

⚡ Violentomètre

Violences au sein de la relation...
Et si j'étais concerné.e ?

+ d'infos sur le groupe
ressource
violences sexuelles



**Outil inspiré par le violentomètre créé par les «Observatoires des violences faites aux femmes» de Paris et Seine-Saint-Denis et l'association En Avant Toute(s)*



PROFITE

Ta relation est saine quand il/elle...

Respecte tes décisions, et tes goûts

Accepte tes ami.e.s et ta famille

A confiance en toi

Est content quand tu te sens épanoui

S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble



VIGILANCE, DIS STOP !

Il y a de la violence quand il/elle...

Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose

Rabaisse tes opinions et tes projets

Se moque de toi en public

Est jaloux.se en permanence

Te manipule

Contrôle tes sorties, habits, maquillage

Fouille tes textos, mails, applis

Insiste pour que tu envoies des photos intimes

T'isole de ta famille et de tes ami.e.s

T'oblige à regarder des films pornos



PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE

Tu es en danger quand il/elle...

T'humilie et te traite de fou/folle quand tu lui fais des reproches

« Pète les plombs » lorsque quelque chose lui déplaît

Menace de se suicider à cause de toi

Menace de diffuser des photos intimes de toi

Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe

Te touche les parties intimes sans ton consentement

T'oblige à avoir des relations sexuelles

Te menace avec une arme