



# SOROPTIMIST ALTO NOVARESE

**SI MOBILITA PER PREVENIRE  
LA VIOLENZA DOMESTICA**

# READ **THE** SIGNS

**Riconosci i segnali di una relazione tossica**

## **Intensità**

Esagerare con i gesti, insistere perché le cose si facciano subito serie, sommergerti di messaggi e di e-mail

## **Gelosia**

Impedirti di parlare con persone dell'altro sesso, insistere di conoscere dettagli privati della tua vita, oltrepassare i limiti personali

## **Controllo**

Controllo non consentito del telefono o della email, limitazioni del tuo abbigliamento e comportamento, presentarsi ad eventi personali non invitato

## **Isolamento**

Impedirti di vedere gli amici o la famiglia, assorbire tutto il tuo tempo libero, parlare male dei tuoi contatti sociali

## **Critiche**

Fare commenti negativi sul tuo aspetto, sminuire le tue capacità, non rispettare la tua opinione, mettere costantemente in discussione la tua personalità

## **Manipolazione**

Nascondere occasionalmente le tue cose o mentirti insistentemente facendoti credere di essere pazza, farti perdere giorni di scuola o lavoro

## **Accuse**

Renderti responsabile e incolparti dei suoi problemi, rifiutando la propria responsabilità

## **Collera**

Gravi sbalzi d'umore, reazione eccessiva ai problemi con scoppi d'ira incontrollabili, pressione sessuale, ansia

**NON ACCETTARE NESSUNA FORMA DI VIOLENZA - CHIAMA IL 1522**