



Groupement de Gendarmerie Départementale des Vosges



Lutte contre les violences intra-familiales



De quoi parle-t-on ?

- ➔ **Violences physiques :** Gifles, morsures, coups, tirage de cheveux, lancement d'objets, étranglement, séquestration, attaque avec une arme (même par destination)...
- ➔ **Violences verbales :** utilisées pour humilier, contrôler et intimider la victime (ex : insultes, cris, critiques...).
- ➔ **Violences psychologiques :** attitudes et comportements visant à dénigrer une personne de manière à la maintenir dans une position d'infériorité. Cela laisse ressentir à la victime qu'elle est une personne sans valeur et incapable.
- ➔ **Violences sexuelles :** tout geste à caractère sexuel posé sans le consentement de l'autre (ex : viols, attouchements, harcèlement sexuel, contrainte à adopter des comportements sexuels dangereux, dégradants ou blessants).
- ➔ **Violences économiques :** utilisées pour empêcher une personne d'accéder à l'autonomie financière (ex : contrôler son choix de profession, saisir son salaire, ...)

Un cycle de la violence identifié dont il faut sortir

La violence conjugale se développe à travers des cycles dont l'intensité et la fréquence augmentent avec le temps.

Plus le cycle se répète, plus l'emprise et la violence sur la victime est forte, et plus s'amenuisent les périodes de "lune de miel". La victime peut alors être exposée quotidiennement au mépris, au contrôle, aux agressions, vivant dans la peur, l'insécurité, s'ajustant aux besoins du conjoint, se centrant sur ses humeurs.

La victime se percevra elle-même comme incompétente dans sa vie de couple et ailleurs, elle se sentira responsable de la violence du conjoint. Dévalorisée, elle se sentira incapable de s'en sortir ou d'améliorer sa situation.



AIDEZ NOUS A VOUS AIDER

➔ Différents acteurs pouvant vous écouter et vous accompagner :

 Le **3919, violences femmes info** : numéro d'écoute national destiné aux **femmes victimes de violences**, à leur entourage et aux professionnels concernés. Appel **anonyme et gratuit** 7 jours sur 7, de 9h à 22h du lundi au vendredi et de 9h à 18h les samedi, dimanche et jours fériés.

 Les **gendarmes** de la brigade du lieu de votre domicile peuvent **recueillir votre plainte**, mais aussi **vous conseiller et vous orienter** vers différents professionnels qui sauront vous accompagner socialement (problématique financière, de l'hébergement, médicale...). Une **écoute permanente**, 7J/7 24h/24, anonyme et gratuite, est également proposée par la **brigade numérique de la Gendarmerie** via les réseaux sociaux ou le site internet de la Gendarmerie.

 Si vous devez consulter un médecin à la suite de violences, **demandez un certificat d'incapacité totale de travail (ITT) décrivant vos blessures**, même si vous n'avez pas d'activité professionnelle, y compris si vous ne comptez pas vous en servir (conservez-le ou confiez-le à quelqu'un de sûr).

 Si vous êtes témoin de violences intra-familiales, signaler les à la gendarmerie en appelant le 17.

Les numéros utiles :

- Numéro national d'Aide aux Victimes (France Victimes) : **116 006** (appel anonyme et gratuit)
- VIOLENCES FEMMES INFO : **3919** (appel anonyme et gratuit)
- Centre d'information sur les droits des femmes et des familles des Vosges : **03.29.35.49.15**
- Auteur de violences, j'ai besoin de me faire aider : **08.01.90.19.11**

EN CAS D'URGENCE, COMPOSEZ LE 17.

Les numéros d'urgences :

- GENDARMERIE / POLICE : **17**
- SAMU : **15**
- POMPIERS : **18**
- NUMERO D'URGENCE EUROPEEN : **112**
- POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : **114**