ccas-sao-bouissonnade@ccas.montpellier.fr

Accueil physique sans rendez-vous proposé par le CCAS

> CCAS Mosson - Espace Gisèle Halimi, 35, rue de la Haye - 34080 Montpellier
Tous les jeudis de 13h à 17h

> CCAS Port Marianne
125, place Thermidor, 34000 Montpellier
Tous les lundis de 9h30 à 12h30

Pour plus d'informations sur les structures qui peuvent vous aider

>> montpellier.fr/4756-ddf.htm et montpellier.fr

France Victimes 34 >> 04 67 60 61 78

À Montpellier : accompagnement psychologique (sur rendez-vous) et soutien dans les démarches juridiques (sans rendez-vous)

>> juristes@france-victimes-34.fr

>> psy@france-victimes-34.fr

Centre d'information sur les droits des femmes et des familles (CIDFF) >> 04 67 72 00 24

Écoute, soutien et aide aux démarches
Du lundi au vendredi, de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30

>> herault.cidff.info

Association via voltaire >> 04 67 60 84 80

Accompagnement psychosocial des enfants, victimes ou témoins, ainsi que des auteurs de violences

>> viavoltaire.fr

Planning familial 34 >> 04 67 64 62 19

Violences, mariages forcés

>> planning-familial.org/fr/le-planning-familial-de-lherault-34

Association Nuage

>> nuage.asso@gmail.com

À Montpellier : soutien et accompagnement juridique des victimes de violences sexuelles

>> nuage-violences-sexuelles.fr

commentonsaime.fr

Tchat anonyme et gratuit pour les jeunes qui s'interrogent sur la violence dans leur couple ou dans leur famille. Du lundi au jeudi de 10h à minuit, et du vendredi au samedi de 10h à 21h.

VIOLENCES LGBT+PHOBES

SOS Homophobie

Ligne d'écoute nationale >> **01 48 06 42 41**

Du lundi au jeudi de 18h à 22h, vendredi de 18h à 20h, samedi de 14h à 16h et dimanche de 18h à 20h.

Chat'écoute

Tous les jeudis : 21h - 22h30 / Tous les dimanches : 18h - 19h30 / Sauf jours fériés

À Montpellier : accueil, soutien et orientation les premiers mercredis du mois de 18h30 à 20h30 (au siège de l'association 2, place Pétrarque)

>> sos-homophobie.org

France Victimes 34

Numéro d'aide aux victimes >> **116 006**

Service et appel gratuit 7j/7, de 9h à 20h

Fondation Le Refuge >> **06 31 59 69 50**

Accueil, soutien et hébergement des 14-25 ans LGBT+ rejeté.e.s par leurs parents ou chassé.e.s du domicile familial. Ligne d'appel et de sms 24h/24, 7j/7.

>> le-refuge.org

Fierté Montpellier Pride

>> **04 67 57 36 83**

Accueil, soutien et aide aux démarches par téléphone ou au siège de l'association.

Lundi de 15h à 19h - Mercredi et samedi de 14h à 18h 21, boulevard Pasteur (Montpellier).

>> fiertemontpellierpride.com

VIOLENCES & MAUVAIS TRAITEMENTS SUBIS PAR DES ENFANTS OU DES ADOLESCENTS

École des Parents et des Éducateurs 34 (EPE34)

Écoute, médiation familiale et consultation
Du lundi au jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h à 16h30 et le vendredi de 8h30 à 13h30
260, Rue du Puech Radier, 34970 Lattes

>> **04 67 03 43 58**

Maison des Adolescents 34 >> **04 67 92 99 18**

Accueil et écoute gratuite, aide et soutien des 11-21 ans seul.e.s ou accompagné.e.s.

Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 10h à 12h et de 13h à 18h, et accueil physique du lundi au vendredi de 13h à 18h

9, rue de la République (Gare)

>> mda34.org

Point Écoute Parents Adolescents (PEPA)

>> **04 67 60 86 46**

Accueil et écoute gratuite, sur rendez-vous, aide et soutien des 11-25 ans.

Du lundi au vendredi, de 9h à 18h.

Accueil : 18, rue Terral (Écusson)

>> pe.montpellier@groupe-sos.org

Face à l'inceste

Protection et défense des enfants victimes d'inceste.

>> <https://facealinceste.fr>

**Intervenante sociale en commissariat -
Montpellier >> 06 74 94 49 73**

Du lundi au jeudi

Écoute, conseils et orientation des victimes
de violences ou de leurs proches.

Référent aide aux victimes de la Police nationale

>> victime-montpellier@interieur.gouv.fr

Écoute, soutien, orientation

VIOLENCES LGBT+PHOBES



FLAG !

Signalement des actes anti-LGBT+ pour les
victimes et les témoins.

Application pour smartphone téléchargeable
gratuitement >> flagasso.com

Référent LGBT de la Police nationale

>> ddsp34-lgbt@interieur.gouv.fr

Écoute, aide, soutien et prise de rendez-
vous pour dépôt de plainte accompagné
par une personne sensibilisée aux violences
LGBT+phobes.

VIOLENCES & MAUVAIS TRAITEMENTS SUBIS PAR DES ENFANTS OU DES ADOLESCENTS

**Conseil départemental 34, service des
informations préoccupantes >> 04 67 67 65 62**

**Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30
et de 13h30 à 17h30.**

Allô enfance en danger >> 119 >> allo119.gouv.fr

Appel gratuit 24h/24 et 7j/7 quelle que soit la
violençe ou la situation, tchat pour les moins de
21 ans, 7j/7 de 15h à 21h, et plateforme LSF du
lundi au vendredi de 8h30 à 19h et le samedi de
9h à 12h.

Écoute, aide et soutien

**Ligne d'écoute sur l'inceste et les violences
sexuelles faites aux enfants >> 0 805 802 804**

Appel gratuit du lundi au vendredi de 10h à 19h.



JE SIGNALE UNE VIOLENCE EN DEHORS D'UN CONTEXTE D'URGENCE/DE DANGER

VIOLENCES CONJUGALES, SEXISTES OU SEXUELLES

Plateforme de signalement en ligne

(tchat anonyme, gratuit, disponible 24h/24, 7j/7) :

>> arretonslesviolences.gouv.fr

APP-ELLES : application pour smartphone
téléchargeable gratuitement.

>> app-elles.fr

Signalement des violences faites aux femmes
pour les victimes et témoins.

**Pour être accompagné.e avant ou après le
dépôt de plainte : écoute, soutien et orientation
des victimes ou témoins.**

Psychologue en commissariat

>> **04 99 13 50 36 / 06 62 90 48 16**

Du lundi au vendredi

Juriste de l'association

France Victimes 34 >> 06 08 75 27 20

Du lundi au vendredi sans rendez-vous

