

Non sottovalutare il tuo stato d'animo: a volte il disagio può sfociare in situazioni più gravi e degenerare in episodi di violenza. Il Consultorio familiare può aiutarti.

*Ufficio federale per l'uguaglianza fra donna e uomo (UFU); Schede informative - Violenza domestica; A3 Basi - Dinamiche della violenza e strategie di intervento; Luglio 2021; pag. 5.

«I frequenti conflitti tra partner sono considerati un fattore di rischio rilevante per la violenza di coppia.»

«La violenza prettamente psicologica è associata a un maggiore rischio di futura violenza fisica.»

«Spesso il primo episodio di violenza fisica è preceduto da un'escalation nel corso della quale vengono superati altri limiti, ad esempio con l'aggressione verbale, l'atteggiamento ostile o il comportamento geloso e di controllo.»

Escalation dei conflitti di coppia*

Disagio familiare: i consigli della polizia

Prenditi una pausa: se sei arrabbiato/a, allontanati dalla situazione e prenditi tutto il tempo di cui hai bisogno; lascia la stanza e lascia che il/la tuo/a partner faccia lo stesso. Non continuare una conversazione accesa.

Evita alcol e droghe: evita le discussioni se uno di voi ha bevuto o è sotto l'effetto di droghe. Le cose possono rapidamente sfuggire di mano.

NUMERI URGENZE



117

POLIZIA

144

TICINO SOCCORSO

In caso di emergenza e di pericolo immediato



Aiuto alle persone vittime di violenza o in situazione di vulnerabilità. Accessibile 24 ore su 24, garantisce riservatezza.



Modello sviluppato dalla Polizia Città di Lugano, adattato dalla Polizia Città di Mendrisio

In collaborazione con:



Dipartimento delle istituzioni
Divisione della giustizia



«Possiamo offrirvi anche un ulteriore aiuto. Un luogo sicuro, confidenziale e imparziale dove troverai sostegno e accoglienza, grazie ai professionisti del Consultorio familiare di Mendrisio. Non sei sola, non sei solo.»

E ora? La nostra polizia prende sul serio il problema del disagio familiare. Vogliamo assicurarci che stiate tutti bene e aiutarvi ad affrontare le difficoltà. A questo proposito, un nostro agente ti contatterà nei prossimi giorni.

La lite ha superato il limite, così è arrivata la polizia. Sebbene sia normale avere dei disaccordi, la discussione dovrebbe sempre restare all'interno di confini accettabili per garantire il rispetto di tutte le persone coinvolte.

DIFFICOLTÀ IN FAMIGLIA? Un sostegno per affrontarla

A CASA TUTTO BENE?



CONSULTORIO
FAMILIARE

UN AIUTO
RISERVATO
CONFIDENZIALE
IMPARZIALE

QUANDO

La vostra coppia attraversa un momento difficile.

Non riuscite più a comunicare con il vostro partner o a farvi ascoltare.

Le relazioni in famiglia vi creano disagio.

Essere genitori mette in difficoltà il rapporto di coppia.

I vostri figli continuano a sentirvi litigare e questo nuoce alla loro salute.

La polizia è intervenuta e non ha constatato un reato.

PER COSA

Per esprimerti, essere ascoltato/a, riflettere sulla vostra situazione.

Per parlare dell'educazione dei vostri figli.

Per trovare le risorse necessarie a raggiungere un nuovo equilibrio.

COME

Rivolgendoti al Consultorio Coppia e Famiglia di Mendrisio **individualmente o in coppia.**

Consegnando questo **volantino**, fino a **tre incontri sono gratuiti.**

consultorio
coppia famiglia

Consultorio Coppia e Famiglia
Palazzo Pollini - vicolo Confalonieri 4
CH 6850 Mendrisio
tel: +41(0)91 646 04 14
ccf.mendrisio@coppiafamiglia.ch