



# ESTÁ TUDO BEM



INSPIRADO NO VIOLENTÔMETRO



© MÉLANIE BODY





# TORNA -SE TÓXICO

"TOME CUIDADO"



# TORNA-SE MUITO !!

"TENHA CUIDADO! PROTEJA -SE, FALE SOBRE ISSO!"





# PERIGO

" DIGA PARE "



ELE O OBRIGA A FAZER COISAS QUE VOCÊ NÃO QUER



AMEAÇA COMETER SUICÍDIO POR SUA CAUSA



AMEAÇA REPASSAR DE FOTOS DE VOCÊ NUAS



TE EMPURRA VOCÊ, TE BATE, TE PUXA, TE PRENDE, TE MACHUCA...



TE FORÇA A FAZER SEXO SEM O SEU CONSENTIMENTO



TE AMEAÇA COM UMA ARMA



© MÉLANIE BODY

Si ça T'ARRIVE  
SE ISSO ACONTECER COM VOCÊ

**QUITTE - LE**  
DEIXE-O  
**AVANT QU'IL NE SOIT**  
**TROP TARD**

ANTES QUE SEJA TARDE  DEMAIS



© MÉLANIE BODY

# Le violentomètre

Ta relation est saine quand il...

PROFITE

1	Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts
2	Accepte tes amies, amis 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

Il y a de la violence quand il...

VIGILANCE, DIS STOP!

6	Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose
7	Rabaisse tes opinions et tes projets
8	Se moque de toi en public
9	Est jaloux et possessif en permanence
10	Te manipule
11	Contrôle tes sorties, habits, maquillage
12	Fouille tes textos, mails, applis
13	Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes
14	T'isole de ta famille et de tes proches
15	T'oblige à regarder des films pornos
16	T'humilie et te traite de folle quand tu lui fais des reproches
17	"Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît
18	Menace de se suicider à cause de toi
19	Menace de diffuser des photos intimes de toi
20	Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
21	Te touche les parties intimes sans ton consentement
22	T'oblige à avoir des relations sexuelles
23	Te menace avec une arme
24	

PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE

Tu es en danger quand il...



EM CASO DE VIOLÊNCIA DOMESTICA OU SEXUAL, SE VOCÊ PRECISAR DE CONSELHOS OU SUPORTE ...

3919

ALLO **INFÂNCIA EM PERIGO**

119

PARA ENCONTRAR O PLANNING FAMILIAL DA SUA RÉGIÃO **PLANNING-FAMILIAL.ORG** PARA OBTER INFORMAÇÕES ...

08 00 08 11 11

LE TCHAT QUI RÉPOND À POUR TOUTES TES QUESTIONS SUR LE COUPLE ET LES VIOLENCES **WWW.ENAVANTTOUTES.FR**

PRECISA SE EXPRESSAR OU SE INFORMAR

0800 235 236

**WWW.FILSANTEJEUNES.COM**

**SOS AMITIÉ** SOS AMIZADE

01 40 09 15 22

**SOS-AMITIE.COM**

SI VOCÊ NÃO, ESTÀ SE SENTODO BEM OU PRECISA FALAR

**SUICIDE ÉCOUTE**

01 45 39 40 00 - OU - 3114

VICTIME DE VIOL, VOUS N'ÊTES PAS SEULE **COLLECTIF FEMINISTE CONTRE LE VIOL**

0 800 05 95 95

PARA DIALOGAR COM A POLICIA POR MENSAGENS INSTATÂNEAS



**HTTPS://ARRETONSLESVIOLENCES.GOUV.FR**

PARA QUALDER PERIGO IMEDIATO

17 OU 112

SE VOCÊ NÃO PODE FALAR

PAR SMS 114

TODOS ESSES NÚMEROS SÃO GRATUITOS E ANÔNIMOS