



# VICTIMES ET TÉMOINS DE VIOLENCES INTRAFAMILIALES



Conçu pour être simple et pratique, ce livret d'information a été réalisé par le CCAS de Roquebrune-Cap-Martin.

Fruit d'une collaboration entre partenaires, entérinée par la création du premier réseau de la Riviera Française dédié aux violences intra-familiales, ce livret a pour but de vous accompagner dans vos démarches et de vous apporter des solutions.

Comment m'éloigner de mon conjoint violent ? Vers qui me tourner pour entamer les démarches afin de quitter mon domicile ? Quelle prise en charge pour mon enfant ?

Ce guide offre des réponses à toutes ces questions et bien d'autres, couvrant une variété de domaines tels que le juridique, le social, la santé et le logement.

## > Les partenaires du réseau de la Riviera Française de lutte contre les VIF

Agence Régionale de Santé PACA, Association MONTJOYE, Caisse d'Allocations Familiales Alpes Maritimes, Centre Communal d'Action Sociale et commune de Beausoleil, Centre Communal d'Action Sociale et commune de Menton, Centre d'Information des Droits des Femmes et des Familles (CIDFF06), Commune de Roquebrune-Cap-Martin Commune de Sospel, Commune de Tende, Centre Hospitalier Fondation Lenval, Centre Hospitalier la Palmosa, Centre Hospitalier Sainte Marie, Centre Médico-Psychologique (CMP) Saint Michel, Communauté d'Agglomération de la Riviera Française (CARF), Communauté Professionnelle Territoriale de Santé – Riviera (CPTS), Conseil Départemental des Alpes Maritimes, Maison des solidarités du Département, Croix Rouge Française, Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC) Est Azur, Education Nationale, Lycée Pierre et Marie Curie, Collège Vento, Gendarmerie-Maison de protection des familles, Mission Locale 06, Monaco : Direction de l'Action et de l'Aide Sociale de Monaco (DASO), Barreau de Nice, Centre Hospitalier Princesse Grasse, Pôle Emploi, Police Nationale- Commissariat de Menton, Délégue Départementale aux droits des femmes, Préfecture des Alpes Maritimes, Tribunal Judiciaire de Nice- Le Procureur de la République, Association Française des Centres de Consultations Conjugales (AFCCC) 06.



**01** > Présentation du livret

**04** > Les violences conjugales

**05** > Le cycle de la violence

**06 | 09** > Qui pour m'accompagner ?

**10** > Vers qui m'orienter ?

**11 | 13** > Quelles démarches entreprendre ?

**14** > L'enfant, une victime à part entière

**15** > Je suis témoin, j'ai aussi un rôle à jouer

**16** > Sortir de la spirale de la violence



## > Qui est concerné ?

Les violences conjugales concernent les violences qui ont lieu dans une relation de couple, que celui-ci soit marié, pacsé, en union libre ; que les conjoints soient encore en couple ou non.

Elles concernent chaque année des femmes comme des hommes, quel que soit leur âge et leur catégorie socio-professionnelle.

**Les violences conjugales sont punies par la loi. Victime, co-victime, témoin, nous avons tous un rôle à jouer pour changer les choses.**



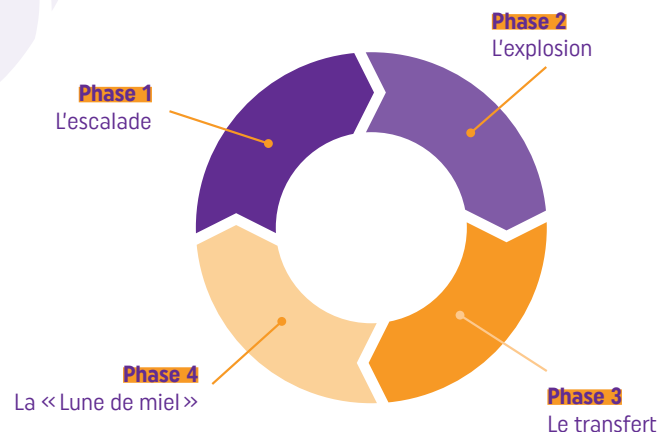
## > Quels sont les types de violences ?

Les violences sont multiples. Elles peuvent être isolées ou associées :

- **Physiques** : coups, brûlures, strangulation...
- **Verbales** : insultes, cris, menaces...
- **Psychologiques** : humiliations, isolement, chantage affectif, harcèlement...
- **Sexuelles** : viol, agression sexuelle, incitation à la prostitution, voyeurisme, harcèlement sexuel...
- **Économiques** : privation d'argent, contrôle des dépenses...

Dans le couple, la violence peut s'installer progressivement sous différentes formes.

Dans un processus souvent repéré comme cyclique, l'auteur exerce sur la victime une emprise pouvant amener à des violences de plus en plus graves.



### PHASE 1 : L'ESCALADE

#### Mise en place du système d'emprise

L'agresseur exerce des pressions psychologiques, contrôle, isole la victime.

La victime s'inquiète, tente d'améliorer le climat, fait attention à ses propres gestes et paroles.

### PHASE 2 : L'EXPLOSION

#### Épisode de violences (quelle que soit la forme)

L'agresseur donne l'impression de perdre le contrôle de lui-même mais prend en fait le contrôle de la situation.

La victime ne comprend pas et tente de calmer la situation.

### PHASE 3 : LE TRANSFERT

#### Minimisation de la violence

L'agresseur porte la responsabilité des violences sur sa partenaire.

La victime se sent responsable de la situation.

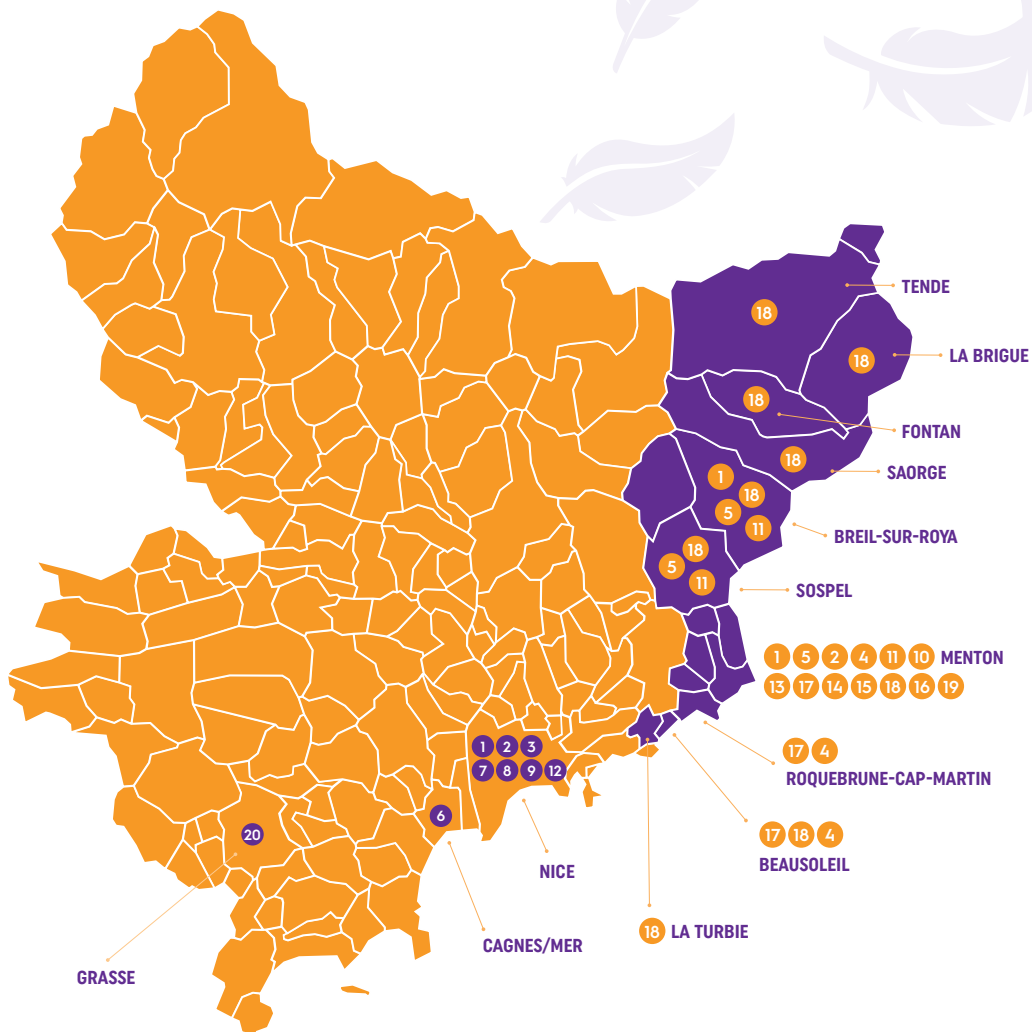
### PHASE 4 : LA « LUNE DE MIEL »

#### Moyen utilisé par l'auteur pour reconquérir la victime

L'agresseur promet un changement.

La victime lui donne une chance, lui apporte son aide, constate ses efforts, change ses propres habitudes.

# QUI POUR M'ACCOMPAGNER ?



	Partenaire	Coordonnées	Lieu permanences/Accueil
1	<b>Permanence juridique Centre d'Informations sur le droit des femmes et des familles (CIDFF06).</b>	2, avenue Guiglia - 06000 NICE Tél. : <b>04 93 71 55 69</b>	<b>BREIL-SUR-ROYA MENTON</b> (Maison de la Justice et du Droit 04 93 78 03 57) <b>NICE</b>
2	<b>Association Montjoye Accueil et accompagne- ment juridique, social et psychologique</b>	29, rue Pastorelli Immeuble Nice Europe, Bâtiment B (1 <sup>er</sup> étage) 06000 NICE - Tél. : <b>04 93 87 94 49</b> <b>&gt; Sur rendez-vous à Menton, Maison de Justice et du Droit</b> 38, rue Henry Greville 06500 Menton Tél. : <b>04 93 87 94 49</b>	<b>MENTON NICE</b>
3	<b>Bureau d'aide aux victimes - Barreaux de Nice</b>	3, place du Palais Tél. : <b>07 84 99 73 50</b> Accès à un avocat 24h/24 et 7j/7	<b>NICE</b>
4	<b>Police Nationale</b>	<b>&gt; Commissariat de Menton</b> 9, rue Partourneaux 06500 Menton Tél. : <b>04 93 28 66 00</b> <b>&gt; Antenne de Roquebrune-Cap-Martin Base Aérienne 943</b> Avenue François de Monléon 06190 Roquebrune-Cap-Martin Tél. : <b>04 93 44 85 01</b> <b>&gt; Bureau de police</b> 25, boulevard de la République 06240 Beausoleil Tél. : <b>04 92 09 44 30</b>	<b>MENTON ROQUEBRUNE-CAP-MARTIN BEAUSOLEIL</b>
5	<b>Gendarmerie Nationale</b>	<b>&gt; Brigade de gendarmerie de Menton</b> 1 MNT Luteria - 06500 Menton Tél. : <b>04 92 41 84 73</b> <b>&gt; Brigade de de Sospel</b> Boulevard de Verdun - 06380 Sospel Tél. : <b>04 93 04 02 67</b> <b>&gt; Brigade de de Breil-sur-Roya</b> 53, rue Commandant Hardy 06540 Breil-sur-Roya Tél. : <b>04 93 04 40 24</b>	<b>BREIL-SUR-ROYA SOSPEL MENTON</b>

6	<b>Maison de Protection des familles</b>	48, avenue de Grasse 06800 Cagnes-sur-Mer Tél. : <b>04 92 14 34 20</b>	CAGNES-SUR-MER
7	<b>Centre Départemental de l'accès aux droits (CDAD)</b>	1, place du Palais de Justice 06300 Nice Tél. : <b>04 92 17 71 16</b>	NICE
8	<b>CHU Nice Archet 2 Plateforme d'accueil des victimes de violences sexuelles et sexistes</b>	151, route de Saint-Antoine 06200 Nice Tél. : <b>04 92 03 60 92</b>	NICE
9	<b>Unité Médico Judiciaire de Nice-CHU de Nice</b>	Hôpital de Cimiez 4, avenue Reine Victoria 06000 NICE Tél. : <b>04 92 03 44 22</b>	NICE
10	<b>Service des urgences du centre hospitalier La Palmosa de Menton</b>	2, rue Antoine Pégliion 06500 Menton Tél. : <b>04 93 28 77 77</b>	MENTON
11	<b>Maison de santé pluri-professionnelle</b>	2, rue Antoine Pégliion 06500 Menton Tél. : <b>04 93 28 60 40</b>	MENTON
		1, place Saint-François 06380 Sospel Tél. : <b>04 93 04 33 33</b>	SOSPEL
		2, rue Cordier 06540 Breil-sur-Roya Tél. : <b>04 93 04 44 88</b>	BREIL-SUR-ROYA
12	<b>Hôpital Lenval</b>	57, avenue de la Californie 06200 Nice Tél. : <b>04 92 03 03 92</b>	NICE
13	<b>Centre Médico psychologique de Menton</b>	16, rue Prato 06500 Menton Tél. : <b>04 92 10 49 49</b>	MENTON

14	<b>Centre Médico psychologique pour enfants et adolescents</b>	40, rue Partourneaux 06500 Menton Tél. : <b>04 93 57 18 73</b>	MENTON	
15	<b>Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) de la Riviera Française</b>	121, avenue de Sospel 06500 Menton Tél. : <b>04 93 28 77 77</b>	MENTON	
16	<b>Centre de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA)</b>	La Villa Rose, 7, rue du Val de Gorbio 06500 Menton Tél. : <b>04 92 03 21 80</b>	MENTON	
17	<b>CCAS de Beausoleil</b>	<b>CCAS de Roquebrune-Cap-Martin</b>	2, avenue de la Lodola 06190 Roquebrune-Cap-Martin Tél. : <b>04 93 28 18 92</b>	ROQUEBRUNE-CAP-MARTIN
		<b>CCAS de Menton</b>	4, promenade Maréchal Leclerc Hauteclouque 06500 Menton Tél. : <b>04 92 41 76 18</b>	MENTON
		<b>CCAS de Beausoleil</b>	1, rue Jules Ferry 06240 Beausoleil Tél. : <b>04 93 78 93 33</b>	BEAUSOLEIL
18	<b>Maison des solidarités départementales</b>	4, rue Victor Hugo 06500 Menton Tél. : <b>04 89 04 30 20</b>	TENDE, SOSPEL, MENTON LA BRIGUE, FONTAN, SAORGE, BREIL-SUR-ROYA, BEAUSOLEIL	
19	<b>Centre de Protection Maternelle et Infantile</b>	4, rue Victor Hugo 06500 Menton Tél. : <b>04 92 04 30 40</b>	MENTON	
20	<b>Association « Une Voix pour elles »</b>	16, rue de l'Ancien Palais de Justice 06130 Grasse Tél. : <b>07 68 91 92 40</b>	GRASSE	





Plusieurs portes d'entrées possibles



## La préparation au départ

- J'enregistre les numéros d'urgence
- J'efface mes historiques de navigation (<https://arretonslesviolences.gouv.fr/comment-effacer-mes-traces>)
- J'identifie les lieux ou les personnes pouvant m'accueillir en cas d'urgence
- J'établis un code de communication avec une personne de confiance afin de transmettre un message d'alerte, non détectable par l'auteur
- J'informe mes proches sur la conduite à tenir si je subis de nouvelles violences
- Je répertorie les différentes violences et sécurise mes documents sur la plateforme mémo de vie (<https://memo-de-vie.org/>)
- Je télécharge et m'enregistre sur la plateforme App-Elles – Application mobile gratuite destinées aux victimes et témoins de violences sexistes et sexuelles
- À tout moment, je peux me rapprocher du service social de mon lieu de résidence (CCAS/MSD) afin de me renseigner sur les démarches à entreprendre

## Pour me protéger et me soutenir dans ma démarche, des dispositifs existent tout au long de mon cheminement :

Dans l'urgence, je suis victime ou témoin

### > J'ALERTE

#### Les forces de l'ordre

- J'appelle la Police ou la Gendarmerie : **17** ou **112**
- Si je ne peux pas parler, j'envoie un SMS gratuitement au **114**

#### Les services de secours

- Le SAMU : **15** • Les pompiers : **18** ou **112**

### > JE SIGNALA

Numéros et plateformes d'urgence, gratuits, anonyme. Disponibles 24h/24 et 7j/7

- « Allo Enfance en danger » : **119**
- Je tchatte en temps réel sur la plateforme accessible en ligne : [www.allo119.gouv.fr](http://www.allo119.gouv.fr)
- Je me connecte sur la plateforme : [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)  
Je peux échanger avec des policiers ou des gendarmes qui peuvent déclencher des interventions en urgence.
- Je signale en ligne : [signalement-violences-sexuelles-sexistes.gouv.fr](http://signalement-violences-sexuelles-sexistes.gouv.fr)

#### Numéro d'écoute, information et d'orientation

- Violences Femmes Info : **3919**



## QUELLES DÉMARCHES ENTREPRENDRE ?



### Je m'éloigne de mon conjoint violent

Si l'auteur des violences n'est pas contraint de quitter le domicile conjugal, je peux effectuer une demande d'hébergement d'urgence.

- Je contacte le **115** - Plateforme dédiée à l'hébergement d'urgence.
- Je me rapproche du travailleur social de mon lieu de résidence (**CCAS** ou **MSD**)

Les CCAS et la Maison des Solidarités Départementales proposent un accueil, **une écoute, un accompagnement social** et diverses aides financières sollicitables en cas d'urgence.

Pour les villes du littoral, Beausoleil, Roquebrune Cap Martin et Menton les CCAS peuvent proposer, en subsidiarité du 115, des mises à l'abri en urgence 7j/7 et 24h/24.

#### Aide au déménagement :

- Association « **Une voix pour elle** » - 16 rue de l'Ancien Palais de Justice 06130 GRASSE - 07 68 91 92 40 - Aide matérielle et logistique pour femmes et enfant victimes de violences conjugales.

La loi du 28 février 2023 crée **l'aide universelle d'urgence pour les victimes de violences conjugales**. Cette aide se matérialise sous la forme d'un don ou d'un prêt sans intérêt afin de venir en soutien aux victimes désireuses de quitter le domicile conjugal (entrée en vigueur au plus tard le 30/11/2023).

### Je fais constater médicalement ma situation

- Je me rapproche de mon médecin de ville afin de faire établir un certificat médical initial attestant le contexte des violences subies
- **Qu'il s'agisse de violences physiques, psychologiques ou sexuelles**, je prends rendez-vous à l'Unité Médico judiciaire (UMJ) de Nice afin de faire évaluer la possibilité d'établissement d'un certificat mentionnant l'Incapacité Totale de Travail (ITT).  
Ce document constituera un élément utile en cas de procédure judiciaire.

## Je me protège et me fait accompagner par les associations d'aide aux victimes

### Le suivi psychologique

Je me rapproche de mon travailleur social du CCAS ou de la MSD, des associations d'aides aux victimes, des professionnels de confiance qui sauront me guider dans la prise de rendez-vous auprès d'un psychologue qu'il s'agisse :

- Des permanences psychologiques des associations d'aides aux victimes
- Du Centre Médico-psychologique de Menton (CMP)
- Du Centre Médico Psycho Pédagogique (CMPP)
- De la Protection Maternelle et Infantile (PMI)

En subsidiarité des aides déjà existantes, les CCAS de Menton, Beausoleil et Roquebrune-Cap-Martin peuvent vous aider, en fonction de votre situation financière, à prendre en charge en tout ou partie votre suivi psychologique.

### Le dépôt de plainte

À tout moment de mon parcours je peux déposer plainte contre l'auteur des violences. Les services de Police et de Gendarmerie sont dans l'obligation d'enregistrer ma plainte.

Dans l'urgence, le dépôt de plainte peut se faire sur place auprès du service compétent en fonction de mon lieu d'habitation (Police ou Gendarmerie).

Il peut également être effectué :

- En ligne : **[www.pre-plainte-en-ligne.gouv.fr](http://www.pre-plainte-en-ligne.gouv.fr)**

Dépôt d'une pré-plainte qui devra être confirmée par un déplacement auprès de l'antenne locale de la Police Nationale

- Par écrit, auprès du Procureur de la République : Tribunal de Grande Instance de Nice : 3, place du Palais de Justice - 06300 Nice.

Dans cette démarche, je peux bénéficier de l'accompagnement d'un travailleur social

### Accompagnement social en police et gendarmerie

**Zone Police** : Intervenante sociale en commissariat. Tél. : **06 50 89 99 88**

**Zone gendarmerie** : Intervenante sociale en gendarmerie. Tél. : **06 50 86 99 88**

Dans la procédure, plusieurs mesures existent et peuvent être sollicitées pour ma protection :

- **L'ordonnance de protection** : Elle vise dans l'urgence, si le critère de gravité est avéré, à empêcher l'auteur des violences d'entrer en contact avec la victime. Cette démarche n'est pas subordonnée à un dépôt de plainte préalable.
- **Le bracelet anti rapprochement (BAR)** : Il permet de protéger la victime, par le biais d'un système de géolocalisation, en veillant à ce que l'auteur ne se rapproche pas de la victime en deçà d'une certaine distance.
- **Le téléphone grave danger (TGD)** : C'est un téléphone spécifique permettant à la victime d'être mise en relation directement avec les forces de l'ordre en cas de danger.





Depuis le décret du 23 novembre 2021, l'enfant ayant subi ou été témoin de violences conjugales est reconnu comme victime à part entière.

### L'enfant victime/co-victime de violences conjugales c'est quoi ?

Il s'agit d'un enfant exposé, témoin et ou victime de violences survenues au sein du couple parental.

### > Des accompagnements spécifiques :

- **Service des urgences pédiatriques de l'Hôpital Lenval**  
57, avenue de la Californie - 06200 Nice  
Tél. : **04 92 03 03 92**
- **Services du Département Maisons des solidarités Départementales et Protection maternelle et infantile**  
4 rue Victor Hugo - 06500 Menton  
Tél. : **04 89 04 30 20 / 04 93 57 18 73**
- **Centre médico pédagogique pour enfant et adolescents (CMPP)**  
40, rue Partourneaux - 06500 Menton  
Tél. : **04 93 57 18 73**

En fonction des circonstances, possibilité pour le mineur de se constituer partie civile avec au besoin l'assistance d'un administrateur **ad hoc**.



### > En cas de faits graves constatés :

- > Je peux contacter les numéros d'urgence
- > Me rapprocher du service social de mon lieu de résidence
- > Signaler la situation au service social de mon lieu de résidence, la Police ou la gendarmerie ou directement auprès du Procureur de la République



# SORTIR DE LA SPIRALE DE LA VIOLENCE



Mon partenaire m'éloigne de mes proches et dit que nous sommes mieux à deux. C'est vrai, mes amis et ma famille ne comprennent pas notre relation... même s'ils me manquent parfois.

Mon partenaire contrôle ma façon de m'habiller. Il trouve que je suis plus belle lorsqu'il choisit lui-même mes habits. Il dit que je ne suis pas respectable selon la façon dont je m'habille.

Mon partenaire veut que l'on partage tout, il fouille mes mails et mon téléphone. Je lui ai donné mes codes d'accès pour le rassurer.

Mon partenaire surveille mes sorties car il dit s'inquiéter s'il ne sait pas où je suis, si je ne rentre pas à une heure précise. Je devance son inquiétude en mettant tout en place pour le rassurer.

Mon partenaire me dit que je ne vauds rien et que personne ne voudra plus jamais de moi.

Mon partenaire pète les plombs lorsque je fais quelque chose qui lui déplaît.

Nous pouvons nous disputer si je ne respecte pas les règles de notre relation. Je me sens mal, je culpabilise.

Mon partenaire me fait peur, me menace.

Je suis l'ombre de moi-même, je n'existe plus, je ne sais plus quoi faire, ni vers qui me tourner.

Mon partenaire me frappe, m'oblige à avoir des relations sexuelles.

Je me sens seule et incomprise

Mon partenaire se moque de moi en public. Il dit que c'est pour rire, mais cela me blesse parfois.

Je n'ai plus confiance en moi, je perds pieds

Mon partenaire me rabaisse et rabaisse mes projets. Il sait mieux que moi ce qui est mieux pour moi.

Mon partenaire gère seul les comptes et contrôle mon accès à l'argent.

Je me sens libre et heureuse dans ma relation

J'ai besoin que mon partenaire valide tous mes projets car je ne suis pas capable de décider seule.

Je suis épanouie dans ma relation. Nous prenons les décisions qui concernent le couple ensemble

Je n'ai pas confiance en moi, j'ai besoin de mon partenaire pour me guider dans mes décisions

J'existe par moi-même en dehors du couple

J'ai confiance en moi et je peux prendre seule des décisions qui me concernent, même si je me trompe

Je suis autonome

Mes choix, mes goûts sont respectés dans ma relation



