

An illustration featuring two stylized female figures with bright red hair and yellow dresses. The figure on the left is larger and has her eyes closed. The figure on the right is smaller and has her eyes open, holding a white rectangular sign. The background is a solid purple color. A red banner is positioned across the lower half of the image, containing the text 'EXIT' and 'Uscite di sicurezza dalla violenza'.

**EXIT**

**Uscite di sicurezza  
dalla violenza**

# NON SIAMO SOLE

D.i.Re BASTA alla violenza contro le donne

– Testi: Sonya Cacace  
– illustrazioni: Anarkikka

– *Appunti e consigli utili per la prevenzione e il contrasto della violenza maschile contro le donne.*

## INDICE

- P. 02** Premessa
- P. 03** Introduzione
- P. 05** 1. Definizione e diffusione della violenza contro le donne
  - 1.1** Forme di violenza contro le donne
- P. 08** 2. Riconoscere la violenza
  - 2.1** Le dinamiche della violenza
  - 2.2** Riconoscere una relazione violenta
- P. 12** 3. Cosa fare: Consigli utili per sé e/o per un'amica
- P. 15** 4. La rete di protezione sociale: a chi mi posso rivolgere?
- P. 17** 5. Quali sono i miei diritti
  - 5.1** Normativa in materia di violenza contro le donne
- P. 20** Bibliografia e Sitografia
- P. 21** Numero verde 1522 e i Centri Antiviolenza
- P. 22** Elenco dei Centri Antiviolenza della rete D.i.Re

# Prefazione

La violenza maschile sulle donne è una violazione dei diritti umani ed eliminarla dalla nostra società deve essere una priorità per tutte e tutti. Non è una questione femminile né privata, ma sociale e politica: la violenza è un fenomeno strutturale, determinato da quella cultura di potere e possesso, di dominio dell'uomo sulla donna, che da sempre governa il mondo.

**– Occorre superare stereotipi e pregiudizi, cambiare il linguaggio, educare al rispetto e al valore delle differenze, eliminare ogni tipo di gap di genere e di discriminazione.**

Quella per la parità di genere è una sfida per la piena cittadinanza di ogni persona, per una società più giusta, più dinamica, davvero sostenibile.

Il rispetto delle differenze e la condivisione delle responsabilità pubbliche, lavorative, familiari e sociali permettono di costruire una società con più benessere per tutte e tutti.

È una sfida a tutto campo che deve unire donne e uomini, Istituzioni, scuole, media, imprese. È decisivo che ciascuno faccia la propria parte e sono preziosi progetti di informazione e empowerment come quelli di CAMST. Il futuro potrà essere positivo solo se sapremo renderlo a misura di tutte e di tutti, realizzando quel modello di sviluppo sostenibile promosso dall'ONU con l'Agenda 2030 che prevede la parità di genere.

**– Sen. Valeria Fedeli  
Vice Presidente Senato della Repubblica**

# Introduzione

Nel corso della mia presidenza Camst ho cercato di indirizzare il mio impegno verso la valorizzazione e il rispetto dei diritti delle donne, questo vademecum spero rafforzi questo intento. Abbiamo cominciato con il progetto “E’ ora di cambiare tono” promosso insieme a Cospe Onlus e D.i.r.e. (Donne in Rete contro la Violenza) nel supportare i volontari dei centri antiviolenza, abbiamo voluto dare aiuto a donne che cercano di uscire dalla sudditanza psicologica ed economica in cui sono costrette dalla violenza maschile, offrendo ad alcune donne un percorso di inserimento lavorativo che le aiuti a cambiare la loro condizione. Inoltre abbiamo attivato iniziative informative per far conoscere l’entità e la gravità della violenza sulle donne in primo luogo ai soci e lavoratori, ma anche a clienti e consumatori. E’ in questa prospettiva che, dopo aver promosso queste campagne ed effettuato 40 inserimenti di donne che hanno subito violenza, ci siamo chiesti cosa ancora si potesse fare. Ecco quindi l’idea di un vademecum per dare indicazioni precise su come comportarsi quando ci si imbatte in questo problema. La pubblicazione è rivolta a tutte le donne e gli uomini di Camst che ci auguriamo potranno trarne spunto per essere a loro volta testimoni di un reale cambiamento culturale su questo tema. Spero che la nostra esperienza possa venire copiata, adattata e magari migliorata anche da altre aziende. Siamo a disposizione per confrontarci e raccontarci. Con l’obiettivo di dare, e continuare a dare, un aiuto concreto alle vittime di violenza.

**– Antonella Pasquariello  
Presidente Camst**

# Definizione e diffusione della violenza contro le donne

Secondo la Convenzione di Istanbul la violenza nei confronti delle donne è una

**– “violazione dei diritti umani e una forma di discriminazione contro le donne, comprendente tutti gli atti di violenza fondati sul genere che provocano danni o sofferenze di natura fisica, sessuale, psicologica o economica, comprese le minacce di compiere tali atti, la coercizione o la privazione arbitraria della libertà, sia nella vita pubblica, che nella vita privata”.**

## In Italia

- Secondo l'ISTAT (2015) sono 6 milioni 788 mila le donne che tra i 16 e i 70 anni hanno subito nel corso della propria vita una qualche forma di violenza.
- 3 milioni 466 mila sono invece le donne hanno subito stalking nel corso della propria vita.
- Secondo l'EURES (2015) tra 2005 e 2014 sono state 1.145 le donne uccise da un parente o all'interno di una relazione di coppia (71,4% dei 1.603 femminicidi totali), una media di 115 donne l'anno - una donna uccisa ogni 3 giorni!

# Forme di violenza contro le donne

## Violenza fisica

Ogni atto volto a fare del male o a terrorizzare la vittima che può causarle una o più lesioni (lanciare oggetti, schiaffi, pugni, calci, soffocamento, minacciare e/o usare armi da fuoco o da taglio)

## Violenza sessuale

Ogni forma di coinvolgimento in attività sessuali indesiderate ottenute contro volontà e/o con minaccia che siano lesivi della dignità della vittima (costrizione ad avere rapporti sessuali con terzi, visione di materiale pornografico, prostituzione)

## Violenza psicologica

Ogni offesa, insulto, umiliazione o mortificazione volto ad intimidire, perseguire e denigrare la vittima minandone l'autostima (controllo e gestione della vita quotidiana, minacce, svalutazione)

## Violenza economica

Ogni forma di privazione o controllo che limiti l'accesso all'indipendenza economica della vittima (limitare o negare l'accesso alle finanze familiari, appropriarsi dei risparmi o dei guadagni della donna)

## Violenza stalking

L'insieme di atti persecutori, ripetuti e intrusivi (minacce, pedinamenti, molestie, telefonate o attenzioni indesiderate), che creano gravi stati d'ansia o di paura per l'incolumità della vittima tali da comportare un drastico cambio nelle sue abitudini di vita.



# Riconoscere la violenza

La violenza, soprattutto in ambito domestico, è molto diffusa e frequente ma allo stesso tempo è quella più taciuta e nascosta.

Per la donna le implicazioni affettive ed emotive che caratterizzano il rapporto di coppia e quelli familiari rendono complicato riconoscere di essere vittima di violenza e quindi cercare aiuto.

**– A causa della violenza psicologica subita e del totale isolamento, a cui il partner violento la obbliga, una donna vittima di violenza percepisce la realtà che la circonda come una realtà distorta, nella quale spesso si registra un totale capovolgimento della responsabilità degli agiti violenti dall'autore alla vittima.**

La mancanza di un confronto positivo con l'esterno non fa altro che incrementare i sensi di colpa e la vergogna per ciò che le sta accadendo, fino alla completa convinzione di esserne la causa e di meritare tali maltrattamenti. Per tali motivi molte donne preferiscono mantenere il più totale riserbo sulla loro situazione, e questo assordante silenzio non fa che prolungare il periodo di soprusi e violenze.

# Le dinamiche della violenza

Il ciclo della violenza è un modello utilizzato per spiegare la dinamica della violenza: fasi tipiche che aumentano di frequenza e intensità fino a portare in molti casi, alla morte della vittima.

Tale modello descrive l'obiettivo principale del partner violento: affermare il suo potere e il suo controllo sulla donna facendola sentire sempre meno capace, debole, impotente e totalmente dipendente da lui. L'isolamento, le intimidazioni, le minacce, le aggressioni fisiche e sessuali si avvicendano con una fase di relativa calma, detta "luna

di miele" caratterizzata da false riappacificazioni, che confondono la donna e la indeboliscono ulteriormente. Infine è il ricatto sui figli a rendere ancora più remota la possibilità che la donna si allontani dal partner violento. Questo perché lui minaccia di toglierle i figli/e se cerca di ribellarsi e perché lei stessa tende a credere che separarsi significhi assumersi la responsabilità di "togliere" loro la figura paterna.

## Le fasi sono 4

- FASE 1** ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● crescita della tensione
- FASE 2** ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● esplosione della violenza (escalation)
- FASE 3** ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● "luna di miele", pentimento e attenzioni amorevoli
- FASE 4** ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● scarico della responsabilità

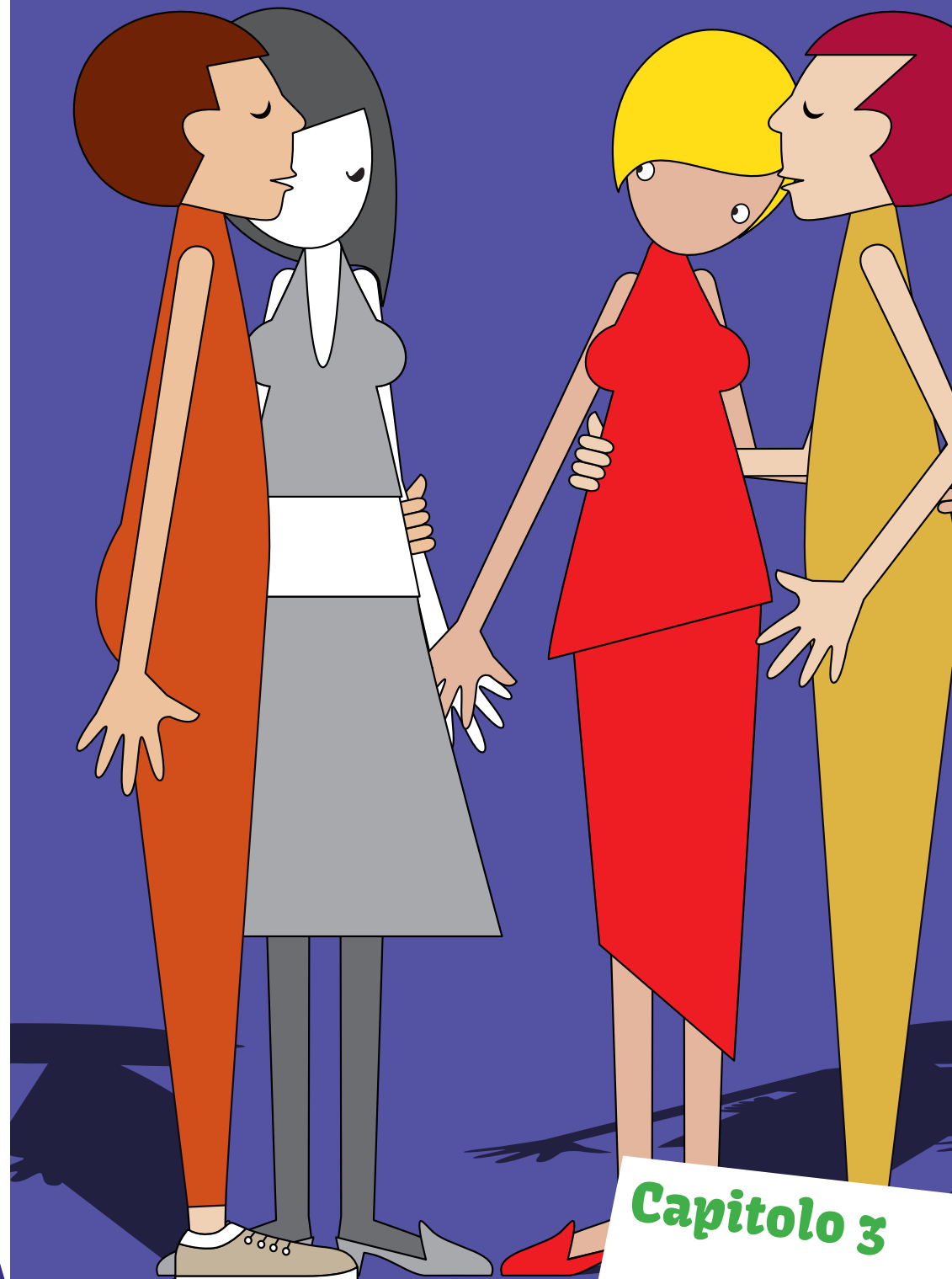
# Riconoscere una relazione violenta

## – Ripensa alla tua attuale o passata relazione amorosa.

Leggi attentamente le seguenti affermazioni e prova a rispondere Vero (V) o Falso (F).

- |   |            |  |            |
|---|------------|--|------------|
| 1. Mi fa continue accuse di infedeltà, vuole sempre sapere cosa sto facendo, dove mi trovo e con chi sto.               | <b>V F</b> | 7. Quando sto con lui mi sento sempre molto agitata e sotto pressione.                                     | <b>V F</b> |
| 2. Controlla il mio telefono o accede al mio account di facebook, twitter.  | <b>V F</b> | 8. Durante un litigio è solito arrabbiarsi molto, alzare i toni o lanciare oggetti.                        | <b>V F</b> |
| 3. Mi impedisce di lavorare e/o studiare, o di coltivare qualche mio hobby.   | <b>V F</b> | 9. È violento fisicamente: mi prende a schiaffi, calci e/o pugni.  | <b>V F</b> |
| 4. Controlla se e come spendo i miei soldi, o pretende di gestire il budget familiare.                                  | <b>V F</b> | 10. Dopo una forte discussione si mostra affettuoso e attento, promette che non accadrà più.               | <b>V F</b> |
| 5. Mi impedisce di mantenere i rapporti con i miei amici, amiche, colleghi/e di lavoro e/o familiari.                   | <b>V F</b> | 11. Minaccia di fare del male a me e/o alle persone a me care.   | <b>V F</b> |
| 6. Mi insulta, critica sempre i miei comportamenti o scredita tutto ciò che faccio. Mi umilia anche davanti agli altri. | <b>V F</b> | 12. Mi costringe ad avere rapporti sessuali e/o mi fa sentire in colpa se non rispondo alle sue richieste. | <b>V F</b> |

Se hai riscontrato veritiere la maggior parte delle affermazioni  
**CHIAMA IL NUMERO VERDE 1522,**  
 le operatrici ti indicheranno il centro antiviolenza più vicino  
 a cui chiedere informazioni e aiuto o consulta  
**L'ELENCO DEI CENTRI ANTIVIOLENZA** qui allegato.



# Cosa fare: consigli utili per sè e/o per un'amica

## Come posso riconoscere una donna vittima di violenza?

Esistono dei segnali che possono aiutarci a capire se una donna e/o i suoi figli/e subiscono una qualche forma di violenza:

- Appare spesso agitata, ansiosa o depressa
- Ha difficoltà di concentrazione e prestazioni peggiori in ambito lavorativo
- Può aver confidato di aver perso la fiducia in sé stessa e/o sentirsi preoccupata per il futuro
- Sembra intimorita dal suo partner e/o restia a lasciare i figli/e da soli con lui
- Ha un atteggiamento molto cauto soprattutto in presenza del suo partner; è come se 'camminasse sui gusci delle uova'
- Tende a non frequentare i suoi amici e amiche o parenti fino ad isolarsi
- Spesso è in ritardo o si assenta dal lavoro senza motivo
- Minimizza o non dà alcuna spiegazione per la presenza di lesioni come lividi, graffi, fratture, distorsioni o tagli
- Lamenta frequenti mal di testa e/o sintomi legati allo stress che sta vivendo

## Come comportarsi?

- Solleva tu la questione ponendo le domande in modo delicato e senza farle un interrogatorio. Ricorda di rispettare la sua scelta: se non vuole parlarne dille che se vuole tu ci sei.
- Ascoltala con attenzione.
- Prendi sul serio ciò che ti racconta e **CREDILE!**
- Aiutala a capire che la violenza non è colpa sua, perché l'unico colpevole della violenza è chi la commette!
- Aiutala a ricostruire la fiducia in sé stessa.
- Aiutala a salvaguardare il benessere suo e dei suoi figli/e.
- Tranquillizzala che le garantirai la massima riservatezza e discrezione.
- Sospendi ogni giudizio e evita di imporre consigli su quello che deve fare: sarà lei a decidere!
- Sostieni le sue decisioni e stai al suo fianco: **DIRE BASTA** è un atto che richiede tanta **FORZA** e **CORAGGIO**.
- Spiegale cosa è un centro antiviolenza, puoi anche accompagnarla la prima volta.

## Come posso aiutarla?

- Informati sulle caratteristiche e sulle dinamiche peculiari della violenza contro le donne.
- Offrile un sostegno concreto: dalle una mano nella gestione delle difficoltà quotidiane, come occuparsi della casa o dei figli/e.
- Raccogli i contatti dei Centri antiviolenza presenti sul territorio che possono offrirti risposte adeguate e competenti. Potrebbe essere utile darle un opuscolo o alcuni numeri di telefono (assicurati che li metta in un posto sicuro). Sarà ascoltata e troverà operatrici pronte a sostenerla nel percorso di fuoriuscita della violenza.

In caso di emergenza

**CHIAMARE**

••••• Forze dell'Ordine 112 – 113

••••• Emergenza sanitaria 118

••••• Numero verde nazionale 1522

**Ricordati  
di non metterti in pericolo personalmente.**



1522

## La rete di protezione sociale: a chi mi posso rivolgere?

Spesso l'isolamento e l'indifferenza della rete sociale che circonda questo fenomeno non fa altro che alimentare il timore della donna di essere colpevolizzata e di non essere creduta. A tutto ciò si aggiunge poi la mancanza di riferimenti su che cosa fare e a chi rivolgersi per trovare un aiuto.

Il percorso di fuoriuscita dalla violenza è un percorso difficile ma percorribile con l'aiuto delle persone competenti.

### – Se sei o sei stata vittima di episodi di violenza?

**Non aspettare a chiedere aiuto!**

**Non c'è tempo da perdere!**

Ecco di seguito alcune indicazioni utili per far fronte alla situazione:

1. Cerca di riconoscere e accettare che hai vissuto o stai vivendo una qualsiasi forma di violenza. Non sottovalutare il rischio che corri.
2. È normale aver paura ed essere disorientata ma tu non sei colpevole di niente e non devi vergognarti.
3. Rivolgiti ad un Centro antiviolenza. Li incontrerai donne pronte a sostenerti ed aiutarti ad uscire dal tunnel della violenza. Potrai ricevere un sostegno psicologico e/o una consulenza legale GRATUITA. Non sarai mai più SOLA!
4. In caso di pericolo rivolgiti alle Forze dell'Ordine ai numeri di emergenza 113 e 112
  - se non riesci a farlo da sola chiedi a qualcuno di chiamarli per te
  - se puoi scappare porta con te i tuoi figli/e e aspetta l'arrivo delle Forze dell'Ordine.

**Che cosa  
devi fare  
se hai subito  
percosse?**

In caso di ferite o lesioni derivate da un'aggressione fisica, recati al Pronto Soccorso e fatti rilasciare un referto dal medico di turno. Oppure fatti rilasciare un certificato dal tuo medico di fiducia o da qualsiasi altro medico che accerti e documenti l'accaduto.

# Quali sono i miei diritti

**Che cosa posso decidere di fare dal punto di vista legale?**

**A.** Sporgere una querela ai danni del tuo aggressore: è possibile denunciare una violenza fino a tre mesi dopo presentandosi presso la Questura o presso la sede più vicina di Carabinieri o della Polizia, con una certificazione medica che attesti l'avvenuta violenza.

**B.** Decidere di non denunciare ma poter comunque allontanare il partner violento: puoi rivolgerti a un legale per chiedere al Tribunale un ordine di protezione civile, ovvero un provvedimento con cui il Giudice può ordinare al tuo aggressore:

- di allontanarsi da casa;
- di porre fine alle condotte pregiudizievoli che pone in essere nei tuoi confronti;
- il divieto di avvicinarsi ai luoghi che frequenti o dove lavori;

**C.** Decidere di non denunciare ma volersi comunque difendere dallo stalking: puoi richiedere al Questore, a seguito dall'art. 8, D.L. 23.2.2009, n. 11, convertito dalla L. 23.4.2009, n. 38, l'ammonimento di chi pone in essere nei tuoi confronti atti persecutori: il Questore una volta ascoltati i fatti, potrà ammonire lo stalker, invitandolo a tenere una condotta conforme alla legge.

**Ricorda** che esiste il gratuito patrocinio per le donne che hanno difficoltà economiche

# Normativa in materia di violenza contro le donne

**Decreto legge  
14 agosto 2013  
n.93**

“Disposizioni urgenti in materia di sicurezza e per il contrasto della violenza di genere, nonché in tema di protezione civile e di commissariamento delle province”, pubblicato sulla Gazzetta Ufficiale Serie Generale n.191 del 16 agosto 2013. Convertito in legge, con modificazioni, dalla Legge 15 ottobre 2013, n. 119.

**Legge 27  
giugno 2013  
n.77**

Ratifica ed esecuzione della Convenzione del Consiglio d'Europa sulla prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne e la violenza domestica, fatta a Istanbul l'11 maggio 2011.

**Decreto legge  
23 febbraio  
2009, n.11**

“Misure urgenti in materia di sicurezza pubblica e di contrasto alla violenza sessuale, nonché in tema di atti persecutori”. Convertito in legge dalla L. 23 aprile 2009, n. 38.

**Codice penale**

**Art. 572** - Maltrattamenti contro familiari e conviventi  
**Art. 609-bis** - Violenza sessuale  
**Art. 609-ter** - Circostanze aggravanti  
**Art. 609-quater** - Atti sessuali con minorenne  
**Art. 609-quinquies** - Corruzione di minorenne  
**Art. 612-bis** - Atti persecutori

# Ricordati di avere dei diritti

**Ho il diritto di vivere.**

**Ho il diritto di sentirmi libera.**

**Ho il diritto di dire NO e di non sentirmi obbligata.**

**Ho il diritto di decidere cosa fare del mio corpo.**

**Ho il diritto di decidere sulla mia sessualità.**

**Ho il diritto di decidere di essere madre o meno.**

**Ho il diritto di prendermi cura di me stessa.**

**Ho il diritto di scegliere ciò che mi fa stare bene.**

**Ho il diritto di camminare per strada senza sentire commenti sessisti.**

**Ho il diritto di viaggiare da sola.**

**Ho il diritto di non dovermi guardare alle spalle quando torno da sola la sera.**

**Ho il diritto di scegliere di avere una famiglia e una carriera.**

**Ho il diritto di guadagnare quanto un mio collega maschio.**

**Ho il diritto di stare con i miei figli/e**

**Ho il diritto di indignarmi per un paese in cui si insegna alle ragazze come non farsi stuprare, mentre ci si dimentica di insegnare ai ragazzi il RISPETTO.**

**Ho il diritto di ribellarmi.**

**Ho il diritto di dire basta alla violenza contro le donne.**

**Ho il diritto di dire basta all'uccisione di una donna in quanto donna.**

## bibliografia

**BALDRY, A. C.** (2016). Dai maltrattamenti all'omicidio. La valutazione del rischio di recidiva e dell'uxoricidio: La valutazione del rischio di recidiva e dell'uxoricidio. 6° Edizione aggiornata - Franco Angeli.

**CONSIGLIO D'EUROPA** (2011), Convenzione del Consiglio d'Europa sulla prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne e la violenza domestica, Istanbul.

**EU.R.E.S.** (2015). III Rapporto su Caratteristiche, dinamiche e profili di rischio del femminicidio in Italia. Istituto EURES - Ricerche Economiche Sociali.

**ISTAT** (2015), La Violenza Contro le Donne Dentro e Fuori la Famiglia - Anno 2014. Istituto Nazionale Statistica, Roma. [http://www.istat.it/it/files/2015/06/Violenze\\_contro\\_le\\_donne.pdf?title=Violenza+contro+le+donne+-+05%2Fgiu%2F2015+-+Testo+integrale.pdf](http://www.istat.it/it/files/2015/06/Violenze_contro_le_donne.pdf?title=Violenza+contro+le+donne+-+05%2Fgiu%2F2015+-+Testo+integrale.pdf)

[direcontrolaviolenza.it](http://direcontrolaviolenza.it)  
[casadonne.it](http://casadonne.it)  
[pariopportunita.gov.it](http://pariopportunita.gov.it)  
[eures.it/il-femminicidio-in-italia-nellultimo-decennio/](http://eures.it/il-femminicidio-in-italia-nellultimo-decennio/)  
[istat.it](http://istat.it)  
[sara-cesvis.org](http://sara-cesvis.org)  
[wave-network.org](http://wave-network.org)  
[puntodonne.it](http://puntodonne.it)

## sitografia

### Numero verde 1522

Numero verde di pubblica utilità del Dipartimento per le Pari Opportunità per l'emersione e il contrasto della violenza intra ed extra familiare a danno delle donne.

È attivo 24 ore su 24 per tutti i giorni dell'anno ed accessibile dall'intero territorio nazionale gratuitamente, sia da rete fissa che mobile, con un'accoglienza disponibile nelle lingue italiano, inglese, francese, spagnolo e arabo.

Le operatrici telefoniche forniscono una prima risposta ai bisogni delle vittime di violenza di genere e stalking, offrendo informazioni utili e un orientamento verso i servizi socio-sanitari pubblici e privati presenti sul territorio nazionale.

### 1 centri antiviolenza di D.i.Re

L'associazione D.i.Re raccoglie 77 organizzazioni di donne che affrontano il tema della violenza maschile sulle donne secondo l'ottica della differenza di genere.

I Centri antiviolenza svolgono attività di consulenza psicologica, consulenza legale, gruppi di sostegno, formazione, promozione, sensibilizzazione e prevenzione, raccolta ed elaborazione dati, orientamento ed accompagnamento al lavoro, raccolta materiale bibliografico e documentario sui temi della violenza.

Le Case rifugio, spesso ad indirizzo segreto, ospitano le donne ed i loro figli/e minorenni per un periodo di emergenza.

## ELENCO DEI CENTRI ANTIVIOLENZA DELLA RETE D.i.Re

### Abruzzo

**L'Aquila** - Associazione Donatella Tellini  
Tel. 3400905655 - cell. Emergenze 3298981723  
centroantiviolenza.laquila@gmail.com

**Pescara** - Associazione Ananke onlus  
Tel./Fax 0854315294 - Tel. 085 4283851 info@centroananke.it - www.centroananke.it  
FB: Centro Antiviolenza Ananke

### Basilicata

**Potenza** - Associazione Telefono Donna onlus  
Tel. 097155551 - Fax 09711941681  
presidente@telefonodonna Potenza.it  
FB: Associazione Telefono Donna - Potenza

### Calabria

**Cosenza** - Centro contro la violenza alle donne Roberta Lanzino  
Tel./Fax 098436311 - cell. Emergenze 393298981723  
contro33@centrolanzino.191.it  
www.centroantiviolenzalanziino.it  
FB: Centro Antiviolenza "Roberta Lanzino" - Cosenza

**Tropea (VV)** - Associazione Attivamente Coinvolte  
cell. 3883510596 - Fax 0961774527  
info@attivamentecoinvolte.org  
FB: Associazione Attivamente Coinvolte

### Campania

**Santa Maria Capua Vetere (CE)** - Cooperativa Sociale E.V.A  
Tel./Fax 0823840600 - 0823204145  
coopeva@tin.it - www.cooperativaeva.com

**Caserta** - Associazione Spazio Donna onlus  
Tel. 0823354126 - cell. h/24 - 3287552287  
spaziondonnaonlus@libero.it telefonorosa@yahoo.it www.spaziondonnaonlus.com  
FB: Spazio Donna onlus

**Napoli** - Associazione Arcidonna Napoli onlus  
Tel. 0817953191 - Fax 0817953192  
arcidonna Napoli@virgilio.it - rosadimatteo.dr@libero.it

### Emilia Romagna

**Bologna** - Casa delle donne per non subire violenza onlus  
Tel. 051333173 accoglienza - Tel. 0516440163 uffici  
info.casadonne@women.it -  
casadonne@women.it www.casadonne.it

**Imola (BO)** - Associazione Trama di Terre  
Tel. 054228912 - cell 3935596688 - Fax 0542067566  
antiviolenza@tramaditerre.org - www.tramaditerre.org

**Carpi (MO)** - Associazione Vivere Donna onlus  
Tel. 059653203 - cell.3385793957  
viveredonna@gmail.com - www.viveredonna.org

**Ferrara** - Associazione Centro Donna Giustizia  
Tel. 0532247440 - 410335 - 790978  
donnagiustizia.fe@libero.it centro@donnagiustizia.it  
http://associazioni.comune.fe.it/44/centro-donna-giustizia

**Lugo (RA)** - Associazione Demetra - Donne in aiuto

Tel./Fax 054527168  
demetradonnaeaiuto@virgilio.it - www.demetradonnaeaiuto.it  
Modena - Associazione Casa delle donne contro la violenza onlus  
Tel. 059361050 - Fax 059361369  
centroantiviolenza.mo@gmail.com  
www.donnecontroviolenza.it

**Parma** - Associazione Centro antiviolenza di Parma  
Tel.0521238885 - Fax 0521238940  
acavpr@libero.it - www.acavpr.it

**Piacenza** - Associazione La città delle Donne  
Tel./Fax 0523334833  
telefonorosapiacenza@libero.it www.telefonorosadonnepc.it

**Ravenna** - Associazione Linea Rosa onlus  
Tel./Fax 0544216316  
linearosa@racine.ra.it

**Faenza (RA)** - Associazione SOS Donna onlus Centro contro la violenza alle donne  
Tel./Fax 054622060  
info@sosdonna.com - www.sosdonna.com

**Reggio Emilia** - NONDASOLA - Associazione interculturale donne insieme contro la violenza  
Tel. 0522585643/44, Fax 0522920882  
info@nondasola.it - www.nondasola.it

**Rimini** - Associazione Rompi il silenzio onlus  
Tel. 346 5016665  
rompiilsilenzio@virgilio.it - www.rompiilsilenzio.it  
FB: Rompi Il Silenzio Onlus

### Friuli Venezia Giulia

**Ronchi dei Legionari (GO)** - Associazione da donna a Donna onlus  
Tel. 0481474700  
info@dadonnaadonna.org www.dadonnaadonna.org  
FB: Associazione "da donna a Donna"

**Gorizia** - Associazione SOS ROSA onlus  
Tel e fax 0481 32954  
sosrosa@yahoo.it - www.sosrosa.it  
FB: Associazione SOS ROSA Onlus

**Pordenone** - Associazione Voce Donna onlus  
Tel./Fax 043421779  
vicedonnapn@gmail.com - www.vicedonnapn.it  
FB: Voce Donna Onlus Pn

**Trieste** - Associazione G.O.A.P. - Gruppo Operatrici Antiviolenza Progetti  
Tel.0403478827 - Fax 0403478856  
info@goap.it - www.goap.it

### Lazio

**Latina** - Associazione Centro Donna Lilit  
Tel./Fax 0773664165, Tel. h/24 - 3477318149 - 3385433117  
info@centrodonna lilit.it - www.centrodonna lilit.it

**Roma** - Associazione Donne in Genere onlus  
Tel. 0687141661, cell. Emergenze 3286967602  
info@centrodonna lisa.it - www.centrodonna lisa.it

**Roma** - Associazione Differenza Donna onlus  
Tel. 066780537, Fax 066780563  
d.donna@differenzadonna.it  
www.differenzadonna.org  
FB: Associazione Differenza Donna

**Frascati (Roma)** - Associazione Sostegno Donna  
Tel/ Fax 0694015165, cell. 3738096038  
sostegnodonnaonlus@libero.it  
Viterbo - Associazione Erinna - donne contro la violenza onlus  
Tel./Fax 0761342056  
e.rinna@yahoo.it - www.erinna.it  
FB: Associazione Erinna

### Liguria

**Genova** - Centro per non subire violenza onlus (da UDI)  
Tel.0102461716/15, Fax 0102461715  
pernonsubireviolenza@gmail.com  
www.pernonsubireviolenza.it

**Genova** - Il Cerchio delle relazioni Soc. Cooperativa Sociale onlus  
Tel. 010541224 - 0105578442 - cell. 3491163601  
cerchiorelazioni@libero.it  
centroantiviolenzamascherona@ilcerchiodellelrelazioni.it  
www.ilcerchiodellelrelazioni.it

### Lombardia

**Merate (LC)** - Associazione L'altra Metà del Cielo - Telefono Donna  
Tel.0399900678, Fax 0399270978  
segreteria@altrametadelcielo.org www.altrametadelcielo.org

**Bergamo** - Associazione Aiuto Donna Uscire dalla Violenza  
Tel. 035212933, cell. 3669020232  
info@aiutodonna.it - www.aiutodonna.it  
FB: Aiuto Donna - Uscire dalla Violenza

**Brescia** - Associazione Onlus Casa delle donne CaD  
Tel. 0302807198 - Tel./Fax 0302400636  
casa@casadelledonne-bs.it - www.casadelledonne-bs.it  
FB: @CasaDelleDonne

**Como** - Associazione Telefono Donna Como onlus  
Tel. 031304585, Fax 0313109374 - cell 3333908955  
segreteria@telefonodonnacomo.it  
info@pec.telefonodonnacomo.it  
www.telefonodonnacomo.it

**Cremona** - Associazione Incontro Donne Antiviolenza - AIDA onlus  
Tel./Fax 0372801427, cell. Emergenze 3389604533  
aida.onlus@virgilio.it - www.aidaonluscremona.it  
FB: AIDA Onlus - Associazione Incontro Donne Antiviolenza

**Crema** - Associazione donne contro la violenza - onlus  
Tel. 037380999, cell 3393506466  
assocdonne@alice.it - www.controlaviolenza.it

**Milano** - Associazione Casa delle donne Maltrattate onlus  
Tel. Accoglienza 0255015519 - Fax 0249519038  
info@cadmi.org - www.cadmi.org

**Milano** - Cerchi d'Acqua Cooperativa Sociale contro la violenza alle donne onlus  
Tel.0258430117, Fax 0258311549  
info@cerchidacqua.org - www.cerchidacqua.org

**Pieve Emanuele (MI)** - Donne insieme contro la violenza onlus  
Tel./Fax 0290420110, Tel. 0290422123  
info@donneinsieme.org - www.donneinsieme.org

**Monza** - CA.DO.M - Centro di aiuto alle donne maltrattate  
Tel.0392840006, Fax 0392844515  
info@cadom.it - www.cadom.it

**Pavia** - Cooperativa LiberaMente Percorsi di donne contro la violenza

Tel. 0328232136, 800306850  
centroantiviolenzapv@gmail.com

**Varese** - Associazione EOS Centro di ascolto e accompagnamento contro la violenza e i maltrattamenti alle donne  
Tel.0332231271, cell. 3311168762 - Fax 0332496511  
eosvarese@virgilio.it - www.eosvarese.org  
FB: EOS

### Marche

**Ancona** - Associazione Donne e giustizia onlus  
Tel./Fax 071205376, n. verde 800032810  
donne.giustizia@libero.it donne.giustizia@gmail.com  
www.donnegiustizia.org  
FB: Donne Giustizia Ancona

### Piemonte

**Alessandria** - Associazione di Promozione Sociale contro la violenza sulle donne me.dea onlus  
Tel. 0131226289  
me.deacontroviolenza@gmail.com

**Pinerolo (TO)** - Associazione Svolta Donna onlus  
Tel. e Fax 800093900  
info@svoltadonna.it - www.svoltadonna.it  
FB: Svolta Donna onlus

**Torino** - Donne & Futuro - onlus  
Tel.0115187438  
info@donnefuturo.com - www.donnefuturo.com  
FB: Donne Futuro

### Puglia

**Polignano a Mare (BA)** - Associazione Safiya Onlus Centro antiviolenza Centro di promozione  
Tel. 080424 9828 - 3332640790  
safiya.onlus@gmail.com  
FB: Centro Antiviolenza Safiya Onlus

**Barletta** - Osservatorio Giulia e Rossella Centro Antiviolenza Onlus I.S.  
Tel.088310293, Fax 0883131554  
centroantiviolenza@libero.it  
FB: Osservatorio Giulia e Rossella Centro Antiviolenza Onlus I.S.

**Brindisi** - Associazione Io Donna  
Tel./Fax 0831522034  
associazioneiodonna@hotmail.it  
www.associazioneiodonna.com  
FB: Associaz Io Donna

**Taranto** - Associazione Alzaia onlus  
Tel.0997786652, Fax 0997786663 - Cell 3271833451  
info@alzaiaonlus.it - alzaiaadonne@libero.it

**Trani** - Cooperativa Promozione Sociale e Solidarietà di Trani  
Tel. 0883501407  
savetrani@virgilio.it

### Sardegna

**Nuoro** - Associazione Onda Rosa onlus  
Tel. 078438883  
ondarosa.nuoro@tiscali.it www.ondarosanuoro.it  
FB: ondarosanuoro

**Olbia** - Associazione Prospettiva Donna onlus  
Tel. 078927466

infoprospektivadonna@gmail.com www.prospektivadonna.it  
FB: Prospettiva Donna Centro Antiviolenza

## Sicilia

**Catania** - Associazione Thamaia onlus  
Tel./Fax 0957223990  
centroantiviolenza@thamaia.org www.thamaia.org  
FB: Centro Antiviolenza Thamaia

**Piazza Armerina (EN)** - Associazione DonneInsieme "Sandra Crescimanno"  
Tel. 0935982436 - 3209440262  
associazionedonneinsieme@gmail.com www.associazionedonneinsieme.it

**Messina** - CEDAV onlus Centro donne antiviolenza  
Tel./Fax 090715582 - cell. 3452630913  
cedav@virgilio.it - www.cedavmessina.it  
www.reteantivolenzamedessina.it

**Palermo** - Associazione Le Onde onlus  
Tel./Fax 091327973  
leonde@tin.it - www.leonde.org

## Toscana

**Arezzo** - Associazione Pronto Donna onlus  
Tel./Fax 0575355053  
info@prontodonna.it - www.prontodonna.it

**Colle Val d'Elsa (SI)** - Associazione Donne Insieme Val d'Elsa onlus  
Tel./Fax 0577901570, cell. 3662067788  
donneinsiemevaldelsa@gmail.com  
blog: donneinsiemevaldelsa.blogspot.it/

**Firenze** - Associazione di Promozione Sociale Artemisia Onlus  
Tel.055602311 - 601375, Fax 0556193818  
cfranci@fol.it, artemisia@fol.it amministrazioneartemisia@gmail.com  
www.artemisiacentroantiviolenza.it  
FB: Artemisia Centro Antiviolenza

**Grosseto** - Associazione Olympia De Gouges onlus  
Tel. 0564413884 - Tel. h/24 - 348 0992098  
c.antiviolenza@provincia.grosseto.it  
www.olympiadegouges.org  
FB: Centro Antiviolenza Grosseto - Associazione Olympia de Gouges

**Viareggio (LU)** - Associazione Casa delle Donne onlus  
Tel./Fax 058456136 - num. Verde 800800811  
centroantivolenzaviareggio@gmail.com  
casadelledonneviareggio@gmail.com  
www.casadelledonneviareggio.it  
FB: Casa delle Donne Viareggio

**Lucca** - Associazione Luna onlus  
Tel. 0583997928, cell. 3401180205  
mail@associazioneluna.it www.associazioneluna.it

**Pisa** - Associazione Casa della Donna  
Tel.050561628, Fax 050550627  
teldonna@tiscali.it - www.casadelladonnapisa.it

**Prato** - Alice Cooperativa sociale onlus Associazione Percorsi di Libertà  
Tel.057434472, Fax 0574405908  
lanara@alicecoop.it - www.alicecoop.it  
FB: Centro Antiviolenza La Nara

**San Miniato (PI)** - Associazione Frida onlus  
Tel./Fax 057142649 - cell. 3467578833  
associazione.frida@libero.it  
centroantivolenzafridakahlo@gmail.com  
www.associazionefrida.it

**Montepulciano (SI)** - Associazione Amica Donna  
Tel./Fax 0578712414 cell. 3279999228  
info@associazioneamicadonna.it  
www.info@associazioneamicadonna.it

**Siena** - Associazione Donna chiama Donna Onlus  
Tel.3472220188  
donnachiamadonna@libero.it  
blog.donnachiamadonnasiena.wordpress.com

## Trentino Alto Adige

**Merano (BZ)** - Donne contro la violenza - Frauen gegen Gewalt - onlus  
Tel. 0473222335 - 800014008 - Fax 0473222140  
info@donnecontrolaviolenza.org  
www.donnecontrolaviolenza.org

**Bolzano** - Associazione GEA - per la solidarietà femminile contro la violenza  
N. Verde 800276433, Tel. 0471513399  
info@casadelledonnebz.it - www.casadelledonnebz.it

**Trento** - Associazione Coordinamento Donne  
Tel. 0461220048 - Fax 0461223476  
centroantivolenzatn@tin.it - www.centroantivolenzatn.it

## Umbria

**Orvieto (TR)** - L'albero di Antonia  
Tel. 0763300994 - cell. 3771850991  
alberodiantonia51@yahoo.it - www.alberodiantonia.org

**Terni** - Associazione Libera...Mente Donna  
Tel. 0744288069  
info@liberamentedonna.it www.liberamentedonna.it  
FB: Liberamente Donna -@liberamentedonnaterni

## Veneto

**Belluno** - Associazione Belluno - Donna onlus  
Tel. 0437981577 - 0439885118 - Fax 0437981577  
bellunodonna@libero.it

**Mestre (VE)** - Cooperativa Sociale ISIDE  
Tel./fax. 0418503793 - cell. 3351742149  
info@isidecoop.com - www.isidecoop.com

**Padova** - Centro Veneto Progetti Donna - Auser  
Tel. 0498721277 - n. Verde 800814681  
info@centrodonnapadova.it  
comunicazione@centrodonnapadova.it  
www.centrodonnapadova.it

Opuscolo redatto da Camst con la collaborazione dall'Associazione D.i.Re - Donne in Rete contro la violenza e di COSPE onlus

## Sonya Cacace

*psicologa e psicoterapeuta in formazione.  
Collabora attivamente con la Cooperativa Sociale E.V.A Onlus e con il Dipartimento di Psicologia della Seconda Università degli Studi di Napoli, per la prevenzione e il contrasto della violenza contro le donne.*

## Stefania Spanò

*in arte Anarkikka, è autrice, illustratrice, vignettista, esperta di comunicazione.  
E' autrice di progetti illustrati che raccontano di diritti negati e sofferenze umane. Fotografa con ironia il disagio, ponendo l'accento in particolare sulle problematiche femminili. Le sue tavole sono esposte in mostre itineranti:*

- *Unchildren, sulle violenze sui bambini nel mondo*
- *E' nata donna, sulle discriminazioni sulle donne*
- *Non chiamatelo raptus, contro la violenza sulle donne*
- *Violenza assistita, sui bambini che assistono alla violenza*

*Nata a Napoli, mamma e nonna giovane, vive e lavora nella sua campagna tra Itri e Sperlonga.*

*Pubblica su [anarkikka.blogautore.espresso.repubblica.it](http://anarkikka.blogautore.espresso.repubblica.it).*

**cospe**  
TOGETHER FOR CHANGE



**D.i.Re**  
Donne in Rete contro la violenza

**camst.it**