

Violenza domestica

[Cos'è la violenza domestica?](#)

[Consulenza e protezione per le vittime](#)

[Aiuto per persone violente](#)

[Bambini e giovani](#)

[Violenza sessuale](#)

[Violenza psicologica](#)

[Stalking](#)

[Diritto di soggiorno](#)

[Matrimonio forzato e mutilazione genitale femminile](#)

Cos'è la violenza domestica?

La violenza domestica è la violenza praticata nella famiglia o nella relazione di coppia. Causa dolore fisico e psicologico. La violenza domestica è vietata in Svizzera.

Cos'è la violenza domestica?

La violenza domestica comprende forme di abuso fisico, psicologico, sessuale ed economico. Si verifica nella relazione di coppia o in famiglia: tra persone sposate o persone che sono, o sono state, una coppia. Indipendentemente dal fatto che convivano o meno. Anche la violenza tra genitori e figli o tra altri membri della famiglia come fratelli e sorelle, nonni e nonne, zii e zie è considerata violenza domestica. Esistono diverse forme di violenza domestica. Spesso le diverse forme si verificano contemporaneamente.

Alcuni esempi: picchiare, minacciare, insultare, intimidire, stringere le mani al collo, rinchiudere in casa, tirare per i capelli, controllare, vietare di telefonare, forzare ad avere rapporti sessuali, imporre un matrimonio, prendere soldi, trascurare.

La violenza domestica spesso segue un ciclo. Si sviluppa come una spirale che diventa sempre più vorticoso. All'inizio nella relazione sorgono delle tensioni. Segue poi un'esplosione di violenza. Successivamente arrivano la pace, la riconciliazione e il pentimento. In seguito si accumulano nuove tensioni e avviene un nuovo episodio di violenza. Uscire da un ciclo di violenza è difficile e senza sostegno spesso è impossibile. È importante ricevere aiuto.

Una particolare forma di violenza domestica è la cosiddetta violenza da separazione. Le separazioni sono eventi drastici della vita. Prima, durante e dopo una separazione il rischio di subire violenza domestica aumenta quindi notevolmente. Nelle situazioni di separazione la violenza può manifestarsi anche nelle relazioni di coppia che fino a quel momento non hanno mai conosciuto gravi conflitti di coppia o violenza domestica. I conflitti legati alla separazione possono intensificarsi fino a sfociare in una violenza grave o con conseguenze mortali. Per le persone colpite è importante avere sostegno durante le situazioni di separazione.

Chi colpisce?

Molte persone in Svizzera sono vittime di violenza in famiglia o nella relazione di coppia.

La violenza domestica riguarda tutte le classi sociali e tutti i gruppi di età e può colpire **chiunque**.

La violenza può rappresentare un rischio per la salute e avere come conseguenze malattie mentali e psicosomatiche.

La violenza domestica sottopone i figli a un carico e può avere pesanti conseguenze sul loro sviluppo. Non soffrono solo quando sperimentano direttamente la violenza, ma anche quando assistono alla violenza tra i genitori. I figli esposti alla violenza hanno quindi bisogno di sostegno.

La violenza non è una soluzione – mai.

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/hausliche-gewalt

Consulenza e protezione per le vittime

Diversi centri supportano le vittime di violenza domestica. Generalmente la consulenza è confidenziale e gratuita e, se necessario, con un servizio di traduzione. È importante ricevere aiuto!

Importante

Ogni persona ha il diritto di vivere una vita senza violenza. Spesso per le vittime è difficile cercare aiuto o parlare della situazione. Una persona di fiducia, la polizia o un centro di consulenza possono aiutare.

Dove posso trovare aiuto?

In caso di pericolo o di minaccia concreta viene in aiuto la **polizia** (117).

La **Casa protetta Argovia-Soletta** (Frauenhaus Aargau-Solothurn) offre protezione, consulenza e alloggio a donne con o senza figli. È a disposizione 24 ore su 24 (062 823 86 00).

Tutte le vittime (anche uomini) possono trovare consulenza qui:

Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch

Il centro offre consulenza e informazioni alle persone che subiscono violenza in famiglia e ai loro familiari. L'aiuto fornito è gratuito. Si possono decidere i passi successivi insieme a uno specialista. I dipendenti sono tenuti alla riservatezza. Ciò significa che non sono autorizzati a informare nessuno dei colloqui. Nemmeno la polizia.

Centro di consulenza contro la violenza domestica (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt), 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Questo centro contatta le persone vittime di violenza dopo un intervento della polizia e offre consulenza. Possono rivolgersi anche vittime che non hanno richiesto un intervento della polizia, familiari, vicini, superiori ecc. La consulenza è gratuita e confidenziale.

Tel. 143 – La mano tesa (Tel 143 - Die Dargebotene Hand), 143 (24h), numero verde in inglese 0800 143 000, www.143.ch

Telefono amico per tutti. Parlarne aiuta!

ZwüscheHalt, 056 552 08 70 (Zurigo), www.zwueschehalt.ch

ZwüscheHalt a Zurigo, Berna e Lucerna offre alloggio e consulenza a uomini vittime di violenza con o senza figli. È richiesto un contributo economico.

I bambini hanno il diritto di vivere una vita senza violenza. Esistono speciali offerte di consulenza dedicate a loro. Le trova qui.

www.kinderschutz.ch/angebote/beratungs-und-meldestellen

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/beratung-und-schutz-fur-betroffene

Aiuto per persone violente

Chi ferisce fisicamente o psicologicamente deve assumersi la responsabilità e cercare aiuto. Con le consulenze si può imparare a cambiare il proprio comportamento.

Importante

Ha paura di perdere il controllo e urlare, picchiare o minacciare un'altra persona? A volte non sa come gestire la sua rabbia? Mostri coraggio e cerchi aiuto. La violenza in Svizzera è vietata e viene punita.

Dove posso trovare aiuto?

Programma educativo contro la violenza domestica (Lernprogramm gegen Häusliche Gewalt), 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Questo programma educativo insegna alle persone violente come risolvere i conflitti senza violenza. Si svolge in gruppi e si rivolge a persone di età superiore ai 18 anni. In certi casi è possibile seguire il percorso anche in modo individuale. In caso di necessità è possibile richiedere un servizio di traduzione.

Tel. 143 – La mano tesa (Tel 143 - Die Dargebotene Hand), 143 (24h), numero verde in inglese: 0800 143 000, www.143.ch

Chiunque abbia bisogno di parlare immediatamente con una persona, può contattare il Tel. 143 – La mano tesa. C'è sempre qualcuno disponibile. Anche di notte. Il servizio è anonimo.

La violenza non è una soluzione – mai.

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/hilfe-fur-gewalt-ausubende-personen

Bambini e giovani

I bambini e i giovani esposti alla violenza in casa hanno bisogno di aiuto. Hanno il diritto di vivere una vita senza violenza.

Importante

Quando i bambini e i giovani sono esposti alla violenza domestica, il loro sviluppo ne risente negativamente. Anche quando la violenza non è rivolta direttamente contro di loro. Alcuni soffrono in silenzio, altri mostrano diversi sintomi. Per esempio: difficoltà a scuola, enuresi notturna, mal di testa, disturbi alimentari o del sonno, problemi a relazionarsi con i coetanei o aggressività.

Dove possono trovare aiuto bambini e giovani?

Per i bambini e i giovani esposti alla violenza in casa è importante poterne parlare con qualcuno al di fuori della famiglia. Per esempio: insegnanti, assistenti sociali scolastici, tutor scolastici, genitori di amici o vicini.

I seguenti centri offrono assistenza a bambini, giovani e alle loro persone di riferimento:

Gruppo specializzato contro la violenza domestica del Servizio psicologico

scolastico (Fachteam gegen häusliche Gewalt des Schulpsychologischen Dienstes), 062 835 41 19, www.ag.ch/schulpsychologie

Gruppo di protezione dei minori dei due ospedali cantonali (Kinderschutzgruppen der beiden Kantonsspitäler), Aarau: 062 838 56 16, Baden 056 486 37 05

ask! – Servizio di psicologia per adolescenti (a partire dai 16 anni) (ask! – Jugendpsychologischer Dienst (ab 16 Jahren)), Aarau e Baden, 062 832 64 40 oppure online, www.beratungsdienste-aargau.ch

Centri di consulenza giovanile, coniugale e familiare (Jugend, Ehe- und Familienberatungsstellen), elenco dei centri per quartiere disponibile al sito www.jefb.ch

Pro Juventute, 147 (24h), www.147.ch

Si può chiamare Pro Juventute 24 ore su 24. Lo specialista non dice a nessuno della conversazione. Ascolta e aiuta nella ricerca di soluzioni. Chiamare Pro Juventute è gratuito. Non è necessario dare il proprio nome. È possibile contattare Pro Juventute anche via SMS, chat o e-mail.

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/kinder-und-jugendliche

Violenza sessuale

La violenza sessuale è ovunque: in pubblico, sul posto di lavoro, su Internet, ma anche nelle relazioni di coppia e in famiglia. Dopo uno stupro è importante sottoporsi a un controllo medico, anche se non si desidera sporgere denuncia alla polizia.

Cos'è la violenza sessuale?

La violenza sessuale si riferisce ad atti di natura sessuale che vengono forzati o imposti a qualcuno. Ad esempio: molestie sessuali o aggressioni sessuali, costrizione sessuale, abusi sessuali durante l'infanzia, sfruttamento sessuale o stupro. La violenza sessuale avviene anche su Internet. Ad esempio quando sui social media vengono diffusi senza consenso video o foto intimi della partner o del partner.

La violenza sessuale interessa tutte le classi sociali e tutti i gruppi di età e può colpire **chiunque**. La violenza sessuale in Svizzera è vietata e viene punita.

Importante

La maggior parte dei crimini sessuali non viene commessa da estranei, bensì da partner, ex partner, conoscenti, colleghi e colleghe. Spesso le vittime si vergognano e soffrono di sensi di colpa. Serve coraggio per cercare aiuto. Dopo uno stupro è importante sottoporsi a un controllo medico. È possibile sporgere denuncia alla polizia anche in un secondo momento.

Dove posso trovare aiuto?

Se lei o qualcuno che conosce ha subito violenza sessuale:

Visita medica

Si sottoponga a una visita medica possibilmente **entro 72 ore**.

- Per la visita medica e la documentazione delle lesioni può rivolgersi all'**ambulatorio del suo medico di famiglia**.
- Se non fosse raggiungibile, contatti il **numero d'emergenza medica dell'Argovia**, 0900 401 501 (3,23 CHF al minuto, rete fissa).

Visita medico-legale

- L'ospedale cantonale di Aarau offre visite di medicina legale gratuite per le vittime di violenza fisica o sessuale.
- I suoi dati vengono trattati in modo **confidenziale**.
- Vengono documentati gli effetti della violenza e vengono conservate le prove.
- Se lo si desidera, può rivolgersi al Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau).
- **Contatti:** Istituto di medicina legale per le vittime di violenza (Rechtsmedizinische Untersuchungsstelle für Gewaltopfer), 062 838 64 62.

Orari: Dal lunedì al venerdì 8-12 e 13:30-16. www.ksa.ch/gewaltopfer

Conservazione delle prove

- Se non può recarsi immediatamente in un ambulatorio medico o in un ospedale, conservi le prove, come gli indumenti, in un sacchetto di carta.
- Anche lo scambio di chat e di SMS può servire come prova. Conservi al sicuro questi dati.

Ulteriore supporto

- Il Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau) offre supporto legale e psicologico.
- Fornisce anche informazioni sui vantaggi e gli svantaggi di sporgere denuncia.
- I costi dei trattamenti preventivi sono a carico del centro di aiuto, indipendentemente dal fatto che lei sporga o meno denuncia.
- **Contatti:** Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90 oppure chat, www.opferberatung-ag.ch

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/sexualisierte-gewalt

Violenza psicologica

La violenza psicologica inizia spesso in modo insidioso. In genere, per molto tempo non viene identificata come tale né da chi la subisce né dalle persone vicine alla vittima.

Cos'è la violenza psicologica?

La violenza psicologica può essere una forma di violenza domestica. Comprende atti di violenza quali insulti, umiliazioni, intimidazioni, creazione di sensi di colpa, urla, minacce di morte, stalking, negligenza verso bambini o anziani, comportamenti di gelosia o terrore psicologico. È violenza psicologica anche distruggere oggetti o torturare animali domestici.

Sono forme di violenza psicologica anche quelle esercitate sul piano sociale ed economico. Esercitare forza e controllo gioca un ruolo importante.

- Violenza sociale: a una persona viene, per esempio, vietato di incontrarsi con familiari o amici. Oppure la persona viene controllata quando si incontra con colleghi di lavoro.
- Violenza economica: si vieta a una persona di lavorare oppure la si obbliga a lavorare. Le sue finanze sono controllate, limitate o confiscate oppure la persona è sfruttata finanziariamente.

Importante

La violenza psicologica riguarda tutte le classi sociali. È più difficile da riconoscere della violenza fisica. Ma in Svizzera è vietata anche la violenza psicologica e viene punita.

La violenza psicologica è spesso più sottile e meno visibile dall'esterno della violenza fisica, ma può avere conseguenze altrettanto gravi e potenzialmente fatali. Le vittime soffrono di bassa autostima, disturbi del sonno e dell'alimentazione, difficoltà di concentrazione e di rendimento, stati d'ansia o depressione. È importante ricevere aiuto in modo tempestivo.

Dove posso trovare aiuto?

In caso di pericolo o di minaccia concreta viene in aiuto la polizia (117).

I seguenti centri offrono consulenza e supporto gratuiti:

Centro di appoggio contro la violenza domestica (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt), 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90 oppure chat, www.opferberatung-ag.ch

Tel. 143 – La mano tesa (Tel 143 – Die Dargebotene Hand) (24h), 143, www.143.ch, numero verde in inglese 0800 143 000

Casa protetta per donne Argovia-Soletta (Frauenhaus Aargau-Solothurn), 062 823 86 00 (numero verde 24h), www.frauenhaus-ag-so.ch

ZwüscheHalt, 056 552 08 70 (Zurigo), www.zwueschehalt.ch (alloggio per uomini con o senza figli. È richiesto un contributo economico.)

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/psychische-gewalt

Stalking

Lo stalking è una forma di violenza molto stressante. È importante parlarne e chiedere consiglio. Cerchi aiuto il prima possibile!

Cos'è lo stalking?

In una coppia lo stalking spesso si verifica durante o dopo una separazione. Ma le stalker e gli stalker possono provenire anche dall'ambiente circostante, per esempio dalla cerchia di amici e di conoscenti, dal vicinato o dal lavoro.

Lo stalking ha molte sfaccettature. Alcuni esempi: guardare, osservare e seguire continuamente a casa o sul posto di lavoro, contattare ripetutamente a qualsiasi ora del giorno e della notte, inviare regali indesiderati, introdursi in casa per spiare. Spesso lo stalking avviene online. Le persone che fanno stalking utilizzano Instagram, TikTok, Snapchat, l'e-mail, i sistemi GPS ecc.

Chi colpisce?

Lo stalking riguarda tutte le classi sociali e può colpire **chiunque**. In una coppia lo stalking spesso si verifica durante una separazione. Molte delle vittime soffrono di stress costante e la loro vita quotidiana è gravemente compromessa.

Importante

In Svizzera lo stalking è vietato e viene punito.

Di seguito alcuni **consigli per le vittime**:

- Stabilire tempestivamente dei limiti coerenti in caso di contatti indesiderati o di molestie.
- Dire in modo chiaro e inequivocabile alla o allo stalker che non si vuole alcun contatto.
- Non rispondere mai ad altri tentativi di contatto.
- Segnarsi la data e l'ora di tutte le azioni di stalking.
- Conservare i regali e le fotografie.
- Scattare screenshot dei messaggi.
- Informare amici, vicini o datori di lavoro.

Dove posso trovare aiuto?

In caso di pericolo o di minaccia concreta viene in aiuto la polizia (117).

I seguenti centri offrono consulenza e supporto gratuiti:

Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch

Centro di consulenza contro la violenza domestica (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt), 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Protezione e alloggio:

La **Casa protetta Argovia-Soletta** (Frauenhaus Aargau-Solothurn) offre protezione, consulenza e alloggio a donne con o senza figli. È a disposizione 24 ore su 24 (062 823 86 00).

ZwüscheHalt, 056 552 08 70 (Zurigo), www.zwueschehalt.ch

ZwüscheHalt a Zurigo, Berna e Lucerna offre alloggio e consulenza a uomini vittime di violenza con o senza figli. È richiesto un contributo economico.

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/stalking

Diritto di soggiorno

Spesso le vittime di violenza domestica hanno paura di perdere il diritto di soggiorno in caso di separazione. È importante informarsi presso un centro di consulenza. Una consulenza non mette in pericolo il suo diritto di soggiorno!

Importante

Se ha ottenuto il suo diritto di soggiorno in Svizzera per matrimonio (ricongiungimento familiare) ed è vittima di violenza domestica, può rimanere in Svizzera anche dopo la separazione, a seconda della situazione.

Un soggiorno temporaneo fuori dal domicilio coniugale (per es. in una casa protetta per donne o a casa di amici) non comporta la perdita del permesso di dimora. Poiché la situazione legale in caso di separazione è complessa e ogni situazione è diversa, una consulenza può aiutare.

Inoltre è importante che ci siano prove degli episodi di violenza. Consigliamo quanto segue:

- Scattare fotografie delle lesioni, screenshot di minacce o di insulti ricevuti su WhatsApp, Facebook ecc.
- Conservi le prove in un luogo sicuro. Ad esempio in casa di un'amica o sul posto di lavoro.
- Metta a conoscenza della violenza qualcuno nel suo ambiente circostante, per esempio un amico, un collega di lavoro, un vicino o una persona della scuola.

Dove posso trovare aiuto?

In caso di domande sul diritto di soggiorno dopo una separazione può richiedere consulenza qui:

Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90 oppure via chat, www.opferberatung-ag.ch

Uno specialista le spiega l'attuale situazione legale e la supporta nei passi successivi. La consulenza è gratuita e riservata. Possibilità di un servizio di traduzione.

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/aufenthaltsrecht

Matrimonio forzato e mutilazione genitale femminile

In Svizzera il matrimonio forzato e la mutilazione genitale femminile sono vietati. Oltre agli uffici specializzati, anche i centri di aiuto alle vittime possono fornire supporto.

Cos'è il matrimonio forzato?

Se una persona si sposa sotto la pressione della famiglia e contro la propria volontà, si parla di matrimonio forzato. Se una persona rimane in un matrimonio contro la propria volontà, si tratta di unione coniugale forzata.

Esempi di coercizione sono: minacce (di morte), ricatti, pressioni psicologiche o violenza fisica.

Oltre alle donne, anche gli uomini possono essere obbligati a un matrimonio forzato.

Spesso le vittime dei matrimoni forzati hanno meno di 18 anni.

Importante

I matrimoni forzati sono vietati in Svizzera e vengono puniti.

Le persone obbligate a un matrimonio forzato sono in una situazione di estremo stress psicologico. Spesso ricevere aiuto professionale è di vitale importanza.

Dove posso trovare aiuto?

I seguenti centri assistono in modo confidenziale e gratuito le vittime e i professionisti:

Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch

Centro di competenza nazionale contro i matrimoni forzati, numero verde 0800 800 007, www.zwangsheirat.ch

Cos'è la mutilazione genitale femminile?

La mutilazione genitale femminile consiste nella lesione degli organi genitali femminili.

Ne esistono diverse forme e pratiche. Molte ragazze e donne soggette a questa pratica soffrono di problemi di salute e psicologici.

Importante

La mutilazione genitale femminile in Svizzera è vietata e viene punita. I genitori sono perseguibili penalmente anche se organizzano la mutilazione genitale della propria figlia al di fuori della Svizzera.

Dove posso trovare aiuto?

I seguenti centri offrono consulenza e supporto per le vittime e i professionisti:

Centro specializzato di salute sessuale dell'Argovia (Fachstelle Sexuelle Gesundheit Aargau), 062 822 55 22, www.seges.ch

Il centro specializzato ad Aarau assiste in modo confidenziale e gratuito le vittime e i professionisti.

Clinica ginecologica dell'ospedale cantonale di Aarau (Frauenklinik Kantonsspital Aarau), 062 838 50 63 oppure 062 838 50 70, www.ksa.ch

Consulenza, visite ginecologiche, deinfibulazione in gravidanza. Possibilità di organizzare un servizio di traduzione.

Caritas Svizzera, 041 419 23 55, www.caritas.ch

Caritas Svizzera assiste gratuitamente e in modo confidenziale le famiglie colpite.

Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch

Anche il Centro di consulenza per le vittime dell'Argovia può fornire supporto.

Ulteriori informazioni (link, indirizzi, opuscoli, fogli informativi)

www.hallo-aargau.ch/it/haeusliche-gewalt/zwangsheirat-und-madchenbeschneidung