

## À propos de nous

Indigo est le centre de conseil général aux femmes et le centre de conseil spécialisé contre la violence sexuelle du SkF e.V. Bergisch Land à Remscheid.

Nous proposons à toutes les femmes\* et filles\* âgées de 16 ans et plus, ainsi qu'à leurs proches, des conseils sur la violence sexuelle et domestique et sur d'autres questions spécifiques aux femmes. Dans le cadre de conseils individuels, nous développons ensemble des moyens de sortir de la crise et nous montrons différentes possibilités d'action, même si la violence subie a été commise il y a longtemps. Nous sommes féministes et privilégions les femmes\* et les filles\*.

## Nos conseils

- Sont gratuits
- Sont anonymes sur demande
- Sont soumis au secret professionnel
- Sont indépendants de l'origine, de la religion et du mode de vie
- Sont possibles avec l'aide d'un interprète si vous ne parlez pas allemand.

\* Par femmes et filles, nous entendons toutes les personnes qui s'identifient comme femmes et filles.

## Informations et contact

### Indigo – Centre de conseil aux femmes à Remscheid

Service social des femmes catholiques e.V.  
Bergisch Land

Theodorstr. 8  
42853 Remscheid  
Tél. : 02191 69660-0  
E-Mail: [indigo.fachberatung@skf-bergischland.de](mailto:indigo.fachberatung@skf-bergischland.de)

### Disponibilité par téléphone

du lundi au jeudi : 9h00 - 16h00 et le vendredi :  
9h00 - 14h00

Si nous ne répondons pas au téléphone, vous pouvez simplement laisser un message sur le répondeur et nous vous rappellerons le plus tôt possible.

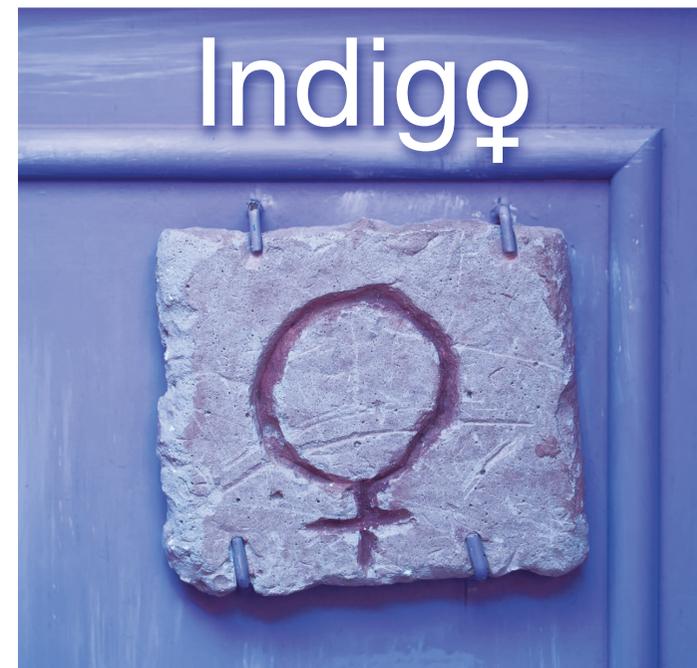
Le centre de conseil est accessible par trois marches. Il n'y a pas de toilettes accessibles aux personnes à mobilité réduite. Si nécessaire, des salles avec un accès pour de telles personnes peuvent être organisées. Vous pouvez accéder à notre **consultation en ligne** ici :



Sur demande, il est également possible de procéder à une **consultation vidéo**.

Financé par:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Centre de conseil aux femmes à Remscheid

## Conseils en cas de violence sexuelle et domestique

**La violence sexuelle** peut prendre différentes formes, allant du harcèlement sexuel, comme des remarques obscènes ou des attouchements non désirés, jusqu'aux abus sexuels ou au viol. Sous toutes ces formes, le droit à l'autodétermination sexuelle est massivement violé.

**La violence domestique** se produit principalement dans les relations de couple existantes, en cours de dissolution ou déjà dissoutes et peut inclure toutes les formes de violence physique, psychologique et sexuelle, telles que les insultes, les menaces, le contrôle ainsi que les coups de pied ou de poing.

Vous ou l'un(e) de vos proches êtes victime de violences domestiques et/ou sexuelles et vous ne savez pas comment y faire face ou à qui vous confier ?

### Nous sommes à vos côtés et vous conseillons :

- Suite à des violences sexuelles et domestiques
- En cas d'intervention au titre de la loi sur la protection contre la violence
- Sur le dépôt d'une plainte pénale
- Sur la stabilisation en cas de stress et de traumatisme
- ...

## Conseils spécifiques aux femmes

Vous êtes dans une situation difficile, vous ne savez pas quoi faire et vous avez l'impression de ne pas trouver de solution, votre désœuvrement grandit ? Parfois, le soutien et l'accompagnement d'un professionnel peuvent être utiles pour développer de nouvelles solutions pour vous-même.

### Nous proposons des conseils psychosociaux :

- Dans les crises, les transitions et les changements de vie
- En cas de difficultés professionnelles, relationnelles ou familiales
- Sur les questions d'identité
- Sur l'orientation sexuelle et sa déclaration
- ...

Même si vous n'êtes pas sûre d'avoir trouvé le bon endroit pour votre requête, n'hésitez pas à nous contacter.

## Offres de groupe

Pour des différents sujets selon vos besoins, veuillez nous contacter.

## Prévention et relations publiques

Nous proposons des événements d'information et des conférences sur la violence sexuelle et domestique et d'autres sujets spécifiques aux femmes pour les professionnels et les multiplicateurs(-trices), les victimes et leurs proches, les étudiant(e)s, ...

## Notre zone de protection contre la violence à Remscheid

### Refuge en cas de menaces et de violences aiguës :

Refuge pour femmes Remscheid

Tél.: 02191 997016

Email: frauenhaus@skf-bergischland.de

Vous trouverez des informations détaillées sur nos projets sur notre page d'accueil

[www.skf-bergischland.de](http://www.skf-bergischland.de)



Foto: istockphoto.com | bazilfoto

## Aides et dons

Nous serions ravis que vous souhaitiez soutenir notre travail, encourager les femmes à chercher de l'aide et transmettre nos informations.

Pour être en mesure d'assurer nos services à long terme, nous vous serions très reconnaissantes de faire un don.

### Bankverbindung:

Stadtparkasse Remscheid

IBAN: DE13 3405 0000 0012 1063 57

BIC: WELADEDXXX

Des reçus pour les dons seront délivrés.