

Puoi contattare il nostro servizio ogni volta che vuoi, anche solo per chiedere informazioni...

Ti sarà garantito l'anonimato, non sarai giudicata/o, non sarai più sola/o!!!



GESTIONE COMMISSARIALE  
**EX PROVINCIA DI CARBONIA IGLESIAS**

Legge regionale 28.06.2013, n. 15 "Disposizioni di riordino delle provincie"  
D.P.G.R. n. 90 del 02.07.2013

Sede Legale: Via Mazzini 39 - 09013 Carbonia  
Tel. +39 0781.67261305/204 - Fax 0781.6726208  
politichesociali@provincia.carboniaiglesias.it  
Ufficio Politiche Sociali

**SE SUBISCI O ASSISTI  
a episodi di violenza CHIAMA:**



**Numero Verde**

**800 19 37 56**

SERVIZIO GRATUITO

### Numeri di emergenza

Polizia	113
Carabinieri	112
Emergenza Sanitaria Ambulanza	118

### CARBONIA - Via Costituente snc

(fianco parcheggio ASL - sopra Lavanderia)

LUN 9.30 - 14.00 / 15.00 - 17.30

VEN 9.30 - 13.30 / 15.00 - 17.30

### IGLESIAS - Ospedale S. Barbara

(stabile Guardia medica - primo piano, stanza 61)

MER 15.00 - 17.30

**e-mail:** culturanonviolenza@libero.it

GESTIONE COMMISSARIALE  
**EX PROVINCIA DI CARBONIA IGLESIAS**

Legge regionale 28.06.2013, n. 15 "Disposizioni di riordino delle provincie"

D.P.G.R. n. 90 del 02.07.2013



NETWORK ETICO ONLUS



**Centro per la Cultura  
della NONVIOLENZA**

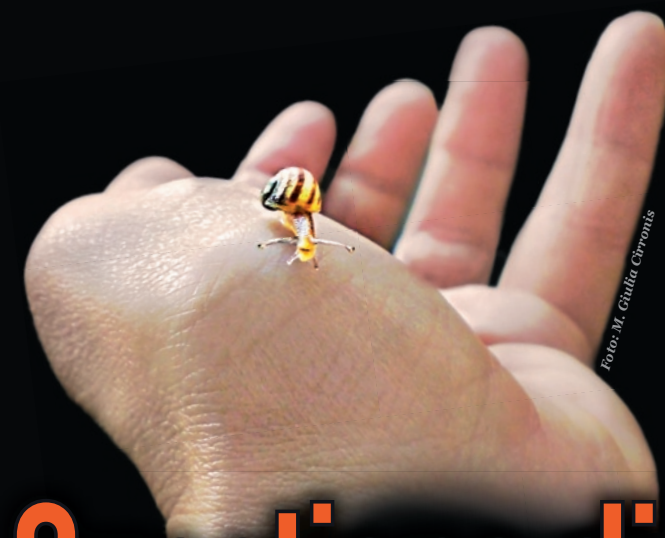


Foto: M. Giulia Cipronis

# Questione di Rispetto

Se sei vittima di violenza fisica, psicologica, economica in famiglia, al lavoro, a scuola... o conosci qualcuno che subisce maltrattamenti

**NON RIMANERE NELL'OMBRA  
LA VIOLENZA NON HA MAI UNA GIUSTIFICAZIONE  
RISCOPRI I TUOI DIRITTI E LA TUA DIGNITÀ**

# Centro per la Cultura della NONVIOLENZA



## Cos'è la violenza

Si può considerare violenza ogni abuso di potere e controllo che si manifesta attraverso il danno fisico, sessuale, psicologico, economico. Questi diversi tipi di violenza possono presentarsi isolatamente, ma spesso sono combinati insieme, in modo che una forma di violenza apra le porte all'altra. Ciò accade soprattutto quando conosciamo chi usa violenza e siamo legati a lui da un rapporto affettivo o di stretta conoscenza.

### • TIPOLOGIE DI VIOLENZA:

La violenza si manifesta attraverso vari tipi di maltrattamento che vanno ad investire ogni aspetto della vita della vittima, rendendo l'uscita dal ciclo sempre più complessa. Vittime di violenza possono essere donne, bambini, minorati fisici e psichici, minoranze etniche...

### • Violenza Fisica:

Aggressioni che provocano danni fisici. Vi sono compresi comportamenti quali: spintonare, costringere nei movimenti, sovrastare fisicamente, rompere oggetti come forma di intimidazione, sputare contro, mordere, calciare, picchiare, soffocare, schiaffeggiare, bruciare con le sigarette, minacciare e/o usare armi da fuoco o da taglio, privare il soggetto di cure mediche o del sonno.

### • Violenza Psicologica:

Accompagna sempre quella fisica e la precede, ma molto spesso si manifesta anche senza essere seguita da maltrattamenti fisici. Il messaggio che viene trasmesso è che la vittima è priva di valore. Si tratta di atteggiamenti che si insinuano gradualmente nella relazione e che non sono sempre facili da riconoscere come dannosi e comprendono: attacchi verbali (es. derisione, insulto, o svalorizzazione), isolamento sociale, limitazione alla libertà personale, controllo e gestione della vita quotidiana, danneggiamento o distruzione di oggetti di proprietà dell'abusata/o, tradimenti, menzogne, ricatti, minacce di morte verso il maltrattato/a, alla sua famiglia e agli amici.

### • Violenza Sessuale:

Qualsiasi atto sessuale imposto, che avviene contro la volontà dell'interessata/o: aggressioni sessuali, stupro, costrizione a comportamenti sessuali umilianti e/o dolorosi, prostituzione forzata, pornografia.

### • Violenza Economica:

Ogni forma di privazione o controllo che limiti l'accesso all'indipendenza economica del maltrattato/a. Alcuni esempi sono: gestire lo stipendio dell'interessato/a, impedire la ricerca o il mantenimento del lavoro, non pagare l'assegno familiare, non dare informazioni riguardo al conto corrente, costringere alla sottoscrizione dei contratti e tenere in una situazione di continua privazione economica.

### • Stalking:

È un termine inglese (letteralmente: perseguitare) che indica una serie di atteggiamenti tenuti da un individuo che affligge un'altra persona, spesso di sesso opposto, perseguitandola e facendo nascere nell'animo della vittima stati di ansia e paura, che possono arrivare a comprometterne il normale svolgimento della quotidianità. La persecuzione avviene solitamente mediante reiterati tentativi di comunicazione verbale e scritta, appostamenti ed intrusioni nella vita privata. Lo stalker (colui che perseguita) può essere un estraneo, ma il più delle volte è un conoscente, un collega, o un ex-partner, che agisce spinto dal desiderio di recuperare il precedente rapporto o per vendicarsi di qualche torto subito.

### • Mobbing:

Il mobbing è un insieme di comportamenti violenti (abusi psicologici, angherie, vessazioni, demansionamento, emarginazione, umiliazioni, maldicenze, etc.) perpetrati da parte di superiori e/o colleghi nei confronti di un lavoratore, prolungato nel tempo e lesivo della dignità personale e professionale nonché della salute psicofisica dello stesso.

### • Bullismo:

Con il termine Bullismo si indicano gravi episodi di violenza ma anche umiliazioni e soprusi. Aggressioni fisiche e verbali tra giovani nelle scuole, nelle piazze, nei luoghi di ritrovo. Non si tratta solo di atteggiamenti provocatori o di derisione ma anche di vere e proprie aggressioni, intenzionali e ripetute nel tempo, che coinvolgono soprattutto i giovani tra i 7 e i 18 anni.

### • Il suicidio:

(dal latino suicidium, sui occidio, uccisione di sé stessi) si intende l'atto col quale un individuo si procura volontariamente e consapevolmente la morte. Il suicidio è il gesto autolesivo più estremo. Ma è pure vero che: il suicidio è spesso una soluzione permanente ad un problema temporaneo. Quando siamo depressi, tendiamo a vedere le cose dalla prospettiva piuttosto angusta del momento presente. La maggior parte delle persone che ad un certo punto hanno pensato di suicidarsi, ora sono contente di vivere. Il passo più importante è parlarne con qualcuno SUBITO.



## I nostri servizi gratuiti:

**ACCOGLIENZA ED ASCOLTO** telefonico o in sede, prima consulenza, informazione ed orientamento ai Servizi.

**CONSULENZA PSICOLOGICA** volta all'ascolto ed al sostegno di coloro che vivono situazioni di conflittualità familiare, di violenza e maltrattamento, finalizzata a renderle consapevoli delle proprie scelte e soggetti attivi nella costruzione del proprio progetto di vita.

**CONSULENZA LEGALE** riguardo alla tutela dei diritti, con riferimento al diritto di famiglia, nelle situazioni di maltrattamenti, violenza fisica, psicologica e sessuale, molestie, sfruttamento. Fornisce informazioni sulle modalità di denuncia e sulle possibilità di tutela legale.