



Nei Grigioni questi servizi offrono aiuto, protezione e sostegno in caso di violenza domestica:

- In caso di emergenza la **polizia** è raggiungibile al numero **117** (24/7). La violenza domestica è vietata. La polizia fornisce subito protezione e aiuto. Ulteriori informazioni riguardo alla Polizia cantonale dei Grigioni sono disponibili su: www.kapo.gr.ch.
- L'**Aiuto alle vittime** offre sostegno a donne, uomini, bambini e adolescenti vittime di violenze in relazione a questioni di carattere personale e giuridico. La consulenza è gratuita e confidenziale. L'Aiuto alle vittime dei Grigioni è raggiungibile al numero 081 257 31 50 oppure via e-mail all'indirizzo opferhilfe@soa.gr.ch. Ulteriori informazioni riguardo all'Aiuto alle vittime dei Grigioni sono disponibili su www.soa.gr.ch → Aiuto alle vittime.
- La **Casa per donne** offre una struttura di accoglienza, aiuto e consulenza gratuita e anonima per donne vittime di violenza e i loro figli. La Casa per donne dei Grigioni è raggiungibile al numero 081 252 38 02 (24/7) oppure via e-mail all'indirizzo info@frauenhaus-graubuenden.ch. Ulteriori informazioni riguardo alla Casa per donne dei Grigioni sono disponibili su: www.frauenhaus-graubuenden.ch.
- Le **autorità di protezione dei minori e degli adulti (APMA)** forniscono sostegno a persone bisognose di protezione che non sono in grado di provvedere autonomamente al proprio benessere. Le APMA sono raggiungibili per telefono o via e-mail. I contatti delle APMA regionali competenti sono disponibili su www.kesb.gr.ch → Organizzazione / Ubicazioni e indirizzi. Al di fuori degli orari d'ufficio, in casi urgenti l'APMA è raggiungibile anche tramite la centrale operativa della Polizia cantonale (tel. 117).
- I **Servizi sociali regionali** offrono consulenza in caso di problemi personali, familiari e finanziari e offrono sostegno finanziario. Il servizio sociale regionale competente può essere individuato su www.soa.gr.ch → Consulenza sociale / dipendenza.
- L'**Ufficio di consulenza per le persone che esercitano violenza nei Grigioni** offre consulenza e sostegno gratuiti e in modo confidenziale a persone che esercitano violenza oppure a persone che temono di diventare violente e indica una via d'uscita dalla violenza. L'Ufficio di consulenza è raggiungibile al numero di telefono 079 544 38 63 oppure via e-mail all'indirizzo gewaltberatungsstelle@gr.ch. Ulteriori informazioni all'indirizzo: www.gewaltberatungsstelle.gr.ch.

Tutta la Svizzera:

- **Consulenza per persone in situazioni di vita difficili**
tel. 143 (24/7), www.143.ch
- **Consulenza per bambini e adolescenti** tel. 147 (24/7), www.147.ch
- **Elternnotruf – Aiuto e consulenza per genitori e famiglie e persone di riferimento**
tel. 0848 35 45 55 (24/7), www.elternnotruf.ch

- **Vecchiaia senza violenza – consulenza per anziani vittime di maltrattamenti:** tel. 0848 00
13 13, <http://vecchiaiasenzaviolenza.ch/>