




LE VIOLENTOMÈTRE :

UN OUTIL SIMPLE ET UTILE POUR "MESURER" SI SA
RELATION AMOUREUSE EST BASÉE SUR LE
CONSENTEMENT ET NE COMPORTE PAS DE VIOLENCES.


A. V. V. I. F. 17

 **PROFITE**
Ta relation est saine quand il ...

- Respecte tes décisions et tes goûts
- Accepte tes amis et ta famille
- A confiance en toi
- Est content quand tu te sens épanouie
- S'assure de ton accord pour ce que vous faite ensemble

 **VIGILANCE, DIS STOP!**
Il y a de la violence quand il ...

- T'ignore des jours quand il est en colère
- Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose
- Rabaisse tes opinions et tes projets
- Se moque de toi en public
- Te manipule
- Est jaloux en permanence
- 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 amis

 **PROTÈGE-TOI DEMANDE DE L'AIDE**
Tu es en danger quand il ...

- Te traite de folle quand tu lui fais des reproches
- « pète les plombs » lorsque quelque chose lui déplaît
- Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
- Menace de se suicider à cause de toi
- Te touche les parties intimes sans ton consentement
- Menace de diffuser des photos intimes de toi
- T'oblige à regarder des films pornos
- T'oblige à avoir des relation sexuelles

<https://m.centre-hubertine-audert.fr/article/outil-de-prevention-des-violences-le-violentometre>

En cas d'urgence
contactez le 17



Association de Victimes de Violences
IntraFamiliale de Charente-Maritime

07-66-78-78-55
avvif17@gmail.com

www.avvif17.org



LE VIOLENTOMÈTRE :

UN OUTIL SIMPLE ET UTILE POUR "MESURER" SI SA
RELATION AMOUREUSE EST BASÉE SUR LE
CONSENTEMENT ET NE COMPORTE PAS DE VIOLENCES.


A. V. V. I. F. 17

 **PROFITE**
Ta relation est saine quand il ...

- Respecte tes décisions et tes goûts
- Accepte tes amis et ta famille
- A confiance en toi
- Est content quand tu te sens épanouie
- S'assure de ton accord pour ce que vous faite ensemble

 **VIGILANCE, DIS STOP!**
Il y a de la violence quand il ...

- T'ignore des jours quand il est en colère
- Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose
- Rabaisse tes opinions et tes projets
- Se moque de toi en public
- Te manipule
- Est jaloux en permanence
- 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 amis

 **PROTÈGE-TOI DEMANDE DE L'AIDE**
Tu es en danger quand il ...

- Te traite de folle quand tu lui fais des reproches
- « pète les plombs » lorsque quelque chose lui déplaît
- Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
- Menace de se suicider à cause de toi
- Te touche les parties intimes sans ton consentement
- Menace de diffuser des photos intimes de toi
- T'oblige à regarder des films pornos
- T'oblige à avoir des relation sexuelles

<https://m.centre-hubertine-audert.fr/article/outil-de-prevention-des-violences-le-violentometre>

En cas d'urgence
contactez le 17



Association de Victimes de Violences
IntraFamiliale de Charente-Maritime

07-66-78-78-55
avvif17@gmail.com

www.avvif17.org

Ne pas jeter sur le voie publique

Ne pas jeter sur le voie publique