

**Face aux violences  
Ne restez pas seul.e**

# Parlez-en

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



# 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.

## **Michaël 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 SIGNALE **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**

**Allo enfance en danger >> 119**

(anonyme et gratuit, 24h/24 et 7 jours sur 7)

**COC (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. Si tel est le cas, pensez à prévenir la police.

# JE SOUHAITE **CONSULTER** **UN MÉDECIN** POUR FAIRE CONSTATER LES VIOLENCES

## **UNITÉ MÉDICO JUDICIAIRE - HÔPITAL LAPEYRONIE**

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

Vous serez tout d'abord reçu.e par une infirmière qui ouvrira le dossier puis vous serez osculté.e par un médecin légiste qui recueillera votre témoignage et procèdera à l'examen médical. Il établira un certificat médical de constatation des lésions et traumatismes, et déterminera l'incapacité totale de travail (ITT). Une orientation sanitaire, sociale et/ou juridique peut vous être proposée. Une consultation avec un psychologue est également possible.

**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](mailto:medecine-legale@chu-montpellier.fr)**

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



# JE DÉPOSE UNE PLAINTE 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 un avocat lors de ce dépôt de plainte. Je serai accueilli.e et soutenu.e par des personnels formés et compétents.**

**Si mes ressources financières sont insuffisantes je peux demander une aide juridictionnelle auprès du tribunal de grande instance (TGI).**

## À MONTPELLIER

### **Commissariat central :**

206, rue du comté de Melgueil (Rives du Lez)

>> **04 99 13 50 00**

### **Commissariat secteur Nord :**

500, avenue de Louisville (Mosson)

>> **04 86 94 96 50**

### **Commissariat secteur Écusson**

Esplanade Charles de Gaulle (Comédie)

>> **04 99 74 26 74**

# 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](https://arretonslesviolences.gouv.fr)

**APP-ELLES :** application pour smartphone et Android téléchargeable gratuitement.

>> [app-elles.fr](https://app-elles.fr)

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

### **Pour être accompagné.e lors du dépôt de plainte**

**Psychologue en commissariat**

>> **04 99 13 50 36**

### **Intervenante sociale en commissariat - Montpellier**

>> **06 74 94 49 73**

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

### **Référent violences conjugales de la Police municipale**

>> [stopviolences@ville-montpellier.fr](mailto:stopviolences@ville-montpellier.fr)

Écoute, soutien, orientation



# VIOLENCES LGBT+PHOBES



## **FLAG !**

Application pour smartphone téléchargeable gratuitement ou sur Internet >> [flagasso.com](http://flagasso.com)  
Signalement des actes anti-LGBT pour les victimes et témoins.

## **Référent LGBT de la Police nationale**

>> [ddsp34-lgbt@interieur.gouv.fr](mailto:ddsp34-lgbt@interieur.gouv.fr)

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

## **Référent LGBT de la Police municipale**

>> [stopviolences@ville-montpellier.fr](mailto:stopviolences@ville-montpellier.fr)

Écoute, soutien, orientation



# **VIOLENCES & MAUVAIS TRAITEMENTS SUBIS PAR DES ENFANTS OU DES ADOLESCENTS**

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

**Allo enfance en danger >> 119**

Appel gratuit 24h/24 et 7j/7 quelle que soit la  
violence ou la situation.

*Écoute, aide et soutien*

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

Appel gratuit de 10h à 19h.





# 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 verbale, psychologique et matérielle**

> 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 paiements

**Violences par confiscation de documents**

> m'interdit de travailler, m'oblige à rester à la maison, financièrement dépendent.e

**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 rend à l'hôpital ou chez un 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 (Interruption Temporaire 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 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 du lundi au vendredi. 9h à 18h les samedis, dimanches et jours fériés.  
Numéro national, anonyme et gratuit.

### **Plate-forme 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

### **Accueil physique sans rendez-vous proposé par le CCAS**

- > les lundis de 9h30 à 12h30 au CEIS-CCAS  
8, rue Jacques Draparnaud  
Tram ligne 3 - arrêt Arceaux ou Plan Cabanes
- > le dernier jeudi de chaque mois de 13h à 17h  
au CCAS MOSSON - 82, square de Corté  
Tram ligne 1 - arrêt Les halles de la Paillade

**France Victimes 34 >> 04 67 60 61 78**

À Montpellier sur rendez-vous :

accompagnement psychologique et soutien  
dans les démarches juridiques

>> [juristes@france-victimes-34.fr](mailto:juristes@france-victimes-34.fr) >> [psy@france-victimes-34.fr](mailto: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

>> [herault.cidff.info.fr](http://herault.cidff.info.fr)

**Association Via Voltaire >> 04 67 60 84 80**

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

>> [viavoltaire.fr](http://viavoltaire.fr)

**Planning Familial >> 04 67 64 62 19**

Violences, mariages forcés >> [planning-familial.org](http://planning-familial.org)

**Association Nuage >> 07 67 22 08 29**

>> [nuage.asso@gmail.com](mailto:nuage.asso@gmail.com)

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

>> [nuage-violences-sexuelles.fr](http://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 samedi de 10h à 21h.

## **VIOLENCES LGBT+PHOBES**

### **SOS Homophobie**

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

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

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

**>> 07 54 19 85 72 >> [sos-lr@sos-homophobie.org](mailto:sos-lr@sos-homophobie.org)**

**>> [sos-homophobie.org](http://sos-homophobie.org)**

**France Victimes 34 >> 116 006 >>**

Cf ci-contre

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

Accueil, soutien et hébergement des 14-25 ans LGBT+ rejetés par leurs parents ou chassés du domicile familial. **Ligne d'appel 24h/24, 7 jours sur 7.** Accueil au local de Montpellier - 75, rue d'Acadie (Antigone) du lundi au vendredi de 12h à 18h, les mardis et jeudis de 18h à 20h et le samedi de 14h à 17h.

**>> 09 54 92 60 66 >> [le-refuge.org](http://le-refuge.org)**

**Fierté Montpellier Pride**

**>> 04 67 57 36 83 >> 06 68 51 02 37**

Accueil, soutien et aide aux démarches par téléphone ou au siège de l'association, 21, boulevard Pasteur (Montpellier).

**>> [fiertemontpellierpride.com](http://fiertemontpellierpride.com)**

# **VIOLENCES & MAUVAIS TRAITEMENTS SUBIS PAR DES ENFANTS OU DES ADOLESCENTS**

## **École des Parents et des Educateurs 34 (EPE34)**

Écoute, médiation familiale et consultation

>> **04 67 03 43 58**

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

Accueil et écoute gratuite, aide et soutien dans leurs difficultés des 11-21 ans seuls ou accompagnés. Rencontres avec des professionnels.

Accueil : 9 rue de la République (Gare)

Du lundi au vendredi de 13h à 17h.

>> [mda34.org](http://mda34.org)

## **Point Écoute Parents Adolescents (PEPA)**

>> **04 67 60 86 46**

Accueil et écoute gratuite, sur rendez-vous, aide et soutien dans leurs difficultés des 10-25 ans seuls ou accompagnés.

Rencontres avec des professionnels.

Accueil : 18 rue Terral (Écusson)

>> [pe.montpellier@groupe-sos.org](mailto:pe.montpellier@groupe-sos.org)

## **Face à l'inceste**

Protection et défense des enfants victimes d'inceste.

>> <https://facealinceste.fr>