

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
PROTÈGE-TOI ! DEMANDE DE L'AIDE ! Tu es en danger. Il / elle...		
		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
PROFITE ! Ta relation est saine. Il / elle...		
		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	

RESPECTOMÈTRE