



SE LA TUA CASA NON É UN LUOGO SICURO,
NON SEI SOLA!

**Puoi contattare h24 la rete
antiviolenza di San Donato
anche durante l'emergenza
Covid-19:**

- Lascia un messaggio a **0236527138**
- Scrivi a **centroantiviolenza@fondazioneomaschi.it**
- Chiama il **1522**, numero nazionale antiviolenza
(o scarica l'app e usa la chat!)
- Chiama il **112**, numero unico per le emergenze

**L!BER
TUTT***

Generazione | base San Donato Milanese
actonaid
— REALIZZATA A CARICAMENTO —


**FUORI DAL
SILENZIO**

11 DOMANDE PER CAPIRE SE TI TROVI IN UNA SITUAZIONE DI VIOLENZA DI GENERE :

1. Ti impedisce di frequentare persone amiche o i tuoi familiari?

2. Controlla in continuazione dove sei, con chi sei, se sei in linea e con chi su whatsapp e Facebook?

3. Pretende di avere le tue password personali?

4. Ti svaluta e svalorizza le tue scelte?

5. Ti umilia, ti insulta?

6. Minaccia di suicidarsi se esprimi la volontà di interrompere la vostra relazione?

7. Ti nega risorse economiche? Ti impedisce di avere un lavoro o utilizzare le tue risorse secondo la tua volontà?

8. Ti impone pratiche sessuali non desiderate?

9. Ti minaccia se vuoi chiedere aiuto?

10. Ti lancia addosso oggetti?

11. Ti spinge o ti picchia?

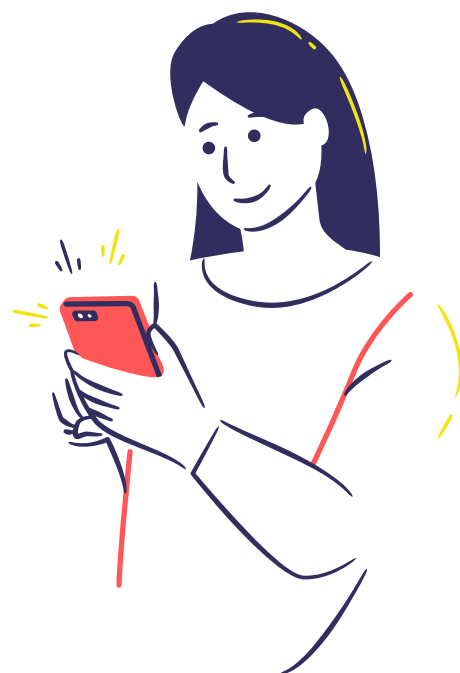
***LE FORME DI VIOLENZA DI GENERE SONO MOLTE E SPESSO SI INTRECCIANO: QUESTE DOMANDE NON DEVONO VALERE TUTTE, NE BASTA SOLO UNA!**

RICORDA:

**USCIRE DI CASA PER ANDARE IN UN CENTRO ANTIVIOLENZA NON É MAI VIETATO.
SE VIENI FERMATA PER STRADA SPIEGA CHE HAI BISOGNO IMMEDIATO DI PARLARE CON UN'OPERATRICE ANTIVIOLENZA**

Puoi chiamare quando vai a fare la spesa, in farmacia o a buttare la spazzatura!

Se hai paura di essere controllata:



- **Salva il nostro numero usando un nome di fantasia**
- **Dopo averci chiamato o scritto cancella la cronologia**