

ÉCHELLE DE LA VIOLENCE CONJUGALE EN PÉRINATALITÉ

LA FUTURE OU JEUNE MAMAN

OÙ VOUS SITUEZ-VOUS ?

VERT, ORANGE OU ROUGE ?

Utilisez les repères de couleur pour identifier les situations **nocives ou dangereuses** dans le couple, au cours de la grossesse ou à l'arrivée de votre enfant.

Vous êtes victime de violences ?
Vous avez besoin d'informations ?
Parlez-en à un professionnel de santé ou contactez le 3919 (7j/7 et 24h/24)

3 9 19
3919
ARRÊTONS LES VIOLENCES

Ce violentomètre est inspiré d'un outil élaboré par la Caf de l'Hérault et retravaillé par ORÉHANE (le DSRP des Hauts-de-France)

ÉCHELLE DE LA VIOLENCE CONJUGALE EN PÉRINATALITÉ

MA RELATION EST SAINE SI MON/MA PARTENAIRE

- Me permet d'annoncer ma grossesse sans crainte
- Me respecte dans mon rythme, mon sommeil, mes besoins
- Me soutient quand je doute de mes capacités
- Prend les décisions de l'organisation familiale avec moi
- Me fait confiance
- S'intéresse au suivi de la grossesse, en parle avec moi
- Accepte mes amis et ma famille
- S'implique de lui/elle-même dans les soins au bébé et dans son suivi médical

JE SUIS VIGILANT(E) QUAND MON/MA PARTENAIRE

- Se moque de mon corps qui change
- Est jaloux/(se) et ne me laisse rien faire seule
- Contrôle ma tenue et mes fréquentations
- Critique ma famille, mes amis, mon travail
- Me fait du chantage pour obtenir quelque chose
- Me fait culpabiliser par rapport à notre relation, me dit que je ne lui accorde plus d'attention
- Me dit que je suis une mauvaise mère, m'impose de faire taire le bébé quand il pleure
- Est l'administrateur/(trice) principal(e) de tous nos comptes

IL Y A VIOLENCE QUAND MON/MA PARTENAIRE

- Contrôle mes mots de passe et les accès à tous les comptes et réseaux sociaux de la famille
- Remet régulièrement en question mes compétences en tant que parent
- Ne me laisse pas appeler ma famille et mes amis en son absence, contrôle ce que je leur dis
- Hurle sur moi devant le bébé
- M'interdit de travailler, d'avoir des activités et/ou de voir des amis
- A des rentrées d'argent et refuse de participer aux dépenses de la famille
- Diffuse ou menace de diffuser des photos intimes de moi
- M'insulte, me gifle, me secoue, me frappe
- Insiste ou m'oblige à avoir des rapports sexuels
- Menace de partir avec le bébé
- Me menace de mort et/ou menace les enfants

Vous êtes victime de violences ? Vous avez besoin d'informations ? 3919 (7j/7 et 24h/24)

3 9 19 3919 ARRÊTONS LES VIOLENCES