

# VIOLENTÔMETRO

- 1 piadas ofensivas
- 2 chantagear
- 3 mentir/enganar
- 4 ignorar/dar um gelo
- 5 enciumar
- 6 culpar
- 7 desqualificar
- 8 ridicularizar/ofender
- 9 humilhar em público
- 10 intimidar/ameaçar
- 11 controlar/proibir
- 12 destruir bens pessoais
- 13 machucar
- 14 “tapinhas/pancadinhas”
- 15 brincar de bater
- 16 beliscar/arranhar
- 17 empurrar
- 18 dar tapas
- 19 chutar
- 20 confinar/prender
- 21 ameaçar com objetos ou armas
- 22 ameaçar de morte
- 23 forçar uma relação sexual
- 24 abuso sexual
- 25 violentar
- 26 mutilar
- 27 matar

## TOME CUIDADO

A violência  
tende a aumentar

## PEÇA AJUDA

Você não está sozinha

## DENUNCIE

Busque apoio profissional



Material traduzido e adaptado do espanhol para o português oriundo do Programa Institucional Gestión con Perspectiva de Género del IPN/México.