LE PROTECTOMÈTRE

Au quotidien, ton ou ta partenaire :

- Te menace avec une arme
- T'oblige à avoir des relations sexuelles, te touche les parties intimes sans ton consentement
- Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
- Te fais du chantage aux papiers : livret de famille, carte de crédit, titre de séjour, carte vitale ...
- Te menace de te retirer la garde de tes enfants
- Menace de diffuser des photos intimes de toi, de se suicider à cause de toi
- "Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplait
- T'humilie et te traite de fou/folle quand tu lui fais des reproches
- T'isole de ta famille et de tes proches

Protège toi ! Tu es en danger!

- Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes ou que tu regardes des films pornos
- Te manipule
- Est jaloux/se et possessif/ve, contrôle tes sorties, habits, fouille tes textos, mails, te géolocalise
- Se moque de toi en public ou devant tes enfants
- Rabaisse tes opinions et tes projets
- Te fais du chantage si tu refuses de faire quelque chose

Vigilance ! Dis stop et demande de l'aide

- T'encourage dans ton rôle de parent
- Est content(e) quand tu te sens épanoui(e)
- A confiance en toi
- Accepte tes ami(e)s et ta famille
- S'assure de ton accord, respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts

Profite, ta relation est saine

VICTIMES OU TÉMOINS DE VIOLENCES CONJUGALES ?

VOUS VOUS SENTEZ EN DANGER ?

Appelez le **17** ou contactez par sms le **114**
3919 pour être écouté(e) et informé(e)
115 pour un hébergement d'urgence
Tu as – de 18 ans ? Appelles le **119** (enfance en danger)

VOUS SOUHAITEZ FAIRE UN SIGNALEMENT ?

Par SMS au **114**
Plateforme en ligne **arretonslesviolences.gouv.fr**
Pour les femmes, **application mobile** : **app-elles.fr** (alerte et contact des secours et proches en cas de danger)

POUR ALLER PLUS LOIN...

Alertez le commissariat de police ou la gendarmerie la plus proche en appelant le **17**

Prenez contact avec l'association Du Côté des Femmes Muret
Permanence téléphonique : du lundi au vendredi de 13h30 à 15h30
au **05 34 63 16 74** ou par email à
accueil.femmes@ducotedesfemmes31.fr

Prenez RDV chez votre médecin et/ou Infirmière en cas de blessures.
S'ils sont indisponibles, appelez le **15** avant de vous rendre aux urgences

Les violences peuvent être physiques, psychiques et sexuelles

LA CPTS DU SUD TOULOUSAIN

La Communauté Professionnelle Territoriale de Santé du Sud Toulousain est une association de professionnels et de structures de santé, en collaboration avec les élus locaux et représentants des usagers, qui structure et coordonne des actions de santé.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur www.cpts-st.fr!

Professionnels de santé, vous souhaitez participer à la lutte contre les violences ou connaitre les autres actions de santé de votre territoire? Contactez nous!

coordination@cpts-st.fr