

UNA RELAZIONE ABUSANTE SPESSO SEGUE QUESTE FASI:

IMPARA A RICONOSCERLE,
IMPARA A DIFENDERTI!



QUANDO UNA PERSONA ARRIVA
A FARTI VERGOGNARE, A UMILIARTI,
A FARTI SENTIRE INFERIORE,
SEI IN UNA RELAZIONE ABUSANTE
NON SEI SOLA E PUOI USCIRNE!

NON UNA DI MENO MILANO

[HTTPS://NONUNADIMENOMILANO.BLOG.WORDPRESS.COM/](https://nonunadimenomilano.blog.wordpress.com/)

f NON UNA DI MENO-MILANO
@ NONUNADIMENO.MILANO
@NONUNADIMENOMI
✉ NONUNADIMENOMILANO@GMAIL.COM

SE TI SPINGE, TI TIRA
UNO SCHIAFFO, UN PUGNO
O UN CALCIO, **QUESTA
È VIOLENZA FISICA.**
PARLA SEMPRE CON CHI
TI FIDI E TI STA VICINO
E RIVOLGITI A:



**CASA DI ACCOGLIENZA
DELLE DONNE MALTRATTATE
(CADMI):**

VIA PIACENZA 14, MI

☎ 02 550 155 19



CERCHI D'ACQUA ONLUS

VIA VERONA 9, MI

☎ 02 584 301 17

✉ INFO@CERCHIDACQUA.ORG

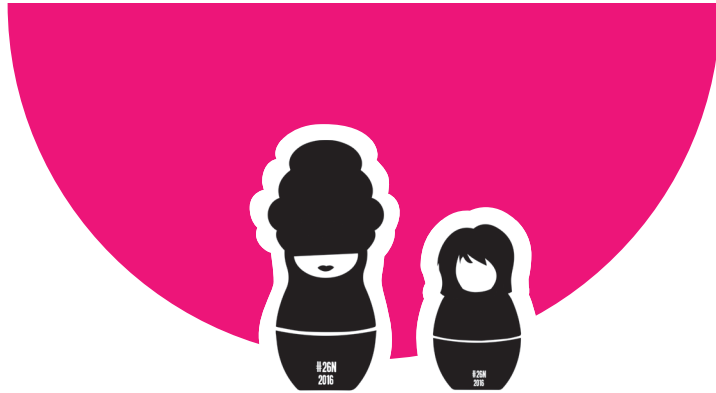
**SIAMO LA LUNA CHE
MUOVE LE MAREE
CAMBIEREMO IL MONDO
CON LE NOSTRE IDEE**



**PILLOLE
PER RICONOSCERE
E PREVENIRE**

LA VIOLENZA DI GENERE

**DALLA NOSTRA STORIA
DOBBIAMO IMPARARE,
DECIDERE DA SOLE E NON
DELEGARE!**



**QUANTE VOLTE HAI
SENTITO DIRE:**

- STAI COMPOSTA!
- NON FARE IL MASCHIACCIO!
- COMPORTATI DA BRAVA BAMBINA!
- NON SERVE IL PRESERVATIVO,
TANTO PRENDI LA PILLOLA!
- GUARDATI DALLE ALTRE!
- SE CONTINUI A COMPORTARTI
COSÌ, NON TI VORRÀ NESSUNO!

**SICURAMENTE QUESTE FRASI
CONDIZIONANO LA VITA DI
TUTTE, TUTTU E TUTTI.
RIFLETTERE SUGLI EFFETTI
CHE QUESTE PAROLE HANNO SU DI
TE, SU DI NOI, SUGLI AMBIENTI
IN CUI CRESCIAMO E VIVIAMO È
LA RAGIONE PER CUI ABBIAMO
SCRITTO QUESTE PILLOLE**

SEI TU A DECIDERE CHI SEI!

**ESSERE LIBERE SIGNIFICA
NON AVERE PAURA!**

TU BASTI A TE STESSA!

**IL CORPO PERFETTO
NON ESISTE, IL TUO È FAVOLOSO!**

**NON SEI LA META'
DI NESSUNA MELA**

LA SALUTE NON SI DELEGA

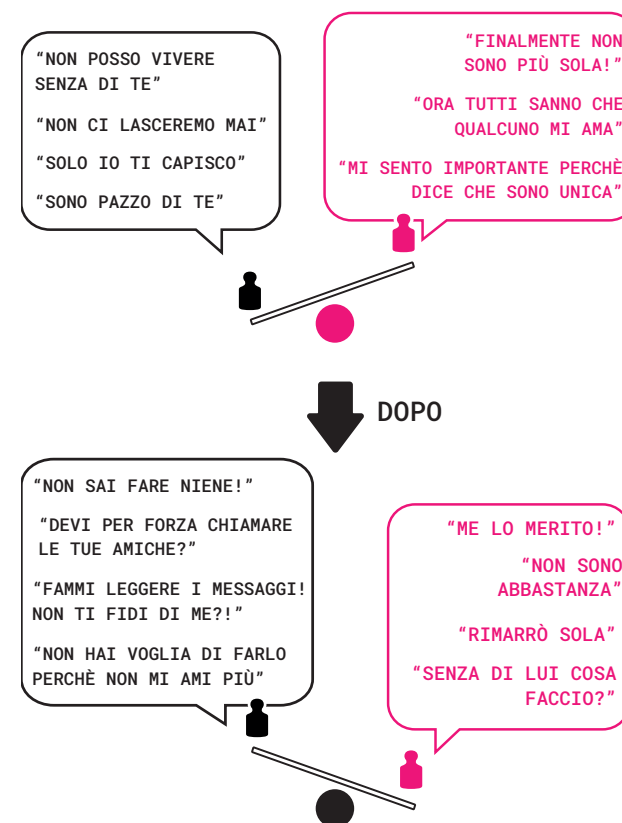
**UNA DONNA CHE LOTTA PER SE STESSA,
LOTTA PER TUTTE, TUTTU E TUTTI.**

**LA VIOLENZA ESISTE E LA
PRIMA ARMA DI UNA DONNA CHE
LOTTA È LA CONSAPEVOLEZZA!**

**LA VIOLENZA SI MANIFESTA CON
PAROLE, AZIONI, GESTI E SILENZI.**

LE ATTENZIONI ECCESSIVE E PLATEALI
ALL'INIZIO DI UN RAPPORTO SONO IL
SEGNALE DI UNA RELAZIONE NON SANA.

**IL VALORE CHE DAI A TE STESSA NON
PUO' PROVENIRE DA UN'ALTRA PERSONA**



**UN RAPPORTO CHE INVECE DI
FARTI CRESCERE TI DISTRUGGE
NON SI PUO' CHIAMARE AMORE**