




REGIONE AUTÓNOMA
DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA
DELLA SARDEGNA




COMMISSIONE
REGIONALE
PER LE PARI
OPPORTUNITÀ
TRA UOMINI E
DONNE

SA MERE SES TUE

{ Non sei sola,
riprendi in mano la tua vita

 1522

A close-up photograph of two hands reaching towards each other over a dark, textured asphalt surface. The hand in the foreground is out of focus, while the hand in the background is sharper. The text is overlaid in the center-left area.

**Noi ci
siamo,
ovunque
tu sia**

Centri antiviolenza in Sardegna

Nei Centri antiviolenza potrai essere accolta, **a titolo gratuito, insieme ai tuoi figli e alle tue figlie minori**, se hai subito violenza, sei vittima di stalking o sei esposta a minacce e/ o maltrattamenti, sia fisici che psicologici.

Gestiti da personale femminile, ti garantiscono ascolto multilingue, assistenza legale, supporto psicologico, percorsi di reinserimento ed orientamento al lavoro (Reddito di Libertà).

I Centri tutelano il tuo anonimato e la tua riservatezza e, nel caso tu ti senta in pericolo, possono ospitare te, i tuoi figli e le tue figlie, in case rifugio protette.

Aurora

Indirizzo: via dei Mille 61, Sassari
Telefono: 079 210311 - 800 042248
e-mail: progetto.aurora@portapertaonlus.it

Donna Ceteris

Sede Cagliari

Indirizzo: via Cimarosa 7, Cagliari
Telefono: 070 492400
e-mail: info@donnaceteris.org, stalking@donnaceteris.org,
centroceteris@libero.it
Web: www.donnaceteris.org

Donna Ceteris

Sede Quartu Sant'Elena

Indirizzo: via Irlanda 56, Quartu Sant'Elena

Telefono: 070 8675405

e-mail: info@donnaceteris.org, stalking@donnaceteris.org

Web: www.donnaceteris.org

Donna Eleonora

Indirizzo: via Tirso 8, Oristano

Telefono: 0783 71286

e-mail: info@centroantiviolenzaoristano.it

Web: www.centroantiviolenzaoristano.it

Donne al traguardo

Indirizzo: viale Merello 87/a, Cagliari

Telefono: 070 2080137 - 3337001356

e-mail: centroantiviolenza_dat@hotmail.it

Web: www.donnealtraguardo.it

Donne al traguardo - Ambito PLUS Carbonia

Indirizzo: via Giovanni Porceddu,12 (traversa via Filzi), Carbonia

Telefono: 800 984434

e-mail: donnealtraguardopluscarbonia@gmail.com

Donne al traguardo – Ambito PLUS Iglesias

Indirizzo: via Crocifisso, 90 (sede Alci), Iglesias

Telefono: 800 984434

e-mail: donnealtraguardoiglesias@gmail.com

Onda rosa

Indirizzo: via Sassari 49, Nuoro
Telefono: 0784 38883
e-mail: ondarosa.nuoro@tiscali.it
Web: www.ondarosanuoro.it

Prospettiva donna

Indirizzo: via delle Salicornie 5, Olbia
Telefono: 0789 27466 - 3311730915
e-mail: info@prospettivadonna.it
Web: www.prospettivadonna.it

Unione Comuni d'Ogliastra "Suor Giuseppina Demuro"

Indirizzo: via Pompei 27, Elini (Nuoro)
Telefono: 3666803601 – 3666803600
e-mail: centroantiviolenza@unionecomuniodgliastra.it (mail diversa, l'ho cambiata)
Web: www.comunedielini.gov.it

PLUS Carbonia

Indirizzo: via XVIII Dicembre, Carbonia
Telefono: 800 984434
e-mail: donnealtraguardopluscarbonia@gmail.com

Feminas - Centro Antiviolenza interdistrettuale degli Ambiti PLUS di Sanluri e Guspini

Telefono: 3807879876 Sede di Sanluri
Telefono: 3206874061 Sede di San Gavino
e-mail: cavfeminas.mediocampidano@koinoscoop.it

Centro antiviolenza dell'Unione dei Comuni del Marghine

Indirizzo: Macomer
telefono: 3450623614
e-mail: cavmarghine@portapertaonlus.it

Spazio Donna

Indirizzo: via Leonardo Tola n. 20, Ozieri
Telefono: 079 4124774
Cellulare: 3791241145
e-mail: coordinamentolares@hotmail.it

Mai più violate

Indirizzo: Tortoli
Telefono: 3450724180
e-mail: centroantiviolenza2012@gmail.com

Unione dei Comuni "I Nuraghi di Monte Idda e Fanaris" Sa Reina

Telefono: 3396882978
centroantiviolenzasareina@gmail.com

A hand is shown at the bottom left, holding a single feather. The feather is dark with light-colored veins and is positioned vertically. The background is a soft, out-of-focus sunset or sunrise over a body of water, with a gradient from light blue at the top to orange and yellow near the horizon. The text is overlaid on the right side of the image.

**Riprendi in
mano la tua
vita, conosci
i tuoi diritti**

A person wearing a light blue suit jacket is seated at a desk, writing in a notebook with a white pen. The desk also holds a smartphone and a laptop. The background is softly blurred, showing an office environment. The text 'Hai diritto al gratuito patrocinio legale' is overlaid in large white font on the left side of the image.

**Hai diritto
al gratuito
patrocinio
legale**

Assistenza legale gratuita

Tra le risorse a tua disposizione c'è anche il gratuito patrocinio legale, previsto dalla legge per le donne che hanno subito stalking, violenza sessuale, maltrattamenti, abusi, pratiche di mutilazione degli organi genitali.

{ Per maggiori informazioni contatta anche gli Ordini territoriali degli avvocati }

- **Cagliari** 070 308304
- **Oristano** 0783 72220
- **Nuoro** 0784 35445
- **Lanusei** 0782 694544
- **Sassari** 079 237713
- **Olbia-Tempio** 079 671370

A close-up photograph of several people's hands joined together in a circle, symbolizing unity and support. The hands are of various skin tones and are positioned in a way that suggests a collective effort or a shared goal. The background is softly blurred, focusing attention on the hands and the text overlaid on the image.

**Hai diritto a
recuperare
la tua
indipendenza**

Reddito di libertà

È una misura di sostegno specifica per le donne vittime di violenza domestica in condizioni di povertà.

Le azioni previste nel **progetto condiviso con te** sono diverse e possono integrarsi tra loro:

- erogazione di un sostegno economico
- rimborso delle spese legali
- accesso alle politiche attive del lavoro in materia di occupazione e di formazione
- avvio all'autoimpiego
- aiuto economico per favorire la mobilità geografica per sfuggire alla condizione di violenza
- sostegno per il raggiungimento dell'autonomia abitativa
- inserimenti lavorativi
- interventi a favore dei figli e delle figlie minori

Le **domande di accesso** al Reddito di Libertà possono essere presentate presso l'Ente gestore dell'Ambito PLUS di appartenenza.

Da novembre 2021 anche l'Inps eroga un contributo economico per le donne vittime di violenza.

Per maggiori informazioni visita il sito www.inps.it.

A silver laptop is open on a light-colored wooden desk. The laptop screen is dark, and the keyboard is visible. The text is overlaid on the left side of the laptop screen.

**Hai il diritto a
un congedo
retribuito dal
lavoro**

Congedo dal lavoro per violenza di genere

Se sei una lavoratrice dipendente del settore pubblico o privato o titolare di rapporto di collaborazione coordinata e continuativa (co.co.co), hai **diritto alla sospensione del rapporto di lavoro** per un massimo di tre mesi con retribuzione, anche con orario part time o a tempo determinato. Il congedo non è subordinato all'assenso del tuo datore di lavoro.

Per ottenerlo devi essere inserita nei percorsi certificati dai servizi sociali del Comune di appartenenza, dai Centri antiviolenza o dalle case rifugio (comma 1 e 2, articolo 24 del d.lgs. n. 80/2015)

Per chiedere aiuto



1522

Scarica le app dedicate:
1522 e YouPol

Il numero è:

 1522

- gratuito
- attivo 24 ore su 24 tutti i giorni
- accessibile da rete fissa e mobile
- multilingue
- garantisce l'anonimato

Puoi chiamare anche:

112 carabinieri

113 polizia di stato

118 pronto soccorso sanitario

Scarica le app dedicate: 1522 e YouPol

“

Puoi chiedere informazioni sul Centro antiviolenza a te più vicino anche ai Servizi sociali del tuo Comune o ai Servizi territoriali della Azienda Sanitaria (Consultori familiari) che lavorano in rete.

”



REGIONE AUTONOMA
DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA
DELLA SARDEGNA



COMMISSIONE
REGIONALE
PER LE PARI
OPPORTUNITÀ
TRA UOMINI E
DONNE

SA MERE SES TUE

Campagna informativa promossa
dalla IX Commissione Regionale per
la realizzazione della parità
tra uomini e donne

A cura del Servizio Comunicazione
istituzionale della Direzione
Generale della Presidenza

**Non sei sola,
riprendi in mano la tua vita**

 **1522**