

# violences domestiques

---

4 . T U A S H  
C O M P O R T E M  
T E M A Î T R I S

Parfois la colère ou la jalousie te submergent?

Parles-en à ton copain ou ta copine, essaye de lui dire ce qui ne va pas.

En tous cas, ne reste pas seul-e avec ça. Parles-en à une personne de ton entourage, à un ami ou à une amie. Si ce n'est pas possible, sache qu'il existe des sites internet spécialement destinés aux jeunes, qui donnent des conseils en la matière. Sur certains, tu peux même poser des questions de manière anonyme à des professionnel-le-s.

Profites-en ! N'hésite pas et rends-toi sur :

[www.violencequefaire.ch](http://www.violencequefaire.ch)

[www.ciao.ch](http://www.ciao.ch)

[www.147.ch](http://www.147.ch)

[www.sipe-vs.ch](http://www.sipe-vs.ch)