Violenzometro

Quanto è sana la tua relazione?

Pensa alla persona con cui hai una relazione. Quali di questi comportamenti riconosci?

Tutto bene: è una relazione sana

- Rispetta le tue decisioni e i tuoi gusti
- Accetta le tue amicizie e la tua famiglia
- Si fida di te
- È felice quando realizzi ciò che desideri
- Si assicura che tu sia d'accordo e a tuo agio con ciò che fate insieme

Attenzione: di' basta

- Ti ignora quando si arrabbia
- Ti ricatta se ti rifiuti di fare qualcosa
- Sminuisce le tue opinioni
- Ti prende in giro in pubblico
- Prova a manipolarti
- Mostra continuamente gelosia
- Controlla le tue uscite, i tuoi vestiti e il tuo aspetto
- Pretende di controllare i tuoi messaggi, le tue email e le tue app
- Insiste per ricevere tue foto intime
- Ti isola dalle amicizie e dalla famiglia
- Se esprimi una critica, dice che stai impazzendo

Pericolo: proteggiti e chiedi aiuto

Si infuria quando qualcosa non va come vuole
Ti obbliga a guardare film porno
Minaccia di diffondere le tue foto intime
Minaccia di farti del male o di farsi del male, e ti dà la colpa
Tocca le tue parti intime senza il tuo consenso
Ti spinge, ti strattona, ti schiaffeggia o ti fa male fisicamente
Ti obbliga, o prova a obbligarti, ad avere rapporti sessuali

Se sei in pericolo

- Emergenze: chiama il 112.
- Violenza e stalking: chiama il 1522 o contatta un centro antiviolenza. Trovi i centri su 1522.eu/mappatura-1522.
- Persone sorde: chiama l'800 800 112.
- App Where Are U: chiamata al 112, anche silenziosa, e chat.
- App Flag Mii: chat con il 112 per persone con disabilità.

Per saperne di più

- Scopri cosa fa l'UE contro la violenza di genere: informa-giovani.net/gbv-eu
- Scrivi a gbv@ignet.eu

EUROPE DIRECT Palermo

IGNet European Network

Realizzato da Europe Direct Palermo in collaborazione col Network Europeo IGNet