



Violences conjugales

Comment trouver de l'aide ?

Numéros d'urgence (7j/7)

17
Police

18
Pompiers

112
Service d'Urgence
Européen

114
par SMS
uniquement

Autres moyens d'alerter

Lignes d'écoute réservées aux victimes de violences (7j/7)

3919
Violences Femmes Info

08 842 846 37
08VICTIMES



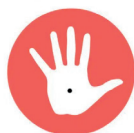
Téléchargez l'application « **App'elles** »
et demandez à une personne de
confiance de faire de mêmes.

Suivez les informations sur l'application
pour une bonne configuration.



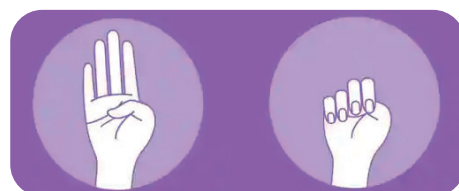
Au comptoir de la pharmacie,
demandez à votre interlocuteur
de rechercher sur internet « **Masque 19** ».

**Le (ou la) pharmacien(ne) doit
prendre vos coordonnées
pour vous envoyer de l'aide.**



Lors d'un appel visio,
montrez la **paume de votre main**
marquée d'un gros point qui sera visible
à l'écran.

Vous pouvez aussi vous prendre
en photo et l'envoyer à un contact de confiance.



Lors d'un appel visio, répétez les gestes suivants :

1. Paume vers l'écran et pouce replié
2. Pouce caché à l'intérieur de la main