



Violences conjugales

Préparer discrètement son départ



Si possible, ne prévenez pas votre conjoint(e) de votre départ
C'est souvent au moment où la personne victime veut partir que les violences augmentent.



Désactivez la fonction de géolocalisation sur vos appareils électroniques

En activant le mode avion ou en allant dans les paramètres pour désactiver le service de localisation.



Mettez un peu d'argent en sécurité

Dans une cachette, chez un proche de confiance ou sur un compte en banque secret.



Mettez en sécurité vos papiers importants (pour vous et vos enfants)

En les amenant progressivement chez une personne de confiance ou en les scannant pour les mettre sur un espace de stockage physique ou virtuel.



Dans l'idéal, préparez un sac avec le nécessaire pour vous (et vos enfants)

Documents

- **Identité** : carte d'identité, carte vitale, passeport, livret de famille.
- **Immigration** : carte de séjour, visa, documents liés à la situation administrative.
- **Argent** : carte bancaire, chéquier, espèces.
- **Preuves des violences** : certificats médicaux, récépissé de dépôt de plainte, décisions judiciaires...
- **Santé** : carnet de santé, ordonnances, coordonnées du médecin traitant.
- **Accompagnement social** : coordonnées des travailleurs sociaux qui vous suivent.
- **Autres** : diplômes, bulletins de salaire, déclarations d'impôts.

Le site www.memo-de-vie.org, permet de sauvegarder gratuitement et de manière sécurisée témoignages, documents officiels et médias (photos, audios, vidéos...).

Affaires à prendre

- Vêtements
- Produits d'hygiène
- Médicaments
- Lunettes
- Argent (si possible)
- Objets importants (souvenirs, bijoux, photos...)
- Jouet ou doudou (pour les enfants)
- Clés (voiture, logement, travail)
- Photographies du contenu et de l'état de la maison au moment du départ