

codice donna difesa rosa

Il pericolo, a volte, si può prevenire con piccoli e semplici accorgimenti. Modifiche comportamentali per evitare situazioni di pericolo e di rischio.

In questo piccolo manuale sono raccolti consigli ed indicazioni pratiche su come prevenire ed affrontare i pericoli in cui le donne possono incappare nella quotidianità della vita.

Piccoli suggerimenti semplici da applicare, consigli su come prevenire situazioni di rischio, su come lanciare l'allarme in caso di pericolo, su come reagire se si viene aggredite, e poi indicazioni sulle leggi in vigore e i numeri d'emergenza da tenere sempre a portata di cellulare

CONSIGLI PRATICI PER LA TUA SICUREZZA

Questo piccolo manuale è una tappa del cammino che la nostra associazione porterà ad affrontare la questione della nostra sicurezza in tutti i suoi aspetti, valorizzando sempre un approccio pragmatico, informativo, di aiuto e supporto concreto.

Perché essere sicure significa essere libere.

REGISTRA I NUMERI DI EMERGENZA NELLA RUBRICA DEL CELLULARE: Fai in modo di poterli chiamare con facilità, ad esempio usando i tasti di selezione rapida.

EVITA SITUAZIONI E LUOGHI DOVE È IMPOSSIBILE CHIEDERE AIUTO. In circostanze di rischio non evitabili, prendi sempre opportune precauzioni.

MANTIENI SEMPRE ALTO IL TUO LIVELLO DI ATTENZIONE, anche nelle situazioni di routine, come al supermercato, al parcheggio, o alla fermata del bus.

EVITA SITUAZIONI VERBALI. Se sei coinvolta in un diverbio, mantieni la distanza fisica dai tuoi oppositori.

NON ASSUMERE ALCOOL O DROGHE: ti rendono più vulnerabile ed esposta a possibili pericoli; non cedere mai all'emozionalità, mantieni sempre il controllo razionale della situazione.

IN CASO DI AGGRESSIONE, LANCIA SEMPRE L'ALLARME. Non ti vergognare, non sei stata tu la causa di un'aggressione.

CHIEDI AIUTO IN MODO DIRETTO ED EFFICACE grida "al fuoco" o "polizia"

NON SOPRAVALUTARE MAI LE TUE CAPACITÀ DI DIFESA. Non pensare che l'altro pensi o agisca come faresti tu. L'obiettivo è sempre salvare la vita, se vieni aggredita cerca di scappare, lancia l'allarme, per esempio, con un fischietto che è bene avere sempre con se, come lo spray al peperoncino o la lacca per i capelli. Se necessario colpiscilo con calci ai genitali, quindi scappa e chiedi aiuto.

NON FARE MAI L'AUTOSTOP E NON DARE PASSAGGI A SCONOSCIUTI.

SEI IN AUTOBUS, TRAM, METRO.....

Tieni il cellulare, l'Ipod, e il portafoglio nelle tasche dei jeans o nelle tasche interne della giacca. Fai attenzione, gli scippatori professionisti sono spesso ben vestiti e talvolta donne, reagisci sempre! Il ladro sarà intimorito se tu, accorgendoti del furto, lancerai l'allarme.

Nota: il cellulare, se denunciato, può essere ritrovato.

SEI AL RISTORANTE..... sei rilassata ed ai un basso livello di attenzione al pericolo, borsa e giacca lasciali in guardaroba

SEI IN STAZIONE..... sei ingombra di bagagli, ti distrai per comprare il biglietto o guardare gli orari, tieni sempre la valigia o la borsa a contatto fisico, per esempio tra le gambe.

SEI IN AUTO..... sei ferma e qualcuno ti chiede un'informazione, ti senti sicura nel tuo abitacolo, la tua borsa e' sul sedile del passeggero, oppure sei in movimento e qualcuno ti segnala un guasto alla tua macchina (per esempio una ruota bucata) come prevenire: chiudi sempre gli sportelli dell'auto. Non lasciare la borsa sul sedile del passeggero, non scendere mai dall'auto per rispondere a una richiesta di aiuto, non fermarti mai in zone isolate, fermati solo dove ci siano altre persone, in caso di dubbio chiedi aiuto per telefono.

SEI AL BANCOMAT..... non rispondere al telefono mentre fai il prelievo, tieni d'occhio la borsa, non rispondere alla richiesta di informazione dei passanti, fai attenzione a chi ti sta accanto.

SEI AL PARCHEGGIO DI UN SUPERMERCATO..... hai uno scarso livello di attenzione: non lasciare mai la borsa sul sedile mentre carichi la spesa nel bagagliaio, tieni sempre gli oggetti di valore addosso e la borsa a tracolla, non lasciare il carrello con la spesa pagata incustodito.

SEI AL MERCATO..... situazione rilassata, sei attenta alla merce che acquisti e non alla borsa. Tieni sempre la borsa chiusa e davanti al corpo, e se possibile il portafoglio nelle tasche interne della giacca.

SEI AL PARCO..... fai jogging o passeggi. Tieni sempre alta l'attenzione, non andare mai al parco in orari poco frequentati, evita di fare sempre lo stesso percorso, di metterti gioielli, di isolarti con l'Ipod
Se sei in una situazione di isolamento, sei in una condizione di rischio. Le conoscenze "occasionalni" possono essere una forma di pericolo. In caso di attacco fisico colpisci l'aggressore ai genitali o al viso.

SEI IN UN SOTTOPASSO..... non attraversarlo mai da sola o al buio, se non puoi evitarlo, stai sempre al centro, mai rasente al muro.

TI SENTI SEGUITA.....

Ferma un vigile o un poliziotto

Entra in un bar

Non portare con te molto denaro e se non puoi distribuiscilo in tasche e portafogli diversi in caso di aggressione consegna il portafoglio con pochi soldi.

Tieniti sempre in luoghi e strade illuminate.

Sui mezzi pubblici cerca di sederti vicino al conducente.

Telefona subito a qualcuno per allertarlo della situazione.

Preferisci le scale all'ascensore.

Non esitare a chiamare il 112 o il 113.

IN CASO DI EMERGENZA CHIAMA.....

Carabinieri 112

Polizia 113

Pronto soccorso 118

STRUMENTI LEGALI PER LA DIFESA PERSONALE

Ricorda che il primo obiettivo è metterti in salvo. I corsi di auto-difesa a come reagire fisicamente all'aggressione nel caso non riesci ad evitare il confronto.

Alcuni prodotti "domestici" o alcuni strumenti pensati appositamente per la difesa personale possono rivelarsi di grande utilità per mettere temporaneamente in difficoltà l'aggressore ed avere il tempo di scappare e chiedere aiuto.

ALCUNI ESEMPI:

Fischietto portalo con te e tienilo a portata di mano quando esci da sola la sera può servirti a lanciare l'allarme e far scappare l'aggressore.

Lampada alogena : una lampada alogena tascabile può avere il potere di accecare l'aggressore.

Lacca per capelli: una bomboletta tascabile può essere utile, spruzzala negli occhi dell'aggressore lo accecherai il tempo necessario per la fuga.

Spray al peperoncino: per essere legale in Italia, il principio attivo non deve superare il 10%; il peperoncino crea un'irritazione alla pelle e alle mucose, nel caso sia spruzzato sul viso provoca tosse, forte lacrimazione agli occhi, gli effetti si esauriscono dopo diversi minuti

Se purtroppo hai subito violenza sessuale, ricorda che le principali prove dell'identità dell'aggressore si trovano sul materiale biologico rinvenibile sul tuo corpo e sugli indumenti indossati durante l'aggressione. Se non te la senti di andare subito dalla polizia a denunciare l'aggressione, arrivata a casa chiama un centro anti-violenza: riceverai soccorso psicologico e legale.

ANTI-VIOLENZA DONNA 1522

Nota: il decreto legge approvato dal governo il 20 febbraio 2009 prevede tra l'altro l'obbligatorietà della custodia cautelare in carcere per il reato di violenza sessuale e la violenza sessuale di gruppo.

A tutte le vittime di stupro viene inoltre garantito il gratuito patrocinio a spese dello stato.

Viene inoltre introdotto nell'ordinamento il reato di "atti persecutori" (così detto "stalking") per sanzionare minacce e molestie reiterate che potrebbero evolversi in violenza sessuale o omicidio. Sanzioni ancora maggiori se il reato è commesso dall'ex partner o nei confronti di soggetti particolarmente vulnerabili.

Che cosa prescrive la legge:

La modifica della legge sulla legittima difesa avvenuta il 13 febbraio 2006, e' stata una grande battaglia

Legge sulla legittima difesa

Legge 13 febbraio 2006, N° 59- modifica dell'art,52 del codice penale in materia di diritto all'autotutela in un privato domicilio-g.uff.N°51 del 02-03-2006

La legge ha aggiunto un secondo e un terzo comma al testo dell'art. 52 codice penale, che ora e' formulato come segue.

ART 52 C.P. DIFESA LEGITTIMA

- 1) non e' punibile chi ha commesso il fatto per esservi costretto dalla necessità di difendere il diritto proprio o altrui contro il pericolo attuale di una offesa ingiusta, sempre che la difesa sia proporzionata all'offesa.
- 2) Nei casi previsti DELL'ART 614 primo e secondo comma, sussiste il rapporto di proporzione di cui al primo comma del presente articolo se taluno legittimamente presente in uno dei luoghi ivi indicati usa un'arma legittimamente detenuta o altro mezzo idoneo al fine di difendere:
 - a) la propria o altrui incolumità;
 - b) i beni propri o altrui, quando non vi è desistenza e vi è pericolo d'aggressione;
- 3) La disposizione di cui al secondo comma si applica anche nel caso in cui il fatto sia avvenuto all'interno di ogni altro luogo ove venga esercitata un'attività' commerciale, professionale o imprenditoriale.