

Le violentomètre

23 questions pour repérer les comportements violents dans le couple

- La relation est saine
- Vigilance, situation violente
- Situation dangereuse, demander de l'aide et se protéger

Outil de prévention conçu en 2018 par les Observatoires des violences faites aux femmes de Seine-Saint-Denis et Paris, l'association En Avant Toute(s) et la Mairie de Paris et adapté par le Centre Hubertine Auclert

	1	
Respecte tes décisions et tes goûts	2	
Accepte tes ami-e-s et ta famille	3	
A confiance en toi	4	
Est content quand tu te sens épanouie	5	
S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble	6	
T'ignore des jours quand il est en colère	7	
Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose	8	
Rabaisse tes opinions et tes projets	9	
Se moque de toi en public	10	
Te manipule	11	
Est jaloux en permanence	12	
Contrôle tes sorties, habits, maquillage	13	
Fouille tes textos, mails, applis	14	
Insiste pour que tu envoies des photos intimes	15	
T'isole de ta famille et de tes ami-e-s	16	
Te traite de folle quand tu lui fais des reproches	17	
"Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît	18	
Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe	19	
Menace de se suicider à cause de toi	20	
Te touche les parties intimes sans ton consentement	21	
Menace de diffuser des photos intimes de toi	22	
T'oblige à regarder des films pornos	23	
T'oblige à avoir des relations sexuelles	24	

C
M
J
CM
MD
CD
CMD
N