



D'SOROPTIMISTEN

ENGAGÉIERE SECH FIR D'PREVENTIOUN

READ SIGNS

Zeeche vun enger toxescher Bezéiung erkennen
fir Gewalt am Stot ze verhënneren

Intensitéit

Iwwerdriwwe Gesten, Drock maachen,
dass et direkt seriö soll ginn, Belästege
mat onméisseg ville Messagen a
Mailen

Jalousie

Verbidde mat Persoune vum anere
Geschlecht ze schwätzen, Schnoffelen
am Privatliwen, perséinlech Grenzen
net respektéieren

Kontroll

Däin Handy oder Deng Mailen onerlabt
kontrolléieren, Virschreiw vu Gezei a
Behuelen, iwwerraschend Optauchen

Isolatioun

Du kanns Dech net mat Denger Famill
an Denge Frënn treffen, Deng ganz
Fräizäit geet drop, Deng sozial Kontak-
ter ginn erfogemaach

Kritik

Negativ Bemierkungen iwwert Däin
Äussert, Ofwäerte vun Denge Kom-
petenzen, Ënnerdrécke vun Denger
Meenung, stänneg Afroststellung vun
Denger Perséinlechkeet

Sabotage

Heiansdo Verstoppe vun Denge
Saachen oder Dech beléien, sou dass
Du ufänks ze gleewen Du wiers geckeg
an doduerch d'Schoul oder d'Aarbecht
verloléissegs

Scholdgefiller

Dir d'Schold gi fir seng Problemer a sel-
wer keng Verantwortung huelen

Roserei

Stark Stëmmungsschwankungen,
Iwwerragéiere bei Problemer mat
onkontrolléierter Roserei, sexuellen
Drock, Angscht maachen



LES SOROPTIMIST SE CONSACRENT À LA PRÉVENTION

READ THE SIGNS

d'une relation toxique pour éviter la violence domestique

Intensité

Des gestes excessifs, insister pour que ce soit sérieux immédiatement, vous bombarder de messages et d'emails

Jalousie

Refuser de vous laisser parler au sexe opposé, faire pression pour connaître des détails privés de votre vie, outrepasser vos propres limites

Contrôle

consulter votre téléphone ou vos emails sans autorisation, vous dicter votre façon de vous habiller et de vous comporter, se présenter sans être invité

Isolement

vous empêcher de voir vos ami(e)s ou votre famille, accaparer tout votre temps libre, dénigrer vos connaissances

Critique

faire des commentaires négatifs sur votre apparence, dévaloriser vos compétences, bafouer votre opinion, remettre constamment en question votre personnalité

Sabotage

cacher occasionnellement vos affaires ou vous mentir avec insistance en vous poussant à croire que vous êtes folle, vous faisant manquer l'école ou le travail

Culpabilité

vous rendre responsable et coupable de leurs problèmes, en rejetant leur responsabilité personnelle

Colère

avoir de fortes sautes d'humeur, réagir de manière excessive à certains problèmes par des accès de rage incontrôlables, vous presser sexuellement, vous faire peur