

**11 domande per capire  
se sto correndo un rischio per la mia  
incolumità o quella dei miei figli:**

1. Ti impedisce di frequentare persone amiche o i tuoi familiari?
2. Tu o i tuoi figli avete subito gravi minacce di violenza o morte da parte di lui, ti lancia addosso oggetti, ti spinge o ti picchia?
3. I bambini hanno assistito alle violenze e/o lui ha agito violenza anche verso i figli?
4. Controlla in continuazione dove sei, con chi sei, se sei in linea e con chi su Whatsapp e Facebook e pretende di avere le tue password personali ?
5. Ti umilia, ti insulta?
6. Minaccia di suicidarsi se esprimi la volontà di interrompere la vostra relazione?
7. Ti nega risorse economiche?
8. Ti impone pratiche sessuali non desiderate?
9. Ti minaccia se vuoi chiedere aiuto?
10. Lui detiene armi da fuoco?
11. Nel tempo i suoi comportamenti violenti sono diventati più frequenti e più gravi?

[www.asst-lodi.it](http://www.asst-lodi.it)



**Puoi contattare h24  
la rete antiviolenza di Lodi  
anche durante l'emergenza Covid-19**

**! Cosa posso fare?**

- Chiama il **331.3496221**, attivo 7 giorni su 7 dalle ore 9.00 alle ore 20.00 – Dopo le ore 20.00 lascia un messaggio, sarai richiamata il mattino seguente
- Chiama il **112**, numero unico per le emergenze
- Chiama il **1622**, numero nazionale antiviolenza
- **Puoi recarti in una farmacia comunale presente in città**
- **Puoi anche scaricare sul cellulare le seguenti applicazioni**
- **"1522 ANTI VIOLENZA E STALKING"** e usa la chat!
- **YOUPOL** della Polizia di Stato per segnalare reati di violenza che si consumano tra le mura domestiche



Ospedale Maggiore di Lodi  
Presidi e Distretti del Lodigiano

Sistema Socio Sanitario



ASST Lodi

**Se ti rifugi in un locale della tua abitazione, se possibile chiuditi a chiave in una stanza, tieni sempre con te il cellulare e assicurati che sia carico.**

**! Come posso allontanarmi da casa senza fare insospettare lui?**

- Esci di casa con la scusa della spesa, di gettare la spazzatura o di andare in farmacia
- Se non hai un telefono con te, vai dai vicini o familiari e chiedi loro se possono chiamare le forze dell'ordine

**! Posso uscire da casa per recarmi dalle forze dell'ordine?**

Sì, la violenza domestica costituisce una situazione di necessità che può essere dichiarata sull'autocertificazione.

**! Posso contattare le operatrici del centro antiviolenza?**

Il centro antiviolenza effettua consulenze psicologiche, legali e sociali telefonicamente.

**! Cosa non devo fare?**

**Non devi assolutamente dire a lui che:**

- ti vuoi separare o te ne vuoi andare di casa
- vuoi chiamare le forze dell'ordine o lo vuoi denunciare
- vorresti chiamare o hai chiamato il centro antiviolenza



**Se hai paura di essere controllata:**



- **Salva il nostro numero usando un nome di fantasia**
- **Dopo averci chiamato o scritto cancella la cronologia**