

BESOIN D'AIDE ?

LUTTER CONTRE LES VIOLENCES



VIOLENCES FEMMES INFO

APPELEZ LE
39 19

Appel anonyme et gratuit

Le **Tchat** de
En avant toute(s)



119

Numéro gratuit et
confidentiel, disponible
24h/24, pour protéger
les enfants et
adolescents en danger
ou en difficulté.

Tu peux aussi te rapprocher d'un professionnel de santé !

Source : violentomètre créé à l'initiative de la Ville de Paris, du Conseil départemental de Seine-Saint-Denis et de l'association En avant toute(s).

LE VIOLENTOMÈTRE

Le **consentement**, c'est quoi ?

C'est le fait de donner son accord de manière consciente, libre et explicite à un moment donné pour une situation précise.

Tu peux revenir sur ce choix quand tu le souhaites et selon les raisons qui te sont propres. Tu n'as pas à te justifier ou subir des pressions.

PROFITE Ta relation est saine quand ...	Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts	
	Accepte tes amies, amis et ta famille	
	A confiance en toi	
	Est content quand tu te sens épanouie	
	S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble	
VIGILANCE, DIS STOP ! Il y a de la violence quand il...	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 et possessif en permanence	
	Te manipule	
	Contrôle tes sorties, habits, maquillage	
	Fouille tes textos, mails, applis	
	Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes	
	T'isole de ta famille et de tes proches	
	T'oblige à regarder des films pornos	
	Thumilie et te traite de folle quand tu lui fais des reproches	
	"Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît	
PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE Tu es en danger quand il...	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	