

# SI VOUS SOUHAITEZ QUITTER VOTRE DOMICILE !

## ADRESSES UTILES

### Lorsque vous envisagez de quitter votre domicile, pensez à :

- Vos documents d'identité (C.N.I., titre de séjour, passeport, permis de conduire) et ceux de vos enfants
- Le livret de famille, les actes de naissance ou des copies
- Vos bulletins de salaire
- Vos cartes vitales, dossiers médicaux et ordonnances
- Vos moyens de paiement : carte bancaire, chéquier ...
- Vos diplômes, attestations de formations
- Vos documents CAF, impôts, Sécurité sociale, France travail, Mission locale ...
- Les affaires scolaires des enfants
- Les jouets et objets fétiches de vos enfants
- Les documents (ou photos) attestants de la propriété de vos biens personnels et communs (voiture, maison...)
- Scanner ces documents en les conservant sur une adresse électronique connue de vous seule ou chez votre avocat ou en utilisant la plateforme en ligne dédiée aux personnes victimes de violences pour la sauvegarde des documents ([memo-de-vie.org](http://memo-de-vie.org))
- Faire mentionner votre départ par une main courante à la gendarmerie ou au commissariat le plus proche
- Ouvrir un compte courant à votre nom de naissance, et à une adresse différente du domicile commun
- Changer vos mots de passe (de votre compte bancaire, compte Ameli, compte CAF...)

**SOLIDARITÉ FEMMES Belfort (90)**  
23 rue de Mulhouse – 90000 Belfort  
Lundi au vendredi : 9h00-12h00 / 14h00-17h00  
(hors lundi après-midi et vendredi matin)

Permanence d'accueil et d'écoute pour les victimes de violences conjugales, centre d'hébergement et de réinsertion

03 84 28 99 09



**CIDFF - CENTRE D'INFORMATIONS DES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES**

3 rue Jules Vallès – 90000 Belfort  
Entrée BIJ, 1<sup>er</sup> étage à droite.  
Lundi au vendredi : 9h00-12h00 / 13h30-16h30  
Mercredi : 9h/12h

Accès aux droits et accompagnement à l'emploi

03 84 28 00 24



**FRANCE VICTIMES 90**  
Bureau d'aide aux victimes  
Tribunal judiciaire – 90000 Belfort  
Lundi et jeudi sur rendez-vous : 9h00-12h30 / 13h30-17h00

Aide aux victimes – accès aux droits et médiation

09 70 19 52 52



**CENTRE DE PRÉVENTION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE SIMONE VEIL**

14B rue des entrepreneurs  
Parc technologique – 90000 Belfort

Écoute, accompagnement et orientation par un personnel qualifié, destiné à toute personne mineure ou majeure victime de violences

03 84 28 17 12



## VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES

# RÉAGIR PEUT TOUT CHANGER

Découvrez des moyens d'agir sur  
[arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

#NeRienLaisserPasser

## FICHE RÉFLEXE POUR LES VICTIMES DE VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES DANS LE TERRITOIRE DE BELFORT

La loi protège contre les violences.

Vous avez des droits :  
le droit de partir, de travailler,  
d'avoir un compte bancaire ...



Accessible 7 jours / 7 et 24H / 24

## Violences psychologiques :

humiliations, chantage, harcèlement, appels téléphoniques malveillants ...

Elles existent dans toutes les situations de violences.

## Violences verbales :

menaces, insultes, cris, silence ...

## Violences physiques :

coups, gifles, cheveux tirés, bousculades, empoignades ...

## Violences sexuelles :

viols, agressions sexuelles, relations sexuelles imposées, mutilations sexuelles, exploitation sexuelle ...

## Violences économiques et administratives :

contrôle / détention / lecture / appropriation des papiers d'identité, du courrier, des SMS, des courriels, des ressources (salaires, RSA, allocations ...), des documents personnels ...

## Les cyberviolences :

il s'agit d'actes agressifs intentionnels, perpétrés au sein du couple par le conjoint ou l'ex-conjoint, aux moyens de courriels, SMS, réseaux sociaux, de la diffusion de photos intimes (revenge porn) ...

Plus d'informations sur :  
[arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

 <b>PROFITEZ</b> Une relation est saine quand votre partenaire ...	Respecte vos décisions, vos désirs et vos goûts
	Accepte vos ami(e)s et votre famille
	A confiance en vous
	Est content(e) quand vous vous sentez épanoui(e)
 <b>VIGILANCE, DITES STOP!</b> Il y a de la violence quand votre partenaire ...	Vous fait du chantage si vous refusez de faire quelque chose
	Rabaisse vos opinions et vos projets
	Se moque de vous en public
	Est jaloux/jalouse et possessif/possessive en permanence
	Vous manipule
	Contrôle vos sorties, fréquentations, vêtements, maquillage
	Fouille votre téléphone
	Insiste pour que vous lui envoyez des photos intimes
	Vous isole de votre famille et de vos proches
	Vous oblige à regarder des films pornos
 <b>PROTÉGEZ-VOUS, DEMANDEZ DE L'AIDE</b> Vous êtes en danger quand votre partenaire ...	Vous humilie et vous traite de folle/fou quand vous lui faites des reproches
	«Pète les plombs» lorsque quelque chose lui déplaît
	Menace de se suicider à cause de vous
	Menace de diffuser des photos intimes de vous
	Vous pousse, vous tire, vous gifle, vous secoue, vous frappe
	Vous touche les parties intimes sans votre consentement
Vous oblige à avoir des relations sexuelles	
Vous menace avec une arme	

## À qui s'adresser ?



**18**

Pompiers



**15**

SAMU



**17**

Police / Gendarmerie  
A contacter immédiatement lors des violences



**117**

Numéro d'appel d'urgence pour les personnes sourdes et malentendantes pour joindre le SAMU, les pompiers ou la police-gendarmerie



**115**

Vous avez besoin d'un hébergement en urgence pour être mise à l'abri



**119**

Numéro dédié aux enfants victimes ou témoins de violences



Prenez contact auprès d'un avocat  
Barreau de l'Ordre des avocats  
**03 84 28 13 17**