Gendarmerie nationale

RÉAGIR PEUT TOUT CHANGER

des solutions **gratuites** et **confidentielles** à votre disposition

VICTIME OU TÉMOIN DE VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE ?

Des professionnelles à votre écoute :

3 9 19
3919 ARRÊTONS LES VIOLENCES

Signalez-le par chat :
HTTPS://ARRETONSLESVIOLENCES.GOUV.FR

ARRÊTONS LES VIOLENCES

Situation d'urgence ?
Vous ne pouvez pas parler ?

ENVOYER SMS 114

VOUS AVEZ PEUR DE DEVENIR VIOLENT ?

J'ai du mal à me contrôler,
les enfants crient, le dialogue est rompu,
je deviens insupportable

n° d'écoute pour prévenir les violences
08 019 019 11

Ne frappez pas.

Faites vous accompagner, préservez votre famille des violences.

LES GESTES BARRIÈRES À ADOPTER :

- Lavez-vous très régulièrement les mains
- Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le
- Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir
- 1m — Pour tenir la maladie à distance, rester à un mètre de distance les uns des autres

ENFANT, JEUNE, PARENT EN DIFFICULTÉ ?

★ **Enfant,** tu es en danger ou tu penses qu'un autre enfant est en danger ?

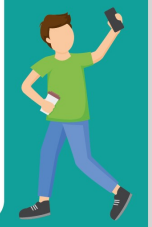
★ **Adulte,** vous êtes confronté ou préoccupé par une situation d'enfant en danger ou en risque de l'être ?

119 — 24h/24 APPEL GRATUIT 7j/7 — ALLÔ ENFANCE EN DANGER

ou par formulaire de contact:
www.allo119.gouv.fr

★ **Parents, enfants, ados**, besoin d'aide ou de conseils en cas de cyberviolences (harcèlement, chantage à la webcam, revenge porn...) ?

netecoute.fr
0800 200 000
ou par chat, messenger sur netecoute.fr



GENDARMERIE

En cas d'urgence, faites le : **17**

Un conseil, une information ?
Entrez en relation par **chat** avec un gendarme.
Rechercher "**brigade numérique**"

Conception graphique SIRPA Gendarmerie © 2020-116 GAV Mégane Barreau