

LE VIOLENTOMÈTRE

PROFITE Ta relation est saine quand il...	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
VIGILANCE, DIS STOP ! Il y a de la violence quand il...	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	
PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE Tu es en danger quand il...	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

Êtes-vous concerné.e.x.s par la violence ?

Il n'est pas toujours facile de reconnaître les signes d'une relation abusive ou violente, que ce soit pour vous ou pour quelqu'un.e de votre entourage.

Pour mieux comprendre et évaluer la situation, utilisez le violentomètre. Cet outil peut vous aider à identifier les comportements inacceptables et à agir pour vous protéger ou soutenir une personne en danger.



**VERSOIX
ÉGALITÉ**

Liste de contacts pour obtenir un soutien, des conseils et des informations dans le Canton de Genève.

Centre LAVI (Loi sur l'Aide aux Victimes d'Infractions) : Soutien juridique, psychologique et pratique pour les victimes de violence.
Contact : 022 320 01 02 (centre-lavi.ch)

AVVEC (Aide aux Victimes de Violences en Couple) : Assistance aux personnes victimes de violence au sein du couple.
Contact : 022 797 10 10 (Avvec.ch)

VIOL-SECOURS : Association féministe de lutte contre les violences sexistes et sexuelles, accompagnement, formations
Contact : 022 345 20 20 (viol-secours.ch)

Ligne d'écoute cantonale pour les violences domestiques.
Appel anonyme 24/24: 0840 110 110

147 Consultation pour les enfants et les jeunes, confidentielle, gratuite, 24h/24h.
Appelle: 147 (147.ch)

CTAS : Centre thérapeutique traumatismes agressions sexuelles.
Contact : 022 800 08 50 (ctas.ch)

ADEMAG Apoyo juridico y psicosocial a las mujeres victimas de violencia.
Contact : ademag.geneva@gmail.com

ASSOCIATION 360°, Service juridique pour les personnes LGBTIQ+.
Contact : 022 741 00 70 (association360.ch)

Pharos : Soutien aux hommes victimes de violence conjugale.
Contact : 022 736 13 13 (pharos-geneve.ch)

VIRES : Centre de prise en charge pour personne violentes.
Contact : 022 800 08 50 vires@hin.ch

www.aide-aux-victimes.ch
www.violencequefaire.ch
www.vieillesesansviolence.ch

En cas de danger imminent, appelez la police au **117** ou le **144**.

