

VIOLENCES FAITES AUX FEMMES : DE QUOI PARLE-T-ON ?

PROFITE	1	Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts
	2	Accepte tes amies, amis et ta famille
	3	A confiance en toi
	4	Est content quand tu te sens épanouie
	5	S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble
VIGILANCE, DIS STOP !	6	Te fais du chantage si tu refuses de faire quelque chose
	7	Rabaisse tes opinions et tes projets
	8	Se moque de toi en public
	9	Est jaloux et possessif en permanence
	10	Te manipule
	11	Contrôle tes sorties, habits, maquillage
	12	Fouille tes textos, mails, applis
	13	Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes
	14	T'isole de ta famille et de tes proches
	15	T'oblige à regarder des films pornos
PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE	16	T'humilie et te traite de folle quand tu lui fais des reproches
	17	"Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît
	18	Menace de se suicider à cause de toi
	19	Menace de diffuser des photos intimes de toi
	20	Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
	21	Te touche les parties intimes sans ton consentement
	22	T'oblige à avoir des relations sexuelles
	23	Te menace avec une arme
	24	

Les violences au sein du couple diffèrent des disputes ou des conflits conjugaux où deux points de vue s'opposent dans un rapport d'égalité.

Dans les violences s'expriment un rapport de domination et de prise de pouvoir de l'auteur sur la victime. L'auteur dévalorise, méprise, fait du chantage, isole, menace, confisque, agresse et, le plus souvent, promet de ne plus recommencer.

Les formes de violences sont nombreuses. Elles peuvent être verbales, physiques, psychologiques, économiques, administratives, sexuelles...

Les violences faites aux femmes peuvent être exercées au travail (regards appuyés, propos sexistes, questions intrusives...), au sein de la famille, à l'école, dans la rue (sifflement, commentaires sur le physique ou la tenue vestimentaire), dans les transports (baisers forcés, frottements, attouchements...).

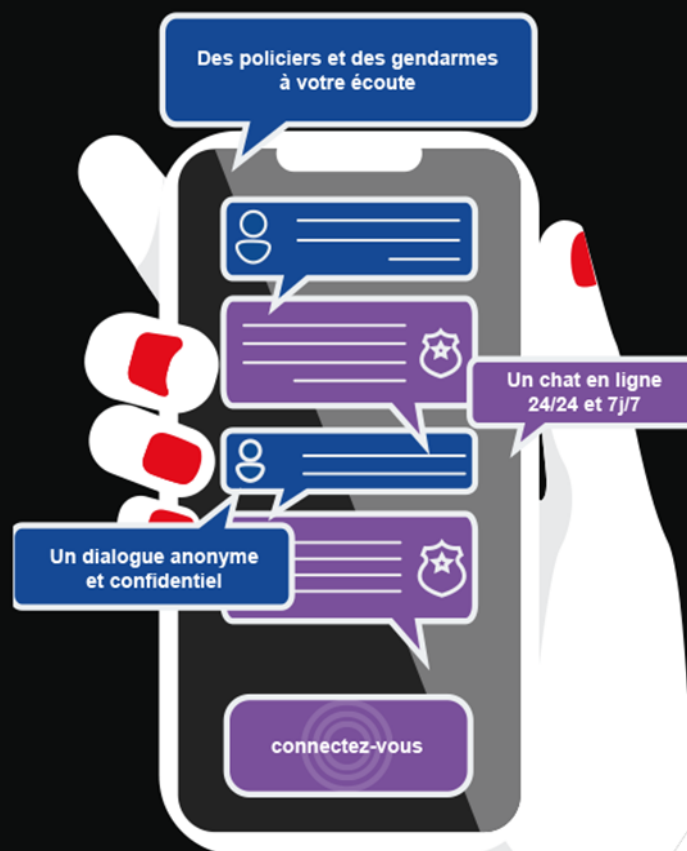
VOUS AVEZ DES DOUTES ?

Lutter contre les violences faites aux jeunes femmes

Le violentomètre

Pour repérer les comportements violents et mesurer si votre relation de couple est saine, le Centre Hubertine Auclert a mis en place, à la demande du Conseil régional d'Ile-de-France, un outil d'auto-évaluation : le violentomètre. Par le biais de 23 questions simples, chacun peut repérer les comportements violents.

VICTIMES DE VIOLENCES SEXUELLES ET SEXISTES



PORTAIL DE SIGNALEMENT

#NERIENLAISSERPASSER



CONTRE LES VIOLENCES,
NE FERMONS PAS
LES YEUX

#MontignyAvecElles



QUI POUR VOUS AIDER ?

Cette liste n'est pas exhaustive mais les interlocuteurs suivants sont présents à Montigny-lès-Cormeilles ou aux alentours pour vous aider, que vous soyez victimes, proches ou témoins.

LE CCAS DE LA VILLE DE MONTIGNY-LÈS-CORMEILLES



Les conseillers sociaux / conseillères sociales du Centre communal d'action sociale (CCAS) apportent leur soutien et leur expérience aux personnes en difficultés. Le CCAS peut vous orienter vers les différentes structures existantes sur le territoire, selon votre problématique.

Centre communal d'action sociale

- 3 avenue Aristide Maillol (mairie Picasso)
- Lundi, mercredi et vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h15
Mardi et jeudi de 13h30 à 18h45
- ccas@ville-montigny95.fr ou tél. 01 30 26 30 09

LE PÔLE PSYCHO-SOCIAL DU COMMISSARIAT D'ERMONT



Les entretiens sont libres, confidentiels, gratuits et n'engagent à aucune démarche. Le pôle psycho-social intervient avant ou à la suite d'une procédure judiciaire auprès des victimes, mis en cause et témoins d'infraction pénales.

Emilie DAVI

Intervenante Sociale au Commissariat : 01 30 72 66 75
ou 06 83 96 81 89

Elle apporte un soutien social ponctuel et propose une rencontre et un accompagnement de l'usager vers la structure partenaire susceptible de répondre au mieux à ses besoins.

Lisa VARCHI

Psychologue : 01 82 06 20 30 ou 06 88 51 62 21

Elle permet une prise en charge psychique et un accompagnement sur du court-moyen terme, en lien avec l'infraction pénale.

Commissariat d'Ermont

- 201, rue Jean Richepin à Ermont
- Du lundi au vendredi
- 01 30 72 66 66

ACCUEIL DES VICTIMES PAR LA POLICE MUNICIPALE DE MONTIGNY-LÈS-CORMEILLES



L'ensemble des policiers de la Ville est formé à la détection et à la prise en charge des victimes de violences conjugales. Les écouter, mais aussi les orienter au mieux vers les différents partenaires spécialisés dans l'aide et le soutien aux victimes.

- Poste de police de Montigny, rue Guy-de-Maupassant
- Du lundi au samedi de 8h à 18h
- 01 30 26 30 82

CIDFF – CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES



Le CIDFF du Val d'Oise, association départementale d'aide aux victimes, agréée par le Ministère de la Justice, informe les publics sur leurs droits, les aide et les oriente dans leurs démarches. Le CIDFF 95 met à la disposition des victimes de manière anonyme et gratuite :

une permanence juridique avec un(e) juriste diplômé(e), sur RDV auprès du service Prévention de Montigny-lès-Cormeilles, au 134 rue du Général-de-Gaulle
Contact : prevention@ville-montigny95.fr ou 01 30 26 30 09

des permanences de soutien sont organisées avec des psychologues cliniciennes sur RDV au sein de la Maison de la Justice et du Droit d'Ermont et au siège de l'association CIDFF 95 à Cergy (immeuble Ordinal, rue des Chauffours à Cergy).
Contact : 01 30 32 72 29

Avec son agrément, l'association gère les dispositifs de protection des femmes victimes de violences sur le département du Val d'Oise.

ASSOCIATION NOUVEL HORIZON

L'association accompagne les personnes victimes de violences conjugales (et leurs enfants), résidant dans le Val d'Oise.

L'équipe de bénévoles est là pour écouter, orienter et soutenir les victimes à chaque étape, sans jugement et sans obligation de procédure.

- 95nouvelhorizon@gmail.com
- 06 77 52 25 26

ASSOCIATION MON ÂME SŒUR



L'association a pour objet d'aider les victimes de violences conjugales domiciliées dans le Val d'Oise.

Que vous soyez victimes, proches de victimes ou témoins, les bénévoles et nombreux professionnels (avocats, psychologues, travailleurs sociaux, etc.) de l'association sont à votre écoute et à votre service.

- 06 12 57 47 30 (24h sur 24h et 7 jours sur 7)
ou Monamesoeur95@gmail.com

www.mon-ame-soeur.fr

5 RÈGLES Pour vous protéger

1 Apprenez par cœur les numéros de téléphone importants (Police secours 17, SAMU 15, 3919 Violences femmes infos...), y compris des personnes qui peuvent vous aider.

2 Sécurisez vos papiers d'identité, bulletins de salaires, documents bancaires et éléments qui peuvent attester de violences (certificats médicaux, plaintes, mains courantes, témoignages...) ; Numérisez-les et enregistrez les sur un coffre-fort numérique, une boîte mail (ou un « cloud ») dont vous seule connaissez l'existence.

3 Ouvrez un compte bancaire personnel à votre nom de naissance avec une adresse différente de votre domicile conjugal (vous pouvez être domicilié(e) au CCAS de la Commune,

4 Déposez une plainte (ou une main courante) le plus rapidement possible au bureau de police nationale situé rue Guy-de-Maupassant à Montigny ou au commissariat d'Ermont (201 rue Richepin). Vous vous rendez ensuite à l'Unité médico-judiciaire de l'hôpital de Pontoise ou de Gonesse. Demandez à y être accompagné(e) si nécessaire.

5 Préparez un sac de secours avec quelques effets personnels (vêtements, nécessaire d'hygiène, ordonnances...) en cas de départ précipité du domicile.