CESER
Hauts-de-France
Conseil Économique, Social
et Environnemental Régional

STOP
AUX VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

QUI PEUT M'AIDER ?

CONTACTS UTILES PRÈS DE CHEZ MOI

DÉPARTEMENT DU NORD
HORS MÉTROPOLE LILLOISE

Version : Juillet 2026

Éclairer l'avenir

FACE AUX VIOLENCES, VOUS AVEZ DES DROITS

Ces violences concernent tous les milieux sociaux, tous les âges, tous les couples… Il ne faut pas les minimiser.

En France, que les faits soient anciens ou récents, de nombreuses lois existent et vous protègent pour lutter contre les violences à l'égard des femmes.

Que vous soyez mariée, pacsée, concubine, ex-conjointe, ex-partenaire vous pouvez être concernées par des comportements violents et la Loi le reconnaît. La violence se passant au sein du couple, mariée ou non, actuel ou ancien est une circonstance aggravante. **Les enfants témoins** de violences conjugales sont aussi des victimes.

LA LOI VOUS PROTÈGE

Plusieurs dispositifs existent pour vous protéger selon les situations :

! Le principe de la **mesure d'éloignement du domicile** du conjoint violent s'applique dès lors que vous en faites la demande et qu'il y a un risque de nouvelles violences.

! **Interdiction pour l'agresseur d'entrer en contact** avec la personne victime, les enfants et les proches.

! Mise à disposition d'un **Téléphone Grave-Danger**, selon les critères d'attributions.

! **Une ordonnance de protection** peut être prononcée par le juge aux affaires familiales pour éloigner le partenaire intime violent.

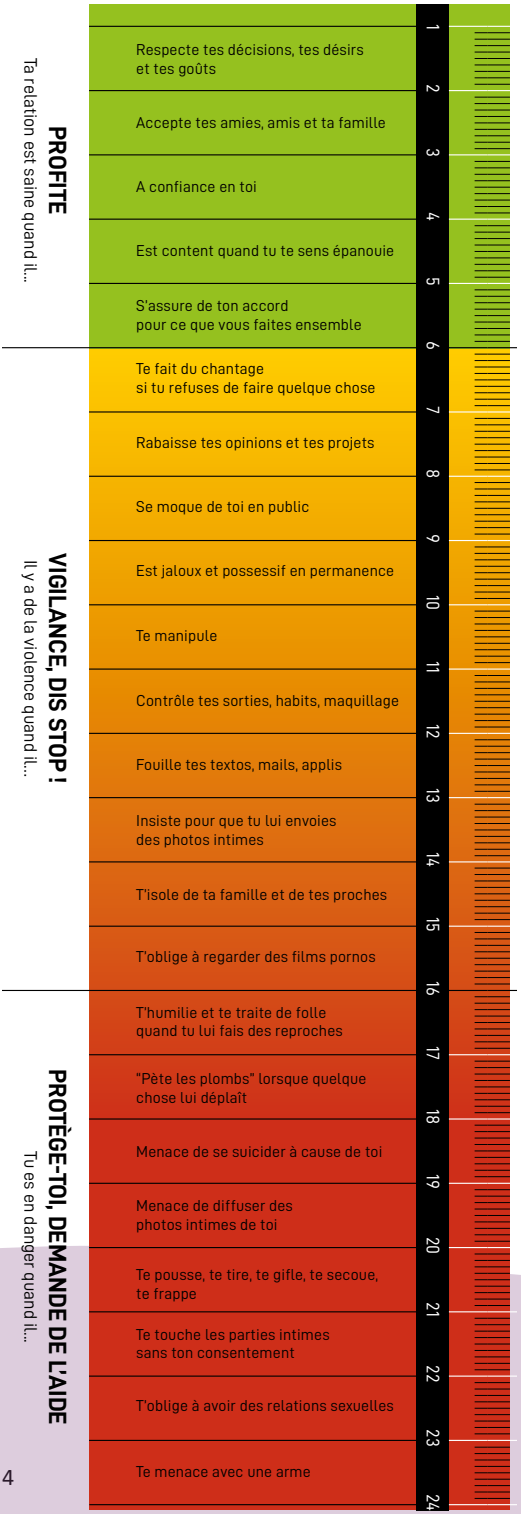
SUIS-JE VICTIME DE VIOLENCE ?

VIOLENTOMÈTRE

QUAND FAUT-IL S'ALARMER ?

Le violentomètre rappelle ce qui relève ou non des violences. Regardez si vous êtes concernée par ces exemples de comportements de votre partenaire. Il indique s'il s'agit d'une relation saine en vert, s'il s'agit de violences qui n'ont pas lieu d'être en orange, et les cas de danger où demander de l'aide est nécessaire pour se protéger.

Usage des outils numérique pour la Cyberviolences : contrôle, harcèlement, surveillance, violence administrative ou économique, sexuelles, vol des mots de passe et identifiants.



Source : Centre Hubertine Auclert

QUE FAIRE ?

En parler, ne pas rester isolée

3919 Numéro National d'écoute, anonyme et gratuit
7j/7 (Du lundi au vendredi : 9h- 22h / Samedi, dimanche, jours fériés 9h-18h)

3114 Numéro National de prévention suicide
Accessible 24h/24 et 7 jours/7
Gratuit et confidentiel

En situation d'urgence, appeler les secours

17 Police Secours
24h/24, 7jours/7, depuis un poste fixe

112 Appels d'urgence
Depuis un téléphone mobile et valable dans l'ensemble de l'Union Européenne

115 SAMU
Pour une aide médicale d'urgence

18 Pompiers
Quand des vies sont en danger

Alerter ses proches

Application App-Elles
Alerte des proches désignés conseils

Vous êtes à la rue

115
Pour un hébergement ou orientation vers une structure adaptée

Vous avez subi des violences sexuelles

Vous êtes une victime, vous n'y êtes pour rien, faites vous conseiller et aider.
Même si vous ne déposez pas plainte, votre santé est importante, ***consultez un médecin*** *et faites établir un certificat.*
Conservez ***vos éléments de preuves éventuelles*** *(habits, traces corporelles).*

0 800 05 95 95
Viols Femmes Informations

0 805 802 804
Violences Sexuelles dans l'Enfance
Numéros gratuits, anonymes, du lundi au vendredi de 10H à 19H

Livret juridique à télécharger pour faire valoir ses droits ICI

Si vous êtes sourde ou malentendante

114 par SMS

Numéro national, gratuit, accessible par visiophonie ou SMS

24H/24, 7J/7. Des personnes au 114, sourds et entendants, contacteront le service d'urgence

Femmes en situation de handicap victimes de violences

01 40 47 06 06

Association Femmes pour le dire - Femmes pour agir

Vous pensez etre victime de soumission chimique

01 40 05 42 70 CRAFS

Contacter les conseillers spécialisés du CRAFS (Centre de référence sur les agressions facilitées par les substances) du lundi au vendredi 9 à 13H et 14 à 18H

Télédéclaration sur le site : **https://lecrafs.com/**

Mes enfants aussi sont victimes de violences

119 **"Allo enfance en danger"**

24h/24, 7jours/7, gratuit, anonyme.

Plateforme gouvernementale "arrêtons les violences"

https://arretonslesviolences.gouv.fr/

Signalement en ligne des violences Policiers et gendarmes accessibles 24h / 24H

Vous êtes victime de violences numériques

3018

7j/7 de 9H à 23H pour les enfants et leurs proches

Vous êtes victime d'homophobie

01 48 06 42 41

SOS HOMOPHOBIE

Ligne d'écoute anonyme. Lundi au vendredi 18h à 22h, Samedi 14h à 16h, Dimanche 18h à 20h (Hors jours fériés)

Vous êtes victime de transphobie

"C'est pas mon genre !"

contact@cestpasmongenre.com

http://www.cestpasmongenre.com/

FAIRE CONSTATER SES BLESSURES ET SE FAIRE SOIGNER

- **Dans une unité médico-judiciaire** pour faire attester et constater vos blessures. L'unité médico-judiciaire fera toutes analyses utiles, corporelles et matérielles. Elle fixera le nombre de jours d'Incapacité Temporaire de Travail (ITT) qui vous sera utile ensuite pour votre plainte.
- **Possibilité de prise en charge psychologique des traumatismes** à 100% par l'assurance maladie au titre des ALD Affections Longue Durée. Le médecin vous orientera vers le spécialiste adapté.

PLATEFORME NATIONALE DE DIALOGUE EN DIRECT AVEC DES POLICIERS
Pour les victimes ou témoins de faits de violence conjugale, sexuelle ou sexiste
https://www.service-public.fr/cmi
Bouton de sécurité "quitter en urgence, effacer l'historique".

DÉPOSER UNE PLAINTE

Se rendre **au commissariat ou en gendarmerie** pour porter plainte :

> La victime peut être accompagnée par une personne de son choix,

> Elle a le droit d'être assistée d'une traductrice ou d'un traducteur.

> Vous n'êtes pas obligée de répondre à des questions relevant de votre vie privée ou sexuelle si elles sont sans rapport avec les faits.

> Vous pouvez déclarer, avec son accord exprès, l'adresse d'un tiers ou d'une association pour garder la votre secrète.

> Les autorités ont pour obligation d'enregistrer votre plainte, même si vous n'avez pas encore de certificat médical. (art. 15-3 du code de procédure pénale).

On peut aussi porter plainte en ligne ici :
https://www.service-public.fr/simulateur/calcul/Porter_plainte

Un récépissé du procès-verbal doit vous être adressé. Les éléments que contient une plainte sont :

> Les coordonnées de l'auteur des violences,

> Tous les éléments, preuves attestant de violences (mails, témoignages, SMS, factures détaillées avec les appels, lettres...),

> Un certificat médical détaillé attestant de vos blessures et lésions et le nombre de jours d'ITT.

> Les jours d'ITT sont déterminés par l'unité médico-judiciaire de votre secteur.

À SAVOIR

> Pensez à réclamer une copie de votre dépôt de plainte.

> Le dépôt d'une simple main courante est interdit en matière de violences conjugales, et ne peut être établi qu'après refus express de déposer plainte. Une audition sera alors réalisée concernant les faits énoncés. Une plainte permet d'engager des poursuites envers l'auteur.

> Vous pouvez également écrire au **Procureur de la République** au tribunal judiciaire du lieu des faits;

> Une victime de violences dispose de 6 ans pour les violences physiques et de 20 ans pour les viols.

Possibilité d'aide juridictionnelle,
prise en charge des frais d'avocat sous condition de ressources

PRÉPARER SON DÉPART



Site d'aide et d'accompagnement des victimes de violence

Par France Victimes et le Fonds de Garantie des victimes
(Bouton de sécurité / confidentialité CACHER LE SITE)
https://parcours-victimes.fr/

Mémo de vie

Protéger vos documents et témoignages, préparer ses démarches - Plateforme gratuite, compte personnel sécurisé
(Bouton de sécurité/confidentialité VITE JE QUITTE)
https://memo-de-vie.org/

Contacter les associations d'aide spécialisées pour les femmes victimes de violences

Contacts suivant votre zone géographique dans les pages suivnates.



Si vous quittez votre domicile

Pensez à prendre ou pouvoir déposer en lieu sûr :

- **quelques vêtements,**
- **des photocopies de vos papiers d'identités et ceux de vos enfants,**
- **et autres papiers importants (livret de famille, avis d'imposition, quittances de loyer, bulletins de salaire, carte vitale...),**
- **vos éléments de preuve.**

PRÉVENIR DES VIOLENCES / ÊTRE PROTÉGÉE

Obtenir une ordonnance de protection

Demande à faire auprès du Juge aux Affaires Familiales par simple requête. On peut utiliser le formulaire en ligne cerfa n°15458*05 ou s'adresser au greffe du tribunal judiciaire de votre lieu de domicile.

Le "téléphone grave danger"

pour les femme victimes de violences conjugales ou de viol.
Il permet une alerte prioritaire des forces de l'ordre pour intervention en urgence.

Le "Bracelet Anti-rapprochement"

Pour les femmes victimes de violences conjugales, suite à une décision du juge quand il y a eu plainte.

Le bracelet géolocalise l'auteur des violences et permet intervention en urgence des forces de l'ordre.

En cas de dépôt de plainte

Des mesures d'interdiction empêchant l'auteur des violences de vous approcher ou de fréquenter certains lieux peuvent être prises.
Votre adresse peut être tenue secrète par la police et la gendarmerie.

1ers réflexes face à une victime de violences

Ne pas la laisser seule, l'éloigner au calme, demander ce dont elle a besoin (Téléphoner…), ne pas la laisser repartir seule ou sans accompagnement fiable, contacter les secours.

Les phrases à connaître pour soutenir les victimes

- **Je vous crois**
- **Vous n'y êtes pour rien, ce n'est pas votre faute**
- **Quelles que soient les circonstances, il n'avait pas le droit, la loi l'interdit**
- **Merci pour votre confiance, vous avez bien fait d'en parler, cela demande du courage de se confier**
- **Je vais vous aider**

Au Bord du passage à l'acte violent

Numéro d'écoute pour prévenir les violences

08 019 019 11

Du lundi au dimanche de 9H à 19H

Pour les professionnels

https://arretonslesviolences.gouv.fr/je-suis-professionnel

Signalement en ligne : **https://www.service-public.fr/cmi**

LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

« Les violences faites aux femmes se définissent comme tout acte de violences dirigé contre le sexe féminin, et causant ou pouvant causer aux femmes un préjudice ou des souffrances physiques, sexuelles ou psychologiques, y compris la menace de tels actes, la contrainte ou la privation arbitraire de liberté, que ce soit dans la vie publique ou dans la vie privée. »

Déclaration sur l'élimination de la violence à l'égard des femmes - New-York - ONU, 1993

CE QUE DIT LA LOI

> Loi du 22 juillet 1992 : « les violences conjugales sont reconnues par la loi comme une circonstance aggravante ».

> Loi du 4 avril 2006

> Loi du 4 aout 2014 pour l'égalité entre les femmes et les hommes: "les violences sont un délit relevant du tribunal correctionnel, passibles d'une amende et/ou de peine pouvant aller de 3 à 5 ans d'enfermement." De plus, l'ordonnance de protection délivrée par le juge aux affaires familiales est renforcée. Elle peut être prise avant ou après un dépôt de plainte.

DÉPARTEMENT DU NORD HORS MÉTROPOLE LILLOISE



Victime d'agression, suivie, insécurisée ?
"Demandez Angéla..." dans les lieux où il y a cet autocollant.

CIDFF Nord-Territoires

Centre d'information sur les droits des femmes et de la Famille
Écoute, information juridique, soutien et suivi psychologique gratuit, formation
contact@cidffnt.org

- **Denain**
MJC maison des jeunes et de la culture
Rue Roger Salengro Denain - Vendredi de 9H à 12H

- **Condé-sur-Escaut**
Point d'accès au Droit
Porte Vautourneux, Avenue de la Liberté 59163 Condé-sur-l'Escaut
un mardi sur 2 de 13H30 à 17H

- **St-Amand-les-Eaux**
Point d'Accès au Droit
42 rue d'Orchies 59230 St-Amand-les-Eaux
1er jeudi du mois 9h-12h

- **Bruay-sur-l'Escaut**
Maison France Service
6 rue de l'église 59860 Bruay-sur-l'Escaut
1er lundi du mois de 9H à 12H30

- **CCAS**
Place des Farineau, 59860 Bruay-sur-l'Escaut
4ème Mardi du mois 13h30-16h30
03.27.28.47.65

- **Maubeuge**
Maison de la Famille
39 mail de Sambre 59600 Maubeuge
Du lundi au jeudi 9h-12h / 14h-17h

- **Valenciennes**
- 33 rue de Mons
03.20.70.22.18

- Maison des Parents, *9 rue du Prince de Tingry 59300 Valenciennes*
3ème Mercredi des mois de mars-juin-septembre-décembre 9h-12h

- Maison du Citoyen, *2 rue Lucien Jonas 59300 Valenciennes. 3ème jeudi du mois*

- **Cambrai**
19 rue du 8 mai 1945
Du lundi au jeudi 9h-12h/14h-17h
03.20.70.22.18

Gendarmerie Nationale Cambrai
3 rue d la Poste
Lundi, 2ème et 4ème Mardi du mois
8h-12h30 / 13h30-17h
03.27.81.88.19

- **Le Cateau-Cambrésis**
Maison France Service
13 place du Commandant E.Richez 59360 Le Cateau-Cambrésis
2ème mardi du mois

- **Solesmes**
Permanence
5 rue de l'Abbaye 59730 Solesmes
4ème mardi du mois de 9H à 12H

Conservatoire Intercommunal de musique et de danse
7, rue Emile Duée
1er et 3ème mardi du mois 8h30-10h30
03.27.70.34.30

- **Aulnoy-les-Valenciennes**
Permanence
2 rue Jacques Prévert 59300 Aulnoye-les-Valenciennes
1er mercredi du mois de 9H à 12H

● **Gouzeaucourt**
Permanence
Place de la Mairie 59231 Gouzeaucourt
1er et 3ème mardi du mois 14h-15h30

● **Avesnes-les-Aubert**
Maison Nord Solidarité
25 rue Paul Vaillant Couturier
1er et 3ème jeudi du mois 14h-15h30
03.59.73.36.50

CIDFF Nord-Flandre

Permanences Lutte contre les violences Accueil, écoute, accompagnement, information

● **Dunkerque**
Siège Social
cidff.dunkerque@wanadoo.fr
50 rue du Jeu de Mail 59140 Dunkerque
03.28.59.29.30
Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30,sur RV uniquement au
03.28.59.29.30

Maison de la Justice et du Droit
30 rue de Beaumont 59140 Dunkerque
2ème et 4ème mardis du mois, sur RV au
03.28.61.52.44

● **Grande-Synthe**
Point d'accès au Droit
Place de l'Europe 59760 Grande-Synthe
tous les mardis de 9H à 12H sur RV au
03.28.28.20.07

● **Hazebrouck**
Centre socio-éducatif
Place Georges Degroote 59190 Hazebrouck, tous les lundis de 8H30 à 12H hors vacances scolaires, sur RV au
02.28.59.29.30

Point d'accès au droit
5 rue Donckèle 59190 Hazebrouck
1ers, 3èmes, 5èmes lundis du mois de 9H à 12H, sur RV au
03.28.43.44.23

PLANNING FAMILIAL

Écoute, consultation médicale, information

● **Dunkerque**
287 av de Rosendaël
03.28.59.18.08
pfdl.accueil@gmail.com

● **Cambrai**
6 rue De Lattre de Tassigny (2ème étage)
Lundi 13 à 17H, Mercredi 9 à 12H30, Jeudi 12 à 17H30
03.27.70.70.59
accueilcambrai@planningfamilial59.org

● **Maubeuge**
Écoute, information
3 rue Arthur Berteau
mardi et vendredi 13H à 17H, mercredi 14H à 18H
03.59.74.34.24
accueilmaubeuge@planningfamilial59.org

● **Valenciennes**
145 rue Desandrouin vendredi 13H à 18H

● **Fourmies**
5 rue Arlette Corente - Mercredi 13H30 à 16H30
06.19.82.11.05

SOLFA Solidarité Femmes Accueil

● **Hazebrouck**
16 rue Donckèle
03.28.44.43.77
Accueil de jour Gisèle
ajgisele@asso-solfa.fr

● **Dunkerque**
centre d'accueil d'urgence - Joséphine
9 rue St-Éloi
03.28.26.46.75
caujosephine@asso-solfa.fr

Référente violences conjugales
ltoulouse@asso-solfa.fr

● **Douai**
Accueil de jour Simone
30 rue de la Cloche
03.27.98.05.98 / 07.66.12.09.20
ajsimone@asso-solfa.fr

HAVRE, service d'écoute SOLVEIG

Le Cateau-Cambrésis
13 rue du chemin vert
06.69.63.21.54
referenteviolencesconjugales@asso-havre.fr

PARENTHÈSE service d'écoute /AGSS de l'UDAF

laparenthese@hajlittoral.fr

● **Maubeuge**
1 rue de la gendarmerie
06.52.13.65.77
parenthese@agss.fr

● **Fourmies**
Accueil de Jour Aubépine accueil victimes de violences conjugales avec ou sans enfant.
Ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30 avec ou sans RDV
9 rue Saint Louis à Fourmies
07.57.76.50.31
aj-aubepine@agss.fr

ETUDIANT.E.S Université Polytechnique Hauts-de-France

Valenciennes, Cambrai
violences-sexistes@uphf.fr

Référente Départementale Violences Conjugales

État - arrondissement de Valenciennes
06 86 73 19 54
referentviolencesconjugalesvalenciennes@ajar.fr

SERVICES D'AIDE AUX VICTIMES

Douai
FRANCE VICTIMES 59 - SCJE (Service de Contrôle Judiciaire et d'Enquêtes)
37 rue des recollets anglais - Bâtiment C
03.27.88.29.52
douai@scje.fr

SIJADIS (Service d'Investigation Judiciaire, d'Accès au Droit et d'Insertion Sociale)
12 rue St Christophe
03.27.98.26.84
accueil@sijadis.com

Valenciennes
Primtoit pole AJAR (association pour la justice, l'accueil et la réinsertion)
29 bis Bd Carpeaux
03 27 20 26 26
sav.valenciennes@primtoit.org

SIJADIS
4 Impasse du Lion d'Or 59300 Valenciennes
03 27 28 60 80
valenciennes@sijadis.com

Cambrai
Primtoit Pole AJAR Tribunal Judiciaire
Rue Foissart
03.27.78.42.00
sav.cambrai@primtoit.org

Avesnes-sur-Helpe
Primetoit pole AJAR
3, avenue du général de Gaulle
Permanence sur l'extérieur
Tribunal Fourmies, Maubeuge, Jeumont, Aulnoye Aymeries, Bavay
03.27.39.96.40
sav.avesnes@primtoit.org

Fourmies
Point-Justice de Fourmies
1 place Georges COPPEAUX
Du mardi au vendredi
09h-12h - 14h-17h
03.27.59.99.00
pad.fourmies@primetoit.org

UNITÉ MÉDICO-JUDICIAIRE

Centre Hospitalier de Dunkerque
03.28.28.56.11
130 av Louis Herbeaux, 1er étage

Centre Hospitalier de Douai
rue de Cambrai
03.27.94.70.00

Centre Hospitalier de Valenciennes
03.27.14.34.34 / 03 27 14 33 33
Rez-de-Chaussée hôpital jean Bernard 114 avenue Désandrouin

Centre Hospitalier de Maubeuge
rue Simone Veil,
bâtiment principal niveau 1
03.27.69.43.43

Commissariats

Psychologues

- **Commissariat de Saint-Amand les eaux – VALENCIENNES**

02 rue des Tisseurs 59 230 Saint-Amand les eaux

03 27 48 37 40/06 18 46 05 65

psychologue-valenciennes@interieur.gouv.fr

Intervenants sociaux

- **Commissariat de DOUAI**

150 rue Saint-Sulpice 59 500 DOUAI

03 27 92 38 69 /07 87 12 25 88

intervenant-social-douai@interieur.gouv.fr

- **Commissariat de VALENCIENNES**

Avenue des Dentellières 59 300 VALENCIENNES

03 27 28 28 58

intervenant-social-valenciennes@interieur.gouv.fr

- **Commissariat de DENAIN, Wallers, Douchy les Mines et Escaudain**

Boulevard du 8 mai 1945 59 220 DENAIN

03 27 38 17 17 / 06 70 50 39 02

intervenant-social-denain@interieur.gouv.fr

- **Commissariat de MAUBEUGE**

Place du Dr Forest 59 600 MAUBEUGE

03 27 69 29 64 / 06 31 20 38 13

intervenant-social-maubeuge@interieur.gouv.fr / bdeghaye@agss.fr

- **Commissariat de CAMBRAI**

1 rue Monseigneur Guerry 59 400 CAMBRAI

03 27 72 83 06 / 06 42 89 66 36

intervenant-social-cambrai@interieur.gouv.fr

- **Commissariat de DUNKERQUE et commissariats de Rosendaël, Saint Pol sur Mer, Grande Synthe et Gravelines**

160 quai des Hollandais 59 140 DUNKERQUE

03 28 23 50 48/ 06.99.71.63.18

intervenant-social-dunkerque@interieur.gouv.fr

- **Commissariats d'Aniche et Somain**

06 10 86 51 50

dipn59-intervenant-social-somain-aniche@interieur.gouv.fr

Brigades

- Avesnes sur Helpe, Solre le Château, Bavay, le Quesnoy, Landrecies
  06 77 82 91 67
  mlonchamp@agss.fr

- Brigades de Trélon et Fourmies
  07 48 72 70 88
  tduverger@agss.fr

- Brigades de Cambrai, Solesmes
  07 89 05 81 38
  anne-charlotte.bancourt@gendarmerie.interieur.gouv.fr

- Caudry, Le Cateau-Cambrésis
  06 11 25 52 89
  perrine.ottmann-dauverchain@gendarmerie.interieur.gouv.fr

- Compagnie d'Arleux
  06 80 53 71 67
  melanie.malbranque@gendarmerie.interieur.gouv.fr

- Orchies, Baisieux, Cysoing, Pont à Marcq, Thumerie, Phalempin
  06 01 43 27 34
  ingrid.cogez@gendarmerie.interieur.gouv.fr

- Hazebrouck et brigades de rattachement de Merville, Bailleul, Estaires, Steenvoorde, Cassel + commissariat d'Hazebrouck
  07 78 68 08 08
  berengere.sansen@gendarmerie.interieur.gouv.fr

- Compagnie de Dunkerque, Hoymille, Bourbourg, Watten, Hondschoote, Wormhout, Bollezeele, Ghyvelde
  07 85 00 32 57
  audrey.lacour@gendarmerie.interieur.gouv.fr

- Valenciennes, Lecelles, Bouchain
  06 25 14 29 91
  intervenant-social-valenciennes@interieur.gouv.fr

Retrouvez ce livret en version numérique

Conception
CESER Hauts-de-France (2026)

Crédits photos
Licence Adobe Stock Région Hauts-de-France

Impression
La Monsoise & Région Hauts-de-France (2026)

Suivez notre actualité

ceser.hautsdefrance.fr

Conseil Économique, Social et Environnemental Régional Hauts-de-France
151 Avenue du président Hoover • 59555 LILLE Cedex • Tél. : 03 74 27 58 15
Pôle d'Amiens : 15 mail Albert 1er • BP 2616 • 80026 AMIENS Cedex 1 • Tél. : • 03 74 27 58 32

Téléchargez les rapports et avis du Ceser Hauts-de-France
sur le site ceser.hautsdefrance.fr