



Quand vous n'êtes plus en sécurité à la maison

Si vous êtes victime de violence conjugale ou familiale pendant la pandémie de COVID-19, vous pouvez obtenir de l'aide :

- **Appelez** la ligne de crise provinciale au **1 877 977-0007** ou **envoyez un texto au 204 792-5302** ou au **204 805-6682** pour du soutien et des options d'abris. Le transport gratuit vers un abri d'urgence est proposé.
- Les Services aux victimes ont toute une gamme de soutiens à disposition. **Composez le 1 866 484-2846.**

Conseils de sécurité :

- Si vous avez un téléphone cellulaire, portez-le constamment sur vous, et assurez-vous d'en connaître les fonctions d'urgence.
- Communiquez régulièrement avec des amis ou des membres de la famille en qui vous avez confiance et utilisez un mot de code ou un signal pour leur faire savoir quand vous êtes en danger.
- Rassemblez tous les documents importants dans un endroit sûr et préparez un « sac à emporter » contenant l'essentiel pour un départ immédiat.

Si vos enfants ou vous êtes en danger, allez dans un endroit sûr et demandez de l'aide en utilisant les ressources énumérées ci-dessus. En cas d'urgence, composez le 911 ou appelez votre service de police local.