

## COMO SALIR DE LA VIOLENCIA

### Admitir

encontrarse en una condición de violencia

### Comprender

que nunca una persona es responsable de la violencia sufrida

### Entender

que nunca es demasiado tarde para pedir ayuda

### Superar

los miedos y la vergüenza de ser juzgadas

### Saber

que pedir ayuda es la única solución

## QUE HACER

Busca y contacta en tu zona con los **CENTROS ANTIVIOLENCIA** en donde encontrarás gratuitamente acogida, escucha, protección para ti y tus hijos en casas con dirección secreta

### Recibirás

asistencia legal, psicológica, social y orientación laboral

**En caso de molestias en lugares de trabajo** hablar con colegas de confianza, con el empresario siempre que no sean ellos los molestadores.

**Anotar todo:** hora, lugar, presencia de testigos.

**Recoger** mensajes, email.

**Registrar** las llamadas.

### Dirigirse:

Consejera de Paridad Provincial  
Abogado/a  
Organización sindical

## A QUIEN DIRIGIRSE

Si estás en peligro LLAMA A

Urgencias

Consultorios

Carabinieri 112

Policia 113

Antiviolencia y Antiacoso 1522  
gratuito y activo 24/24  
garantía de anonimato

App 1522

APP Policia You Pol



FIDAPA BPW ITALY



Presidentas de Distrito

NORTE-OESTE • Rachele Capristo  
NORTE-ESTE • Carla Laura Petruzzelli  
CENTRO • Anna Maria Turchetti  
SUR-EST • Maria Nuccio  
SUR-OESTE • Giuseppina Genua  
SICILIA • Carmela Gabriella Lo Bue  
CERDEÑA • Maria Lucia Fancellu



Si ringrazia per la traduzione Massimo Carcheri



**FIDAPA BPW ITALY**  
FEDERACIÓN ITALIANA MUJERES ARTES  
PROFESIONES NEGOCIOS

International Federation of Business and Professional Women

**Bienio 2021-2023**

Presidenta Nacional  
Fiammetta Perrone

**Task Force  
Nacional Antiviolencia**

Responsable Nacional  
Liliana Pitarresi

Representantes de Distrito  
**TASK FORCE VIOLENCIA**

NORTE-OESTE • Silvia Calzolaro  
NORTE-ESTE • Carla Castellucci  
CENTRO • Daniela Vallini  
SUR-EST • Luisa Dagostino  
SUR-OESTE • Loredana Otranto  
SICILIA • Antonella Ragusa  
CERDEÑA • Rina Salis



BPW-ITALY

dice

**NO**  
alla  
Violenza

**#MUJERES ASERTIVAS**

"Las mujeres concientes y convintas de su valor, de sus necesidades y derechos pueden convertirse en agentes de cambio y ser entonces protagonistas de su futuro"

## **VIOLENCIA DE GENERO**

*La violencia hacia las mujeres es una violación de los derechos humanos y una forma de discriminación en contra de las mujeres, que incluye todos los actos de violencia fundados en el genero que provocan o son susceptibles de provocar daños o sufrimientos de naturaleza física, sexual, psicológica o económica, incluidas las amenazas de realizar tales actos, coerción o privación arbitraria de la libertad, tanto en la vida pública, como en la privada.*

Art.3 lett. a) de la Convención del Consejo de Europa del 2011 sobre la prevención y la lucha en contra de la violencia hacia las mujeres y la violencia doméstica (a.d. Convención de Estambul).

Con tal amplia definición se hace referencia no sólo a aquellas masculinas hacia las mujeres, sino también a todas las formas de maltrato centradas en el odio de genero y discriminación sexista.

## **VIOLENCIA FÍSICA**

Cada forma de violencia en contra de la persona, el cuerpo, la propiedad; la fuerza corporal se usa para intimidar, golpear, impedir u obligar a la mujer a hacer algo en contra de su voluntad.

## **VIOLENCIA PSICOLÓGICA**

Forma de violencia, transversal a todas las otras, indica una serie de comportamientos y actitudes descalificantes de la mujer; a través del uso de palabras, frases, el hombre entiende manipular, mortificar, intimidar a la víctima, denigrarla en su papel de mujer, madre, esposa, trabajadora, hasta perjudicar su autoestima y capacidad de autodeterminación.

## **VIOLENCIA ECONOMICA**

Cada forma de control en la esfera económica; la mujer no tiene la posibilidad de realizar compras personales y se encuentra en posición de dependencia de su pareja en cualquier elección de tipo económico.

## **VIOLENCIA SEXUAL**

Es violencia sexual cualquier acto sexual impuesto con el uso de la fuerza física o de la amenaza o con el uso de los chantajes. También en las parejas la ley reconoce como violencia el acto sexual sin nuestro consentimiento.



## **ACECHO**

Se trata de una serie de conductas de amenaza o de molestia, repetidas en el tiempo y dirigidas a una persona específica, orientadas a la búsqueda repetitiva de un contacto visual o físico, comunicaciones no consensuales, amenazas verbales o escritas o una combinación de comportamientos que provocan un daño a la víctima, afectando sus hábitos de vida o generando un grave estado de ansiedad o miedo o generando el temor por la propia incolumidad o por la de una persona querida.

## **MOLESTIAS SEXUALES**

Se trata de comportamientos humillantes a fondo sexual, a menudo ocurren en lugares públicos, en lugares de trabajo, un ejemplo son chistes pesados, propuestas insistentes o chantajistas.

## **COMO RECONOCER LAS PRIMERAS SEÑALES EN UNA RELACIÓN CON OTRA PERSONA**

### **¿Te contacta continuamente?**

¿Te pregunta dónde estás, qué haces? Si estas preguntas son continuas y repetidas en poco tiempo presta atención

### **¿Controla tu correo electrónico?**

¿Te pide las contraseñas para acceder a tus redes sociales? ¿Te dice que esto en una pareja es normal?

### **¿Te acompaña a todas partes?**

Al trabajo, a casa de amigas, a hacer compras en las tiendas...

### **¿Es celoso?**

¿Hace preguntas continuas sobre tu pasado, sobre tus ex novios, expresa comentarios negativos sobre tu manera de vestir o tal vez te aconseja continuamente sobre cómo vestirte; te pide informaciones específicas sobre tus colegas/amigos y se muestra molesto?

### **¿Exige fuertes atenciones de tu parte?**

¿Te impide ver a tus amigas? Curar tus intereses personales? Critica a quienes te rodean como amigas, colegas, familiares, hasta aislarte?

### **¿Te maltrata física y psicológicamente?**

¿Te da bofetadas? ¿Te arranca el pelo? ¿Te humilla? ¿Te ofende? ¿Te chantajea? Te hace sentir una pésima madre?

**Ten cuidado...después de una bofetada llega....otra**

