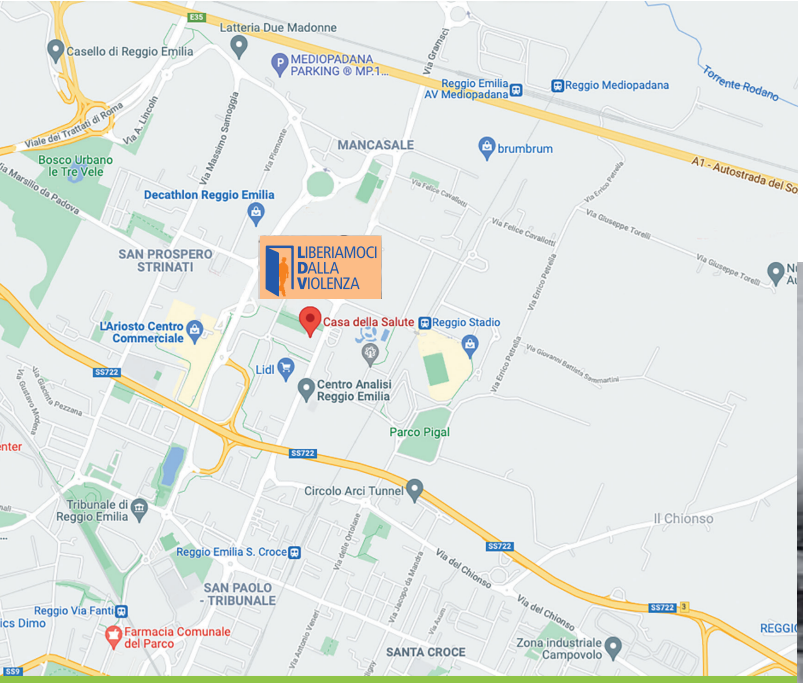

Il Centro **LDV**
è presso il Consultorio Familiare
U.O. Salute Donna Reggio Emilia
Casa della Salute Nord
Via Gramsci 54/L
42122 Reggio Emilia

L'ambulatorio riceve l'utenza nei giorni di lunedì e mercoledì solo su appuntamento.

È possibile contattare il Centro **LDV**:

- **telefonicamente**
al numero **0522-335630**
lasciando un messaggio in segreteria.
- via e-mail
all'indirizzo ldv@ausl.re.it

Regione Emilia-Romagna

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

LIBERIAMOCI DALLA VIOLENZA

centro di accompagnamento al cambiamento per uomini

Ci sono momenti...
In cui ***ti sei sentito in preda alla rabbia e ti sei trovato a sfogarla sulla tua compagna/partner?***
In cui ***ti sei pentito di quello che avevi appena fatto o detto alla persona a cui vuoi più bene?***
In cui ***ti sei accorto che la tua compagna o i tuoi figli avevano paura di te?***
In cui ***hai temuto di aver rovinato la tua relazione di coppia?***

La violenza è il problema non la soluzione

Forse è cominciato con uno schiaffo e un insulto. Qualche strattone. Poi sono arrivate le botte e anche peggio. Forse all'inizio hai pensato:***"Ora finalmente starà un po' zitta". "Finalmente mi starà ad ascoltare". "Mi lascerà in pace". O forse hai tentato qualche giustificazione:"Non ci far caso, ero arrabbiato", "Era una brutta giornata"***. Poi ti sei accorto che non era un semplice incidente. Che i problemi anziché scomparire peggioravano sempre più.
Sei arrivato fino al punto di riconoscere che questi comportamenti violenti potrebbero mandare in pezzi la tua vita e la tua relazione?

Occorre molto coraggio per chiedere aiuto

Contrariamente al senso comune, occorre molto coraggio per chiedere aiuto. Per non fingere che sia sempre colpa degli altri. Per non credere di bastare a se stessi. Occorre molta forza per non dare nulla per scontato e accettare il fatto che anche noi possiamo cambiare. E che il nostro cambiamento potrebbe migliorare le cose. Ci sono persone che possono accompagnarci lungo strade nuove in cui noi stessi e le persone alle quali vogliamo bene potranno tornare a respirare.

Riconoscere la propria violenza nelle relazioni di coppia

Molti uomini non ammettono di avere un problema con la violenza. Possono insultare o umiliare la compagna. Possono minacciarla, rinchiuderla in casa. Strattonarla o picchiarla, costringerla a fare del sesso quando lei non vuole. E, nonostante tutto questo, continuano a pensare di non essere violenti. O si rifugiano nell'idea di essere stati "provocati". Non si può risolvere un problema se si continua a negarlo.

Riconoscersi responsabili verso se stessi e verso gli altri

Liberarsi dalla violenza richiede un impegno lungo e faticoso. Ma è l'unica strada per affrontare realmente le difficoltà e trovare delle soluzioni alternative. Possiamo domandarci quello che noi possiamo fare per cambiare le cose. Lo dobbiamo a noi stessi, lo dobbiamo alle persone a cui vogliamo bene.

Liberiamoci della violenza (LDV)

Presso **LDV**, il Centro di accompagnamento al cambiamento per uomini, puoi trovare ascolto ed aiuto nella massima riservatezza. Il Centro offre un percorso terapeutico guidato da psicologi con esperienza nel lavoro con i problemi della violenza. Il Centro propone colloqui individuali e incontri di gruppo con persone che affrontano le tue stesse difficoltà. Non ci si libera mai da soli, ma insieme agli altri.

LIBERIAMOCI
DALLA
VIOLENZA
centro di accompagnamento al cambiamento per uomini