



VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

# “ EN PARLER C'EST SE LIBÉRER ”



**17**

APPELEZ LE



**114**

ENVOYEZ  
UN SMS



**3919**

BESOIN D'UNE  
ÉCOUTE ?  
APPELEZ LE

**VIOLENCES**  
PHYSIQUES VERBALES  
PSYCHOLOGIQUES  
ECONOMIQUES SEXUELLES  
ADMINISTRATIVES

[ARRETONSLESVIOLENCES.GOUV.FR](http://ARRETONSLESVIOLENCES.GOUV.FR)



## ■ EN CAS D'URGENCE

**Gendarmerie : 17**

**Hébergement d'urgence : 115**

## ■ POUR UNE ÉCOUTE ET UN ACCOMPAGNEMENT

### Intervenante sociale en Gendarmerie

Compagnie de Mortagne-au-Perche

Tél. 02 33 85 24 20

### Conseil départemental : DTAS

(Direction territoriale d'Action Sociale)

#### L'AIGLE

Tél. 02 33 84 36 00

Rue Georges Lochon, 61 300 L'Aigle

#### BELLÈME

Tél. 02 33 85 30 20

Z.I Route du Mans, 61 130 Bellême

#### MORTAGNE-AU-PERCHE

Tél. 02 33 85 24 20

Rue du Moulin à Vent, 61 400 Mortagne-au-Perche

## ■ POUR UNE PRISE EN CHARGE GLOBALE

**Association YSOS (accueil de jour pour femmes victimes de violences)**

**PERMANENCE SANS RENDEZ-VOUS**

#### L'AIGLE

Tél. 06 72 06 35 69

5 place de l'Europe, 61 300 L'Aigle

Tous les après-midi (sauf jeudi) de 14h à 17h

#### BELLÈME | Espace France Services

Tél. 02 33 82 03 49

Place de la République, 61 130 Bellême

Le jeudi, tous les 15 jours - semaine paire de 10h à 12h

#### MORTAGNE-AU-PERCHE | Espace France Services

Tél. 09 63 50 52 84

7 route d'Alençon, 61 400 St Langis les Mortagne

Le jeudi, tous les 15 jours - semaine paire de 13h30 à 17h

## ■ POUR UN SIGNALLEMENT

**Plate-forme de signalement :**

<https://www.service-public.fr/cmi>

**N° d'écoute national : 3919**

## ■ POUR TROUVER DES INFORMATIONS JURIDIQUES

### Centre d'Information sur les droits des femmes et des familles de l'Orne

Tél. 02 33 64 38 92

17 rue Joseph Morin, 61 100 Flers

Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

### Permanences CIDFF | CIAS de L'Aigle

Tél. 02 33 34 70 86

5 Place du Parc, 61 300 L'Aigle

Le jeudi toutes les 3 semaines

### Permanences CIDFF | Espace France Services

Tél. 09 63 50 52 84

7 route d'Alençon, 61400 St Langis les Mortagne

Le mardi toutes les 3 semaines de 9h30 à 12h

# LE VIOLENTOMÈTRE

|    |                                                                                 |                                    |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1  | Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts                                 | PROFITE                            |
| 2  | Accepte tes amies, amis et ta famille                                           | Ta relation est saine quand il ... |
| 3  | A confiance en toi                                                              |                                    |
| 4  | Est content quand tu te sens épanoui                                            |                                    |
| 5  | S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble                         |                                    |
| 6  | Te fais du chantage si tu refuses de faire quelque chose                        |                                    |
| 7  | Rabaisse tes opinions et tes projets                                            |                                    |
| 8  | Se moque de toi                                                                 |                                    |
| 9  | Est jaloux et possessif en permanence                                           |                                    |
| 10 | Te manipule                                                                     |                                    |
| 11 | Contrôle tes sorties, habits, maquillage                                        | VIGILANCE, DIS STOP !              |
| 12 | Fouille tes textos, mails, applis                                               | Il y a de la violence quand il ... |
| 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                                            |                                    |
| 16 | Thumille et te traite de folle                                                  |                                    |
| 17 | quand tu fais des reproches "Père 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                                    | PROTÈGE TOI, DEMANDE DE L'AIDE     |
| 20 | Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe                              | Tu es en danger quand il ...       |
| 21 | Te touche les parties intimes sans ton consentement                             |                                    |
| 22 | T'oblige à avoir des relations sexuelles                                        |                                    |
| 23 | Te menace avec une arme                                                         |                                    |
| 24 |                                                                                 |                                    |