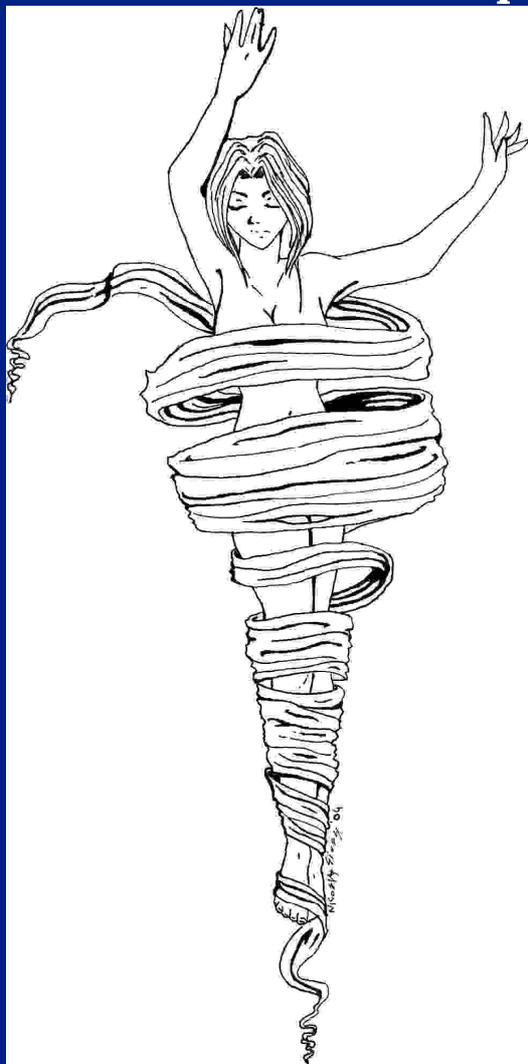


Uscire dalla violenza si può



Centro Antiviolenza
Thamaia

Guida per le donne che subiscono violenza

SUCCEDE ANCHE A TE?

- Ti dice continuamente che è tutto suo perchè è lui che guadagna i soldi?
- Devi giustificare come spendi i soldi?
- Ti accusa di essere sprecona?

- Ti fa sentire inutile, debole, incapace?
- Ti senti in colpa per tutto quello che succede?
- Ti insulta, grida, ti dà degli ordini, ti umilia e si prende gioco di te?
- Niente di quello che fai o dici gli sembra giusto?
- Ignora la tua presenza, non ti parla o si comporta come se tu non esistessi?

- Ti obbliga ad avere rapporti sessuali contro la tua volontà ed in modi che non ti piacciono?

- Ti impedisce di vedere i tuoi familiari, le amiche o i vicini di casa?
- Non gli piace che lavori o studi?
- Minaccia di portarti via i figli, di buttarti fuori di casa, di picchiarti o di ucciderti? Colpisce, distrugge, rompe degli oggetti di casa mentre litigate?



**Anche questa è violenza:
non soltanto le botte, i pugni,
le spinte, ecc.**

**Sono molte le donne
che quotidianamente
la subiscono.**

COSA PENSANO GLI ALTRI?

Sono molte le frasi che sentiamo o diciamo quando veniamo a sapere che una vicina o un'amica subisce maltrattamenti:



- *Non intrometterti tanto poi loro faranno pace.*
- *Lei se lo merita. Se la picchia è perchè ha fatto qualcosa.*
- *Bisogna avere pazienza con gli uomini.*
- *Le donne di oggi non sono più come prima.*
- *Non so come sopporta tutto ciò. Al posto suo l'avrei già lasciato.*
- *Ma guarda! Lui è un bravo ragazzo, lavoratore e lei che fa? Lo butta fuori di casa.*
- *Te lo sei sposato, te lo tieni.*

Molte volte è l'impotenza, il non sapere che fare o che dire, che ci fa pronunciare queste frasi



Si può fare molto per risolvere e il tuo problema.

RICONOSCERE LA VIOLENZA

È difficile riconoscere le forme di violenza che possono subire le donne all'interno della famiglia, ma è importante rendersi conto che la violenza non è un elemento naturale nei rapporti di coppia e non è mai giustificabile.

La violenza nei confronti delle donne comprende tutti gli atti di costrizione fisica, sessuale, psicologica, verbale ed economica esercitata dall'uomo nei confronti della donna.

La violenza di genere, all'interno dei rapporti familiari ha dinamiche molto complesse e la donna e i/le bambini/e che la vivono spesso sono assaliti da sentimenti ambivalenti di affetto ed ostilità, desiderio di chiedere aiuto e paura e vergogna nel farlo. Per far fronte a queste emozioni contrastanti e devastanti spesso tutti i componenti della famiglia “*cercano di non vedere*” la violenza nel tentativo di eliminare il dolore e la sofferenza che essa provoca.

La violenza è un delitto grave che attenta alla tua libertà e alla tua dignità di persona capace di decidere e che ha diritto al rispetto ed all'integrità fisica e psicologica.

DEFINIZIONE DI VIOLENZA DI GENERE

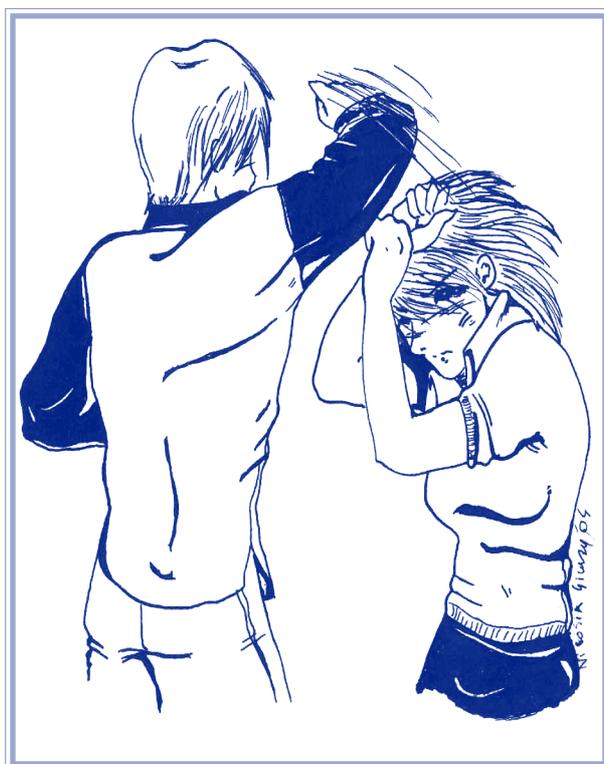
“La violenza fatta alle donne designa tutti gli atti di violenza fondati sull'appartenenza al sesso femminile, che causano o sono suscettibili di causare alle donne danno o delle sofferenze fisiche, sessuali, psicologiche e che comprendono la minaccia di tali atti, la coercizione o la privazione arbitraria della libertà, sia nella vita pubblica, sia nella vita privata.”

(Dichiarazione dell'ONU sull'eliminazione della violenza contro le donne), novembre 1993.

LA VIOLENZA PUÒ ESSERE

FISICA

Ogni forma di violenza contro di te,
il tuo corpo, le tue proprietà.



Ad esempio:

Lui ti ha spintonata, ha distrutto i mobili della tua casa, ha strappato le foto dei tuoi familiari, ha tagliato i tuoi vestiti, ha distrutto i documenti, il tuo permesso di soggiorno.

LA VIOLENZA PUÒ ESSERE

PSICOLOGICA

Ogni abuso e mancanza di rispetto che lede la tua identità di persona.

Ad esempio: *Lui ti critica costantemente, ti umilia e ti rende ridicola davanti agli altri. Ti insulta, ti segue, ti controlla nei tuoi spostamenti, ti impedisce di vedere i tuoi familiari, di frequentare gli amici. Minaccia di far del male a te, ai tuoi figli ed alla tua famiglia, ti impedisce di avere interessi tuoi. Minaccia il suicidio o di farsi del male*



SESSUALE

Ogni forma di coinvolgimento in attività sessuali senza il tuo consenso.

Ad esempio:

Imposizione nella coppia: *il tuo partner ti impone rapporti sessuali contro il tuo desiderio, ti costringe ad utilizzare materiale pornografico, ad avere rapporti in presenza di/o con altre persone.*

Violenza sessuale da estranei: *ti costringono a rapporti sessuali con una o più Persone. Il caso di un conoscente che non accetta che tu gli dica di no.*

Abuso sessuale intrafamiliare: *un tuo familiare o amico di famiglia ti ha costretto a guardare o partecipare a rapporti sessuali, ti ha coinvolto nel tempo, attraverso il gioco, in attività sessuali.*

LA VIOLENZA PUÒ ESSERE

ECONOMICA

Ogni forma di controllo
sulla tua autonomia economica.

Ad esempio: Lui sabotava i tuoi tentativi di lavorare o trovare lavoro, non ti permette di avere un conto corrente, ti tiene all'oscuro delle entrate familiari, si è appropriato dei tuoi averi.



RICONOSCERE È IL PRIMO PASSO PER VENIRNE FUORI

**La violenza di gener e
crea disagio in tutta la famiglia**



- ▶▶ Pensi che la soluzione migliore per proteggere la tua famiglia sia non parlarne e far finta di niente?
- ▶▶ Pensi che qualsiasi decisione prenderai distruggerà la tua famiglia o farà del male a qualcuno che ami?

NON È COSÌ

Far finta di nulla e sopportar e continui abusi e violenze, non toglie il dolore e la confusione che sommergono una famiglia con problemi di violenza

Se sei in questa situazione chiedi aiuto a qualcuno che può capirti, sostenerti ed aiutarti

I bambini e le bambine o altri membri della famiglia che assistono alla violenza sulla loro madre o su un loro parente e tacciono:

Spesso si sentono **CONFUSI** e di fronte a scelte difficili e senza via d'uscita, si sentono in **COLPA**, provano **VERGOGNA** e credono di essere i/**le SOLI/e** a vivere queste situazioni.

Pensano di potercela fare da soli, senza coinvolgere estranei alla famiglia. È importante che i bambini sappiamo che loro non sono responsabili di ciò che accade in famiglia, che possono chiedere aiuto all'esterno e che è solo così che potranno aiutare la donna a farsi aiutare.



Per poter aiutare la donna che subisce maltrattamenti e gli altri membri della famiglia che sono testimoni della violenza, chiedi aiuto all'esterno, a persone competenti.

USCIRE DALLA VIOLENZA SI PUÒ

COSA FARE?



**Affrontare le situazioni di violenza è difficile
ma con un aiuto competente le donne possono
liberarsi da una relazione violenta**

Se hai vissuto situazioni di questo tipo probabilmente hai bisogno che qualcuno ti ascolti, ti comprenda e ti creda.

Ciò ti permetterà col tempo di superare la vergogna, affrontare il senso di colpa e iniziare a mettere ordine nella tua vita e pensare ad un nuovo progetto di vita.

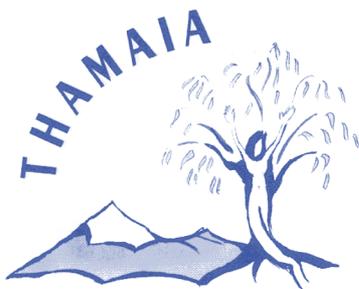
Sapere dove trovare aiuto ti permetterà di non affrontare da sola la tua difficile situazione.

QUESTI SONO I "PRIMI PASSI" CHE PUOI FARE PER TE:

- Riconoscere di vivere o aver vissuto una situazione di violenza.
- Riconoscere che la violenza non si giustifica mai.
- Riconoscere che tu non sei mai responsabile della violenza che subisci.
- Riconoscere che è normale che tu ti senta confusa ed impaurita.

RIVOLGITI CON FIDUCIA AL

CENTRO ANTIVIOLENZA



Dove troverai:

Informazioni, sostegno e consulenze specifiche

CHI SIAMO?

Siamo un gruppo di donne (assistenti sociali, psicologhe, sociologhe, avvocate) che hanno operato la scelta di utilizzare la relazione di genere e le loro differenti professionalità per mettere in campo percorsi di aiuto a tutte le donne che si trovano a vivere situazioni di difficoltà od a subire qualunque forma di violenza (dal maltrattamento all'abuso sessuale, dalla privazione economica alla violenza di tipo psicologico), attraverso il Centro Antiviolenza "Thamaia".

Cosa offriamo:

- **IL TELEFONO DONNA**, un centralino telefonico per ricevere le prime informazioni e fissare i colloqui di accoglienza.
- **COLLOQUI DI ACCOGLIENZA**, per raccontare la tua storia, ricevere ascolto e sostegno e progettare insieme all'operatrice un percorso di uscita dalla violenza.
- **CONSULENZE LEGALI**
- **CONSULENZE PSICOLOGICHE**
- **SOSTEGNO**, nel disbrigo pratiche e nella presa di contatto con i servizi pubblici e/o privati del territorio.

COSA GARANTIAMO?

**ANONIMATO
GRATUITÀ
ASCOLTO COMPETENTE
PERCORSI DI USCITA DALLA VIOLENZA**

COME PUOI CONTATTARCI?

Chiama al "Telefono Donna"

095.7223990

tutti i giorni (da Lunedì a Venerdì)

dalle ore 9 alla ore 13,00

La segreteria è attiva 24 ore su 24

Fax 095.7223990 - E-mail: thamaia@libero.it

Il presente prodotto è stato realizzato nell'ambito delle attività previste dal Progetto POR - Sicilia Misura 6.08A

"Avvio Centri Antiviolenza"

Progetto n. 1999/IT.16.1PO.011/6.08/7.2.4/006

Attuato dalla Onlus "Le Onde - Centro di Accoglienza e Casa delle Moire - Udi"



UNIONE EUROPEA - Fondo Sociale Europeo



REPUBBLICA ITALIANA



MINISTERO DEL LAVORO E DELLE POLITICHE SOCIALI
Ufficio Centrale O.F.P.L.



REGIONE SICILIANA