Le istituzioni che possono aiutarti a liberarti dalla violenza domestica **nella tua città**

1522 Numero Antiviolenza Nazionale
112 Carabinieri, Polizia di Stato e Pronto Intervento Sanitario
Consultori Familiari della ASL
Percorso Aiuto Donna
Centri Antiviolenza
Servizi Sociali dei Municipi
Medici di famiglia/pediatri libera scelta

I Consultori Familiari della ASL Roma 2

Distretto 4
Via di Pietralata, 497 - 06.41435408
Via San Benedetto del Tronto, 9 - 06.41436327

Distretto 5
Via Casilina, 711 - 06.51008900
Via H. Spencer, 282 - 06.51008804
P.zza Condottieri, 34 - 06.51008553
Via Resede, 1 - 06.41436002
Via Manfredonia ,43 - 06.41436459
Via Tor Cervara, 307 - 06.41436236

Distretto 6
Via delle Canapiglie, 88 - 06.41436125
Via D. Cambellotti, 7 - 06.41436135
Via T. Agudio,3 - 06.41436420

Distretto 7
Via Monza, 2 - 06.51006518 Percorso Aiuto Donna
Via Denina, 7 - 06.51008571
Via Iberia, 20 - 06.51008580
Via dei Levii, 10b - 06.41436031
Polo Ostetrico Infantile Consultoriale
V.le B. Rizzieri, 226 - 06.41434012
Via Stazione di Ciampino, 31 - 06.41435102

Distretto 8
Via dei Lincei, 93 - 06.51008646
Via delle Sette Chiese, 25 - 06.51008896

Distretto 9
Via I. Silone, 100 - 06.51008322
Via N. Stame, 162 - 06.51005400

REGIONE LAZIO

PROGETTO Archimede COMUNICAZIONE SANITARIA

SISTEMA SANITARIO REGIONALE

LIBERA DALLA VIOLENZA

"Tutti gli esseri umani nascono liberi ed uguali in dignità e diritti" Articolo 1 della Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo.

Questo pieghevole contiene alcune indicazioni pratiche in caso di violenza subita tra le mura domestiche. Reagire, conoscendo i propri diritti, è il metodo migliore per combattere i soprusi.

C'è sempre qualcuno che può ascoltare, disposto ad aiutare: le istituzioni sono pronte a fare la loro parte.

ASL ROMA 2

C'è sempre qualcuno che può ascoltare, disposto ad aiutare: le istituzioni sono pronte a fare la loro parte.

Non sottovalutare il primo episodio per lo più di "violenza psicologica" (urla, offese, minacce etc.), in particolare se avviene in presenza di figli, parenti o estranei. Può essere il primo segnale.
Quando la violenza si ripete e subisci oltre a offese e minacce anche violenza fisica (schiaffi, pugni, calci etc.).

1. non sentirti in colpa, non sei tu la causa del problema
2. non vergognarti, altre persone vivono le stesse difficoltà
3. non credere che sei tu incapace o inadeguata
4. non temere il giudizio degli altri e se chiedi la separazione, non aver paura di essere disapprovata
5. umiliare, minacciare, picchiare non vuol dire "voler bene" e dimostrarlo in modo eccessivo è sbagliato
6. essere rispettata è un diritto
7. ricordati che avere rapporti sessuali non è un obbligo, non è un diritto neppure se sei sposata con chi te lo impone
8. non pensare di poter controllare da sola la situazione (o limitare la violenza su di te a episodi isolati, sopportabili, che si possoo e si devono nascondere)
9. ricordati che proteggendo te proteggi anche i tuoi figli
10. non credere che tacendo fai il bene dei figli: i bambini sentono, vedono, imparano senza possibilità di capire e scegliere, rischiano di usare domani con altri gli stessi comportamenti violenti che hanno visto in casa
11. ricordati che i figli possono diventare un potente strumento di ricatto nei tuoi confronti, non fai il loro bene tacendo, subendo e accettando

NON AGIRE D'IMPLUSO

cosa fare?

1. non isolarti, coinvolgi famiglia, amici (persone di fiducia che si frequentano abitualmente: colleghi di lavoro, farmacista, negozianti etc.) e i servizi pubblici (i servizi sociali)
2. non nasconderti, mettiti in contatto se possibile con altre persone che hanno vissuto o vivono lo stesso problema, rendendoti "visibile"
3. ricordati che puoi chiedere al tribunale l'ordine di protezione contro gli abusi familiari.

se convivi con una persona violenta

1. se sei in percolo lascia il domicilio familiare con figli minori e scrivi dove vai, avverti i carabinieri o la polizia e poi avvisa per iscritto il Tribunale dei minori, eviti così di essere accusata di sottrazione di minore
2. se ti senti in pericolo non andartene da sola, porta con te i figli

se la violenza continua prendi alcune informazioni

1. nella tua città esiste un centro antiviolenza, quando la situazione è già grave o quando diventa per te pericolosa potranno aiutarti per essere ospitata con i tuoi figli minori oppure da sola
2. parla della tua situazione con il tuo medico di famiglia, con il ginecologo e con il pediatra dei figli
3. informa Polizia e/o Carabinieri della situazione di pericolo che stai vivendo (sono in grado di consigliarti ed essendo a conoscenza della situazione possono seguirti da vicino)

se sei in Pronto Soccorso

1. è un tuo diritto chiedere all'infermiere di accettazione di poter avere un colloquio in forma privata
2. se ti senti a disagio nell'aspettare in mezzo alla gente il tuo turno, puoi chiedere di attendere in un luogo più appartato
3. se hai paura che chi ti ha picchiata lo venga a sapere dall'infermiere o dal medico, ricordati che medici e infermieri sono obbligati a mantenere il segreto professionale, a rispettare il codice deontologico e le norme sulla privacy: se parlassero dei "fatti tuoi" potrebbero essere perseguiti e radiati: non potrebbero cioè più fare il loro mestiere
4. se hai paura di ritornare a casa, ricordati che il Pronto Soccorso lavora a stretto contatto con le altre Istituzioni (Polizia, Carabinieri, Magistrati, Assistenti Sociali), insieme possono darti un aiuto concreto in situazioni di emergenza
5. se la violenza che hai subito è anche sessuale, ricordati di riferirlo, di chiedere che sia scritto nel foglio del Pronto Soccorso, e di chiedere al medico di fare gli esami necessari e utili per dimostrarlo.
6. ricordati che in numerose unità di Pronto Soccorso vi è un ufficio della Polizia di Stato
7. fatti dare e conserva in un luogo sicuro tutta la documentazione di Pronto Soccorso
8. anche se non intendi fare subito querela o chiedere la separazione, potranno essere disponibili e utilizzati all'occorrenza
9. ricordati che il sanitario non ha l'obbligo di "informare" l'Autorità Giudiziaria in tutti i casi, ma solo in alcuni (esempio lesioni con prognosi superiore a 20 giorni, lesioni con arma da fuoco o da taglio, maltrattamenti, larga parte di fatti riguardanti minori); negli altri casi hai tempo 3 mesi per presentare querela a Carabinieri, Polizia o in Tribunale.