

## #insieme #PertutteNoi

Violenza fisica ma soprattutto psicologica.

In strada, tra le mura domestiche, sul lavoro... Latenti oscuri di una stessa realtà, che offendono il corpo e svuotano l'anima, provocando traumi che spesso lasciano un segno per tutta la vita. Quasi mai le vittime degli abusi, le donne, i minori, gli anziani e i soggetti più deboli, trovano il coraggio e la forza per reagire e denunciare.

E qui entriamo in gioco noi, nella vita di tutti i giorni, perché non possiamo far finta di niente.

Siamo sicuri che solo la violenza che ci tocca personalmente ci riguarda?

Bisogna vincere la paura, l'ignoranza, l'indifferenza. Bisogna parlare e, soprattutto, fare. Per questo la Regione Piemonte, da anni, è in prima linea nella difesa delle pari opportunità e di tutti i diritti ad essa collegati.

Un impegno concreto, che riguarda ogni aspetto della vita sociale, familiare e lavorativa. Perché parità vuol dire prima di tutto rispetto della dignità della persona.

La violenza domestica in particolare è subdola e vergognosa e può essere sconfitta solo con l'aiuto di tutti: donne, uomini, parenti, amici, conoscenti, associazioni, centri, operatori professionali...



REGIONE  
PIEMONTE

#insieme  
#PertutteNoi  
**CONTRO  
LE VIOLENZE**

### LA RETE DEI CENTRI ANTIVIOLENZA

I **centri antiviolenza** presenti sul territorio regionale offrono una risposta qualificata alle donne che subiscono violenza e maltrattamento.

Tra i principali servizi dei centri:

- accoglienza, ascolto e orientamento alle scelte (denuncia, separazione...)
- accompagnamento per tutto il percorso di uscita dalla violenza
- supporto psicologico e legale
- collaborazione con i servizi sociali per mettere in protezione la donna sola o con figli minori, nelle situazioni di pericolo
- orientamento al lavoro e percorsi di tirocinio nell'ambito di progetti specifici
- collegamento con associazioni che si occupano del trattamento degli autori di violenza

Tutti i **servizi sono gratuiti e sono offerti da donne**: educatrici, psicologhe, avvocate, volontarie con esperienza, operatrici dei servizi antiviolenza, assistenti sociali che collaborano con le Forze dell'Ordine, i Pronto Soccorso ospedalieri e i Servizi sociali.

### COME INTUIRE SE UNA DONNA VIENE MALTRATTATA

Il problema della violenza verso le donne è antico ma ancora drammaticamente diffuso nelle famiglie e nelle coppie.

Spesso le donne tollerano la violenza per la vergogna di esporsi, per il presunto bene dei figli o perché convinte che l'autore di violenza possa cambiare.

Per quanto la donna possa cercare di nascondere segni fisici o stati d'animo anomali, esistono indicatori significativi a cui prestare attenzione.

#### Indicatori fisici:

ematomi, lividi, ferite, fratture anche minime, alimentazione alterata, dolori diffusi...

#### indicatori psicologici:

paura, stress, ansia, depressione, attacchi di panico, angoscia, agitazione, pianto...

#### indicatori di comportamento:

ritardi o assenze dal lavoro, stato di allerta continuo, racconti irreali su ferite o lividi, isolamento sociale, cambio delle abitudini conosciute...

### COME AIUTARE UNA DONNA VITTIMA DI VIOLENZA

Informati sulle modalità con cui la violenza maschile contro le donne può realizzarsi e cerca di conoscere meglio le diverse situazioni.

Se emergono delle confidenze, anche minime, cerca di metterle a disposizione tutto il tempo necessario per un ascolto attento.

Falle comprendere, senza giudicare, che credi a quello che sta raccontando, evitando parole o mimiche di sorpresa o incredulità.

Non prendere iniziative se non sono condivise con lei.

Mostra vicinanza alle sue decisioni e dalle tutto il supporto di cui ha bisogno.

Accompagnala nel caso in cui decida di chiedere il sostegno di un centro antiviolenza, evitando qualunque forma di mediazione.

Forniscile indirizzi, numeri di telefono, e-mail dei centri antiviolenza.

Assicurale che nei centri antiviolenza troverà ascolto, accoglienza e accompagnamento, nonché le forme di tutela che serviranno a lei e ai suoi figli e figlie.

NUMERO VERDE

**1522**

E' il numero di pubblica utilità esclusivamente dedicato alle donne vittime di violenza e stalking.

Consente chiamate gratuite da telefono fisso e cellulare.

E' attivo 24 ore su 24, per 365 giorni all'anno.

Offre un servizio multilingue di informazioni sui centri antiviolenza pubblici e privati.

in caso di emergenza:

**112**

Numero unico per Carabinieri, Polizia, Pronto Intervento Sanitario

Trova la mappatura dei  
CENTRI ANTIVIOLENZA  
del Piemonte su:

