a global voice for women

Soroptimist International d'Italia

ORANGE THE WORLD

25 NOVEMBRE

Giornata internazionale contro la violenza di genere

Asti, 21 Novembre 2026
Soroptimist International Club di Asti

Valeria Guasco – Presidente Soroptimist Club di Asti
Veronica Morra – Program Director Soroptimist Club di Asti

Alter ego ASTI

READ THE SIGNS
Riconosci i segnali di una relazione tossica

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

Vola solo chi osa

Soroptimist

Il Soroptimist International (SI) è un'organizzazione mondiale su base volontaria di donne impegnate in attività professionali e manageriali, che promuove l'avanzamento della condizione femminile, la piena realizzazione delle pari opportunità e i diritti umani.

È voce universale per le donne che si esprime attraverso la presa di coscienza, il sostegno e l'azione.

Il Soroptimist International sostiene i Diritti Umani per tutti, la pace nel mondo e il buonvolere internazionale, il potenziale delle donne, la trasparenza e il sistema democratico delle decisioni, l'accettazione delle diversità, lo sviluppo sostenibile, il volontariato e l'amicizia.

Le Soroptimiste realizzano progetti, promuovono azioni e creano opportunità attraverso la rete globale delle Socie e la cooperazione internazionale affinché tutte le donne possano attuare il loro potenziale individuale e collettivo, realizzare le loro aspirazioni e creare nel mondo forti comunità pacifiche.

Nato negli USA, a Oakland, nel 1921, oggi il Soroptimist è presente in 132 Paesi e conta oltre 3000 Club, con un totale di circa 75000 socie nel mondo

In Italia, il primo Club fu fondato a Milano nel 1928. L'Unione Italiana si è costituita nel 1950 e conta, nel 2026, 164 Club con oltre 5300 Socie.

Il Soroptimist Club di Asti è il 22° Club dell'Unione Italiana, è stato fondato nel 1961 e conta 41 socie.

Vola solo chi osa

a global voice for women

Soroptimist International d'Italia

Il 25 novembre

Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne

E' una ricorrenza istituita dall'Assemblea generale delle Nazioni Unite, tramite la risoluzione numero 54/134 del 17 dicembre 1999. Per violenza contro le donne si intende "qualsiasi atto di violenza di genere che si traduca o possa provocare danni o sofferenze fisiche, sessuali o psicologiche alle donne, comprese le minacce di tali atti, la coercizione o privazione arbitraria della libertà, sia che avvengano nella vita pubblica che in quella privata"

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

Vola solo chi osa

ORANGE THE WORLD

Le iniziative relative al 25 novembre si inseriscono nella campagna informativa

'Orange the world' – coloriamo il mondo di arancione

Perché il colore arancione?

E' stato scelto per simboleggiare un futuro luminoso e ottimista, libero da questo tipo di violenza

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

Vola solo chi osa

Sai riconoscere i segnali di una relazione tossica?

Sapresti aiutare una tua amica?

Vola solo chi osa

Le forme di violenza

Quali forme di violenza riconosce la Legge?

Spesso le vittime non riconoscono subito tutte le forme di violenza / abuso.
Un breve elenco ti aiuta a prendere consapevolezza.

Psicologica ➔ Insulti, svalutazione, minacce, gelosia patologica, isolamento da amici e famiglia;

Economica ➔ controllo o limitazione del denaro, impedimento a lavorare o ad avere un conto autonomo, intestazione fittizia di beni o aziende, sottoscrizione forzata di assegni e finanziamenti, omesso versamento del contributo al mantenimento;

Stalking / Cyberstalking ➔ Controlli continui del telefono, pedinamenti, messaggi persecutori, geolocalizzazione;

Sessuale ➔ qualsiasi atto o contatto sessuale non consensuale;

La violenza non è solo spinte, schiaffi, strattonamenti, lesioni, divieto di muoversi liberamente ma anche...



Vola solo chi osa

a global voice for women

Soroptimist International d'Italia



GODITI LA RELAZIONE

- Accetta le tue amiche, i tuoi amici e la tua famiglia
- Rispetta le tue decisioni, i tuoi desideri e i tuoi gusti
- Ha fiducia in te
- È felice quando ti senti realizzata
- Si assicura del tuo accordo su ciò che fate insieme



FAI ATTENZIONE / DÌ STOP

- Ti fa dei ricatti se ti rifiuti di fare qualcosa
- Sminuisce le tue opinioni e i tuoi progetti
- Si prende gioco di te in pubblico
- È costantemente geloso e possessivo
- Ti manipola
- Controlla le tue uscite, i tuoi vestiti, il tuo trucco
- Ti controlla il telefono, le email, le applicazioni
- Insiste affinché gli invii foto intime
- Ti costringe a guardare film porno
- Ti isola dalla tua famiglia e dai tuoi cari
- Va su tutte le furie se qualcosa non gli va bene
- Ti umilia e ti tratta da pazza quando gli fai delle critiche/rimproveri



PROTEGGITI / CHIEDI AIUTO

- Minaccia di pubblicare le tue foto intime
- Minaccia di suicidarsi a causa tua
- Ti spinge, ti afferra, ti strattona o ti dà uno schiaffo
- Ti colpisce
- Ti palpeggia senza il tuo consenso
- Ti obbliga ad avere rapporti sessuali
- Ti minaccia con un'arma

Vola solo chi osa

Riconoscere i segnali di una relazione tossica

Intensità

Esagerare con i gesti, insistere perché le cose si facciano subito serie, sommergerti di messaggi e di e-mail

Gelosia

Impedirti di parlare con persone dell'altro sesso, insistere di conoscere dettagli privati della tua vita, oltrepassare i limiti personali

Controllo

Controllo non consentito del telefono o della email, limitazioni del tuo abbigliamento e comportamento, presentarsi ad eventi personali non invitato

Isolamento

Impedirti di vedere gli amici o la famiglia, assorbire tutto il tuo tempo libero, parlare male dei tuoi contatti sociali

Critiche

Fare commenti negativi sul tuo aspetto, sminuire le tue capacità, non rispettare la tua opinione, mettere costantemente in discussione la tua personalità

Manipolazione

Nascondere occasionalmente le tue cose o mentirti insistentemente facendoti credere di essere pazza, farti perdere giorni di scuola o lavoro

Accuse

Renderti responsabile e incolparti dei suoi problemi, rifiutando la propria responsabilità

Collera

Gravi sbalzi d'umore, reazione eccessiva ai problemi con scoppi d'ira incontrollabili, pressione sessuale, ansia

READ THE SIGNS

Riconosci i segnali di una relazione tossica



Vola solo chi osa

Riconoscere i segnali di una relazione tossica









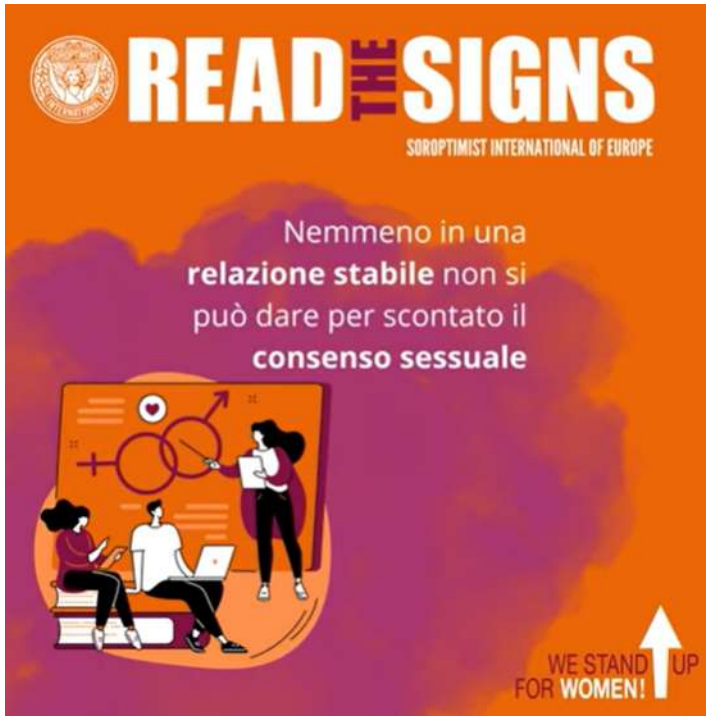


Vola solo chi osa

Riconoscere i segnali di una relazione tossica







Vola solo chi osa

LEGGI I SEGNALI della cyberviolenza

La cyberviolenza colpisce in modo particolare le donne: nell'Unione Europea, a partire dai 15 anni, ne è vittima una donna su 10. L'imponente progresso della tecnologia ha portato con sé un aumento dell'esposizione di donne e ragazze alla violenza digitale.

La denuncia, purtroppo, costituisce ancora un problema: la maggior parte delle vittime si isola, si vergogna e non denuncia, cosa che diminuisce l'attenzione della società verso il fenomeno e rafforza l'impunità dei responsabili.

L'impatto della cyberviolenza sulla salute mentale è profondo e porta a un aumento dell'ansia, della depressione e dell'isolamento sociale.

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

Vola solo chi osa

RIMANI AL SICURO IN RETE

NON CONDIVIDERE MAI LA TUA PASSWORD CON QUALCUNO
Tieni le tue password al sicuro. Utilizza un gestore di password sicuro e affidabile.

PENSA PRIMA DI CLICCARE
Un solo clic incauto può mettere a rischio i tuoi dati sensibili.

FAI ATTENZIONE A CIÒ CHE SCARICHI
Evita di scaricare applicazioni o software che sembrano sospetti. Potrebbero essere causa di malware.

FAI ATTENZIONE A CIÒ CHE PUBBLICHI
Ricorda: ciò che pubblichi su Internet può rimanere lì per sempre.

DENUNCIA GLI ABUSI
Se subisci una violenza informatica, segnalala al gestore del sito o alle autorità competenti.

RIMANI INFORMATA ED ISTRUISCI GLI ALTRI
Continua ad informarti sulla violenza in rete e istruisci gli altri su come rimanere al sicuro in rete. Condividi questi consigli con amici, familiari e con la tua comunità online.



CHIAMA IL 1522

LEGGI I SEGNALI della cyberviolenza

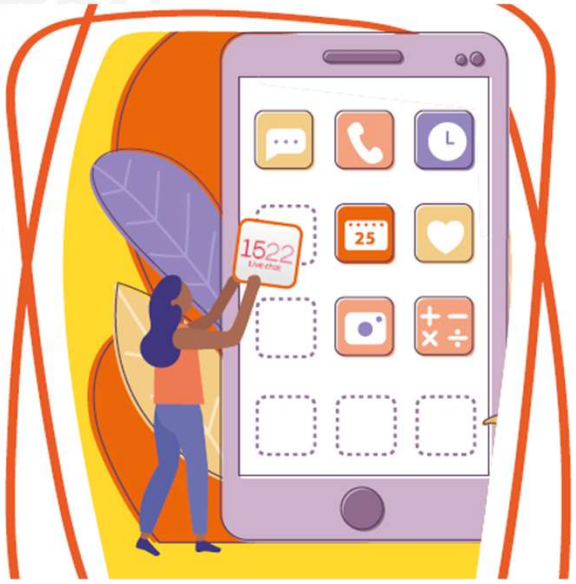


Vola solo chi osa

Il numero antiviolenza 1522

Il 1522 è il numero telefonico di servizio pubblico promosso dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento per le Pari Opportunità. Il numero, gratuito, è attivo 24 h su 24, per tutti i giorni dell'anno ed è accessibile dall'intero territorio nazionale gratuitamente, sia da rete fissa che mobile, con operatrici specializzate che accolgono le richieste di aiuto e sostegno delle vittime di violenza e stalking, garantendo il completo anonimato per favorire l'emersione del fenomeno della violenza intra ed extra familiare a danno delle donne.

Le operatrici telefoniche dedicate al servizio forniscono una prima risposta ai bisogni delle vittime di violenza, offrendo informazioni utili e un orientamento verso il centro antiviolenza più vicino o i servizi socio-sanitari pubblici e privati presenti sul territorio nazionale.



Contatti Utili e Numeri d'Emergenza

1522 Numero Antiviolenza e Stalking (Gratuito, attivo 24/7, multilingue, non appare in bolletta).

112 Numero Unico di Emergenza per interventi immediati.

App 1522 / Chat online gratuita Per chi non può parlare al telefono (ricordare che è possibile chattare in modo anonimo su 1522.eu)

App YouPol L'app, gratuita, permette di trasmettere in tempo reale messaggi ed immagini agli operatori della Polizia di Stato.

Vola solo chi osa

Il centro antiviolenza ad Asti

Ad Asti è presente il centro antiviolenza 'L'orecchio di Venere', gestito dalla Croce Rossa Italiana, e sito in Via Ugo Foscolo 7.



L'ORECCHIO DI VENERE



CROCE ROSSA ITALIANA
Comitato Provinciale di Asti
Via Ugo Foscolo, 7
14100 – ASTI

Vola solo chi osa

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

La stanza per le audizioni protette

Il Soroptimist Club di Asti ha finanziato nel 2017 la 'Stanza tutta per sé' all'interno della Caserma dei Carabinieri: è un'aula per le audizioni protette, in cui le vittime di violenza possono essere ospitate e sporgere denuncia, in un ambiente familiare e non 'asettico'.

In Italia, i Club Soroptimist hanno finanziato ad oggi più di 300 stanze presso le Caserme dei Carabinieri, le Questure e stazioni della Polizia sul territorio nazionale



Cosa succede adesso?
Cosa succede in questa stanza?

Ascolto riservato Parlare con le Forze dell'Ordine in questo spazio serve a raccogliere la tua testimonianza nel rispetto dei tuoi tempi. Puoi chiedere di essere ascoltata direttamente dal pubblico ministero che dirige le indagini.

Valutazione del rischio Verrà analizzata subito la tua situazione per capire se sei in pericolo immediato.

Attivazione della rete Se lo desideri e se necessario, verrai messa subito in contatto con un Centro Antiviolenza della zona.

Vola solo chi osa

Gli aiuti alle vittime di violenza

Le vittime di violenza possano beneficiare di:

- Congedo indennizzato per lavoratrici del pubblico e del privato (art. 24, d.lgs 15/06/2015 n. 80)
- Esenzione del ticket sanitario per un anno - DVGI - (deliberazione Giunta Regionale 6 marzo 2017)
- Concessione del reddito di libertà per le donne vittime di violenza (circolare INPS n. 166 del 08/11/2021)
- Assistenza Legale (gratuito patrocinio svincolato dal reddito)
- Permesso di soggiorno per motivi di giustizia (art. 18 bis)
- Accompagnamento per la richiesta del codice necessario per l'assistenza sanitaria
- GREVIO - Piano di rientro per la morosità incolpevole delle donne vittime di violenza economica
- Assegno di inclusione a rilascio del Comune di residenza
- Microcredito di libertà, microcredito dell'emancipazione economica delle donne vittime di violenza.

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

Vola solo chi osa

E infine… impariamo ad essere forti e a pensare positivo!

Se siamo in grado di conoscere meglio i principi fondamentali dello stare bene, cioè sentimenti e stati d'animo come l'ottimismo, l'autostima, che vanno ad influenzare moltissimo il nostro agire, possiamo migliorare la nostra comprensione di varie situazioni fragili della vita, inclusa la manipolazione, la prevaricazione del nostro partner e possiamo identificare le aree in cui il nostro benessere mentale richiede un aggiustamento sia nell'ambito delle nostre interazioni con amici, familiari e/o colleghi che nelle nostre relazioni amorose.

- L'**ottimismo e la fiducia in sé stessi** aiutano a sviluppare una visione positiva della vita e a rafforzare la capacità di affrontare le difficoltà.
- L'**autostima** consente di riconoscere il proprio valore, migliorando resilienza, relazioni e qualità della vita.
- La **consapevolezza** favorisce l'ascolto di sé e dei propri bisogni attraverso l'attenzione al momento presente.
- Il **prendersi cura di sé** attraverso sane abitudini, equilibrio tra mente e corpo e attenzione al proprio benessere rappresenta una base essenziale per la salute psicofisica e l'autonomia personale.

Domande?

Grazie per l'attenzione

NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522

Vola solo chi osa