



VIOLENZA

nu este niciodata

SINGURA



Provincia di Cremona

RETE
CONTRO LA
SULLE **VIOLENZA**
DONNE



VIOLENZA NU ESTE NICIODATA SINGURA

MIC MANUAL PENTRU FEMEI IN DIFICULTATE



Mulumim tuturor operatorilor si operatoarelor din sectorul social public si privat care au ajutat cu pasiune si profesionalism la realizarea proiectului si retelei teritoriale pentru prevenirea si combaterea violentei impotriva femeilor.

VIOLENZA NU ESTE NICIODATA SINGURA

MIC MANUAL PENTRU FEMEI IN DIFICULTATE

In acești ani au fost intampinate, auzite și sprijinite, în provincia Cremonei, zeci de femei; fenomenul de violență împotriva femeilor este considerabil și în puternica creștere chiar și pe teritoriul nostru, cum dovedesc numeroasele fapte date de știri.

Cel mai surprinzător este că violența în majoritatea cazurilor este făcută de către persoane apropiate și cunoscute de victima. Violența suferită din partea partenerului, sotului, iubitului sau tatalui este printre primele cauze de deces pentru femeile cu vârsta cuprinsă între 16 și 35 de ani în Italia și în Europa.

În provincia Cremonei activează o rețea teritorială pentru prevenirea și combaterea violenței împotriva femeilor, alcătuită din instituții, servicii sociale, sociale și de sănătate, asociații de voluntariat, care este intenționată să întâmpine, să asculte, să sprijine și să îngrijească femeile victime ale violenței și maltratării fizice, psihologice, economice în familie și în societate, respectând confidențialitatea și anonimatul.

Această mică broșură este inspirată de lucrările similare ale centrului anti-violență A.I.D.A. onlus din Cremona și de experiența Asociației femeilor împotriva violenței din Crema și oferă îndrumări utile pentru femei victime ale violenței și maltratării pentru recunoașterea formelor și efectelor violenței. Broșura conține de asemenea sfaturi practice pentru a pregăti o eventuală evadare și informații pentru a găsi ajutor și asistență.



Recunoaste violenta

Violenta se poate manifesta in diverse moduri:

VIOLENTA FIZICA

Orice forma de violenta cu corpul si impotriva corpului, cum ar fi: **suturi, pumni, muscaturi, palmuiri, impinsaturi, arsuri.** Sunt incluse, de asemenea, **violentele impotriva proprietatiilor personale,** cum ar fi, distrugerea de obiecte si documente.

VIOLENTA PSIHOLOGICA

Orice forma de violenta si lipsa de respect, cum ar fi: **critici, insulte, umilinte si constrangeri de la propria libertate,** care genereaza **frica, anxietate, pierderea respectului de sine, insusirea vinei, depresia, devalorizarea imaginii propriului corp, sentiment pternic de rusine, teama de a vorbi** de violentele traite.

VIOLENTA ECONOMICA

Orice forma de control a autonomiei economice, ca de exemplu: **santaj, dependenta economica, interdictia de a lucra.**

HARTUIRE SEXUALA

Orice forma de comportament cu sens sexual care apare, de obicei in locuri publice si/sau locuri de munca si care este degradant, umilitor si nedorit de cei care sufera, cum ar fi: **glume si batjocoriri cu sens sexual, exhibitionism, apeluri telefonice obscene, propuneri insistente sau de santaj pentru raporturi sexuale nedorite, pipairi sau atingeri.** Chiar si mai mult decat o simpla atentie catre individ, daca se repeta fara acordul destinatarului, poate deveni obsedanta.

VIOLENTA SEXUALA

Orice forma de constangere de a intretine acte sexuale fara consimtamant obtinute cu **amenintari, cu forta, violenta, santaj** (inclusiv psihologic).

STALKING

Orice atitudine detinuta de un individ care afecteaza o alta persoana, urmarind-o si care genereaza frica si anxietate pana a afecta cursul normal al vietii de zi cu zi, cum ar fi: **apeluri telefonice, urmariri, stat la panda in fata casei, la locul de munca, amenintari, vandalism asupra obiectelor personale.**

VIOLENTA ASISTATA

Ori de cate ori copiii, concubinii, rudele asista la scene de violenta, sufera violenta si ei insisi.

Stereotipuri si clisee

Exista cateva moduri de a gandi care justifica, cumva, violenta. Violenta este un fenomen transversal. Aceasta nu este un prieten intunecat, poate fi chiar si in casele noastre, in familiile noastre, in relatiile pe care le avem.

se spune Femeile sunt mai expuse riscului de violenta din partea barbatiilor necunoscuti...

nu este adevarat *Agresorii femeilor sunt, de obicei,partenerii lor; “fostul” partener sau alte persoane cunoscute: prietenii, rudele, colegii, vecinii...*

se spune Violenta loveste doar femeile fragile...

nu este adevarat *Atinge orice femeie,dar mai degraba pot fi victime femeile care nu au incredere in resursele lor, care nu se respecta sau sunt intr-o situatie de dependenza pentru conditiile de varsta sau obiective (socio-economice sau de familie).*

se spune Violenta sexuala este consecinta unor atitudini provocatoare, al imbracamintii, de machiaj sau de comportamentul neprecaut al femeilor...

nu este adevarat Violenta nu ete niciodata justificabila...

se spune Violenta este prezenta printre clasele sociale mai sarace sau dezavantajate social si cultural...

nu este adevarat Violenta impotriva femeilor este un fenomen transversal care afecteaza fiecare strat social, economic, cultural, indiferent de etnie, religie sau varsta

se spune Violenta este cauzata in urma consumului de alcool si droguri...

nu este adevarat Procentul de agresori care fac abuz de alcool sau de droguri si au tulburari mintale, este foarte scazut reprezentand in jur de 20%

se spune Femeilor care sufera de violenta domestica le “place” sa fie batute, altfel ar pleca de acasa...

nu este adevarat *Frica, supunerea psihologica, dependenta economica, izolarea, lipsa unei locuințe, dezaprobarea sociala, deseori din partea proprii familii de origine, sunt unii dintre cei mai multi factori care ingreuneaza femeilor intreruperea situatției violente.*

se spune Violenta domestica este cauzata de o pierdere momentana a controlului...

nu este adevarat *Conceptul de pierdere a controlului este incorect, deoarece atacurile sunt adesea repetate in timp, premeditate. Atacatorii urmeaza un plan al lor in care se simt justificati de comportamentul femeilor.*

se spune Violenta trebuie sa gaseasca solutia intre zidurile casei...

nu este adevarat Solutia poate fi gasita doar prin constientizarea situatiei de catre femeie, care dandu-si seama ca are o problema, cere ajutor si incepe un parcurs sustinuta de persoane experte.

se spune Violenta, in anumite limite, este acceptabila pentru ca barbatii sunt mai agresivi avand predispozitie naturala...

nu este adevarat Violenta nu este justificata. In cazurile de violenta, agresivitatea barbatilor este doar dorinta de a-si exercita puterea si controlul asupra femeilor.

se spune Violenta trebuie se fie suportata pentru copii, deoarece copiii au nevoie de un tata...

nu este adevarat Din ptruiva, copiii cresc intr-un mod mai linistit cu un parinte echilibrat decat cu doi parinti in conflict.



Hartuire sexuala la locul de munca

Hartuire sexuala la locul de munca

CARE EFECTE

- Afecteaza dreptul la munca si dreptul la sanatate.
- Creeaza discriminari.
- Jignesc demnitatea de persoana.
- Submineaza increderea in propriile capacitati.
- Impiedica integrarea deplina in ocuparea fortei de munca.

CE NU ESTE DE FACUT

- Nu crede ca esti responsabila pentru ceea ce se intampla.
- Nu incerca sa minimizezi situatia.
- Nu incerca sa ascunzi faptil.
- Nu iti fie frica de a nu fi crezuta sau de a fi batjocorita sau de a fi supusa unor repercursiuni.
- Nu aborda singura lupta impotriva hartuirii.
- Nu reactiona in asa fel incat sa risti concedierea imediata.
- Nu reactiona in asa fel incat sa risti plangeri din partea agresorului.

CE TREBUIE FACUT

- Vorbeste cu o colega/un coleg de incredere.
- Ia nota de orice fapt, inregistreaza data si ora in care a avut loc si de fata cu care persoane.
- Scrie cu precizie cuvintele rostite, propunerile sau amenintarile facute atunci cand esti singura sau in spatele unei usi inchise, si apelurile sau observatiile facute in prezenta altor persoane.
- Cere ajutor sindicatului.
- Poti sa te adresezi Sindicatelor, Centrelor antiviolenta, sau Ghiseelor de intampinare pentru a primi o consiliere juridica si a fi indrumat inspre indivizi competenti.

Daca crezi ca esti victima a hartuirii sexuale la locul de munca, poti contacta:

Consigliera Provinciale di Parità

c/o Provincia di Cremona - *Via Dante n. 134* - Cremona

☎ 0372 406514 (cu programare)

✉ consiglieparita@provincia.cremona.it

CGIL - Biroul Dispute (conflicte)* - Uffici Vertenze

Cremona - *Via Mantova n. 25* - ☎ 0372 448626/628

Crema - *Via Carlo Urbino n. 9* - ☎ 0373 86419

Casalmaggiore - *P.zza Garibaldi n. 3* - ☎ 0375 42412

* Avertisment: in apelurile telefonice, cereti in mod expres de Biroul Dispute (Ufficio Vertenze).

CISL - Biroul Dispute - Ufficio Vertenze

Cremona - *Viale Trento e Trieste n. 54* - ☎ 0372 596811

☎ 348 1566943

UIL - Biroul Dispute - Ufficio Vertenze

Cremona - *Viale Trento e Trieste n. 27/b* - ☎ 0372 26645



Hartuire sexuala la locul de munca

Ciclul violentei in cuplu

Climatul de violenta in relatia de cuplu se dezvolta in timp cu certuri din ce in ce mai frecvente si periculoase, adesea cu motive banale. Episoadele de violenta sunt deseori urmate de scuze si cainta din partea partenerului care promite ca nu se va mai repeta. Femeia spera ca situatia se va schimba si nu da importanta tensiunilor din cuplu, a propriului disconfort si situatiei periculoase in care se afla. Cu timpul, ea nu mai poate controla comportamentul din ce in ce mai violent al partenerului, in ciuda incercarilor sale de a se adapta nenumaroadelor cereri. Acesta este ciclul violentei.

EFECTELE VIOLENTEI

Femeile care sufera violenta si maltratate reactioneaza in mod diferit, dar TOATE cunosc durerea izolarii si a indiferentei sociale care din totdeauna au inconjurat acest fenomen.

Cunoscand consecintele abuzului ajuta in lupta impotriva acestuia si a intelege de ce victimele se comporta sau reactioneaza intrun anumit fel: negarea problemei, acceptand bataile din “dragoste”, gandind ca el se va schimba, simtindu-se indispensabil, crezand ca salveaza familia.

Aminteste-ti: tu nu esti o problema, tu ai o problema

CUM SE IESE DINTR-O SITUATIE DE VIOLENTA

Pasii care te ajuta sa scapi de violenta:

- Recunoasterea situatiei de violenta in care se traieste
- Dandu-si seama ca violenta nu este justificata niciodata
- Admiterea propriului discomfort interior
- Intelegere ca cei care sufera din cauza violentei nu sunt responsabili niciodata de abuzurile suferite
- Depasind frica si jena de a fi judecat
- Intelegand ca vorbind este singura modalitate de a iesi din aceasta situatie
- Contactand Centrele Antiviolența, Ghiseurile de întâmpinare, asociatiile de voluntariat, Serviciile locale sau pe cineva care va poate oferi ajutor.

PROTEJEAZA-TE DE VIOLENTA

Daca pleci de acasa, te rugam sa retii:

- Sa strangi documentele necesare pentru tine si copiii tai: **carte de identitate, permis de conducere, pasaport, carnet de sanatate si dosarele medicale, calificarile educationale, cartea de munca, adrese si numere de telefon, impozitele fiscale, orice reclamatii de maltratare si certificate medicale.**
- Daca detii un cont bancar, obligatiuni pe numele tau, ia cu tine **carnetul de cecuri, cardul bancar si certificatele de depozit.**

- Daca ai un cont bancar sau obligatiuni pe un cont in comun cu sotul sau cu partenerul, **deschide un cont bancar sau de depunere de obligaziuni pe numele tau intr-o banca diferita, transferand pe acesta suma care iti este destinata.**
- **Pune-ti in siguranta garderoba, lucrurile de valoare si cele de care iti pasa cel mai mult.**
- Comunica la Carabinieri sau la Polizia ca te indepartezi de acasa din motive de “securitate” si eventual ca duci cu tine copii minori, spunele lor **noua ta adresa.** Aceste fapte nu sunt o plangere impotriva partenerului, dar te pot proteja in caz de o eventuala plangere pentru rapirea de minori.

Aminteste-ti totusi ca nu esti singura.

In caz de **URGENTA**, in orice moment, poti contacta:

112 Carabinieri

113 Polizia

118 Pronto Soccorso (Ambulanta)

1522 Numar national cu apel gratuit impotriva violentei

Centrele de combatere a violentei

Centrele de combatere a violentei ofera ascult telefonic, interviuri individuale, consiliere psihologica si juridica, cazare rezidentiala sau insotire la structurile din zona, informatii si indrumari cu privire la serviciile existente pe teritoriu.

Sucursalele lor sunt active in urmatoarele zile si orare:

CREMONA

Associazione A.I.D.A onlus

Via Gallarati n. 2 (colt cu Via Aselli)

Luni: 17.30 - 19.30; Joi: 17.30 - 19.30

☎ 0372 30113/801427

☎ 338 9604533 (activ in fiecare zi de la 8.00 la 22.00)

✉ aida.onlus@virgilio.it

CREMA

Associazione Donne Contro la Violenza

Via XX Settembre n. 115

Marti: 15.30 - 17.30; Sambata: 10.00 - 12.00

(Zilnic cu programare)

☎ 0373 80999 (robot telefonic 24 h din 24 h)

✉ assocdonne@alice.it

Poti gasi ascultare, consiliere, informatii, de asemenea, la:

M.I.A. - Sportello/Punto ascolto per donne

Casalmaggiore - *Consorzio Casalasco Servizi Sociali - Via Corsica n. 1*

Miercuri: 17.30-19.30

☎ 377 9489384

✉ gruppomia@gmail.com

Pronto intervento donna - Caritas Diocesana Cremonese

Cremona - *Via Stenico n. 2/b*

☎ 0372 35063 - ☎ 334 1062553 (activ 24 ore din 24)

✉ caritas@diocesidicremona.it

Spazio donna - Associazione Donne Senza Frontiere

Cremona - *Forum Provinciale Cremonese dell'Associazionismo del
Volontariato e della Cooperazione Sociale - Via C. Speciano n. 2*

Prima si a treia miercuri din luna ore: 10.00-12.00 e 17.00-19.00

☎ 0372 26548 (in aceleasi zile si ore)

✉ donnesenzafrontiere@gmail.com

Servizi di consigliere de familie

Cremona - *Vicolo Maurino n. 12* - ☎ 0372 497798/791

Crema - *Via Manini n. 21* - ☎ 0373 218223/211

Casalmaggiore - *Via Azzo Porzio n. 73* - ☎ 0375 284161

✉ areaconsultoriale@aslcremona.it

Consultorio Familiare U.C.I.P.E.M.

Cremona - *Via Milano n. 5/c*

Luni - veneri: 9.00-12.00; Luni, marti, miercuri: 15.00-18.00

☎ 0372 20751

✉ segreteria@ucipemcremona.it

Associazione Insieme per la Famiglia onlus - Centru de consigliere pentru famili

Crema - *Via Frecavalli n. 16*

Luni: 9.00-12.00; Marti - veneri: 14.00-19.00; Sambata: 9.00-12.00

☎ 0373 82723

Centru de consigliere pentru famili Kappadue

Crema - *Via della Fiera n. 12*

Luni si miercuri: 9.30-12.30; Marti: 16.00-19.00; Joi: 16.00-20.00

Vineri: 12.30-16.30

☎ 0373 85536

✉ krikos-kappadue@consorzioarcobaleno.it

Daca nu aveti cardul medical (tessera sanitaria) si ai nevoie de un examen medical gratuit, poti contacta:

Cabinete medicale gruppo Articolo 32

*Cremona - Palazzina dei Servizi alla Persona - 1° Etaj
Parco del Vecchio Passeggio, Viale Trento e Trieste n. 35
Marti: 9.30-11.00; Vineri: 15.00-16.30*

Soresina - Centro Pastorale - Via Genala n. 11

Joi: 15.00-16.00

☎ 340 8263741

✉ gruppoarticolo32@gmail.it

Daca aveti nevoie de consultanta juridica:

Centro per le famiglie - Sportello legale di consulenza ed orientamento in materia di separazione e divorzi

Cremona - Largo Madre Agata Carelli n. 5 (ex via Brescia n. 94)

☎ 0372 407373/322 (cu programare)

✉ centro.famiglie@comune.cremona.it

Avvocati di Strada

Cremona - Palazzina dei Servizi alla Persona, Parco del Vecchio Passeggio,
Viale Trento e Trieste n. 35

Luni: 17.00-19.00

☎ 328 5338060

✉ cremona@avvocatodistrada.it

Servizio Orientagiovani di Crema - Sportello di consulenza legale

Miercuri: 15.00-17.00 (cu programare)

☎ 0373 893325/324

✉ orientagiovani@comune.crema.cr.it; parioportunita@comune.crema.cr.it

Daca ai **copii minori** poti contacta **Consultori Familiari ASL** (servicii de consiliere de familie) si **Servizi Tutela Minori** dei Comuni (Serviciile de protectie a minorilor) si/sau Aziende consortili (Companiile cooperante).

Daca esti exploatata, daca esti obligata sa te prostituezi si te simti in pericol, apeleaza **numarul gratuit national 800.290.290** activ 24 ore din 24.

In orice caz, aminteste-ti ca, pentru **informatii detaliate despre serviciile din zona si despre diferitele forme de sprijin**, poti contacta Servizi Sociali (Serviciile sociale ale comunei din care faci parte) sau Aziende consortili (Companii cooperante).

POIS - Porta Informativa dei Servizi Sociali

Cremona - C.so Vittorio Emanuele II n. 42

Luni, marti, joi si vineri: 8.30-13.30; miercuri: 8.30-16.30

☎ 0372 407891/881 ✉ pois@comune.cremona.it

Azienda Sociale Cremonese

Cremona - C.so Vittorio Emanuele II n. 42

Luni, marti, joi si vineri: 8.30-13.30; miercuri: 8.30-16.30

☎ 0372 803440 ✉ info@aziendasocialecr.it

PUA - Porta Unica di Accesso/Segretariato Sociale

Crema - Via Manini n. 21

Luni - vineri: 9.00-12.00

☎ 0373 218725 /711

✉ servizi.sociali@comune.crema.cr.it; segreteria@comunitasocialecremasca.it

Consorzio Casalasco Servizi Sociali

Casalmaggiore - Via Corsica n. 1

Luni - sambata: 9.00-13.00; Marti-joi 14.00-16.30

☎ 0375 203122 (tastati 1 pentru Ufficio di Piano)

✉ ufficiodipiano@concase.it

Traduceri facute de Simonetta Donsante, Fatiha Errzini, Roxana Guceanu, Palwinder Singh,
cu contributia Osservatorio Provinciale sull'immigrazione

Grafica editata de Elisabetta Farnè
Tiparit in luna noiembrie 2012 la tipografia "Fantigrafica" din Cremona



Promosso nell'ambito del progetto "Territorio in rete contro la violenza sulle donne" da



Settore Lavoro, Formazione e Politiche Sociali
Servizio Politiche Sociali

Con il contributo di



Bando "Progettare la Parità in Lombardia - Piccoli progetti per grandi idee - Anno 2011"

Partner del Progetto

