

Cet autotest, réalisé par l'association Filaction, vous permet de savoir si vous êtes victime de violence.

**Si vous répondez oui 3 fois ou plus, vous êtes victime d'une ou plusieurs formes de violence conjugale :** physique, morale, psychologique et/ou économique. Vous pouvez demander de l'aide aux associations.

*Chaque paramètre pris isolément ne révèle pas forcément une situation de violence.*

### AU COURS DES 12 DERNIERS MOIS, EST-CE-QUE VOTRE CONJOINT OU AMI :

- vous a **empêchée de rencontrer ou de parler avec des amis** ou des membres de votre famille ?
- vous a **empêchée de parler à d'autres hommes** ?
- a **critiqué, dévalorisé** ce que vous faisiez ?
- a fait des **remarques désagréables** sur votre apparence physique ?
- vous a **imposé** des façons de vous habiller, de vous coiffer ou de vous comporter en public ?
- n'a **pas tenu compte ou a méprisé vos opinions**, a prétendu vous expliquer ce que vous deviez penser ?
  - a- dans l'intimité
  - b- devant d'autres personnes
- a **exigé de savoir** avec qui et où vous étiez ?
- a **cessé de vous parler**, refusé totalement de discuter ?
- vous a **empêchée d'avoir accès à l'argent du ménage** ?

**Si vous avez au moins 3 réponses positives ou si vous avez le moindre doute, CONTACTEZ LE 3919 Violences Femmes Info**

(appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe - voir le site : <http://www.stop-violences-femmes.gouv.fr/>)

**ou près de chez vous : CIDFF Aude (04 68 42 51 30) et Planning Familial 11 (06 63 87 93 23).**