

## Gestion des abus et des harcèlements

**Guide pratique et comportemental** à l'usage des victimes ou des témoins d'harcèlement(s) ou de violence(s) en milieux pré-hospitaliers (secours d'urgences – ambulanciers).

**1. Protester : manifestez immédiatement votre désapprobation à voix haute et forte.**

Explicatif : dès lors que vous êtes témoin ou victime d'une violence intentionnelle ou d'apparence maladroite ou encore inappropriée (atteinte physique, psychique ou sexuelle à l'intégrité), vous devez vigoureusement protester et énoncer à haute voix à l'agresseur le dommage que vous subissez afin de lever le voile.

Dans l'incapacité de pouvoir protester - ce qui est compréhensible dans diverses situations - protégez-vous et mettez-vous hors de danger. Dans ce cas et si possible, appelez les secours :  
Police-urgence : 117  
Médical-ambulance : 144

**2. Mobiliser : impliquez les témoins ou sollicitez les personnes les plus proches à conscientiser ce que vous vivez ou observez.**

Explicatif : formulez ce que vous venez de subir ou signalez immédiatement les paroles ou le geste qui vous affectent, ou desquels vous êtes témoin, auprès des tiers présents ou à toute personne pouvant, sur le champ, constater les faits.

**3. Collecter : ne quittez pas les lieux - si possible, et évitant de mettre votre vie en danger - sans collecter le maximum de preuves.**

Explicatif : laissez exploser vos émotions pour vous donner l'énergie d'emporter avec vous toutes les pièces à conviction que vous pouvez trouver (t-shirt maculé de sang, photographie des lieux, documents de toutes espèces, etc.). Surtout enregistrez les numéros de téléphone des témoins pour les retrouver ensuite.

**4. Constater : rendez-vous sans délai à l'hôpital le plus proche pour faire constater les violences.**

Explicatif : faites constater par des spécialistes ou des officiers d'État (policiers, juges, notaires, greffiers, etc.) les marques physiques ou les préjudices de la violence que vous venez de subir.

**5. Informer : prenez soin d'informer votre entourage ou l'entourage direct de la personne victime ainsi que les éventuels consultants ou intervenants extérieurs de confiance.**

Explicatif : privilégiez la rencontre de visu, partagez votre ressenti, vos impressions et ne restez pas seul.

**6. Déposer plainte : rendez-vous au poste de police le plus proche ou en tout lieu judiciaire ou de magistrature pour déposer plainte ou accompagner la victime.**

Explicatif : à ce stade, nous vous invitons à une transformation personnelle, quittant votre posture de victime pour enjoindre celle de la résistance et de l'action.

7. **Transcrire** : le lendemain ou le surlendemain, veuillez ouvrir un journal des événements et rapportez chronologiquement chaque étape vécue et toute nouveauté pouvant survenir après les faits.

Explicatif : cette étape est essentielle pour vous et vous facilite l'objectivité et la mémorisation. La transcription a aussi un effet thérapeutique. Elle vous permet de revenir sur les faits lorsque le doute s'installe.

8. **Dupliquer** : faites deux copies de l'ensemble de vos transcriptions et déposez-les en des lieux sûrs.

Explicatif : l'archivage et l'organisation comptent autant que l'action. Parfois des années plus tard, l'avènement de faits nouveaux ou une autre affaire interférente vous obligeront à ressortir les pièces.

9. **Compléter** : veillez à compléter auprès de votre supérieur hiérarchique, ou/et une personne de confiance, une collègue, les compléments de preuve récoltés entre-temps.

Explicatif : tout comme l'archivage, l'ajournement du dossier porte crédit à votre cause.

10. **Récupérer** : Prenez-soin de vous en sollicitant vos ressources personnelles et sociales (sport, marche à pied, amis, psychothérapie, etc.).

Explicatif : ne négligez pas votre propre ressourcement. Vous aurez besoin d'énergie pour résister sur le long terme. À l'image d'un sportif, le repos fait partie intégrante de la préparation à la compétition. La persévérance est une des clés de réussite pour votre réhabilitation.