

MÉMO

ÉCOUTE



EN TANT QUE VOLONTAIRE À OCARINA

- Je suis victime de violence
- Je suis témoin de violence chez un autre volontaire
- Je ne me sens pas bien
- Je suis inquiet pour un autre volontaire
- Je me rends compte que j'ai eu des comportements déplacés

I'AIMERAIS EN PARLER



Ton témoignage sera traité en toute discrétion



Je contacte mon **PERMANENT**
(personne de confiance, présente sur le terrain et à l'écoute)



Permanent : Prénom, n° + mail



Je contacte quelqu'un de l'**ÉQUIPE DU NATIONAL**
(personne de confiance, compétente et bienveillante)



Contact :
ecoute@ocarina.be



Je contacte **UN SERVICE EXTÉRIEUR**
(personne de confiance, compétente et bienveillante)

AMO (accueil, écoute, accompagnement dans des démarches):

Planning familial qui propose des accompagnements psychologiques:

SOS suicide : 0800 32 123

SOS Viol (pour victimes et témoins d'agression sexuelle):
080098100 + tchat possible

Centre de prise en charge de violence sexuelle :
+ tchat possible



J'en discute avec un **PROCHE**
(ami, famille, personne de confiance)
NE RESTE PAS SEUL(E) AVEC ÇA!