

MIEUX INFORMÉ.E, PLUS FORT.E

VOUS ÊTES ACTUELLEMENT VICTIME DE VIOLENCES ET CONFINÉ.E
VOUS N'ÊTES PAS SEUL.E ET ON PEUT VOUS AIDER

En utilisant votre téléphone

Le 17 : Numéro d'urgence pour appeler les forces de l'ordre

SMS au 114 : Pour alerter **en silence** les forces de l'ordre

Pour joindre le **CIDFF de votre département**, appel et informations gratuites par assistance dématérialisée :

CIDFF 22	Téléphone : 02.96.78.47.82	Mail : contact@cidff22.fr
CIDFF 29	Téléphone : 02.98.44.97.47	Mail : contact@cidff29.fr
CIDFF 35	Téléphone : 02.99.30.80.89	Mail : cidff.35@orange.fr
CIDFF 56	Téléphone : 02.97.63.52.36	Mail : contact@cidff-morbihan.fr

Le 3919 : Le numéro national d'écoute, d'information et d'orientation accessible pour les victimes de violences et les témoins. (du lundi au dimanche entre 9 h et 21h)

Ce n'est pas un numéro d'urgence, mais un numéro d'accompagnement

Le 0 800 05 95 95 : La ligne Viols et Incestes Femmes Information de 10 h à 19 h

Le 119 : Si les violences concernent les **enfants**.

En utilisant Internet

La plateforme internet : <https://arretonslesviolences.gouv.fr>

La déconnexion est immédiate en cas de besoin.

En allant faire vos courses

Votre **PHARMACIE** a reçu des consignes pour faciliter le **signalement des violences**

Si vous êtes accompagné.e par votre agresseur.e vous pouvez dire **MASQUE 19** à la personne qui vous sert.



EN VOUS DÉPLAÇANT DIRECTEMENT À VOTRE POSTE DE POLICE OU À VOTRE GENDARMERIE

VOUS ÊTES TÉMOINS DE VIOLENCES
VOUS AVEZ LE DEVOIR D'AGIR POUR VENIR EN AIDE AUX VICTIMES
LA DISTANCIATION SOCIALE N'EMPÊCHE PAS D'INTERVENIR

Si vous entendez des bruits de coups, des cris, des pleurs, vous pouvez aider votre voisin.e victime de violences en appelant le **17**

Si vous êtes victime ou si vous avez connaissance d'une situation de maltraitance d'un enfant, appelez le **119**