

Retrouvez nous dans nos différentes antennes :

Que la violence soit **verbale, psychologique, physique, financière ou sexuelle**, nous vous réservons un **accueil chaleureux** et vous soutiendrons dans vos démarches.

N'hésitez pas à demander de l'aide. Vous n'êtes plus seule.

GROUPES DE PAROLE

Une fois par mois, à Narbonne et Carcassonne

Rompres l'isolement, comprenez la situation et partagez des stratégies pour surmonter les difficultés.

À Narbonne :
37 avenue des Pyrénées
04.68.42.51.33
narbonne@cidff.fr

À Port la Nouvelle :
222 rue de la Mairie
04.68.40.37.45
lri.littoral@cidff.fr

À Carcassonne :
7 enclos Caminade
04.68.72.47.37
carcassonne@cidff.fr

À Lezignan :
24 bis avenue Léon Bourgeois
04.68.45.94.46
lri.lezignan@cidff.fr

www.cidff.fr



Le réflexe égalité

Accompagnement des femmes en situation de violences

Accueil - Écoute
Accompagnement



Aude

Le réflexe égalité

J'ai besoin d'en parler, de faire le point sur ma vie

ACCUEIL, ÉCOUTE, ORIENTATION, INFORMATION

Sur le processus des violences conjugales.

Permanences avec des professionnelles sur RDV à Narbonne, Carcassonne, Port la Nouvelle et Lézignan

Accueil de jour sans RDV Mardi et Jeudi à Narbonne et Lundi et Vendredi à Carcassonne

Venez en parler, quelque soit votre décision !

Quels sont mes droits ?

INFORMATION JURIDIQUE

Information juridique **gratuite**

Une juriste vous explique **vos droits** et les démarches possibles concernant la famille, le travail, etc.

Plainte main courante... ?
Je ne sais pas quoi faire !

INTERVENANTE SOCIALE

Après de la **Gendarmerie** et de la **Police** du département de l'Aude.

Permanences dans les commissariats à Narbonne le Lundi et à Carcassonne le Vendredi.

Appelez au 06.30.27.74.13

Je ne sais pas par où commencer...

ACCOMPAGNEMENT SOCIOPROFESSIONNEL

Des informations sur **vos droits** et vos démarches

Nous pouvons vous aider à trouver des solutions pour le **logement**, la **santé**, les **enfants** et l'**emploi**

Vous vous demandez si vous êtes victime de violence ?

Répondez aux questions suivantes pour dissiper votre incertitude :

- Votre conjoint vous contrôle sans cesse ?
- Il vous déprécie ou vous humilie ?
- Il vous injurie ?
- Il vous empêche de fréquenter vos amies ou votre famille ?
- Il vous harcèle sexuellement ?
- Il menace de vous battre si vous demandez de l'aide ?
- Il vous bouscule ou vous frappe ?
- Il vous lance des objets ?
- Vous avez peur pour votre sécurité et celle de vos enfants ?

Si la réponse est OUI à une ou plusieurs de ces questions, vous êtes victime de violence conjugale.

Vous n'êtes plus seule

N'hésitez pas à demander de l'aide