PROFITE

Ta relation est saine quand il…

1. Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts
2. Accepte tes amies, amis 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
6. Te fait du chantage si tu refuses de faire quelque chose

VIGILANCE, DIS STOP !

Il y a de la violence quand il…

7. Rabaisse tes opinions et tes projets
8. Se moque de toi en public
9. Est jaloux et possessif en permanence
10. Te manipule
11. Contrôle tes sorties, habits, maquillage
12. Fouille tes textos, mails, applis
13. Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes
14. T'isole de ta famille et de tes proches
15. T'oblige à regarder des films pornos
16. T'humilie et te traite de folle quand tu lui fais des reproches

PROTÈGE-TOI, DEMANDE DE L'AIDE

Tu es en danger quand il…

17. "Pète les plombs" lorsque quelque chose lui déplaît
18. Menace de se suicider à cause de toi
19. Menace de diffuser des photos intimes de toi
20. Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
21. Te touche les parties intimes sans ton consentement
22. T'oblige à avoir des relations sexuelles
23. Te menace avec une arme
24.

Lutter contre les violences faites aux jeunes femmes

Le violentomètre

Le consentement, c'est quoi ? *C'est le fait de donner son accord de manière consciente, libre et explicite à un moment donné pour une situation précise. Tu peux revenir sur ce choix quand tu le souhaites et selon les raisons qui te sont propres. Tu n'as pas à te justifier ou subir des pressions.*

VILLE DE PARIS

Seine-Saint-Denis LE DÉPARTEMENT

EN AVANT TOUTE(S)

centre hubertine auclert

îledeFrance

îledeFrance

BESOIN D'AIDE ?

VIOLENCES FEMMES INFO

APPELEZ LE 3919*

*Appel anonyme et gratuit.

Le Tchat de En avant toute(s)

ENJOY

Your relationship is healthy when he...

1. Respects your decisions and tastes
2. Accepts your friends and family
3. Trusts you
4. Is happy when you feel fulfilled
5. Gets your approval when making plans together

WARNING. SAY STOP!

There is violence when he...

6. Ignores you on the days when he is angry
7. Blackmails you if you refuse to do something
8. Belittles your opinions and projects
9. Makes fun of you in public
10. Manipulates you
11. Is constantly jealous
12. Controls your outings, clothes, makeup
13. Goes through your texts, emails, apps
14. Insists that you send him intimate photos
15. Isolates you from your family and friends

PROTECT YOURSELF. GET HELP

You are in danger when he...

16. Calls you crazy when you reproach him
17. "Blows a fuse" when he is unhappy about something
18. Pushes, pulls, slaps, shakes or hits you
19. Threatens suicide because of you
20. Touches you intimately without your consent
21. Threatens to circulate intimate photos of you
22. Forces you to watch porn
23. Forces you to have sex
24.

Fighting against violence towards young women

THE VIOLENCE METER

What is consent? It's the act of giving your approval consciously, freely and explicitly at any given time for a specific situation.

You can change your mind when you want and according to your own reasons. You do not have to justify yourself or be subjected to pressure.

VILLE DE PARIS

MAIRIE DU DIX

seine-saint-denis LE DÉPARTEMENT

EN AVANT TOUTE(S)

FEMALE VIOLENCE INFO

CALL 3919*

*Anonymous and free

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

DISFRUTA

Tu relación es sana cuando él...

- Respeta tus decisiones y tus gustos
- Accepta tus amigos.as y tu famila
- Confía en ti
- Está contento cuando te sientes bien
- Se asegura de tu aprobación cuando hacéis cosas juntos

ATENCIÓN, ¡ALTO !

Hay violencia cuando él...

- Te ignora durante días cuando está enfadado
- Te hace chantaje si te niegas a hacer algo
- Menosprecia tus opiniones y tus proyectos
- Te manipula
- Se burla de ti en público
- Está siempre celoso
- Controla tus salidas, tu ropa, tu maquillaje
- Revisa tus mensajes, tus mails, tus applicaciones
- Insiste en que le envíes fotos íntimas
- Te aísla de tu familia y de tus amigos.as

PROTÉGETE, PIDE AYUDA

Estás en peligro cuando él...

- Dice que estás loca cuando le echas la culpa
- «Se vuelve loco» cuando algo no le gusta
- Te empuja, te tira, te abofetea, te sacude, te golpea
- Amenaza con suicidarse por tu culpa
- Te toca tus partes íntimas sin tu consentimiento
- Amenaza con enviar fotos íntimas de ti
- Te obliga a ver películas pornográficas
- Te obliga a tener relaciones sexuales

Combatir la violencia contra las mujeres jóvenes

EL VIOLENTÓMETRO

El consentimiento, ¿Qué es? Es el hecho de dar su aprobación de manera consciente, libre y explícita en un momento dado para una situación específica.

Puedes cambiar de opinión si lo deseas y por razones personales. No tienes que justificarte o sufrir presiones.

VILLE DE PARIS | MAIRIE DU DIX | SEINE-SAINT-DENIS LE DÉPARTEMENT | EN AVANT TOUTE(S)

INFORMACIÓN VIOLENCIA MUJERES

Llame al 3919*

*Llamada anónima y gratuita

1–2: يحترم قرارتك واذواقك

2–3: يتقبل اصدقائك وصديقاتك واسرتك

3–4: يثق فيك

4–5: يشعر بالسعادة عندما تشعرين بالانشراح

5–6: يتأكد من موافقتك فيما تقدمون عليه سويا

6–7: يتجاهلك في الايام التي يكون فيها غاضبا

7–8: يمارس الابتزاز حين ترفضين عمل شئ ما

8–9: ينزل من مرتبة أرائك و مشروعات

9–10: يسخر منك أمام الجميع

10–11: يتلاعب بك

11–12: يكون غيورا باستمرار

12–13: يتحكم بكل ما يخصك من نزهات، ملابس، مكياج

13–14: ينقب عن ما يخصك من رسائل هاتفية والكترونية وتطبيقات

14–15: يصر على ان ترسلي له صور من خصوصيتك

15–16: يعزلك عن عائلتك واصدقائك وصديقاتك

16–17: يتهمك بالجنون عندما توجهي انتقادات له

17–18: ينزعج عندما يزعجه شيء ما

18–19: يدفع بك، يشدك،يصفعك، يهزك، يضربك

19–20: يهددك بنشر صور فاضحة لكي

20–21: يجبرك على مشاهدة أفلام جنسية

21–22: تهديد ببث صور حميمة لك

22–23: تجعلك تشاهد الأفلام الإباحية

23–24: يجبرك على ممارسة الجنس

1–6: استمتعي بعلاقتك حيث انها تعتبر سليمة عندما

6–16: حذار، قولي كفى !

16–24: **هناك عنف حينما**

احمي نفسك، اطلبي المساعدة حينما

مكافحة العنف ضد النساء الشابات

مقياس العنف

ما هو تعريف الرضاء؟ انه ابداء المرء بموافقته بشكل واع وحر و صريح فى لحظة معينة ازاء موقف محدد ، هذا ويمكنك الرجوع عن هذا الاختيار حينما ترغبين في ذلك ووفقا لاسباب تخصك وليس عليك تبرير نفسك او المثول لصغوط عليك.

اكللاق افلومث ءن ءبق
امأرأة

3919*

* مكالمة مجانية وبدون الافصاح عن الهوية

VILLE DE PARIS

MAIRIE DU DIX

SEINE-SAINT-DENIS LE DÉPARTEMENT

EN AVANT TOUTE(S)

1	Kararlarına ve zevklerine saygı duyarsa
2	Arkadaşlarını ve aileni kabul ederse
3	Sana güvenirse
4	Kendini gelişmiş hissettiğinde mutlu olursa
5	Birlikte yaptığınız işlerde senin de onayını arasa
6	Kızgın olduğu anlarda seni yok sayarsa
7	Bir şey yapmayı reddettiğin zaman şantaj yaparsa
8	Fikir ve projelerini aşağılarsa
9	Başkalarının yanında seninle alay ederse
10	Seni kullanırsa
11	Sürekli kıskanırsa
12	Gezmene, giyimine, makyajına karışırsa
13	Yazdıklarını, e-postalarını, aramalarını karıştırır-sa
14	Özel fotoğraflarını göndermen için ısrar ederse
15	Seni ailenden ve arkadaşlarından tecrit ederse
16	Ona sitem ettiğin zaman seni deli olmakla suçlarsa
17	Hoşuna gitmeyen bir şey olduğunda kendini kaybederse
18	Seni itekler, çekiştirir, tokatlar, sarsar, darp ederse
19	Senin yüzünden intihar edeceğini söyleyerek tehdit ederse
20	Onayın olmadan cinsel bölgelerini ellerse
21	Özel fotoğrafları yaymakla tehdit ederse
22	Porno film seyretmeye zorlarsa
23	Cinsel ilişkide bulunmaya zorlarsa
24	

KEYFİNİ ÇIKAR
İlişkiniz sağlıklıdır

DİKKATLİ OL! DUR DE!
Şiddet söz konusudur

KENDİNİ KORU. YARDIM İSTE
Tehlike içindesin

Genç kadınlara uygulanan şiddete karşı mücadele

ŞİDDET ÖLÇER

Rıza nedir? Belli bir zamanda, somut bir duruma bilinçli, hür ve açık bir şekilde onay vermektir.

Bu seçimden istediğin zaman ve sana özel nedenlerle geri dönebilirsin. Kendini doğrulaman ya da baskı görmen söz konusu değildir.

VILLE DE PARIS

MAIRIE DU DIX

seine-saint-denis LE DÉPARTEMENT

EN AVANT TOUTE(S)

Kadınlara yönelik şiddet konusunda bilgiler

3919 **bu numarayı arayınız**

•Arayanın kimliği gizlidir.
Arama ücretsizdir

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

享受

你们的关系是健康的，当他

- 尊重你的决定和爱好
- 接受你的朋友和你的家庭
- 信任你
- 在你满足时他也感到高兴
- 做共同决定时候会寻求你的同意

提高警惕，对他说STOP！

暴力倾向已经显露，当他

- 生气的时候连续多日无视你
- 在你拒绝做某事的时候他会要挟你
- 贬低你的意见和做的事情
- 在公开场合嘲笑你
- 操控你
- 经常嫉妒其他人
- 监督你的出行，穿着和打扮
- 翻阅你的短信，邮件和手机软件
- 坚持让你发亲密照片
- 把你和你的家庭以及朋友隔离

保护好你自己，并且寻求帮助

你已经身处危险当中了，当他

- 当你责备他的时候把你当作一个疯子
- 有一点小事不爽他就大发雷霆
- 推你，拉你，打你耳光，摇晃你，打你
- 威胁因为你要自杀
- 在没有你同意的情况下触摸你的私处
- 威胁要散播你的私照
- 强迫你一起看黄片
- 强迫你发生性关系

打击针对年轻女性的暴力行为

THE VIOLENCE METER

什么是同意？同意指的是在特定时刻以及明确情况下一个人给出的有意识的，自主的以及清晰的同意。你可以首先了解自己的想法以及适合自己的原因，之后再表明你是否同意。你没有必要证明自己或者承受压力。

VILLE DE PARIS | MAIRIE DU DIX | seine-saint-denis LE DÉPARTEMENT | EN AVANT TOUTE(S)

FEMALE VIOLENCE INFO

☎ **3919***

*Anonymous and free

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

استفاده کن

رابطه تو سالم است هنگامی که او ...

- به تصمیمات و سلیقه های تو احترام می گذارد
- دوستان و خانواده تو را قبول می کند
- به تو اعتماد دارد
- خوشحال است وقتی که تو احساس خشنودی می کنی
- توافق تو را برای آنچه با هم انجام می دهید، تضمین می کند

هوشیار باش. بگو بس کن !

خشونت وجود دارد هنگامی که او ...

- روزها تو را نادیده می گیرد وقتی که خشمگین است
- باج خواهی می کند وقتی از انجام کاری خودداری می کنی
- نظرات و پروژه های تو را تنزل می دهد
- تو را در حضورجمع مسخره می کند
- با تو بازی می کند
- دائما حسادت می کند
- رفت و آمد، طرز لباس پوشیدن و آرایش تورا کنترل می کند
- پیامک ها و میل های تورا می کاود
- اصرار می کند که تو عکس های خصوصی خودت را برایش ارسال کنی
- تورا از خانواده و دوستانت دور می کند

از خودت محافظت و تقاضای کمک کن

تو در خطر هستی هنگامی که او ...

- تو را دیوانه تلقی می کند وقتی که از او انتقاد می کنی
- خشمگین می شود» وقتی چیزی« باب میل اونیست
- تو را هل و تکان می دهد، سیلی و کتک می زند
- تهدید به خود کشی می کند
- بدون موافقت تو به اعضاء جنسی بد نت دست می زند
- تهدید به پخش عکس های خصوصی تو می کند
- تو را مجبور به دیدن فیلم های پورنوگرافی می کند
- تو را مجبور به داشتن رابطه جنسی می کند

مبارزه با خشونت علیه زنان جوان

خشونت سنج

مفهوم رضایت چیست؟ این عمل موافقت آگاهانه ، آزادانه و واضح در یک زمان معین برای یک موقعیت مشخص، می باشد.
تو می توانی در صورت تمایل و طبق دلایل خودت، نظر و انتخابت را تغییردهی. در این رابطه، مجبور نیستی خود را توجیه کنی و یا تحت فشار قرار بگیری.

VILLE DE PARIS

MAIRIE DU DIX

SEINE-SAINT-DENIS LE DÉPARTEMENT

EN AVANT TOUTE(S)

خشونت بر زنان - اطلاعات

تماس با

*3919

مکالمه مجانی و ناشناس

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

நல்லதுஉங்கள் உறவு

நன்றாக உள்ளது

- உங்கள் முடிவுகளையும் விருப்பங்களையும் மதிக்கிறார்
- உங்கள் நண்பர்களையும் குடும்பத்தினரையும் ஏற்கிறார்
- உங்கள் மேல் நம்பிக்கை வைத்திருக்கிறார்
- நீங்கள் சந்தோஷப்படும் பொழுதுமகிழ்ச்சி அடைகிறார்
- நீங்கள் சேர்ந்து ஒன்றைச் செய்யும் பொழுது தன் சம்மத்தைத் த ெரிவிக்கிறா

கவனமாக இருக்கவும், தேவைப்பட்டால் நிறுத்தச் சொல்லவும்

இந்த நிலைகளில் வன்முறை இருக்கலாம்

- தான் கோபமாக இருக்கும் நாட்களில் உங்களைக் கண்டு கொள்வதில்லை
- நீங்களை எதையாவது செய்ய மறுத்தால் மிரட்டுகிறார்
- உங்கள் செயல்களையும் எண்ணங்களையும் குறைத்து மதிப்பிடுகிறார்
- பொது இடங்களில் உங்களைக் கிண்டல் செய்கிறார்
- தன்னிஷ்டப்படி உங்களைக் கையாள்கிறார்
- எப்பொழுதும் பொறாமை கொள்கிறார்
- உங்களை உடை, ஒப்பனை மற்றும் எவளியே செல்வதைக் கட்டுப் படுத்துகிறார்
- உங்கள் மெயில், தபால் உங்கள் மெயில், தபால் போன்றவற்றை ஆராய்கிறார்
- உங்கள் நெருக்கமான படங்களை அனுப்பச் சொல்லி வற்புறுத்துகிறார்
- உங்கள் குடும்பத்தினரிடமிருந்தும் நண்பர்களிட்மிருந்தும் உங்களை விலக்குகிறார்

உங்களைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளுங்கள் – உதவி கோருங்கள்

நீங்கள் ஆபத்தில் இருக்கிறீர்கள்

- அவரைக் கடிந்து கொள்ளும் பொழுது உங்களைப் பைத்தியம் போல நடத்துகிறார்
- அவருக்குப் பிடிக்காத பொழுது ‘பைத்தியம்’ என்று கூறுகிறார்
- உங்களைத் தள்ளுகிறார், இழுக்கிறார்,அறைகிறார், உலுக்குகிறார், அடிக்கிறார்
- உங்கள் அனுமதி அல்லாமல் அந்தரங்க உறுப்உபகளைத் தொடுகிறார்
- உங்கள் அனுமதி அல்லாமல் அந்தரங்க உறுப்உபகளைத் தொடுகிறார்
- உங்கள் அந்தரங்க படங்களை வெளியாடுவதாக மிரட்டுகிறார்
- ஆபாசப் படங்களைப் பார்க்குமாறு உங்களை வற்புறுத்துகிறார்
- உடலுறவு வைத்துக் கொள்ளுமாறு வற்புறுத்துகிறார்

இளம் பெண்களுக்கு எதிரான வன்முறைகளை எதிர்ப்போம்

லே வியோலொதென் மெத்ர்

ஒப்புதல்: அப்படி என்றால் என்ன? தன் சம்மதத்தை முழு நினைவோடு, சுதந்திரமாகத் தெளிவுடன்ஒரு குறிப்பிட்ட தருணத்தில் குறிபிபட்ட விஷயத்திற்காகத் தருவது.

இந்த முடிவை நீ எப்பொழுது வேண்டுமானாலும் எந்தக் காரணத்திற்காகவும் மாற்றிக் கொள்ளலாம். அதற்கு நீ எந்தக் காரணமும் கூற வேண்டியதில்லை, எந்தவித நிர்பந்தத்திற்கும் ஆளாக வேண்டியதில்லை.

VILLE DE PARIS

MAIRIE DU DIX

seine-saint-denis LE DÉPARTEMENT

EN AVANT TOUTE(S)

பெண் பாதுகாப்பு

அழைக்கவும்

3919*

இலவச மற்றும் இரகசிய அழைப்பு