

## > Quelques conseils pratiques

**Photocopier les documents importants et les placer en lieu sur**

Vos papiers (papiers d'identité, titre de séjour, permis de conduire, chéquier etc.) vous appartiennent et leur confiscation par votre conjoint ou ex-conjoint est un vol. Vous pouvez porter plainte pour les récupérer.

### Garder des preuves

- > Témoignages d'amis, de la familles, de collègues.
- > Photos, vidéos, enregistrements audios.
- > Certificats médicaux avec ou sans ITT (Interruption Totale de Travail), qui ne sont pas obligatoires pour déposer plainte mais qui peuvent vous être demandés pour des dossiers administratifs (demande d'un logement, aide sociale etc.).
- > La plateforme sécurisée Mémo de vie permet de stocker des documents, photos, journal etc. sur [www.memo-de-vie.org](http://www.memo-de-vie.org)

### Faire valoir vos droits et mobiliser la loi

- > Vous pouvez signaler les faits aux autorités via un tchat en ligne : <https://www.service-public.fr/cmi>
- > Vous pouvez porter plainte dans toute gendarmerie :
  - Jusqu'à 1 an après les faits pour des menaces et injures.
  - Jusqu'à 6 ans après les faits pour des violences physiques, sexistes, menaces de mort.
  - Jusqu'à 20 ans après les faits pour viol ou tentative de meurtre.
- > Vous pouvez également porter plainte auprès du Procureur de la République par lettre recommandée, adressée au Tribunal Judiciaire de Libourne.

## > Différentes formes de violences

- > **Violences verbales et psychologiques**  
Insultes, humiliations, dévalorisations, menaces, pressions, chantage, jalousie excessive etc
- > **Privations et contraintes**  
Vol, destruction de propriété, enfermement, privation d'autonomie (confiscation de revenus, véhicule) etc.
- > **Violences physiques**  
Coups, mutilations, meurtres etc.
- > **Violences sexuelles**  
Rapport sexuel non consenti, agressions sexuelles, proxénétisme etc.

**Toutes les formes de violences sont punissables par la loi (celles commises par conjoint ou ex-conjoint)**

### > Vous êtes témoin...

**Votre témoignage est capital, il peut contribuer à sauver une vie**

Vous êtes témoin ou vous avez connaissance d'une situation de violences, alors n'hésitez pas à vous adresser aux structures compétentes (cf numéros ci-joint). La non-assistance à une personne en danger est punie par la loi

### > Vous êtes victime...

**Parlez-en et adressez-vous aux structures compétentes pour vous aider**

*Document proposé par le groupe de travail pluridisciplinaire de lutte contre les violences intrafamiliales du CISPD de la CALI*

*Ne pas jeter sur la voie publique*

