

NUMERI UTILI

EMERGENZE

Polizia di Stato	113
Emergenza Medica	118
Vigili del Fuoco	115

POLIZIA di QUARTIERE

Centro	P.zza San Sepolcro, 9 Tel. 02806051
Sempione	Viale Certosa, 7 Tel. 023267121
Garibaldi - Venezia	Via Schiapparelli, 8 Tel. 026784131
Monforte - Vittoria	Via Poma, 8 Tel. 027541131
Porta Genova	P.zza Venino, 6 Tel. 02438007
Bonola	Via Falck, 12 Tel. 023393171
Comasina	Via Comasina, 36 Tel. 026406061
Porta Ticinese	Via Tabacchi, 6 Tel. 028330181
Città Studi	Via Cadamosto, 4 Tel. 022052101
Scalo Romana	Via Chopin, 52 Tel. 025253961
Mecenate	Via Quintiliano, 59 Tel. 02509941
Greco Turro	Via Perotti, 2 Tel. 026943451
Lambrate	Via Maniago, 36 Tel. 022100991
Lorenteggio	Via Primaticcio, 3 Tel. 024149999
Quarto Oggiaro	Via Satta, 6 Tel. 023327771
Villa San Giovanni	Viale Monza, 322 Tel. 0225725711

NUMERO VERDE NAZIONALE

1522



RICORDA:

ALLONTANA LA PAURA ROMPENDO IL SILENZIO

Questura di Milano
Via Fatebenefratelli, 11
Tel: 02 6226 1



Questura di Milano



10 CONSIGLI
PERCHÉ LA DONNA
NON SIA PIÙ VITTIMA
DI VIOLENZA

113

www.poliziadistato.it

www.poliziadistato.it

www.poliziadistato.it

SE SEI VITTIMA DI UNO STALKER

- 1** Se sei vittima di qualcuno che ti molesta non sentirti sola, rivolgiti immediatamente ad un UFFICIO di POLIZIA. Tali situazioni capitano frequentemente. Presso un Ufficio di Polizia troverai persone che ti ascoltano e se vorrai ti metteranno in contatto con dei centri specializzati.
- 2** Non tentare mai di negoziare con il molestatore, evita ogni forma di contatto o di comunicazione. Qualunque forma di contatto, anche se dissuasivo o limitato, può far sperare che la perseveranza un giorno sarà ricompensata da una relazione con la vittima.
- 3** Se ti accorgi di essere seguita, dirigi immediatamente verso un Ufficio di Polizia, non fare rientro a casa.
- 4** Tieni sempre con te il telefono cellulare. Utilizza la funzione chiamate rapide per contattare un familiare, un conoscente o il 113. Non rivelare informazioni personali come il tuo indirizzo, telefono o mail.
- 5** Conserva ogni forma di contatto con chi ti molesta, quali prove scritte, mail ed sms. Non distruggere, in un momento di sconforto i nastri della segreteria telefonica, i biglietti, le lettere, i regali. Stampa le mail o copiale su disco fisso. Registra le telefonate per giorno ed ora.
- 6** Cambia spesso le tue abitudini di vita, ovvero non fare sempre le stesse cose tutti i giorni alla stessa ora. Per esempio cambia spesso il percorso per andare a casa, al lavoro o a scuola. Parcheggia sempre in un posto sicuro e ben illuminato e fai attenzione ai veicoli che seguono, annotando i numeri di targa. Cerca se possibile di non viaggiare da sola.
- 7** Se sei sottoposta a condotte moleste da parte di un tuo collega, informa il tuo superiore (se non ricevi ascolto, parlane con un dirigente di grado più elevato).
- 8** Rendi sicure porte e finestre. Installa spioncini sulle porte ed un efficace sistema d'allarme.
- 9** Se sei vittima di una violenza e hai necessità di un supporto psicologico, oltreché legale, rivolgiti al numero 1522. Sarai messa in contatto con un centro antiviolenza presente nel tuo territorio.
- 10** Ricordati che se sei vittima di una violenza ed hai figli minori, è tuo dovere tutelarli.



Questura di Milano

www.poliziadistato.it

www.poliziadistato.it

www.poliziadistato.it