

# Gendarmerie Nationale

## Ne plus subir de violences conjugales

Les humiliations, insultes, menaces, pressions psychologiques, gifles, coups, agressions sexuelles, viols... commis par un (ex) conjoint ou (ex) compagnon sont des violences. Elles sont multiples et peuvent coexister.

Vous n'êtes pas responsable des actes de votre partenaire ou ex-partenaire. Quelles que soient ses explications et justifications, il n'a pas le droit de vous agresser. Il est seul responsable de ses actes de violences. Par ses propos et comportements, votre partenaire ou ex-partenaire veut vous contrôler et vous détruire. Il veut vous dominer et prendre le pouvoir. Ces violences créent **un climat de peur et de tension permanent**. Les conséquences pour vous sont : la peur, la culpabilité, la perte de l'estime de soi, l'isolement, le stress.

Que les faits soient anciens ou récents, **IL FAUT EN PARLER** à une personne en qui vous avez confiance, à un-e professionnel-le (un médecin, une assistante sociale, un avocat...) ou adressez-vous à une association spécialisée dans la lutte contre le viol et les violences faites aux femmes qui vous accompagnera. **Le 3919** est à votre disposition pour vous écouter et vous guider.

**SIGNEZ ces faits à la police ou à la gendarmerie.** Vous ferez l'objet d'une attention particulière de la part des services de police ou des unités de gendarmerie qui ont mis en place des dispositifs d'accueil et d'aide aux victimes : intervenantes sociales, psychologues, permanence d'association d'aide aux victimes...

**Les violences au sein du couple sont punies par la loi. Pour vous en sortir dénoncer et donner l'alerte !**