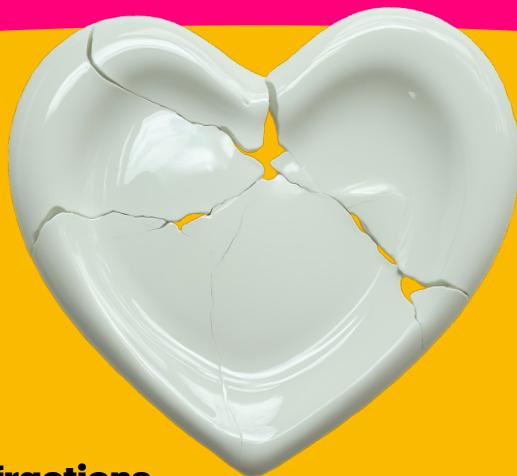




**LA VIOLENCE  
N'EST PAS UNE  
AFFAIRE  
PRIVÉE. BRISE  
LE SILENCE.**



**Un tiers des infractions  
pénales est commis au sein  
de la famille ou du couple.**

**Ose demander de l'aide.**

**Tu n'es pas seul(e).**

[www.gr.ch/haeusliche-gewalt](http://www.gr.ch/haeusliche-gewalt)





## **La violence domestique désigne les actes de violence ou les menaces de violence exercés au sein de la famille, d'un couple actuel ou d'une relation passée.**

**La violence peut prendre plusieurs formes, par exemple:**

**violence physique:** frapper, pousser, secouer, mordre ou retenir quelqu'un de force.

**violence psychologique:** insulter, menacer, humilier ou faire peur.

**violence sexuelle:** forcer quelqu'un à des actes sexuels.

**violence économique:** priver quelqu'un d'argent ou lui interdire de travailler.

**violence sociale:** enfermer quelqu'un ou lui interdire de voir sa famille ou ses amis.

## **La violence domestique n'est pas tolérée et constitue une infraction pénale.**

### **Où trouver de l'aide?**

#### **Police**

aide en cas d'urgence  
au numéro de téléphone **117**

#### **Enfants et adolescents**

aide 24h/24 au numéro **147**  
(téléphone, WhatsApp ou e-mail).  
Plus d'informations à l'adresse [www.147.ch](http://www.147.ch)

#### **Aide aux victimes**

conseil et soutien aux personnes concernées et à leurs proches, gratuit et confidentiel, à l'adresse [www.soa.gr.ch](http://www.soa.gr.ch) ou au numéro de téléphone **081 257 31 50**.

Service de conseil bref, 24h/24 au numéro **081 25 77 142** (à partir de novembre 2025).

#### **Maison d'accueil pour femmes**

protection pour les femmes et leurs enfants.  
Plus d'informations à l'adresse [www.frauenhaus-graubuenden.ch](http://www.frauenhaus-graubuenden.ch) ou au numéro de téléphone **081 252 38 02**.

#### **Consultation en soins infirmiers légaux**

examen médical et documentation des blessures.  
Gratuit et confidentiel. Informations et rendez-vous à l'adresse [www.ksgr.ch/forensic-nursing](http://www.ksgr.ch/forensic-nursing) ou par téléphone au **079 923 11 44**.

**Conseil pour personnes exerçant des violences**  
gratuit et confidentiel. Plus d'informations à l'adresse [www.gewaltberatungsstelle.gr.ch](http://www.gewaltberatungsstelle.gr.ch) ou au numéro de téléphone **079 544 38 63**.

#### **Témoins**

en cas de danger, contacter immédiatement la police (**117**). Informations et conseils à l'adresse [www.gr.ch/haeusliche-gewalt](http://www.gr.ch/haeusliche-gewalt)

### **Numéros de téléphone importants**

**Police: 117 (24h/24)**

**Ambulance: 144 (24h/24)**

#### **Enfants et adolescents**

147 (24h/24)

#### **Aide aux victimes Grisons**

081 257 31 50

081 25 77 142 (24h/24 à partir de novembre 2025)

#### **Maison d'accueil pour femmes Grisons**

081 252 38 02 (24h/24)

#### **Consultation en soins infirmiers légaux**

079 923 11 44 / [forensincnursing@ksgr.ch](mailto:forensincnursing@ksgr.ch)

Autres services d'aide pour les enfants, les adolescents, les femmes, les hommes, les parents, les personnes âgées, l'entourage social et les professionnels à l'adresse [www.gr.ch/haeusliche-gewalt](http://www.gr.ch/haeusliche-gewalt)