

Violentómetro



¿Ya estoy viviendo violencia?



Con el violentómetro se puede estar alerta, capacitado y atento para detectar y atender este tipo de prácticas, ante casos de violencia.

Esta herramienta sirve de apoyo para hacer consciencia y aprender a identificar en donde comienza la violencia.

¡CUIDADO! Ya estás viviendo violencia	1	Chantajear
	2	Mentir o engañar
	3	Ignorar
	4	Celar
	5	Ofender o Humillar
	6	Intimidar / Amenazar
	7	Controlar / Prohibir
¡REACCIONA! Esto solo empeorará PIDE AYUDA	8	Destruir artículos personales
	9	Manosear
	10	Agredir "Jugando"
	11	Empujar
	12	Golpear
	13	Encerrar / Aislar
¡SAL DE AHÍ! Tu VIDA está en PELIGRO	14	Amenazar con objetos o armas
	15	Amenazar de muerte
	16	Abusar Sexualmente
	17	Violar
	18	MUERTE

Es importante visualizar y tener consciencia de las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran en la vida cotidiana y que muchas veces se confunden o desconocen, así como no normalizar la violencia y aprender a detectar las señales que nos indican que algo no anda bien y saber que

