



## Vous êtes victimes de violence?

---

Des organisations sont accessibles **en cas de problèmes liés à la violence**. Que cela soit pour la prévenir et demander de l'aide, des personnes sont prêtes à vous aider.

- > Le numéro 147 est accessible 24h/24, de manière gratuite et confidentielle. C'est un service de conseil professionnel pour aider les enfants et les jeunes jusqu'à 25 ans lorsqu'ils ont des soucis, des problèmes ou des questions. Une [page internet](#) est également disponible. (FR) ([DE](#))
- > La permanence téléphonique de [Solidarité femmes Fribourg – Centre LAVI](#) reste ouverte. Vous pouvez nous contacter par téléphone au 026 322 22 02, par email à [info@sf-lavi.ch](mailto:info@sf-lavi.ch) ou par [Facebook](#). (FR) ([DE](#))
- > Le secteur de [permanence Intake](#) du Service de l'enfance et de la jeunesse (SEJ) de l'Etat de Fribourg a une permanence au 026 305 15 30. (FR) ([DE](#))
- > Pour venir en aide à la population et pour prévenir et contribuer à atténuer les conséquences du confinement exigé par le Coronavirus, l'équipe d'[EX-expression](#) reste à disposition pour toute demande d'accompagnement, de suivi, de soutien ou de conseil. Ex-expression propose des consultations sous forme de séance individuelle, par téléphone ou visioconférence, par mail à [info@ex-expression.ch](mailto:info@ex-expression.ch). (FR) ([DE](#))
- > L'association [Ex-expression](#) propose une écoute, un soutien et un accompagnement professionnels aux auteur-e-s de violence pour les aider à surmonter leur comportement. Vous pouvez les joindre via une permanence téléphonique au 0848 08 08 08\*, par SMS au 079 703 36 57 ou par mail à [info@ex-expression.ch](mailto:info@ex-expression.ch). (FR) ([DE](#))
- > L'[association ESPAS](#) reste présent et continue à venir en aide aux personnes confrontées aux violences sexuelles. Pour toute demande d'aide ou de conseil en cas de suspicion ou d'abus avérés vous pouvez contacter le 0848 515 000. (FR)