

**FRAUEN-NOTRUF**  
**centre de conseil et d'orientation**  
**violences sexuelles et domestiques**

**Conseils**

**Vous connaissez cela?**

> La dernière nuit, Mme B.(26) a été battue par son mari. Ce n'était pas la première fois. Une voisine a appelé la police qui a expulsé l'époux du logement pour quinze jours. Mme B. ne sait pas quoi faire maintenant. Elle vient de Russie et elle est en Allemagne depuis seulement un an. Elle a peur de perdre son permis de séjour, si elle quitte cet homme-là.

> Depuis des semaines, Mme A.(36) est harcelée par téléphone et par SMS par un collègue, bien qu'elle ait exprimé sans aucune ambiguïté qu'elle ne souhaitait pas avoir des relations personnelles avec lui.

> Étant enfant, Mme C.(44) a été abusée sexuellement par son entraîneur.

Après des années, la peur profonde, les cauchemars récurrents et les problèmes dans les relations aux hommes la poussent d'en parler pour la première fois.

> Mme D.(62) soupçonne que son petit-fils de huit ans est abusé sexuellement par son beau-père. Elle voudrait savoir comment elle peut aider l'enfant et si elle doit porter plainte contre son gendre.

> D.(16) a été violée par un garçon du même âge, après avoir quitté une fête avec lui. Elle se sent coupable. Elle ressent dégoût et honte ce qui la fait penser au suicide.

Un certain nombre de femmes, de jeunes filles et de garçons subissent des humiliations, des coups, des exploitations sexuelles ou des viols de la part des hommes. Parfois, les auteurs de tels actes criminels peuvent aussi bien être des femmes que des enfants du même âge ou des adolescents.

**Peut être que vous avez vécu quelque chose de similaire? Peut-être vous connaissez une femme, une jeune fille ou un enfant qui a fait une telle expérience et vous ne savez pas de quelle manière vous pouvez l'aider?**

**N'hésitez pas à nous contacter!**

À tout moment, une femme étant en danger imminent peut se réfugier dans un centre d'accueil et d'hébergement (Göttingen 0551-5211800, [www.frauenhaus-goettingen.de](http://www.frauenhaus-goettingen.de)) ou appeler la police (110)! La police est capable d'expulser l'agresseur du logement pour quinze jours au maximum.

## **Conseils et soutien aux personnes de confiance**

**Soupçonnez-vous que une femme ou un enfant dans votre entourage personnel ou professionnel subisse de la violence sexuelle ou domestique?**

**Y a-t-il quelqu'un qui vous a confié que elle ou qu'il a subi de la violence?**

Très souvent, les victimes de violences ne trouvent pas le courage de chercher de l'aide, ou elles ne savent pas à qui s'adresser. C'est pour cela que les personnes de leur entourage personnel et professionnel jouent un rôle essentiel pour découvrir la violence et pour y mettre fin. Par conséquent, notre offre s'adresse aussi à vous comme personne de confiance, que vous soyez une femme ou un homme. Nous vous soutenons de façon professionnelle pour aider une jeune fille, un garçon ou une femme en difficulté. À la fois, vous trouverez chez nous un lieu où vous pouvez parler de vos propres émotions et où vous pouvez discuter et faire le tri. Ceci vous permettrait de faire tomber la pression. Car, il n'est pas rare que la personne voulant aider se trouve elle-même dans une situation de crise quand elle soupçonne de la violence dans son entourage.

Aux personnes de confiance, privées ou professionnelles, on propose:

Conseils

Accompagnement d'intervention ("comment est-ce que je peux aider au mieux?")

Initier des réunions d'aides (tous de l'entourage des personnes en difficulté réfléchissent ensemble ce qu'il faut faire)

Supervision de cas

Sujets éventuels:

Comment est-ce que je peux soutenir des personnes en difficulté?

Comment est-ce que je peux clarifier un soupçon d'abus sexuel?

Est-ce que je devrais / peux / dois porter plainte?

Maniement avec mes propres manques d'assurance et mes propres angoisses.

**En règle générale, les offres aux personnes de confiance sont gratuites.**

**Nos professionnelles sont soumises au secret professionnel.**

Si vous habitez dans la région de Göttingen, nous vous proposons volontiers une consultation personnelle. Si vous habitez ailleurs, vous trouverez des interlocutrices compétentes à proximité sur la page d'accueil de *Bundesverband der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe* ([www.frauen-gegen-Gewalt.de](http://www.frauen-gegen-Gewalt.de))

## Conseils et soutien aux personnes concernées

Pour beaucoup de femmes et de jeunes fille il faut du courage pour contacter un centre de conseil. Elles ressentent honte et culpabilité de ce qui s'est passé.

Mais vous ne devez pas maîtriser la situation toute seule!

**Vous avez droit à une aide!** Indépendement

- >du fait que la violence est arrivé il y a bien longtemps ou qu'elle perdure toujours
- >du fait que vous voulez porter plainte ou non
- >du fait que vous avez l'impression que vous vous êtes suffisamment défendue
- >de votre nationalité
- >de votre orientantion sexuelle

Chez nous vous pouvez parler avec des femmes qui savent de quoi vous parlez. En collaboration avec vous nous essayons de trouver la solution que vous voudriez adopter. Nous vous donnerons volontiers toutes les informations pour cela et nous vous soutiendrons pour faire des démarches. **La consultation est gratuite** et, si vous le souhaitez, elle peut s'effectuer d'une manière anonyme.

## Notre offre de conseil

s'adresse aux femmes et aux jeunes filles en difficulté à partir d'environ 13 ans.

Elle comporte:

- Consultation ou conseil téléphonique
- Thérapie à court terme (avec l'EMDR)
- L'aide à la recherche des thérapeutes
- Des informations concernant des cliniques avec des offres particulières de thérapie du traumatisme
- Des informations juridiques
- Accompagnement à la police, aux médecins, aux avocat(e)s
- Soutien concernant des demandes de protection et d'aide financière

Nous ne vous poussons pas à faire quoi que ce soit (par ex. porter plainte ou quitter votre compagnon/compagne). C'est à vous même de décider.

Nos professionnelles sont soumises au secret professionnel.

On ne fera rien sans votre autorisation.

La consultation peut s'effectuer, si vous le souhaitez, avec l'aide d'une interprète.