



STOP
AUX VIOLENCES
INTRAFAMILIALES

Besoin d'aide
n'attendez pas

 **3919** : conseil
et orientation

VIOLENTOMÈTRE



PROFITEZ VOTRE RELATION EST SAIN E QUAND IL/ELLE ...

- Respecte vos décisions, vos désirs et vos goûts
- Se réjouit de votre épanouissement
- S'assure de votre accord pour ce que vous faites ensemble

VIGILANCE, DITES STOP ! IL Y A DE LA VIOLENCE QUAND IL/ELLE ...

- Rabaisse vos opinions et vos projets
- Vous fait du chantage si vous refusez de faire une chose
- Se moque de vous en public
- Contrôle vos sorties, vêtements, apparence...
- Fouille vos textos, mails, applications...
- Insiste pour que vous lui envoyiez des photos intimes
- Vous isole de votre famille et de vos amis

PROTÉGEZ-VOUS, DEMANDEZ DE L'AIDE. VOUS ÊTES EN DANGER QUAND IL/ELLE ...

- « Pète les plombs » quand quelque chose lui déplaît
- Menace de se suicider à cause de vous
- Menace de diffuser des photos intimes de vous
- Vous pousse, vous tire, vous gifle, vous secoue, vous frappe
- Vous touche vos parties intimes sans votre consentement
- Vous oblige à avoir des relations sexuelles
- Vous menace avec une arme

Des professionnels sont à vos côtés pour une écoute, un accompagnement social, psychologique ou juridique gratuit

Un intervenante sociale est présente en commissariat ou gendarmerie.

CDIFF 25 (Centre d'Information sur les Droits des Femmes) Tél. 03 81 25 66 69

Solidarités Femmes 90 : 03 84 28 99 09

France Victimes Nord Franche-Comté : 09 70 19 52 52

115 : orientation hébergement d'urgence

119 : Allô Enfance en danger

Peur de devenir violent ?

Un numéro à votre écoute : 08 019 019 11

Signaler des faits de violence :

www.arretonslesviolences/gouv/fr



+ d'infos

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. Vous choisissez et pouvez librement changer d'avis, vous n'avez pas à vous justifier ou subir des pressions. La violence n'est pas que physique, savoir connaître et reconnaître les violences c'est savoir se protéger soi-même mais aussi ses enfants et ses proches.

