

COMMUNIQUÉ DE PRESSE – mardi 30 septembre 2025 à 19h30
Pour diffusion immédiate

Harcèlement, emprise, violences invisibles : une initiative inédite à Perpignan

Chaque jour 162 femmes appellent le 3919 pour dénoncer un **harcèlement** (et ce ne sont que les chiffres déclarés pour des adultes – Rapport de l’Observatoire 2024).

Pourtant, ce fléau reste largement invisible et sous-diagnostiqué.

Pour briser le silence, trois professionnels du médico-social lancent à Perpignan une double initiative soutenue par le sénateur Jean Sol (Vice-Président de la Commission des affaires sociales) :

- une **conférence publique** le *mardi 30 septembre 2025 à 19h30 à l’Hôpital de Perpignan (auditorium)*
Diffusée également en direct en Facebook Live : @Em Pi
- et la **plateforme gratuite relation-toxique.fr**, conçue comme un véritable « bouclier » pour les victimes.

Une conférence pour alerter et agir

Intitulée « *Relations toxiques : comment s’en sortir ?* », la conférence réunira :

- Christian Cantenis, psychanalyste et formateur à l’IRTS et à la Rouatière,
- Alain Remy, sophrologue, psycho-praticien en thérapie brève et formateur à l’Hôpital de Thuir,
- Emmanuel Piquemal, ostéopathe et auteur, initiateur du projet Notox

L’objectif : **outiller le grand public** pour reconnaître les signaux d’alerte, comprendre les mécanismes d’emprise et trouver des voies de sortie.

Une plateforme francophone pour rompre l’isolement

Créée en 2023, la plateforme **relation-toxique.fr** centralise :

- un livret d’information gratuit de 12 pages à télécharger,
- des techniques pratiques pour se protéger,
- un annuaire de professionnels (psychologues, associations, avocats spécialisés),
- des témoignages, vidéos et ressources éducatives.

Elle est **accessible gratuitement**, elle vise à soutenir les victimes, adultes comme adolescents, dans leur combat quotidien et leur progression pour en sortir.

« L’isolement est la première arme d’une relation toxique. Trop de victimes souffrent en silence. L’isolement est la première arme d’une relation toxique. Notre mission, avec

Notox, est de redonner aux personnes un bouclier et des repères pour reprendre le dessus. »

— Emmanuel Piquemal, initiateur du projet

MÉMO PRATIQUE



Conférence publique

Relations toxiques : comment s'en sortir ?

Mardi 30 septembre 2025 – 19h30

Hôpital de Perpignan dans l'auditorium



Plateforme gratuite : www.relation-toxique.fr



Teaser de la conférence : <https://youtu.be/4Y57JjeVCv8>



Diffusé en Facebook Live : <https://fb.me/e/aFiHQFjP4>

Instagram : @notox66

Tiktok : @no.tox66



Contact Presse

Emmanuel Piquemal – Initiateur du projet



06 63 47 18 18 –  Bienvenue@relation-toxique.fr

Version 2 – COMMUNIQUÉ DE PRESSE – Empowerment / Renaissance individuelle

COMMUNIQUÉ DE PRESSE – xx septembre 2025

Pour diffusion immédiate

Relations toxiques : un bouclier pour reprendre sa vie en main

Comment sortir d'une relation toxique... et éviter d'y retomber ?

Pour accompagner les victimes et leur redonner des clés d'autonomie, trois professionnels du médico-social lancent une initiative inédite à Perpignan :

- une **conférence inspirante et ouverte à tous**, le *mardi 30 septembre 2025 à 19h30 à l'Hôpital de Perpignan*
- et la **plateforme relation-toxique.fr**, une ressource gratuite et accessible à tout le monde francophone.

Conférence : des clés concrètes pour se libérer

Animée par :

- Christian Cantenis, psychanalyste
- Alain Remy, praticien en thérapie brève et sophrologue
- Emmanuel Piquemal, ostéopathe, auteur et fondateur du projet Égide

Cette rencontre offrira des **outils pratiques** pour identifier l'emprise, se protéger au quotidien et reconstruire son autonomie affective et relationnelle.

Relation-toxique.fr : un « kit de liberté » en ligne

Sur le site, les victimes et leurs proches trouvent :

- un **livret gratuit** à télécharger, partageable librement
- des ressources concrètes : conseils stratégiques, exercices, techniques immédiates
- des témoignages, films et documentaires pour **se sentir moins seul**

- un annuaire de professionnels spécialisés

« Ne plus subir, mais renaître »

« Une relation toxique détruit la confiance en soi. Avec Égide, nous voulons offrir un chemin pour que chaque victime retrouve la force de dire : je ne subis plus, je choisis ma vie. »

— Christian Cantenis, psychanalyste

MÉMO PRATIQUE



Conférence

Relations toxiques : comment s'en sortir ?

Mardi 30 septembre 2025 – 19h30

Hôpital de Perpignan, amphithéâtre



Plateforme gratuite : www.relation-toxique.fr



Contact presse

Emmanuel Piquemal – initiateur du projet



06 63 47 18 18 –  Bienvenue@relation-toxique.fr

