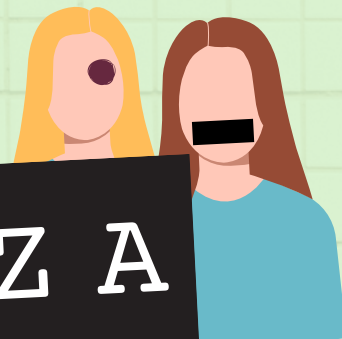


# vademecum



# ANTI VIOLENZA

**A** I nove segnali di allerta per abbandonare una relazione \*

01

## INDIFFERENZA

perché è arrabbiato, perché non ti considera, perché ritiene importante tutto il resto esclusa te...

03

## UMILIAZIONE

in intimità o davanti agli altri

05

## GELOSIA

di ciò che fai, di chi frequenti, di tutto quello che sei

07

## INTRUSIONE

Se lo scopri a controllare il tuo telefono, il tuo computer, se esige la tua password

09

## INTIMIDAZIONE

Se ti da' della pazza, se ti spaventa, ti minaccia...

02

## RICATTO

davanti a un tuo rifiuto per qualcosa che solo lui vuole fare

04

## MANIPOLAZIONE

Se ha la capacità di costringerti a fare/dire qualcosa che non approvi

06

## CONTROLLO

su cosa fai, con chi, sulle tue abitudini, il tuo abbigliamento, le tue spese...

08

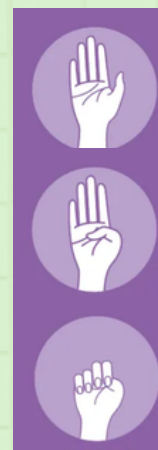
## ISOLAMENTO

Se ti isola allontanandoti dalla famiglia, dagli amici, dai colleghi perché vuole che la tua vita sia una sua esclusiva

**B**

IL SEGNALE  
UNIVERSALE  
DI AIUTO

Usa questo segnale per "dire" a qualcuno che sei vittima di violenza o, se lo vedi compiere, attivati subito per chiedere aiuto alle autorità competenti.



**C**

1 5 2 2

Chiama questo numero in caso di violenza o stalking. Il servizio di assistenza è gratuito, attivo h24, 7 giorni su 7 e disponibile in italiano, inglese, francese, spagnolo, arabo, farsi, albanese, russo ucraino, portoghese, polacco.

## SCANSIONA QUI

per salvare questo vademecum sul tuo smartphone e riconoscere e denunciare una violenza subita o di cui sei testimone.

