

NON SEI DA SOLA, FERMIAMO INSIEME LA VIOLENZA.

Rivolgiti ai centri antiviolenza della Lombardia,
sono a tua disposizione servizi gratuiti per accoglierti,
consigliarti, tutelarti e proteggerti.

#nonseidasola



PER RICEVERE AIUTO E TROVARE
IL CENTRO ANTIVIOLENZA PIÙ VICINO

www.nonseidasola.regione.lombardia.it



1522 ☎

Numero nazionale di pubblica utilità
Antiviolenza e stalking - 24h su 24



Regione Lombardia aderisce
alla Campagna Onu
"Orange the world"
contro la violenza sulle donne.



Regione
Lombardia

Uscire dalla violenza è possibile

Esiste una rete di servizi in Lombardia per accoglierti, proteggerti e accompagnarti durante tutti i passi necessari per uscire dalla situazione di violenza e ritrovare la tua autonomia. Una relazione con un uomo violento può creare traumi a livello emotivo, relazionale, psicologico fino a mettere in pericolo la tua vita e quella dei tuoi figli.

BERGAMO

Aiuto Donna - Uscire dalla violenza Onlus

Via San Lazzaro, 3 Bergamo - 035/212933 - info@aiutodonna.it
Via Roggia Vignola, 18 - **Treviglio** - 0363/303571 - 0363/301773
info@centrosirio.it

Sirio CSF Soc. Coop. Soc. ONLUS

c/o Centro Socio Culturale "La Chiocciola" Via G. Renzi 5
- **Rivolta d'Adda** - 0363/303571 - 0363/301773
c/o Palazzo Comunale - via Vittorio Emanuele II 36/A
Brignano Gera d'Adda - 0363/303571 - 0363/301773
c/o Palazzo Comunale - piazza Castello 2 - **Castel Rozzone**
- 0363/303571 - 0363/301773
info@centrosirio.it

BRESCIA

Casa delle Donne

Via San Faustino, 38 Brescia - 030/2400636 - 030/2807198
- casa@casadelledonne-bs.it - casa@casadelledonne.191.it
c/o Civitas - Via Matteotti, 299 - Gardone Val Trompia
- 335/7240973 - sportelloantiviolenzavt@gmail.com
c/o Biblioteca comunale - Via G. Rizzi, 5 - **Ospitaletto**
030/6841204 - casa@casadelledonne-bs.it
c/o Palazzo di Giustizia - Via Lattanzio Gambara, 40
030/7673737 - sportelloviolenzapalagiujustiziabrescia@giustizia.it
Via Bardolini, 4 - **Darfo Boario Terme** - 0364/536632
- sportellodarfo@casadelledonne-bs.it

COMO

Telefono Donna

Via Castelnuovo, 1 - 031/304585 - N.V. 800.166.656
- segreteria@telefonodonnacomito.it

CREMONA

AIDA - Associazione Incontro Donne Antiviolenza

Via Palestro, 3 - 0372/801427 - 338/9604533
aida.onlus@virgilio.it

Associazione Donne contro la Violenza Onlus

Via XX Settembre, 115 - **Crema** - 0373/80999 - assocdonne@alice.it

M.I.A. Movimento Incontro Ascolto

Via A. Grandi, 28 - **Casalmaggiore** - 377/9489384 - 0375/ 061754
- gruppomia@gmail.com

LECCO

Telefono Donna

Via Solferino, 13/A - 347/2480849 - 0341/363484
- teldonnaecco@alice.it

L'Altra Metà del Cielo

Via S. Ambrogio, 17 - **Merate** - 039/9900678
- segreteria@altrametadelcielo.org

LODI

L'Orsa Minore Onlus

Via Galileo Galilei, 1 - **Casalpusterleno**
331/3495221 - info@centroantiviolenzalodi.it
Via Matteotti, 10 - **Somaglia** - 331/3495221
Via Pietrasanta, 7 - **Codogno** - 331/3495221
Ospedale Delmati - Strada Provinciale, 19
S. Angelo Lodigiano - 331/3495221
Via Marconi, 1 - **Codogno** - 331/3495221

MANTOVA

Associazione Volontarie di Telefono Rosa

Via Tassoni, 12/14 - 0376/225656 - telefonorosa@tin.it

Centro di Aiuto alla Vita - Via Vittorino da Feltre, 46

- 0376/325737 - 0376/225959 - 24h/24 349/9015990
- info@centroaiutovitamantova.it

MILANO

Casa di Accoglienza delle Donne Maltrattate -CADMI

Via Piacenza, 14 - 02/55015519 - info@cadmi.org

Cerchi d'Acqua Coop. Soc.

Via Verona, 9 - 02/58430117 - info@cerchidacqua.org

Telefono Donna

P.le Ospedale Maggiore, 3 - 02.64443043/44
- centroantiviolenzatd@comunedimagenta.it

SVS Donna Aiuta Donna Onlus

Via della Commenda, 12 - 333/6532651 - svsdatd@libero.it

SVSeD - Soccorso Violenza Sessuale e Domestica

Via della Commenda, 12 - 02/55032489 - 02/55038585
- svsed@policlinicomi.it

Fondazione Somaschi Onlus

Piazza XXV Aprile, 2 - 334/9270177
- accoglienzadonne@fondazionesomaschi.it

Rivolgiti al centro antiviolenza più vicino a te

- Ascolto e accoglienza
- Assistenza psicologica
- Assistenza legale
- Messa in protezione e ospitalità
- Servizi di orientamento al lavoro e all'autonomia abitativa
- Supporto ai figli minori

Fondazione Caritas Ambrosiana

Via della Signora, 3 - 02/76037352
- maltrattamentodonne@caritasambrosiana.it

Filo Rosa AUSER

Via XX Settembre, 30 Padiglione B5 - **Legnano**
- 348/3212482 - auserfilorosa@libero.it

Telefono Donna

Piazza Formenti, 1 - **Magenta**
- 02/9735411 - info@telefonodonna.it

Mittatron Onlus

Via Bologna, 4 - **Bresso** - 02/61455370
- sportellodonna.info@gmail.com

Donne Insieme contro la Violenza

Via dei Pini, 8 - **Pieve Emanuele**
- 02/90422123 - 02/9055319 - info@donneinsieme.org

Casa di Accoglienza delle Donne Maltrattate - CADMI

Via Marzabotto, 12 - **Corsico**
- 800.049.722 - info.corsico@cadmi.org

MONZA e BRIANZA

C.A.D.O.M. - Centro di Aiuto alle Donne Maltrattate

Via Mentana, 43 - 039/2840006 - info@cadom.it
Via Oberdan, 83 - **Brugherio** - 333/2829059
- centroantiviolenza@ambitodimonza.it
Via Gramsci, 21 - **Lissone** - 039/7397314
- centroantiviolenza@ambitocaratebrianza.it
Piazza Unità d'Italia, 1 - **Vimercate** - 039/6659256
- centroantiviolenza@offertasociale.it
Piazza Giovanni Paolo II - **Desio** - 0362/392339
- reteartemide@comune.desio.mb.it
Via Olivetti, 17 - **Seregno** - 0362/263401 - 416
- reteartemide@seregno.info

PAVIA

LiberaMente Percorsi di Donne Contro la Violenza

Corso Garibaldi, 37/B - **Pavia** - 0382/32136 - 800.306.850
- 334/2606499 h24 - centroantiviolenzapv@gmail.com

SONDRIO

Telefono Donna Lecco

via Fracaiolo, 7 - 335/346178 - telefonodonnasondrio@gmail.com

VARESE

EOS Onlus

Via Frasconi, 4 - 0332/231271 - 370/3264428
- eosvarese@virgilio.it

Filo Rosa AUSER

Via Cavallotti, 6 - **Cardano al Campo**
- 392/6784436 - Emergenze 348/3069895 - auserfilorosa@libero.it

Icore

Piazza Martiri della Libertà - **Gorla Maggiore** - 0331/618959
- ass.icare@gmail.com

Donna Si-Cura

Via Vittorio Veneto, 25 - **Travedona Monate**
- 340/1548441 - 0331/923161 - 348/5181663 h24
- donnasi-cura@libero.it - info@donnasicura.org
Sesto Calende - 0332/1785132 - 340/1548441
- donnasi-cura@libero.it - info@donnasicura.org

E. Va. Onlus

Via San Michele, 1/bis - **Busto Arsizio**
- 334/5369630 - eva-onlus@libero.it

Rete Rosa

Via Marconi, 5 - **Saronno** - 02/25060600 - info@reterosa.eu

**Insieme possiamo fermare
la violenza sulle donne.**

**I servizi sono gratuiti
e garantiscono
il massimo anonimato.**

I maltrattamenti contro le donne hanno luogo quasi sempre all'interno delle mura domestiche e gli aggressori più probabili sono il partner, un ex partner o altri uomini conosciuti. La violenza si presenta in varie forme non sempre facilmente identificabili: i maltrattamenti non sono solo fisici o sessuali, ma anche psicologici ed economici.

La violenza si sviluppa in modo graduale, quasi sempre crescente e ciclico.

Gli episodi violenti crescono di intensità nella vita quotidiana fino allo scoppio della tensione, a cui segue un periodo di calma fino all'episodio seguente: **minacce, aggressioni verbali, umiliazioni, percosse, omicidio**. Dopo l'episodio di violenza il maltrattante quasi sempre si calma e vuol «farsi perdonare» giurando che non succederà più, ma non sarà così.

Riconosci la violenza

La violenza non è fatta solo di pugni, assume anche altre forme più difficili da riconoscere, ma ugualmente pericolose per te.

L'uomo a te vicino di cui ti fidi, il tuo partner o il tuo “ex”

- Ti offende e ti umilia verbalmente, convincendoti che non vali niente
- Ti accusa di essere una pessima madre
- Fa leva sulle tue debolezze e tenta continuamente di farti sentire inadeguata
- Controlla le tue telefonate, i tuoi spostamenti, chi frequenti
- Ti impedisce di vedere i tuoi famigliari, coltivare le tue amicizie e i tuoi interessi
- Ti impedisce di lavorare
- Ti minaccia e ti spaventa
- Vuole renderti dipendente da lui economicamente
- Pretende rapporti sessuali anche quando non li vuoi
- Ti ricatta per ottenere ciò che vuole

La violenza contro le donne è un reato

Se vivi un rapporto violento o ti senti in pericolo, non sei da sola. Regione Lombardia è pronta ad accoglierti nei centri antiviolenza e ti mette a disposizione tanti servizi per tutelarti e proteggerti.

www.nonseidasola.regione.lombardia.it



1522

Numero nazionale di pubblica utilità

Antiviolenza e stalking - 24h su 24



Regione
Lombardia