



ROMA  
CAPITALE



# Vademecum per la tua sicurezza



*Sicurezza, un lusso che oggi  
noi donne vogliamo permetterci*

PARTNER  
ISTITUZIONALE



PARTNER  
TECNICI



Il vademecum *“Vivere Sicuri si può”* è uno strumento importante per tutte le donne che ci spinge a riflettere sui comportamenti più sicuri da adottare in situazioni di rischio, ad essere sempre informate su cosa fare o chi contattare in caso di pericolo, a chi rivolgersi per aiuto o assistenza.

Ci suggerisce atteggiamenti per affrontare situazioni di rischio se abitiamo da sole, se siamo vittime di stalking o se viviamo in famiglia situazioni insostenibili e a rischio per la nostra incolumità, se viaggiamo da sole, se rientriamo tardi la sera o viviamo in quartieri isolati. I consigli derivano da suggerimenti di altre donne che hanno vissuto e superato le stesse situazioni di pericolo, dalle Forze dell’Ordine quotidianamente impegnate sul territorio, da un team esperto di psicologi ed avvocati coinvolti nel progetto. A sostegno del vademecum è stato realizzato il video *“Vivere sicuri si può”* a cura di Ada Guglielmucci.



“*Alcune semplici regole e suggerimenti per sentirsi più libere e più forti per poter vivere la straordinarietà del quotidiano. A volte dimentichiamo, per le tante paure e timori che affollano la nostra mente, che le città in cui viviamo sono fatte anche di luci, colori, profumi, angoli di storia, incredibili paesaggi e laboratori culturali unici al mondo. Riscopriamole con naturalezza e gioia di vivere, sentendoci più sicure di noi stesse.*”

Anna Di Lallo

Si ringraziano il Sindaco Gianni Alemanno, l’On.le Fabrizio Santori, Presidente della Commissione Sicurezza di Roma Capitale che sin dagli esordi ha appoggiato il progetto *“Vivere sicuri si può”*, l’On.le Giorgio Ciardi, l’On Lavinia Mennuni, delegato del sindaco alle pari opportunità, per il loro personale impegno dimostrato sul tema della sicurezza delle donne, rendendone possibile la realizzazione. Si ringrazia la Regione Lazio per il patrocinio concesso. Si ringrazia la Synaps Technology, per aver fornito uno strumento dimostratosi utile per la sicurezza, PeTra e l’Italpol per essersi dimostrati validi partner nella realizzazione di un progetto di sicurezza integrata per la città di Roma, così come la Security line. Un sincero ringraziamento va anche alle testate Metro e DNews per aver facilitato la divulgazione del presente Vademecum.

Realizzazione del Vademecum a cura di  
*Omniares Communication - [www.omniarescommunication.it](http://www.omniarescommunication.it)*  
I testi sono stati realizzati da *Anna Di Lallo e Ambra D’Asaro*



“*Il vademecum per la sicurezza delle donne è stato oggetto di interviste e verifiche fatte sul campo con chi ogni giorno vive i problemi di una grande città e per questo rappresenta una guida preziosa. Oltre a ciò stiamo sperimentando nuove soluzioni di sicurezza integrata per tutelare maggiormente i cittadini anche attraverso nuovi strumenti. L’impegno è costante nonostante i problemi siano tanti in una metropoli costituita da quartieri grandi come città di Provincia. La sicurezza, ad ogni modo, rappresenta una priorità per la vita di tutti noi. Innanzitutto per le donne, gli anziani, i bambini, le persone con handicap e per questo va tutelata offrendo soluzioni mirate.*”

On Giorgio Ciardi  
*Delegato del Sindaco alla Sicurezza*

## Sicurezza, un lusso che oggi noi donne vogliamo permetterci

Professioniste, manager, imprenditrici, avvocati, giornaliste, donne dello spettacolo, politici, scrittrici impiegate, operaie, casalinghe, mamme, pensionate, studentesse insieme per un unico obiettivo: insieme per un unico obiettivo. vivere più sicure.

### Roma Capitale, una metropoli dai mille volti

Quartieri grandi come città, moltitudini di persone e di auto che si spostano ogni giorno, manifestazioni e cortei che raccolgono persone da tutta Italia, milioni di turisti che affollano il centro della città, immigrati di razze diverse in cerca di una casa o di un lavoro che si riversano nelle periferie.

Tutto a prima vista sembra incredibilmente difficile, in particolare sentirsi sicuri.

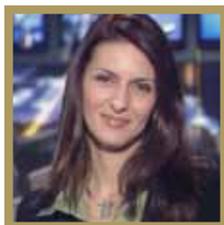
Roma però è soprattutto una moltitudine di uomini e donne con le proprie identità, la propria forza ed i propri sentimenti.

Non possiamo impedire che le cose avvengano, ma prevenirle e contrastarle sì.

Se siamo più forti, più informate, più consapevoli dei nostri diritti rendiamo la vita difficile a chi tenta di mettere a rischio la nostra incolumità.



Beatrice Lorenzin  
*Deputato della Repubblica*



Cristina Guerra  
*Giornalista RAI*



Vittoria Carli  
*Confindustria Roma*



Maria Grazia Masella  
*Avvocato*



Anna Di Lallo  
*Communication Manager*



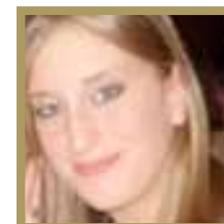
Loredana Petrone  
*Professoressa Universitaria*



Paola Saluzzi  
*Giornalista SKY TG24*



Monica Di Lallo  
*Project & training Manager*



Ambra D'Asaro  
*Psicologa*



Emanuela Falcetti  
*Giornalista RAI*



Silvia Gonfloni  
*Direttore Nuovo Giornale di Ostia*



Giovannella Lubicz  
*Insegnante*



**Camilla Nata**  
*Giornalista RAI*



**Sabrina Zanetti**  
*Formatrice*



**Stefania Brugnaletti**  
*Architetto*



**Paola Zanoni**  
*Presentatrice TV*



**Maria Di Meo**  
*Psicologa*



**Felicia Bogdan**  
*Operaia*



**Simonetta Bartolini**  
*Scrittrice e critico letterario*



**Cinzia Loffredo**  
*Event Manager*



**Iolanda Gurreri**  
*Opinionista RAI*



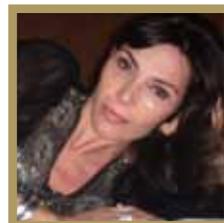
**Tiziana Marchionni**  
*Formazione e Ricerca*



**Rossana Graziano**  
*Pubblicitaria*



**Antonella Salvucci**  
*Attrice*



**Stefania Corradetti**  
*Imprenditrice*



**Valentina Orsi**  
*Operatrice ecologica*



“ Ho sempre considerato la sicurezza come una delle priorità del mio mandato, nella convinzione che il diritto alla sicurezza sia una precondizione fondamentale per garantire qualità della vita, relazioni sociali, esercizio dei diritti di libertà. Per questa ragione, uno dei miei primi atti da Sindaco, è stato quello di promuovere e sottoscrivere il “II Patto per Roma sicura”, nel quale abbiamo rilanciato fortemente l’azione congiunta di tutti i livelli di governo competenti sul territorio cittadino. Il Patto mira a prevenire e contrastare il disagio sociale, il degrado dei comportamenti civili e i fenomeni di maggiore pericolosità e allarme, che ledono il diritto alla sicurezza, soprattutto nelle fasce deboli della popolazione (anziani, donne e minori).

Questo vademecum è una guida preziosa che desideriamo consegnarvi perché potrà aiutarvi a sentirvi più sicure, sapendo che non siete sole.

Gianni Alemanno

## Consigli da donna a donna

On. Lavinia Mennuni

*Delegato per il Sindaco alle Pari Opportunità*

La violenza sulle donne è un fenomeno sempre più frequente, un reato che non conosce frontiere geografiche, limiti di età o stratificazioni sociali e che per questo merita una sempre crescente attenzione. La prevenzione, oltre all’inasprimento e alla certezza della pena, è l’arma più potente di cui disponiamo per proteggerci da questo odioso crimine.

Questa guida di semplice consultazione è parte di una campagna di informazione volta a fornire una maggiore consapevolezza dei rischi cui si potrebbe incorrere in una grande città come la nostra. Una iniziativa in linea con la promozione di valori di una reale politica di pari opportunità che rivolga particolare attenzione alla tutela delle donne contro la violenza.

Vi invito dunque a seguire questi pratici consigli da utilizzare nella vita di tutti i giorni, nell’auspicio che possano contribuire a sentirvi più sicure.

Il vademecum vuole essere un piccolo ma prezioso contributo alle molteplici azioni che sono state intraprese quali il sostegno ai centri antiviolenza, l’attivazione del servizio SoS Donna H24, la costituzione di parte civile del Comune nei reati di violenza sessuale, la moratoria sulla pubblicità lesiva contro la dignità della donna, la rete interistituzionale antiviolenza.

L’intendimento dell’Amministrazione di Roma Capitale è quello di sostenere e proteggere le donne senza lasciarle mai sole.

Come sempre siamo e saremo dalla Vostra parte in prima linea per difendere i diritti fondamentali.

Lavinia Mennuni

## La parola all'On.le Fabrizio Santori

*Presidente della Commissione consiliare speciale Politiche per la Sicurezza Urbana - Roma Capitale*

**“Vivere sicure è un diritto”**

Cara Amica,  
ti invito a dedicare qualche minuto alla lettura di questo vademecum, poche pagine che dettano consigli e piccole attenzioni da porre nella vita di tutti i giorni, istruzioni semplici e facili da eseguire. Alcuni suggerimenti ben contestualizzati: cosa fare in strada, cosa fare a casa, in auto o alla stazione, quali numeri avere sempre pronti da comporre al volo sul proprio telefono cellulare. Per chiedere aiuto, per risolvere semplicemente con un gesto una situazione che altrimenti rischierebbe di complicarsi pure fino alla tragedia. “Vivere sicure si può”, ma, aggiungerei, “si deve”. È un diritto di ciascun cittadino, uomo o donna che sia, anche se purtroppo i fattori di rischio per una donna sono maggiori. Poter condurre la propria esistenza quotidiana al riparo di molestie e violenze. È un diritto che l'amministrazione capitolina rivendica con forza e si adopera per difendere ed affermare a vantaggio di tutti. Siamo impegnati attraverso un'azione capillare di controllo da parte delle forze dell'ordine che sarà ulteriormente intensificata, con il miglioramento dell'illuminazione stradale e l'installazione di telecamere di sorveglianza. Alle donne chiediamo attenzione, chiediamo però anche, con un termine che forse può sembrare abusato, di prendere maggiore “coscienza di sé”, dei propri diritti e delle proprie grandi possibilità nel partecipare e nel migliorare il tessuto culturale, economico e sociale di Roma e di tutta l'Italia. Ecco perché il vademecum dell'associazione Omniares Communication appare a conclusione e a corollario di un'iniziativa “Vivere sicure si può” voluta fortemente dal Campidoglio che ha chiamato le donne a corsi di autodifesa, ha promosso incontri con psicologi ed avvocati, ha permesso anche di sperimentare soluzioni tecnologiche

di avanguardia per consentire a chi è in pericolo di essere immediatamente localizzata e soccorsa. Ma prima di tutto deve venire dalle donne la capacità di ribellarsi e dire basta ad atteggiamenti scorretti, violenti ed arroganti che fanno ancora parte del miserabile bagaglio sottoculturale di troppi uomini. Ed è anche sul fronte della cultura, dunque, per promuovere con forza l'affermazione dei valori del rispetto e della sicurezza delle donne, delle pari opportunità, che ci batteremo e porteremo avanti le nostre campagne con l'aiuto valido delle associazioni del settore. Non basta infatti sapersi difendere da un'aggressione o da un tentativo di abuso, questo è necessario, ma è un primo passo. Dobbiamo lavorare tutti insieme, uomini e donne, ognuno per la sua parte, per promuovere una società in cui certi falsi valori e certe concezioni che producono violenza e disuguaglianza vengano estirpati. Il percorso è lungo, articolato e complesso, ancor di più se pensiamo che in una società multietnica quale quella in cui oggi viviamo molto spesso ci accostiamo a modi di pensare e di agire nei confronti delle donne, arretrati e addirittura crudeli, indegni di un paese civile. Questo manuale vuole essere un amico fidato, ricordando le sue semplici indicazioni collaborerai già attivamente a promuovere la tua e l'altrui sicurezza attraverso comportamenti che una volta acquisiti potranno diffondere essi stessi un senso di sicurezza intorno a coloro che li adottano. Chi è sicuro di sé trasmette questo messaggio anche agli altri, e già questa è una prima difesa. Ti chiedo però anche di avere fiducia nelle istituzioni e di denunciare gli abusi, di rivolgerti alle forze dell'ordine perché gli atteggiamenti violenti siano fermati in tempo e puniti. Le leggi ci sono per essere applicate, ma per poterlo fare è necessaria la tua collaborazione.

Fabrizio Santori

## Cos'è lo Stalking?

Diventare vittima di stalking purtroppo può capitare a tutti, indipendentemente dal genere, dall'età, dagli ambienti che si frequentano, dall'aspetto fisico e dalle proprie abitudini.

### Suggerimento 1

Evitiamo di commettere l'errore di non riconoscerlo o sottovalutarlo non rendendoci conto dei possibili pericoli a cui si potrebbe andare incontro.

#### Che cosa è lo stalking?

Il termine stalking indica il perpetuarsi di comportamenti persecutori, dall'inglese "appostarsi" indica l'atteggiamento di chi perpetua molestie assillanti e che viene definito per questo motivo "stalker".

**Quando si tratta realmente di stalking?** Quando viene meno la propria libertà personale.

L'inseguimento, la molestia e la persecuzione possono essere eventi sporadici oppure essere manifestazioni ripetute di ciò che viene chiamato "**stalking**" o "**sindrome del molestatore assillante**". L'80% delle vittime di stalking è di sesso femminile ma negli ultimi anni è in aumento la percentuale di stalking subito dagli uomini. Nel 90% dei casi esiste un rapporto di conoscenza.

### Suggerimento 2

Se hai un'amica che si trova in difficoltà comprendi prima se si tratta di stalking, così la potrai aiutare.



## Come puoi capire se sei vittima di stalking?

Si differenziano due tipologie di comportamenti attraverso cui lo stalker agisce e attraverso cui puoi capire se ne sei vittima: la prima caratterizzata dai contatti, che possono essere attuati attraverso il controllo (pedinamento) o attraverso il confronto diretto (visite a casa, minacce sul posto di lavoro). La seconda tipologia di comportamenti è costituita dalle cosiddette comunicazioni intrusive ovvero da tutte quelle azioni compiute con il fine di trasmettere messaggi sui propri vissuti emotivi, sui propri desideri, risentimenti: di solito vengono inviati sms, lettere, vengono scritti murales o graffiti sotto casa. Solitamente i due tipi di comportamenti si intrecciano.

### Suggerimento 3

È importante capire quando si tratta di stalking o piuttosto di una singola e sporadica molestia.

Tre sono le caratteristiche che ci fanno capire se la persona è vittima di stalking:

1. lo stalker ha una situazione relazionale **reale o immaginaria** con la vittima;
2. lo stalking è caratterizzato da una serie di comportamenti comunicativi o di contatto caratterizzati da **ripetitività, insistenza e intrusività**;
3. la vittima dello stalking vive in una **condizione di paura** legata sia ai comportamenti dello stalker sia alla propria incolumità fisica che la porta a **cambiare il proprio stile di vita**.

### Suggerimento 4

Cerca di avere nella tua agenda il numero di un avvocato, un consultorio del tuo quartiere, uno psicologo, un'associazione contro la violenza sulle donne. Questo è utile sempre, anche se non ne avessi mai bisogno personalmente.

Aspetti normativi da conoscere:

In Italia il reato di stalking è stato introdotto nel 2009 con l'art. 612 bis del codice penale:

*“salvo che il fatto costituisca più grave reato, chiunque **ripetutamente**, con qualunque mezzo, **minaccia o molesta** taluno in modo tale da infliggergli un grave **disagio psichico** ovvero da determinare un giustificato timore per la **sicurezza personale** propria o di una persona vicina o comunque da pregiudicare in maniera rilevante il suo modo di vivere, è punito, a querela della **persona offesa**, con la reclusione da sei mesi a quattro anni”.*

Il nuovo reato è stato concepito come un crimine contro la **libertà morale**. La legislazione è diretta a tutelare la vittima da tutti quegli episodi molesti e intrusivi che reiterandosi nel corso del tempo, danno origine ad uno stato di angoscia e paura.

Quando rivolgersi ad un avvocato? Quando consultare uno psicologo? Quando sporgere denuncia? Puoi parlarne a qualcuno? I dubbi sono tanti...

### Suggerimento 5

È fondamentale informarsi sulla stampa o su internet.

Che cosa fare per difendersi dallo stalking? **NON SEI SOLA.**

Non si può impedire che le cose avvengano ma si può sapere come comportarsi o evitarle.

- Se ti accorgi di essere spiata o controllata o se ti rendi conto che un corteggiatore sta “esagerando” nelle attenzioni che ti riserva allora la prima cosa da fare è ridurre o eliminare i contatti con la persona.
- È indispensabile non dare informazioni sulla tua privacy né al possibile stalker né alle persone a lui vicine.
- Se le molestie dovessero insistere, sappi che grazie alla nuova normativa puoi esporre i fatti all'Autorità della Polizia di Stato e chiedere che il Questore ammonisca lo stalker. Nell'ipotesi in cui, dopo l'ammonimento, lo stalker insista con i comportamenti persecutori, allora si procederà d'ufficio nei suoi confronti. Tra l'altro

è prevista l'applicazione di misure cautelari.

- Le Forze dell'Ordine sono con te. In caso di necessità è opportuno rivolgersi alle Forze dell'Ordine. È stata creata una sezione antistalking dell'Arma dei Carabinieri per studiare e prevenire il fenomeno.
- Puoi rivolgerti alle Associazioni attive nella tua città per la difesa delle donne. Ti potranno fornire consigli utili per difenderti, suggerimenti su come agire e potranno darti contatti utili di avvocati e psicologi esperti.
- In caso di necessità ti consigliamo di cambiare il numero di telefono e non utilizzare per un periodo i social network in modo da dissuadere lo stalker nel perpetuare le minacce.
- Evita possibili situazioni di pericolo ad es. evita di tornare a casa tardi la sera da sola in luoghi bui se lo stalker ha tentato di pedinarti.
- Visita il sito del Ministero delle Pari Opportunità [www.pariopportunita.gov.it](http://www.pariopportunita.gov.it)
- Rivolgiti alle più importanti associazioni per la difesa della donna (es. Doppia Difesa, Telefono Rosa).

### Suggerimento 6

**Sii forte e abbi fiducia in te!!!**

Più sei informata, più sei forte. Molteplici sono i casi di donne seguite e molestate in modo ripetuto per strada, mentre vanno a lavoro o quando rientrano la sera a casa.

Ecco perché abbiamo stilato un Vademecum sulla sicurezza personale, per aiutare le donne a capire quali comportamenti o situazioni potrebbero essere rischiosi e imparare a riconoscerli, prevenirli o gestirli.

I comportamenti persecutori sono riferiti a molestie ripetute nel tempo, sia sessuali sia psicologiche, tali da causare uno stato di sconforto che porta a cambiare lo stile di vita. In particolare, la legge amplia le condanne da sei mesi a quattro anni, e le pene aumentano se il fatto è commesso dal coniuge legalmente separato o divorziato o da una persona affettivamente legata alla vittima, se succede a danno di un minore, di una donna incinta, di una persona disabile.

## 10 Regole d'oro per la tua sicurezza

1. Cerca di tenere sempre molto alto il tuo livello di attenzione riguardo tutto ciò che ti è intorno, in particolare se rientri a casa da sola o abiti in luoghi isolati.
2. Adotta un atteggiamento "sicuro" anche se avverti una situazione di pericolo.
3. Evita strade buie o deserte anche se ti trovi nel centro della città e non pensare mai "tanto a me non succede".
4. Se la strada è illuminata cerca di camminare a ridosso del marciapiede in senso opposto a quello di marcia.
5. Non lasciare documenti personali nel posto di lavoro o a casa di amici.
6. Non fare operazioni di prelievo dallo sportello bancomat in zone isolate o buie quando sei da sola.
7. Mantieni la riservatezza dei tuoi dati (indirizzo, cellulare, mail, carte e servizi, frequentazioni, lavoro...) in base al livello di conoscenza che hai con le persone.
8. Dotati di una rubrica con alcuni numeri di telefono fondamentali da chiamare in caso di emergenza.
9. Memorizza sul cellulare alcuni numeri di telefono fidati sottoforma di chiamate rapide.
10. Non inserire informazioni personali sui social network.

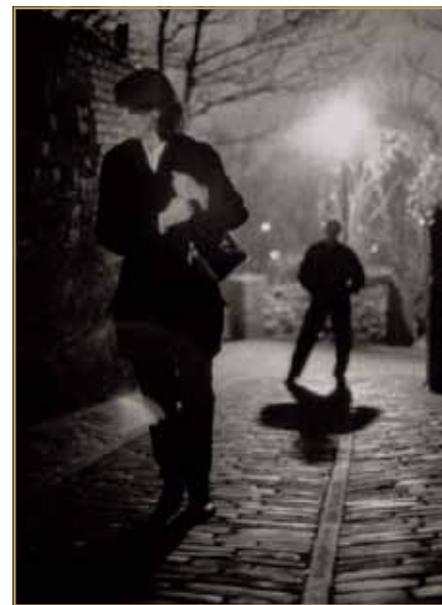


## A piedi

### In un quartiere isolato

Se percepisci una situazione di pericolo, attiva tutte le possibili armi in tuo possesso:

- tieni il telefonino in tasca o in mano.
- Tieni il cellulare impostato sul 112/113 (assolutamente sconsigliato usare per svago mp3 o cellulare perché ci rende meno attente e più vulnerabili essendo distratte dalla conversazione/messaggio/ascolto di un brano musicale).
- Cerca con lo sguardo altre persone/locali o case nelle vicinanze, dove potenzialmente chiedere aiuto.
- Se hai già previsto di rientrare la sera da sola, non indossare abiti vistosi o gioielli, tieni il cellulare e i documenti in tasca invece che in borsa.
- Controlla sempre che la borsa sia chiusa o nascondila in buste della spesa.
- Evita i parchi di sera anche se dovessi fare strada in più o i giri in bici da sola in posti isolati.
- Nota se vi sono telecamere o colonnine SOS (vi è un cartello bianco che indica quando ti trovi in un'area videosorvegliata).
- Ricorda che attivare l'intervento di un singolo è più efficace che rivolgersi genericamente a un gruppo: il fenomeno della "deresponsabilizzazione" potrebbe impedire a ciascuno di loro di prendere l'iniziativa, se non lo fa prima qualcun altro.





### In auto Di notte

#### **Affidati al buon senso!**

- Viaggia sempre con la sicura abbassata.
- Non dare mai passaggi a persone sconosciute o che conosci poco.
- Quando viaggi su tragitti abituali cerca di memorizzare dove si trovano stazione di polizia, carabinieri e ospedale.
- Se sei seguita da qualcuno quando stai per raggiungere la tua auto, attiva l'antifurto in modo tale che la gente dei palazzi vicina si affacci e l'eventuale malintenzionato sia costretto a scappare.
- Se noti un veicolo sospetto annota il numero di targa.
- Se vedi situazioni pericolose non accostare e chiama il 112/113 dicendo dove sei.
- Guida tenendo la destra ma non accostarti troppo al marciapiede di strade isolate.

### In stazione, in metropolitana, in autobus o treno

- Se sei sola e costretta a viaggiare di notte avvisa il controllore o il capotreno; chiedi se possono effettuare costanti controlli o di sederti vicino alla loro carrozza.
- Evita gli scompartimenti vuoti.
- Se scorgi una situazione di pericolo rivolgiti immediatamente al capotreno o chiama il 112.
- In stazione o nelle metro c'è sempre un comando della polizia o di vigilanza: non esitare a rivolgerti agli organi di sicurezza se ti senti in pericolo.
- Informati su quali sono le fermate metro più rischiose della città ed adotta comportamenti più sicuri se scendi a quelle fermate.
- Non indossare vestiti particolarmente appariscenti se prendi la metro di sera da sola e se puoi evita di portare con te la borsa.
- Se avverti il pericolo, cerca di avvicinarti ad un gruppo di persone o ad un'altra persona che può offrirti aiuto.
- Se scorgi il pericolo e sei seduta vicino a qualcuno di cui senti di non poterti fidare, con semplicità cambia subito posto.
- Se scorgi il pericolo cerca di avere il cellulare a portata di mano.
- Se individui un potenziale pericolo, scorgi sempre eventuali punti di ancoraggio (vie d'uscita, punti dove chiedere aiuto).



### A casa

- Tieni sempre la porta chiusa a chiave e stai sempre attenta a balconi o finestre lasciati aperti se vivi a piano terra o primo piano.
- Se qualcuno di inaspettato bussa alla porta, non aprire anche se la persona è munita di cartellino di riconoscimento.
- Se qualcuno suona al citofono senza identificarsi non aprire mai il portone o se non sei sicura di chi sia realmente.
- Non ricevere persone sconosciute quando sei da sola a casa.
- Guarda sempre dallo spioncino chi suona alla porta e accertati che sia qualcuno che conosci bene.

### Numeri utili da chiamare in caso di necessità



- Servizio **112** numero unico Europeo di Emergenza.
- **113** numero di pronto intervento della Polizia di Stato.
- **112** numero di pronto intervento dei Carabinieri.
- **118** emergenza Sanitaria.
- **1522** numero verde nazionale antiviolenza donna, attivo 24 ore su 24.
- **0637518261-2** Telefono Rosa. Contro la violenza sulle donne.
- **06 23269049** Centro Antiviolenza Roma.
- **06 71077015** servizio SOS donna, attivo 24 ore su 24.
  
- Salva sul cellulare uno o più numeri da chiamare in caso di emergenze (salvalo sulla rubrica come ICE – In case of Emergency –)
- Entra in contatto con le più importanti associazioni impegnate per la sicurezza della donna e consulta il loro sito.

**Puoi rivolgerti a loro per consigli, suggerimenti, per consultare un avvocato o uno psicologo, per avere un supporto concreto in caso di necessità.**

## Libere di sentirvi sicure

Un dispositivo innovativo per la sicurezza personale sperimentato a roma capitale



Per sentirsi sicuri in ogni momento della giornata, per essere liberi di muoversi tranquillamente, per avere la possibilità di chiedere aiuto con un semplice gesto.



### Che cos'è

PeTra è una soluzione completa per la sicurezza personale, un dispositivo tecnologico all'avanguardia dotato di un localizzatore GPS e di un tasto di allarme, il KeyFob, in grado di inviare una richiesta di soccorso ad una centrale operativa, attiva 24 ore su 24, fornendo le coordinate GPS per un'accurata ed immediata localizzazione dell'emergenza.

## Come funziona

1. Premi il tasto rosso del KeyFob per segnalare il pericolo: all'interno del KeyFob, il microfono ad elevata sensibilità registra suoni e voci ed il sensore cinetico rileva i tuoi movimenti trasmettendoli al PeTra.
2. PeTra riceve il segnale di soccorso: al suo interno, il sofisticato ricevitore satellitare rileva immediatamente la tua posizione.
3. PeTra invia la richiesta di soccorso alla centrale operativa, attiva 24 ore su 24. L'operatore professionista del centro di soccorso visualizza la tua posizione, sulla mappa che appare sul suo schermo, riceve le informazioni audio e di movimento e ti invia immediatamente i soccorsi più adeguati.



Per maggiori informazioni visita il sito web [www.sentirsicuri.it](http://www.sentirsicuri.it).



**Omniares Communication**

Via Bertolotto, 29 Roma

COMUNICAZIONE | EVENTI | RELAZIONI ISTITUZIONALI

---

[www.omniarescommunication.it](http://www.omniarescommunication.it)

E-mail: [omniarescommunication@gmail.com](mailto:omniarescommunication@gmail.com)