

Aide et soutien en cas de violence

AU SEIN DU COUPLE ET DE LA FAMILLE

VOUS SENTEZ-VOUS EN DANGER DANS VOTRE RELATION DE COUPLE (MARIAGE OU PARTENARIAT) OU VOTRE FAMILLE?

Vous êtes victime de violence?

De menaces?

N'hésitez pas à demander de l'aide.

Le plus tôt est le mieux.

Vous n'êtes pas seul-e.

La violence domestique n'est pas une affaire privée.

ÊTES-VOUS CONCERNÉ-E PAR LA VIOLENCE?

En cas d'urgence, alertez la **POLICE (117)**.

La violence domestique est interdite. Vous pouvez déposer plainte dans chaque poste de police (voir les adresses sur www.kapo.gr.ch).

La police intervient immédiatement pour vous aider et vous protéger. Elle peut éloigner l'auteur-e de violence du domicile pour une durée allant jusqu'à 14 jours.



Police

117 (24 h/24),
www.kapo.gr.ch

Urgences médicales

144 (24 h/24)

Centre de consultation pour l'aide aux victimes de délits Grisons

081 257 31 50,
www.soa.gr.ch

Maison des femmes des Grisons

081 252 38 02 (24 h/24),
www.frauenhaus-graubuenden.ch

Où trouver de l'aide et du soutien?

AIDE AUX VICTIMES:

Le centre d'aide aux victimes apporte un soutien personnel et juridique aux femmes et aux hommes ainsi qu'aux enfants et aux adolescents concernés par la violence. **Les consultations sont gratuites et confidentielles.**

MAISON DES FEMMES:

Les femmes concernées par la violence qui ne sont plus en sécurité chez elles peuvent trouver refuge avec leurs enfants dans un lieu protégé qui leur offre un hébergement, une aide et des conseils anonymes et gratuits.

MÉDECINS / HÔPITAL:

Si vous avez été victime de violence physique ou sexuelle, vous pouvez vous faire **examiner par un médecin** et faire constater les **blessures**. Adressez-vous à votre médecin de famille, présentez-vous au service des urgences d'un hôpital ou appelez le numéro des **urgences sanitaires (144)** pour une aide médicale d'urgence.

Dans les situations de crise - ne vous laissez pas gagner par le désespoir, appelez!

Conseil pour les personnes en difficulté

143 (24 h/24), www.143.ch

Conseils pour les enfants et les jeunes

147 (24 h/24), www.147.ch

Numéro d'urgence pour les parents - aide et conseil pour les parents, les familles et les personnes de référence

0848 35 45 55 (24 h/24), elternnotruf.ch

Vieillesse sans violence - conseil pour les personnes âgées concernées par la maltraitance

0848 00 13 13, www.alterohnegewalt.ch

Qu'est-ce que la violence domestique?

Tous les actes de violence physique, sexuelle, psychologique ou économique qui surviennent au sein de la famille ou du foyer ou entre des anciens ou actuels conjoints ou partenaires, indépendamment du fait que l'auteur-e de l'infraction partage ou a partagé le même domicile que la victime.

- **Physique:** p.ex. coups, bousculades, secousses, morsures, étranglement, ligotage, jet d'objets, voies de fait, différents actes pouvant aller jusqu'à entraîner la mort
- **Sexuelle:** toutes les pratiques sexuelles non désirées
- **Psychique:** p. ex. les menaces, la contrainte, la privation de liberté, le stalking (harcèlement obsessionnel), le mobbing sur Internet, le fait d'être témoin de violence à la maison
- **Sociale:** restrictions imposées à la vie sociale, comme p. ex. la mise sous tutelle, l'interdiction ou le contrôle strict des contacts familiaux ou extérieurs, l'enfermement ou l'interdiction d'apprendre la langue du pays de résidence
- **Économique:** l'interdiction de travailler, le travail forcé, la saisie du salaire
- **Mariage forcé**

Autorité de protection de l'enfant et de l'adulte (APEA)

Vous trouverez l'APEA régionale compétente sur www.kesb.gr.ch. En dehors des heures de bureau, il est possible de joindre l'APEA via la centrale d'engagement de la police cantonale (117) en cas d'urgence.

Services sociaux cantonaux

Conseil personnalisé dans les situations difficiles (p. ex. relation de couple, famille, finances, addiction, migration, crise). Vous trouverez votre service social régional compétent sur www.soa.gr.ch.

Faites-vous usage de la violence

OU DE MENACES DE VIOLENCE?

**SERVICE DE CONSULTATION POUR LES
AUTEUR-E-S DE VIOLENCE**

AVEZ-VOUS PEUR DE PERDRE LE CONTRÔLE?

Faites preuve de courage et agissez – avant qu'il ne soit trop tard. Vous pouvez vous adresser au service de consultation pour les auteur-e-s de violence, les entretiens sont gratuits et confidentiels.



**TAKE
COURAGE!**

EXEMPLAIRES DISPONIBLES AUPRÈS DE:



Koordinationsstelle Häusliche Gewalt
Post da coordinaziun violenza a chasa
Servizio di coordinamento violenza domestica

**Service de consultation des Grisons
pour les auteur-e-s de violence**

079 544 38 63, www.gewaltberatungsstelle.gr.ch



Toutes informations utiles
sur la violence domestique
et les offres d'aide et de
soutien dans les Grisons