



AUTODÉFENSE
Association de prévention
des violences de genre



ASSOCIATIONS D'ACCOMPAGNEMENT

TOULOUSE

APIAF

- Association qui s'adresse à toutes les femmes qui traversent des difficultés, des violences.

Accueil, écoute, hébergement, groupe de parole, formation et prévention

Permanences les **mardis de 13h à 16h30** et les **jeudis de 14h à 17h**.

29-31 rue de l'Étoile – 31000 Toulouse

- **Plus d'infos sur:** <https://apiaf.fr/>

Contacteur: association@apiaf.fr

05 62 73 72 62

Olympe de gougues & SAVIF

- Accueil, lieu d'hébergement et d'insertion pour les femmes victimes de violences

Permanences téléphoniques sans RDV **du lundi au vendredi de 9h30 à 17h**.

Accueil physique **sur RDV du lundi au vendredi de 9h30 à 17h**

- **Plus d'infos sur:** <https://olympesavif.wixsite.com/olympesavif/contacts>

Contacteur: savif@olympe2gougues.org

05 61 25 16 13

Planning Familial AD 31

- Association qui dénonce et combat toutes les formes de violences, accompagne dans le choix d'une contraception, oriente pour une démarche d'IVG,... En prenant en compte toutes les sexualités.

Permanences d'informations, d'écoute et d'orientation, gratuites, anonymes et non médicalisées.

Accueil physique sans RDV : **du lundi au jeudi de 13h30 à 17h**

44, place Nicolas Bachelier – 31000 Toulouse

- **Plus d'infos sur:** <https://www.planning-familial.org/fr/le-planning-familial-de-haute-garonne-31>

Contacteur: contact@planningfamilial31.fr

05 61 25 54 17

CIDFF

- Centre d'information sur les Droits des Femmes et des Familles de la Haute-Garonne.

Service gratuit et confidentiel : information, orientation, accompagnement

95 Grande rue Saint-Michel – 31400 Toulouse (**sur RDV uniquement**)

- **Plus d'infos sur:** <https://fncidff.info/>

05 34 31 23 31



Grisélidis

- Association de santé communautaire avec et pour les travailleurs et travailleuses du sexe, accès au droit à la santé, lutte contre les discriminations.
4 Rue Bernard Ortet, 31500 Toulouse

- **Plus d'infos sur:** <https://griselidis.com>

Contact: association@griselidis.com

Local: **05 61 62 98 61**

Rue : **06 71 59 27 36**

Internet: **07 48 90 11 66** ou **06 88 13 52 66**

Association Palabre - Espace Interculturel Empalot

- Consultations gratuites, confidentielles sur RDV du lundi au vendredi (dans la langue maternelle autant que possible).

Permanences d'accueil les **mardis entre 9h et 11h** (local ouvert)

2 Esplanade Pierre Garrigues, 31400 Toulouse

Contact: palabre.interculturel@gmail.com

07 68 27 03 87

Psychologues du Monde - Toulouse

- Soutien et orientation de personnes en situation de précarité et de souffrances psychosociales. Accueil gratuit et confidentiel sur RDV.

Au Tintoret, local du patrimoine, rez-de-chaussée, 30 cheminement Tintoret, entrée C2. Contact : Agnès Dantagnan au **06 25 50 14 75**

Au Tintoret, local de Lien Horizon Danses, 24 cheminement Tinroet

A la Reynerie (pour les jeunes), locaux du Club de Prévention du Mirail, 2 rue Germaine Peyroles à la Reynerie.

Contact Sandra Lima au **06 81 83 98 00**

En centre-ville, à la CMS, 2 Rue Malbec, 31000 Toulouse.

Au **06 19 57 41 97**

Fifalia

- Développement au déploiement - Développer la bienveillance vis à vis de soi. Accompagnement avec une autre vision du traumatisme, une nouvelle façon de le désactiver, qui tient compte des traumatismes sociaux comme des idéologies discriminantes pour s'émanciper des blessures du passé.

Chaîne youtube : @Accompagnement au Déploiement - Françoise Leclère

Plus d'infos sur: <https://www.framboise.fifalia.org/>

Contact: framboise-fifalia@outlook.fr

05 81 31 45 46

CLAR-T (Care, Luttes, Ateliers, Rages - Transidentités)

- Association toulousaine d'auto support par et pour les personnes trans. Permanences et accueil régulier à L'Espace des Diversités

38 Rue d'Aubuisson, 31000 Toulouse

• **Contact:** clar.t.contact@gmail.com

Facebook: @Clar-T

Instagram: @asso.clar.t

ATTO

- Permanences en deux temps: **mixité pour les proches (14h-16h) et non mixité pour les personnes trans/en questionnement (16h-18h)**

Tout les 3èmes samedi du mois à L'Espace des Diversités
38 Rue d'Aubuisson, 31000 Toulouse

Contact: contact@att-occitanie.org

Facebook: @ATTO - Asso Trans Toulousaine et Occitane

Instagram: @atto.trns31

Contact

- Ligne d'écoute confidentielle et gratuite depuis un poste fixe :

0 805 69 64 64

Réseau qui rassemble une vingtaine d'associations, dont l'objectif est de favoriser le dialogue entre les lesbiennes, gays, bi, trans et queer avec leurs parents, familles, proches et ami-e-s

- **Plus d'infos sur:** <https://www.asso-contact.org/>

Act-Up

- Association qui veille à défendre équitablement toute les populations touchées par le VIH/Sida, qui lutte contre les discriminations subies par les personnes concernées.

Permanences les **mardis et les jeudis** à L'Espace des Diversités, 38 Rue d'Aubuisson, 31000 Toulouse.

Contact: contact.actup@gmail.com

Plus d'infos sur: <https://actupsudouest.org/>

05 61 14 18 56 - 06 47 00 74 17

EN HAUTE- GARONNE

Du côté des Femmes Haute-Garonne

- Association qui mène des actions contre les violences faites aux femmes et en faveur de l'égalité.

Accueil de jour/ Hébergement / Prévention des jeunes / Sensibilisation / Formation.

Accueil **sur RDV du lundi au jeudi 9h-17h et le vendredi de 9h à 15h30**

Permanence téléphonique **du lundi au vendredi de 13h30 à 15h30**

- Pour être écoutée ou reçue par rapport à une situation de violence :

accueil.femmes@ducotedesfemmes31.fr

8, rue Jean-Jaurès, 2ème étage - 31600 Muret.

- **Plus d'infos sur:** <https://www.ducotedesfemmes31.fr/>

05 34 63 16 74

Femmes de Papiers 31

- Lieu d'accueil de jour des femmes victimes de violences. Promotion de l'égalité femmes/hommes. Accueil **sur RDV du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h.**

Accueil **sans RDV le jeudi matin.**

41, avenue Joffre-31800 Saint-Gaudens

Plus d'infos sur: femmesdepapier@free.fr

Contact: <https://www.femmesdepapier31.org/>

05 61 89 43 07

CAP D'AGIR

- Cap d'Agir a pour objectif la lutte et la prévention des violences faites aux enfants.

CAP d'Agir est une association collégiale basée à Toulouse, elle intervient principalement en Occitanie.

- **Contact:** contact@capdagir.org

- **Plus d'infos sur:** <http://www.capdagir.org/>

07 66 32 02 79



AU NIVEAU NATIONAL

AVFT

- Association Européenne contre les violences faites aux femmes au travail. Accueil téléphonique les **lundis de 14h à 17h et les jeudis de 9h30 à 12h30** au **01 45 84 24 24**

Plus d'infos sur: www.avft.org

Contact: contact@avft.org

CFCV (Collectif Féministe Contre le Viol)

- Ligne d'écoute gratuite et anonyme (**lundi-vendredi, 10h à 19h**) pour les victimes de viols et d'agressions sexuelles
- Plus d'infos sur: www.cfcv.asso.fr

0 800 05 95 95

Infosuicide

- Ligne d'écoute professionnelle et confidentielle 24h/24 - 7j/7
- Plus d'infos sur: <https://www.infosuicide.org/urgences-aide-ressources/lignes-decoute/>

31 14

AUTRES NUMERO UTILES

Appelez le 3919

Ligne d'écoute nationale « Violences Femmes Info »

Anonyme, accessible **24h/24, 7jour/7, gratuit** depuis un poste fixe ou mobile. N'hésitez pas à renouveler votre appel si toutes les écoutantes sont en ligne.

<https://www.solidaritefemmes.org/appeler-le-3919>

Appelez le 3020

Numéro d'écoute et de prise en charge au service des familles et des victimes de harcèlement à l'école

<https://www.nonauharcèlement.education.gouv.fr/>

Appelez le 3018

Ligne d'appel national de situations de cyberharcèlement.

Gratuit, anonyme, confidentiel, **7 jour/7 de 9h à 23h.**

<https://e-enfance.org/numero-3018/besoin-daide/>

Graphisme: Auguste Beaumont



www.faireface-autodefense.fr