



العنف المنزلي :

أين تحددين علاقتك؟



<https://www.herault.gouv.fr/Actualites/INFOS/Campagne-de-sensibilisation-pour-la-lutte-contre-les-violences-sexistes-et-sexuelles>



Ta relation est saine si :

- ◆ Il respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts
- ◆ Il accepte tes ami.e.s et ta famille
- ◆ Il a confiance en toi
- ◆ Il est content quand tu te sens épanouie
- ◆ Il s'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble

العلاقة سليمة إذا :

- ◆ يحترم قراراتك، آمنياتك و رغباتك
- ◆ يقبل أصدقائك و عائلتك
- ◆ يثق بك
- ◆ تسعده تنميتك الشخصية
- ◆ يتأكد من موافقتك على ما تفعلون معًا



Tu dois te méfier si :

- ◆ Il te fait du chantage si tu refuses de lui obéir
- ◆ Il rabaisse tes opinions et tes projets et se moque de toi en public
- ◆ Il est jaloux et possessif en permanence et il te manipule
- ◆ Il contrôle tes sorties, habits, maquillage
- ◆ Il fouille ton téléphone et tes affaires
- ◆ Il insiste pour que tu lui envoies des photos intimes
- ◆ Il t'isole de ta famille et de tes proches

يجب عليك الحذر إذا :

- ◆ يبتزك إذا رفضت طاعته
- ◆ يستخف بآرائك و مشاريعك و يسخر منك علنا
- ◆ غيور و متملك و يتلاعب بك
- ◆ يراقب (يسيطر) لباسك، نزهااتك
- ◆ يفتش في هاتفك وأغراضك
- ◆ يصر على إرسال صور حميمية له
- ◆ يعزلك عن عائلتك وأصدقائك



Tu es en danger et tu dois demander de l'aide si :

- ♦ Il t'humilie et te traite de folle quand tu lui fais des reproches
- ♦ Il entre dans une colère noire lorsqu'il est contrarié
- ♦ Il menace de se suicider à cause de toi
- ♦ Il menace de diffuser tes photos intimes
- ♦ Il te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
- ♦ Il te touche sans ton consentement
- ♦ Il t'empêche de travailler ou il te prend ton salaire
- ♦ Il t'oblige à avoir des relations sexuelles et/ou contrôle la contraception

أنت في خطر و عليك أن تطلبي المساعدة إذا :

- ♦ يذ لك ويصفك بالجنون عندما تلومينه
- ♦ يدخل في غضب شديد لما يزعج
- ♦ يهدد بالانتحار بسببك
- ♦ يهدد بنشر صورك الخاصة
- ♦ يدفعك ، يسحبك ، يصفعك ، يهزك ، يضربك
- ♦ يلمسك دون موافقتك
- ♦ يمنعك من العمل او يأخذ راتبك
- ♦ يجبرك على ممارسة الجنس و/أو يتحكم في وسائل منع الحمل