

VIOLENTÓMETRO

¿En qué nivel te encuentras?

**ACTÚA
NECESITAS AYUDA**

- 30 - Asesinar
- 29 - Mutilar
- 28 - Violar
- 27 - Abusar sexualmente
- 26 - Forzar a una relación sexual
- 25 - Amenazar de muerte
- 24 - Amenazar con objetos o armas
- 23 - Encerrar/aislar
- 22 - Patear
- 21 - Cachetear
- 20 - Empujar/Jalonear
- 19 - Pellizcar /Arañar
- 18 - Golpear jugando
- 17 - Acariciar agresivamente
- 16 - Manosear
- 15 - Controlar / Prohibir (vestimenta,
- 14 - familiares, amistades, dinero,
- 13 - tiempo, celular, redes sociales, etc.)
- 12 - Intimidar/ Amenazar
- 11 - Humillar en público
- 10 - Ridiculizar
- 09 - Ofender
- 08 - Descalificar
- 07 - Culpabilizar
- 06 - Celar
- 05 - Ignorar/ Ley del hielo
- 04 - Mentir
- 03 - Engañar
- 02 - Chantajear
- 01 - Hacer bromas hirientes

**REACCIONA
NO TE DEJES DESTRUIR**

**TEN CUIDADO
LA VIOLENCIA AUMENTARÁ**

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES

EN NUEVO LEÓN **CERO TOLERANCIA**
A LA VIOLENCIA CONTRA MUJERES Y NIÑAS