

Que faire si vous êtes victime de violences au sein du couple ou intrafamiliales à l'étranger ?

Cette fiche s'adresse aux ressortissants et ressortissantes français vivant à l'étranger et victimes de violences au sein du couple ou intrafamiliales. Elle précise les démarches à entreprendre, les interlocuteurs à contacter et les ressources disponibles, en France comme à l'étranger.



Sommaire

En cas d'urgence

p.2

La plateforme PNAV

p.3

Vos démarches

p.4

- ☐ Contacter le consulat
- ☐ Déposer plainte auprès des autorités locales
- ☐ Déposer plainte en France

Ressources utiles

p.7

En cas d'urgence



- Contactez les numéros d'urgence locaux (police, services médicaux).



- En cas de violences (de tout type : physique, psychologique, sexuelle, etc.), prenez rendez-vous dans un centre médical pour faire constater les blessures ou les conséquences psychotraumatiques, faire procéder aux prélèvements nécessaires, et prendre des photographies des blessures.



- Utilisez les dispositifs d'alerte disponibles (SMS d'urgence, application mobile, centres d'accueil...).

La plateforme PNAV

La **plateforme numérique d'accompagnement des victimes** permet d'échanger à distance, de manière confidentielle, avec des policiers ou des gendarmes spécialement formés et situés en France.

Le **tchat sécurisé** est **accessible gratuitement par internet 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7**, de partout dans le monde.

Victimes, témoins, entourage peuvent ainsi échanger par tchat en direct avec des policiers ou gendarmes, qui les aideront et les orienteront dans leurs démarches.

Le tchat peut être quitté à tout moment, rapidement et **l'historique de discussion sera effacé**.

Pour plus d'informations :

- ✓ Le portail Ma sécurité de la police et de la gendarmerie nationales.
- ✓ La Plateforme numérique d'accompagnement des victimes de la gendarmerie.



Vos démarches

Contactez le consulat



Le consulat est à votre disposition pour :

- vous **conseiller** et vous **orienter** vers des **structures spécialisées locales** (accompagnement juridique, social, médical), des référents spécialement formés aux violences sexistes et sexuelles y seront à votre écoute,
- vous **accompagner** dans certaines **démarches administratives**,
- faciliter un éventuel **retour en France**, en lien avec les services compétents.

Une permanence consulaire est joignable en dehors des heures d'ouverture.

Un formulaire de contact est disponible sur le site de l'ambassade de France.

Les coordonnées actualisées sont accessibles sur le site internet de votre ambassade.

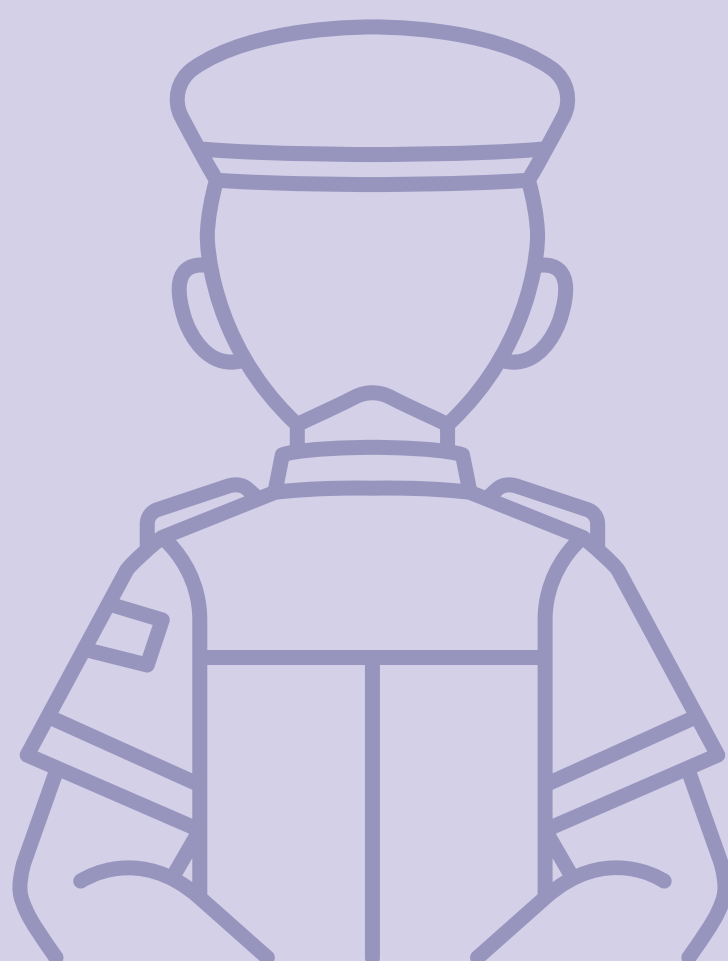
Pour trouver l'ambassade ou le consulat le plus proche de vous, consultez [l'annuaire des ambassades et consulats](#) sur le site du ministère de l'Europe et des Affaires étrangères

Déposer plainte auprès des autorités locales

Il est essentiel d'informer les autorités locales de votre situation afin qu'une protection puisse être mise en place et que toutes les investigations nécessaires soient diligentées. Il est donc important de **déposer plainte auprès des services de police du lieu où vous vous trouvez**, et de **conserver une copie de votre plainte**.

Les **ambassades et consulats de France** à l'étranger sont là pour vous accompagner en vous informant sur :

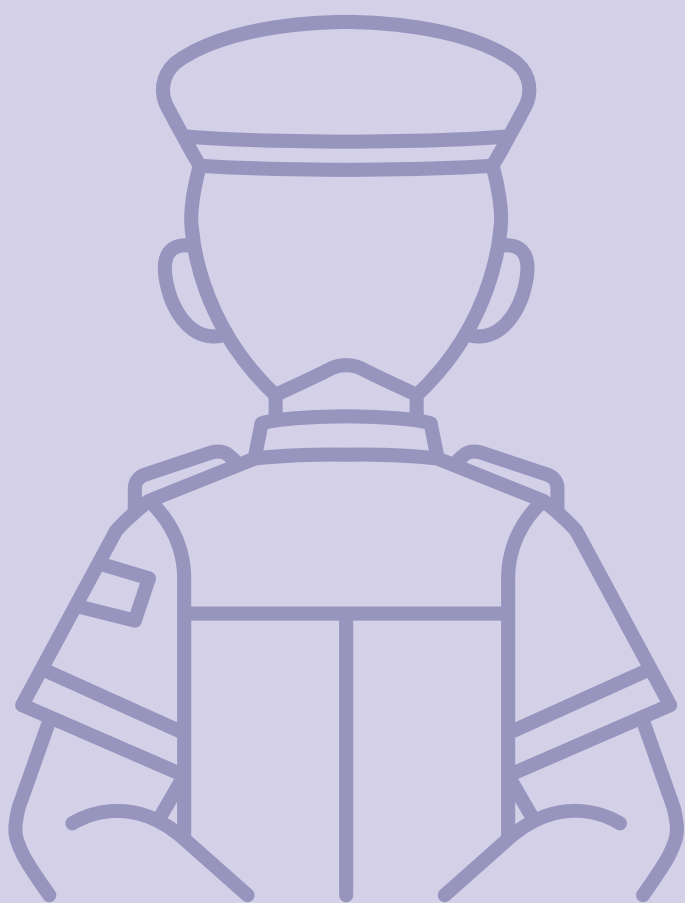
- les modalités locales de dépôt de plainte (en personne, en ligne, par téléphone),
- les documents requis (certificat médical, témoignages).



Déposer plainte en France

Depuis la France

Que vous soyez de passage ou y résidiez, vous pouvez déposer plainte auprès d'un commissariat de police ou d'une brigade de gendarmerie.



Depuis l'étranger

- Si vous résidez en France ou que l'auteur des violences y réside, vous pouvez saisir directement le procureur de la République du tribunal de votre ou son lieu de résidence par courrier.

- Si vous résidez à l'étranger et que l'auteur des violences y réside également, vous pouvez saisir le procureur de la République de Paris par courrier.

Pour trouver le tribunal auquel vous adresser, consultez l'annuaire dédié.

Cliquez [ici](#) pour remplir le modèle de lettre pour porter plainte auprès du procureur de la République

✓ Plus d'informations sur le dépôt de plainte : [Service-public.fr - Comment porter plainte](#)

✓ Informations sur les délais de prescription : [Service-public.fr - Délais de prescription](#)

✓ En France, les victimes de violences au sein du couple peuvent aussi bénéficier d'autres dispositifs de protection. Plus d'informations sur : [Service-public.fr - Violences conjugales](#)

Ressources utiles



 arretonslesviolences.gouv.fr



Le site "Arrêtons les violences" est le guichet unique de l'Etat pour informer, accompagner et orienter les femmes victimes de violences, leur entourage, les témoins et les professionnels. Il propose notamment un accès au tchat sécurisé de signalement, hébergé sur la plateforme PNAV, permettant aux victimes, 24h/24 et 7j/7, de contacter, directement des policiers ou gendarmes formés aux violences sexistes et sexuelles. Ce site met également à disposition des kits de sensibilisation, des guides et des informations sur les dispositifs de protection et d'assistance existants.

Sur ce site se trouve aussi un annuaire des associations spécialisées dans l'accompagnement des femmes victimes de violences.

En France, contactez une association spécialisée de soutien aux femmes victimes de violences

Si la victime prévoit un retour en France ou souhaite obtenir un soutien à distance, il est recommandé de contacter une association spécialisée et/ou agréée par le ministère de la Justice.

Ces associations respectent des critères stricts de confidentialité et de formation des intervenants. Elles sont spécialisées dans l'accompagnement juridique, social et psychologique des victimes.


La liste des associations nationales soutenues par l'Etat est disponible sur : arretonslesviolences.gouv.fr

Plateforme nationale d'écoute et d'information des victimes

Joignable 7j/7, de 9h à 20h heure française

Depuis la France hexagonale :  **116 006**

Depuis l'étranger et les Outre-mer :  **00 33 1 80 52 33 76**

 victimes@116006.fr



Ressources utiles

Dispositif français accessible depuis l'étranger ou lors d'un passage en France

 [France-victimes.fr](https://france-victimes.fr)



France Victimes est une fédération regroupant 130 **associations d'aide aux victimes**. Elle propose une **assistance juridique et psychologique gratuite**, ainsi qu'un **accompagnement dans les démarches judiciaires et sociales**. Ces associations d'aide aux victimes interviennent à titre **gratuit**, dans un cadre **confidentiel** et **officiel** sur mandat du ministère de la Justice pour apporter aide et soutien aux victimes d'infractions. Leur service est **accessible aux Françaises et aux Français vivant en France et à l'étranger**.

📍 27 av. Parmentier, 75011 Paris

☎ **01 41 83 42 00** (7 J/7, de 9 h à 19 h)

✉ victimes@france-victimes.fr

France Victimes soutient aussi la plateforme sécurisée *Mémo de vie*, permettant aux victimes de conserver des preuves de violences en toute sécurité et confidentialité.

⚠ Dans les cas où la victime envisage de rentrer en France, France Victimes travaille avec la plateforme SAVE YOU (voir ci-dessous). France Victimes prend le relais de l'assistance portée par SAVE YOU à l'étranger afin de garantir une continuité de l'aide aux victimes au moment du départ et une fois en France.

 [SAVE YOU](https://saveyou.jointhesorority.com)



SAVE YOU est une plateforme dédiée aux **familles françaises établies hors de France**, victimes de violences conjugales et/ou intrafamiliales. Composée d'écouterantes bénévoles formées à l'écoute active (psychologues, psychiatres, assistantes sociales, etc.), SAVE YOU soutient les victimes et les oriente vers des professionnels et des organismes adaptés. Elle aide les victimes à sortir de leur situation d'isolement et leur rappelle leur droit à la considération et à la reconnaissance de leur statut.

SAVE YOU est partenaire du ministère de l'Europe et des Affaires étrangères et du ministère chargé de l'Égalité entre les femmes et les hommes et de la lutte contre les discriminations.

Accessible en toute confidentialité, gratuitement et partout dans le monde par courriel :

✉ saveyou@jointhesorority.com

🔗 OU via le formulaire de contact sur le [page SAVE YOU](https://saveyou.jointhesorority.com)


Ressources utiles

Dispositif français accessible uniquement depuis la France

 solidaritefemmes.org

 **3919**
appel anonyme, gratuit, 24h/24 et 7j/7

Solidarité Femmes regroupe 81 associations locales spécialisées dans l'accompagnement des femmes victimes de violences. Elles offrent une écoute téléphonique gratuite via le 3919, un hébergement sécurisé et un accompagnement social et juridique. Ce réseau travaille avec les pouvoirs publics pour améliorer la prise en charge des victimes.

 Appel anonyme et gratuit depuis la France (hexagone et outre-mer) 24h/24 et 7j/7 : **3919**

 Ces dispositifs ne remplacent pas une intervention locale immédiate mais permettent de recueillir des informations et, le cas échéant, d'organiser une prise en charge en France.

Applications et outils numériques pour les victimes de violences


Ces quatre applications lauréates de l'appel à projet « Promotion des applications visant à prévenir et à lutter contre les violences sexistes et sexuelles » offrent aux victimes des solutions sécurisées pour signaler une situation de danger, alerter des contacts de confiance, conserver des preuves ou accéder à un accompagnement spécialisé.

 [Mémo de Vie](#)

 [App-Elles](#)

 [UMAY](#)

 [Ti3rs](#)

 Ces outils ne remplacent pas une prise en charge par les services spécialisés, mais peuvent aider les victimes à mieux gérer leur situation et à renforcer leur sécurité.

Avocats



L'avocat vous conseille sur les démarches à réaliser pour faire valoir vos droits et sur les procédures à engager. Il vous assiste ou vous représente à toutes les étapes de la procédure. Il peut, par exemple, vous conseiller sur la procédure d'ordonnance de protection et rédiger la requête pour saisir le Juge aux Affaires Familiales.

Le Conseil National des Barreaux, instance nationale représentative de la profession d'avocats, met à disposition du public des informations sur le rôle d'avocat, un annuaire des avocats de France et une plateforme pour demander une consultation juridique sur le site : www.avocat.fr.

✓ Pour vous informer sur **l'aide juridictionnelle** :  [Portail internet](#)