

Pour une relation de couple saine.

VIGILANCE, DIS STOP !
Il y a de la violence.
Il / elle...



Te touche sans ton consentement, t'oblige à avoir des relations sexuelles



Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe ou t'insulte



Te menace verbalement et/ou physiquement



Menace de diffuser des photos ou vidéos intimes de toi



Te fait du chantage affectif, menace de se suicider



«Pète les plombs», se fâche lorsque quelque chose lui déplaît



Insiste pour que tu lui envoies des photos ou vidéos intimes



Rabaisse tes opinions et projets, n'accepte pas un autre avis que le sien



Te contrôle, te donne des ordres, te surveille



T'ignore, refuse de t'écouter, te méprise



Est jaloux-se et possessif-ve



Se moque de toi, t'humilie



T'isole de tes ami-e-s et ta famille



Fouille dans ton natel, tes affaires



Contrôle tes sorties, habits, maquillage



Te demande ton avis pour des décisions vous concernant



Est content-e quand tu te sens épanoui-e



A confiance en toi



Accepte tes ami-e-s et ta famille



Respecte ta personne, ton avis, tes décisions et tes goûts

PROTÈGE-TOI ! DEMANDE DE L'AIDE !
Tu es en danger.
Il / elle...

PROFITE !
Ta relation est saine.
Il / elle...

RESPECTOMÈTRE

Pour plus d'informations et obtenir
des adresses, scannez ce QR code



ne.ch