

SUIS-JE VIOLENT ? LE VIOLENTOMÈTRE

UNE RELATION EST SAINNE SI...

Enfants en danger ?
Parents en difficulté ?
Le mieux, c'est d'en parler !



ALLÔ ENFANCE EN DANGER

www.allo119.gouv.fr

PRENDS DU RECUL SI...

Victime ou témoin de
violences sexistes et sexuelles,
il existe un numéro
anonyme et gratuit.



Numéro national d'écoute et d'orientation
pour mettre fin au cycle des violences.

ArrêtonsLesViolences.gouv.fr

STOP ! DEMANDE DE L'AIDE SI...

| | |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Vous avez confiance l'un en l'autre, |
| 2 | Vous êtes attentifs à vos besoins respectifs, |
| 3 | Vous êtes épanouis l'un et l'autre, |
| 4 | Chacun est l'égal de l'autre. Aucun n'a le dessus. |
| 5 | En cas de dispute, chacun peut exprimer son point de vue. Son avis compte pour toi. |
| 6 | Tu es souvent de mauvaise humeur, |
| 7 | Tu as connu un contexte familial violent, |
| 8 | Tu es sujet à des addictions (alcool, drogues, jeux...) |
| 9 | Tu as des soucis d'argent, tu es perdu dans tes objectifs, |
| 10 | Tu cries régulièrement, |
| 11 | Tu casses fréquemment des objets, |
| 12 | Tu as souvent des propos dégradants ou humiliants à son égard |
| 13 | Tu prives ton ou ta partenaire de son argent, de ses papiers, de sa liberté de sortie... |
| 14 | Tout ce que fait l'autre t'agace, |
| 15 | Tu n'arrives pas à contrôler tes émotions, |
| 16 | Tu contrôles tout ce qu'il ou elle fait, |
| 17 | Tu empêches ton ou ta partenaire de parler, de s'exprimer, |
| 18 | Tu insultes ton ou ta partenaire, |
| 19 | Tu lances des objets sur ton ou ta partenaire, |
| 20 | Tu as menacé, levé la main ou frappé ton ou ta partenaire. |
| 21 | |
| 22 | |
| 23 | |
| 24 | |