

VOTRE ACCOMPAGNEMENT

**CONSULTER UN(E) PSYCHOLOGUE
RELÈVE D'UNE DÉMARCHE
PERSONNELLE, S'APPLIQUANT AVEC
VOTRE CONSENTEMENT.**

**LE OU LA PSYCHOLOGUE ASSURE
LA CONFIDENTIALITÉ
DE L'ENTRETIEN.**

**LES ENTRETIENS SONT GRATUITS
ET CONFIDENTIELS, ILS ONT LIEU
EXCLUSIVEMENT SUR RENDEZ-VOUS,
EN PRÉSENTIEL, VISIO-CONFÉRENCE
OU APPEL TÉLÉPHONIQUE.**

À Dole

FEMMES DEBOUT
32 rue du Maréchal Leclerc
39100 DOLE



Tél : 03 84 82 14 37
Mail : contact@femmesdebout.org
Site internet : www.femmesdebout.org

Horaires du pôle « Lutte contre les violences » :
Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h.

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE POUR LES VICTIMES DE VIOLENCES

À Lons le Saunier

CIDFF
1000 Rue des Gentianes,
39000 LONS LE SAUNIER
Tél : 03 84 43 10 95



Mail : accueil@cidff39.fr
Site internet : <https://jura.cidff.info>

Horaires d'ouverture :
Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h

ENTRETIENS gratuits & confidentiels



L'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE

C'EST QUOI UN(E) PSY ?

Chaque psychologue a réalisé 5 années d'études universitaires donnant un diplôme d'état. Sa formation lui permet de vous écouter, vous accompagner et de vous soutenir, dans un cadre bienveillant.

POUR QUI ?

Pour toutes victimes de violences, quel qu'en soit le type :

- **Violence psychologique**
Rabaissement, isolement, manipulation, surveillance, négation des choix de l'autre, contrôle du téléphone, etc.
- **Violence verbale**
Insultes, menaces, dénigrement, ignorance, cris, etc.
- **Violence sexuelle**
Pratiques forcées, envoi de photos sans consentement, attouchement, viol, etc.
- **Violence économique et administrative**
Interdiction/obligation de travailler, privation d'argent/des biens, contrôle/interdiction des démarches, cyberviolence, usurpation d'identité, etc.
- **Violence physique**
Bousculades, pincements, contention, coups, blessures, etc.



Des actions ponctuelles en groupe peuvent également être proposées.

COMMENT ?

■ Avec FEMMES DEBOUT

Un(e) psychologue peut vous recevoir à **Dole** au sein des locaux de Femmes Debout.

■ Avec le CIDFF 39

Un(e) psychologue peut vous recevoir dans deux lieux de permanence, à **Lons-le-Saunier & Saint Claude**.



Des séances d'art-thérapie pourront être proposées (images, jeux, dessins, cartes, musiques...)

LES OBJECTIFS

ÉCOUTE SOUTIEN MIEUX-ÊTRE
SORTIR DE L'ISOLEMENT
INDÉPENDANCE AUTONOMIE
SE RECONSTRUIRE AGIR
CONFIANCE EN SOI



UN ACCOMPAGNEMENT PLURIDISCIPLINAIRE (SOCIAL, JURIDIQUE, HÉBERGEMENT) VOUS EST PROPOSÉ TOUT AU LONG DE VOTRE PARCOURS.