GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE IGUALDAD
SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDAD Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

GUIA D'ACTUACIÓ ENFRONT DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

Aquesta guia pretén ser un instrument útil per al conjunt de la societat, però molt especialment per a l'entorn de les víctimes de violència masclista. És possible que sàpies que una dona pròxima a tu està patint violència. Potser has presenciat una agressió al carrer o l'escoltes de l'altre costat de la paret, i tens dubtes sobre què fer. O tal vegada tu estàs vivint una situació de violència.

Amb aquesta guia volem ajudar-te a saber què fer, a entendre què és la violència masclista i per què passa . Totes les persones podem ser una peça clau, un punt violeta, per a acompanyar i atendre les víctimes.

En descarregar aquesta guia ja estàs fent un enorme pas, no sols per a poder ajudar algú, sinó per a posar fi a la discriminació de les dones en la nostra societat.

GRÀCIES PER SUMAR-TE

Necessitem que et faces
les següents preguntes:

Què puc fer si soc testimoni o conec un cas de violència masclista?

Què faig si soc víctima de violència masclista?

Aquesta guia és per a tu.

#PuntVioleta

Continguts

Enllaços directes als continguts de la guia:

- He sigut testimoni d'una agressió 5
- Algú que conec és víctima 13
- Algú del meu entorn pròxim és víctima 16
- Jo soc la víctima 22
- Recursos disponibles 25
- Parlem de violència masclista 29

HE SIGUT TESTIMONI D'UNA AGRESSIÓ

Potser no coneixes la víctima.

Pot ser que hages coincidit amb ella al parc, al supermercat, a la farmàcia o en qualsevol espai públic.

Si et trobes amb una situació de violència masclista... pregunta't:

Què puc fer?

Corre perill la vida de la víctima?

CRIDA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

L' **app ALERTCOPS**[1] permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

NO ET POSES EN RISC

La teua seguretat és important si vols ajudar. Espera que arriben els serveis d'emergències i de seguretat.

No és una situació de risc extrem ni corre perill imminent la vida de la víctima?

En eixe cas, si presencies una agressió et recomanem el següent: **crida i actua.**

091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil
112 Valora telefonar a Emergències

L' **app ALERTCOPS**[2] permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

INTENTA GRAVAR AMB EL TEU MÒBIL LA SITUACIÓ

Aquest tipus de proves són **molt importants** per a l'atestat. Posa aquests enregistraments a la disposició de la policia i/o Guàrdia Civil. No les difongues o compartisques per xarxes socials!

Et trobes a l'interior d'un lloc o establiment públic?

Estàs en un supermercat, una farmàcia, una botiga, en un bar o en una discoteca, per exemple?

Demana ajuda a altres persones que es troben en el lloc. **Protegiu la víctima**. Pregunteu-li què necessita, respectant els seus ritmes i les seues decisions.

1 https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/

2 https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/

Valoreu si és necessari telefonar als serveis d'emergències, la policia i/o Guàrdia Civil.

Pots **avisar la persona encarregada**, explica-li el que passa i conjuntament, mantenint la calma, acompanyeu la víctima en el que necessite.

Ha arribat la policia o la Guàrdia Civil?

OFEREIX-TE PER A COL·LABORAR AMB EL TEU TESTIMONI

Col·labora oferint tota la informació i proves que tingues. És molt important i ajudarà a fer que l'atestat siga més complet.

INTERPOSAR UNA DENÚNCIA ÉS DECISIÓ DE LA VÍCTIMA

Has de saber que hi ha **moltes dones** que, per les circumstàncies en què es troben, **tindran dificultats a l'hora de denunciar, pot ser que decidisquen fer-ho en aqueix moment, o no.**

En qualsevol cas, el teu testimoni és molt valuós.

PUC DENUNCIAR JO?

Interposar la denúncia és una decisió de la víctima, es tracta d'un pas important, però també complicat per a ella.

En tot cas, si et fas aquesta pregunta, has de saber que, **quan parlem de violència de gènere en l'àmbit de la parella o exparella, sí que poden interposar denúncia altres persones.**

Són delictes públics, ens afecten a totes i a tots com a societat; per això poden ser denunciats per qualsevol persona o institució que en tinga coneixement.

Has sigut testimoni d'una agressió sexual?

CRIDA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

L'**app ALERTCOPS**[3] permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

DEMANA AJUDA A QUI TINGUES AL VOLTANT

Si et trobes amb més persones o estàs en una festa, en un local o en un establiment, demana ajuda a qui tingues al teu voltant, acudeix al **punt violeta** si existeix (espais segurs per a denunciar agressions masclistes) i/o avisa l'organització.

NO ET POSES EN RISC

La teua seguretat és important si vols ajudar. Espera que arriben els serveis d'emergències i de seguretat.

RECORDA QUE EL PRIMER ÉS ACOMPANYAR I ATENDRE LA VÍCTIMA

Tingues empatia amb ella, amb una escolta activa i sense jutjar el que ha passat.

T'has trobat amb una dona que et conta que l'han agredida sexualment?

MANTINGUES LA CALMA I VALORA LA SITUACIÓ

Avalua el seu estat físic i emocional. Si observes que necessita atenció mèdica o assistència policial, **crida:**

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

3 https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/

Intenta parlar assossegadament amb la víctima. Escolta el seu relat, sense jutjar les seues paraules. Mostra una actitud empàtica i d'escolta activa.

Estàs en una situació difícil. La víctima pot trobar-se en un estat traumàtic i que el seu relat no siga lineal o congruent. Recorda que estàs amb una víctima que acaba de viure una experiència traumàtica, per això necessites afrontar el moment amb molta calma. **Empatitza amb ella.**

PARLES AMB ELLA I NO VOL TELEFONAR

Dona-li temps i proposa-li que cride al 016

Sol·liciteu informació a aquest servei, que us ajudarà sobre els serveis d'**assistència social, sanitaris i jurídics** on poder acudir.

016
24 h / **365** dies a l'any.
No deixa rastre en la factura

Potser et trobes en una festa o en un local, llavors pots acudir juntament amb ella al **punt violeta** (espais segurs en els quals denunciar agressions masclistes) o demanar la **col·laboració de la persona encarregada** del lloc.

El principal és traslladar-la a un espai on puga trobar-se segura i tranquil·la.

PUC DENUNCIAR JO?

No, però la teua col·laboració acompanyant la víctima, alertant els serveis d'emergència, la policia i/o la Guàrdia Civil i oferint el teu testimoni, és clau.

Quan parlem de violències sexuals, és diferent que en els casos de violència de gènere. Aquests són delictes semipúblics, això què significa? Que perquè puguen ser perseguits penalment per l'acusació particular, per la fiscalia o per l'acusació popular, **la víctima ha d'haver denunciat primer.**

GRÀCIES PER HAVER ARRIBAT FINS ACÍ!

ALGÚ QUE CONEC ÉS VÍCTIMA

Coneixes la víctima?

Per exemple, comparteixes gimnàs amb ella? Potser la coneixes del col·legi al qual va la teua filla o fill? Eres veí o veïna de la víctima?

En aquest últim cas, potser has sentit crits, fins i tot colps, de manera més o menys habitual.

Tems per la vida de la víctima?

CRIDA IMMEDIATAMENT

No tingues por o vergonya. Recorda que la teua trucada és anònima, la policia es personarà en el lloc sense necessitat de dir qui ha facilitat la informació.

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

L´**app ALERTCOPS** permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

Si estàs en situació d'avisar altres persones, fes-ho. Per exemple, si es tracta d'un fet que ocorre en la teua comunitat, ves a **buscar altres veïns o veïnes** perquè t'acompanyen, demana'ls que s'impliquen amb tu i t'ajuden a gestionar la situació.

NO ET POSES EN RISC

La teua seguretat és important si vols ajudar. Espera que arriben els serveis d'emergències i de seguretat.

QUÈ POTS FER QUAN ARRIBE LA POLICIA?

Comparteix el teu testimoni sobre la situació amb la policia o la Guàrdia Civil. El teu testimoni, i el de les persones que han pogut presenciar com tu el que ha passat, serà fonamental perquè els i les agents completen l'atestat policial.

Recorda que la decisió de denunciar és de la víctima. Si ella no vol interposar denúncia, ja siga per por, per vergonya o per qualsevol altra circumstància, pots acompanyar-la i estar prop d'ella. En tot cas, tu podries denunciar com a testimoni d'un delicte de violència masclista.

Potser es tracta d'una situació que no és de risc extrem

Com actue amb aquesta dona? Què li dic?

LI OFERISC EL MEU SUPORT, PARLE AMB ELLA?

Sí. És molt important que sàpia que pot comptar amb tu, que no està sola.

Fes-ho evitant qualsevol situació de risc i assegurant-te que el seu agressor no està. Quan t tingues l'oportunitat, intenta parlar amb ella i fes-ho de manera calmada i tranquil·la perquè no se senta jutjada o avergonyida.

A MÉS DE PARLAR AMB ELLA, COM POTS AJUDAR-LA?

Fer-li saber que **eres ací** i que pot comptar amb tu, és la millor manera d'ajudar-la. Comunicar-li la teua plena disposició és una gran forma de suport.

Pot sol·licitar informació jurídica o social telefonant al **016** (també via WhatsApp o email). Intenta facilitar-li aquests recursos de manera segura i recorda-li que pot comunicar-se amb la policia o amb la Guàrdia Civil. També pots fer-ho tu.

016 (no deixa rastre en la factura)

600 000 016 (WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

Informa't dels **serveis d'atenció especialitzats per a víctimes de violència masclista**[4] de la teua zona o de les associacions de dones.

Quan ho consideres oportú, trasllada-li aqueixa informació a la víctima de la manera més fàcil i accessible per a ella sempre en un lloc segur i procurant que no arribe a l'agressor.

GRÀCIES PER HAVER ARRIBAT FINS ACÍ!

4 https://wrap.igualdad.gob.es/recursos-vdg/search/Search.action

ALGÚ DEL MEU ENTORN PRÒXIM ÉS VÍCTIMA

Coneixes i tens relació amb la víctima? Potser es tracta d'algú a qui estimes.

Es tracta de la teua amiga, la teua germana, la teua companya de classe, de treball?

La vida d'aquesta persona corre perill?

CRIDA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARGA ALERTCOPS

L'app **ALERTCOPS**[5] permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

NO ET POSES EN RISC

La teua seguretat és important si vols ajudar. Espera que arriben els serveis d'emergències i de seguretat.

Ha arribat la policia o la Guàrdia Civil?

COL·LABORA AMB EL TEU TESTIMONI

Col·labora oferint tota la informació i proves que tingues. És molt important i ajudarà que l'atestat siga més complet.

DENUNCIAR ÉS DECISIÓ DE LA VÍCTIMA

Has de saber que hi ha moltes dones que, per les circumstàncies en les quals es troben, tindran dificultats a l'hora de denunciar, pot ser que decidisquen fer-ho en eixe moment o no. **En qualsevol cas, el teu testimoni és molt valuós.**

PUC DENUNCIAR JO?

Interposar la denúncia és una decisió de la víctima. Es tracta d'un pas important però també complicat per a ella.

En tot cas, si et fas aquesta pregunta, has de saber que, quan parlem de violència de gènere, sí que poden interposar denúncia altres persones. **Són delictes públics**, ens afecten a tots i a totes com a societat, **per això poden ser denunciats per qualsevol persona o institució que en tinga coneixement**.

5 https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/

Potser no és una situació de risc extrem, però sospites que eixa dona pot ser víctima de violència masclista

No saps com actuar?

Existeixen diferents recursos als quals pots acudir i on t'informaran, tant a tu com a ella:

016
Són **especialistes en violències contra les dones**.
Et poden informar i assessorar a tu i a la víctima.

600 000 016 (WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

ACUDEIX als serveis del teu municipi, província o comunitat autònoma.

Són molts els **recursos disponibles i pròxims**, com associacions de dones, ONG, entitats i serveis socials especialitzats, etc.

VOLS COMPARTIR INFORMACIÓ AMB ELLA?

Busca un moment en el qual ella estiga sola o en el qual es trobe lluny del seu agressor i, amb calma i empàticament, trasllada-li que estàs i estaràs amb ella.

ACOMPANYA LA VÍCTIMA

És important que ella sàpia que estaràs per a ajudar-la, quan ho necessite, sense jutjar-la.

COMPARTEIX INFORMACIÓ

Informa-la sobre recursos i serveis als quals pot acudir. Ofereix-te a acompanyar-la. Fes-ho d'una manera que siga segura per a ella.

POTSER ELLA NO VOL FER CAP PAS

Pot ser difícil d'entendre, **però continua mostrant el teu suport**. Aquesta pot ser una situació frustrant per a tu, que realitzes l'acompanyament, però és important comprendre la complexitat de les violències masclistes. Potser eres l'única persona a la qual pot acudir.

Has sigut testimoni d'una agressió sexual?

CRIDA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARGA ALERTCOPS

L'app **ALERTCOPS**[6] permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

DEMANA AJUDA A QUI TINGUES AL VOLTANT

Si et trobes amb més persones o aquestes en una festa, local o en un establiment, demana ajuda a qui tingues a la teua al voltant, acudeix al **punt violeta** (espais segurs en els quals denunciar agressions masclistes) i/o avisa a la organització.

NO ET POSES EN RISC

La teua seguretat és important si vols ajudar. Espera que arriben els serveis d'emergències i de seguretat.

El primer és acompanyar i atendre la víctima.

Potser no es tracta d'una situació d'emergència... T'ha contat que ha sigut agredida sexualment recentment o en el passat?

Eixa persona potser és la teua amiga, companya o familiar. Què pots fer per ajudar-la?

MANTINGUES LA CALMA

Escolta-la assossegadament i pregunta-li què necessita, respectant els seus ritmes i decisions. Ofereix-li el teu suport i la teua companyia, ha trobat en tu un espai de seguretat per a poder contar-li una cosa així. Evita preguntes innecessàries o que suposen un judici de valor. No li faces preguntes incòmodes.

6 https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/

També és important que no faces preguntes que li facen pensar que no la creus. Guarda la confidencialitat de la persona i del que ha passat.

Digues-li que hi ha **recursos especialitzats** en els quals poden atendre-la. Té dret a assistència sanitària i psicològica, així com a assessorament i acompanyament jurídic.

Si es tracta d'un **fet recent**, potser necessita assistència mèdica. Aquest pas és important perquè poden prendre's mostres biològiques i detectar-se possibles infeccions de transmissió sexual (ITS). **Per això és aconsellable no llavar-se**.

ELLA NO VOL ACTUAR ARA

Respecta-la. No la jutges. No mostres desaprovació o retret. Pot ser difícil comprendre la seua decisió, fins i tot pot resultar frustrant per a tu, però respecta-la. Mostra-li el teu suport i acompanya-la en el seu procés.

En tot cas, les violències sexuals poden denunciar-se durant els següents 5 o 15 anys, depenent del fet delictiu. En cas que els **fets ocorregueren en un moment passat i la víctima fora menor,** el termini de prescripció comença a comptar des que compleix 35 anys.

GRÀCIES PER IMPLICAR

JO SOC
LA VÍCTIMA

Estàs en una situació d'emergència? Tens por perquè sents que tu o els teus podeu estar en perill?

Recorda que en aquest cas **has de posar-te en contacte de manera immediata** amb el telèfon d'emergències. També pots posar-te en contacte amb Policia Nacional i Guàrdia Civil. **En cas que no pugues telefonar**, pots utilitzar l'app ALERTCOPS, des de la qual s'enviarà una alerta a la policia amb la teua localització.

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

L'app **ALERTCOPS**[7] permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

TAMBÉ POTS ACUDIR A LA TEUA FARMÀCIA

Recentment s'ha posat en marxa una iniciativa perquè la farmàcia del teu barri o del teu poble siga un lloc segur on sol·licitar informació qualificada, subministrada per professionals.

VIUS AMB EL TEU AGRESSOR?

Telefona al **016** per a informar-te dels serveis disponibles que et puguen acompanyar en la teua decisió. També pots comunicar-te via WhatsApp o enviant un email.

016
Són **especialistes en violències contra les dones**. Aquesta telefonada no deixa rastre en la factura.

600 000 016
(WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

Sents que ha arribat el moment de trencar la situació de violència?

DEMANA AJUDA

Telefona al 016 o escriu un WhatsApp al número 600 000 016. Posa't en contacte amb alguna persona coneguda, potser alguna amiga, amic, un familiar... Fins i tot la teua veïna o veí et pot ajudar a eixir d'una situació de violència masclista.

Recorda que a més de acudir a la policia i/o Guàrdia Civil, existeixen altres vies per a eixir d'una situació de violència , com les organitzacions de dones i feministes, ONG, Centres d'Informació a la Dona de la teua localitat. Totes les Comunitats Autònomes disposen **d'una xarxa de serveis especialitzats**[8] integrats per equips d'advocades, psicòlogues, treballadores socials, etc., que t'atendrà i acompanyar de manera confidencial i segura.

7 https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/

8 https://wrap.igualdad.gob.es/recursos-vdg/search/Search.action

Has patit violència sexual?

SI ESTÀS EN RISC

Telefona al **112** i demana protecció policial.

També pots telefonar al **016,** on t'informaran sobre els **recursos d'atenció i assessorament** (psicològic, social, jurídic) que existeixen en el teu territori i dels passos a fer si vols interposar una **denúncia**.

016
Atenció i assessorament
psicològic, social i jurídic

Aquest tipus de delictes només es persegueixen si hi ha denúncia de la víctima. De manera paral·lela, tens dret a una assistència social, psicològica i jurídica que prestaran els serveis o recursos especialitzats del teu territori.

SI HAS PATIT UNA VIOLACIÓ

Acudeix a l'hospital més pròxim perquè et facen un examen ginecològic (incloent-hi les proves d'infeccions de transmissió sexual i VIH), així com una recollida forense de mostres biològiques. Si és el cas, demana que el tractament preventiu de l'embaràs i de les ITS es faça al més prompte possible. **Tens dret que t'entreguen una còpia del comunicat mèdic.**

Recorda que **no has de canviar-te de roba, ni llavar-te**, i en cas de violació bucal, **no menges, ni begues fins que t'hagen fet el reconeixement mèdic a l'hospital**, ja que podrien eliminar-se proves essencials per a la identificació de l'agressor.

En cas que decidisques denunciar, comunica-ho al personal sanitari que t'atenga perquè criden la policia o la Guàrdia Civil, que acudirà a l'hospital on et trobes. **Una vegada realitzada la denúncia, tens dret que et donen la còpia**.

RECURSOS DISPONIBLES

On puc acudir?

Existeixen una sèrie de recursos a la disposició de les víctimes que obrin diferents portes per a abandonar les situacions de violència masclista.

Recursos per a qualsevol persona

NECESSITES INFORMACIÓ ESPECIALITZADA I ASSESSORAMENT?

016 (No deixa rastre en la factura)
600 000 016 (WhatsApp)
016-online@igualdad.gob.es
www. igualdad.gob.es

El 016 funciona les **24 hores** durant els **365 dies de l'any**. Són expertes en violències masclistes, poden assessorar-te sobre els teus drets, sobre els recursos disponibles pròxims.

En la **web del Ministeri d'Igualtat** trobaràs informació sobre els recursos existents.

ESTÀS EN UNA SITUACIÓ D'EMERGÈNCIA?

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

L'app **ALERTCOPS** permet enviar un senyal d'alerta a la policia amb la teua geolocalització.

Recursos només per a víctimes

NECESSITES ASSESSORAMENT JURÍDIC?

016 (no deixa rastre en la factura)
600 000 016 (WhatsApp)
016-online@igualdad.gob.es

Totes les comunitats autònomes disposen de serveis especialitzats gratuïts i confidencials, amb un equip jurídic. **Si telefones al 016**, et donaran la informació del recurs més apropiat.

PER A DONES AMB DISCAPACITAT

Servei TELESOR (http://www.telesor.es)
Servei SVISUAL (http://www.svisual.org)
De 8 a 22 h (tots els dies)

Aquest servei es presta en **52 idiomes** i amb un servei de videointerpretació adaptat a possibles situacions de discapacitat.

EXISTEIXEN CENTRES D'EMERGÈNCIA I CASES D'ACOLLIMENT

Si necessites abandonar el teu domicili, pots acudir-hi en totes les comunitats autònomes. Quan demanes ajuda, **fes constar que necessites allotjament temporal segur.**

Si tens menors al teu càrrec totes les comunitats autònomes disposen d'allotjaments adaptats per als teus fills o filles.

ESPAIS SEGURS PER ALS ANIMALS

A més, **si tens un animal al teu càrrec**, has de saber que també existeix un servei per a ell.

673765330
Espais segurs per a animals

SERVEI ATENPRO (Atenció i Protecció a les Víctimes de Violència de Gènere)

Informació en l'Ajuntament de la teua localitat

ATENPRO
900 22 22 92

A més, pots consultar la **'Guia de drets per a víctimes de violència masclista'**[9], elaborada per la Delegació de Govern contra la Violència de Gènere (DGVG) en 2021.

Delegació de Govern contra la Violència de Gènere
Per a més informació, consulta el seu **web:**
https://violenciagenero.igualdad.gob.es/instituciones/delegacionGobierno/home.htm

Recursos violències sexuals

Telefona al 016 i sol·licita informació sobre el **servei especialitzat d'atenció a víctimes i la supervivents de violència sexual** de la teua comunitat autònoma o ajuntament.

També pots sol·licitar aquesta informació per via WhatsApp o correu electrònic.

016

600 000 016 (WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

9 https://violenciagenero.igualdad.gob.es/informacionUtil/derechos/docs/guiaderechos.pdf

PARLEM DE VIOLÈNCIA MASCLISTA

A més de conéixer com actuar, vols tindre més **informació sobre el que és la violència masclista?**

Què he de saber sobre la violència masclista?

Quan parlem de violència masclista, ens referim a un concepte de violència que va més enllà de la violència de gènere dins de l'àmbit de la parella o exparella, també parlem de violència sexual.

La violència de gènere és la manifestació de la discriminació, de la situació de desigualtat i les relacions de poder dels homes sobre les dones, s'exerceix sobre aquestes per part dels qui són o han sigut els seus cònjuges o els qui estan o han estat lligats a elles per relacions similars d'afectivitat, fins i tot sense convivència.

Les violències sexuals són qualsevol acte de naturalesa sexual no consentit o que condicione el lliure desenvolupament de la vida sexual en qualsevol àmbit públic o privat, ja siga en la parella o exparella i fora d'aquesta, incloent-hi l'àmbit digital.

No afecta només les dones!

Quan parlem de víctimes de violència de gènere, ens referim a les dones que la pateixen per part de la seua parella o exparella, però també a les persones menors d'edat que són familiars o pertanyen a l'entorn pròxim de les dones. Es tracta d'una de les pitjors formes de violència contra les dones, anomenada violència vicària, en la qual s'usa els menors per a infligir el major mal possible a la dona. És un tipus de violència de gènere directa.

Així mateix, les violències sexuals constitueixen una de les violacions de drets humans més habituals i ocultes de les que es cometen en la societat espanyola, que afecten de manera específica i desproporcionada les dones i les xiquetes, però també els xiquets.

Pots pensar que es tracta d'un problema poc habitual, però volem que sàpies que **del total de dones majors de 16 anys residents a Espanya:**

57,3%

1 de cada 2 dones ha patit violència al llarg de la seua vida per ser dona.

2.905.489 dones

El 14,2% **ha patit violència física i/o sexual** d'alguna parella, actual o passada, **en algun moment de la seua vida**.

374.175 dones

L'1,8% **ha patit violència física i/o sexual** d'alguna parella, actual o passada, **en els últims 12 mesos**.

96,9%

El 96,9% de les dones que han patit violència física i/o violència sexual d'alguna parella, actual o passada, **manifesten haver patit també algun tipus de violència psicològica** (emocional, control, econòmica o por).

Quins tipus de violències masclistes hi ha? Com puc identificar-les?

No es redueix a les agressions físiques

VIOLÈNCIA FÍSICA*

Consisteix a causar o intentar causar mal a la dona, colpejant-la, propinant-li puntades, cremant-la, agarrant-la, pessigant-la, espentant-la, donant-li galtades, estirant-li dels cabells, mossegant-la, denegant-li atenció mèdica o obligant-la a consumir alcohol o drogues, així com emprant qualsevol altre tipus de força física contra ella. Pot incloure danys a la propietat.

VIOLÈNCIA SEXUAL

Qualsevol acte de naturalesa sexual no consentit o que condicione el lliure desenvolupament de la vida sexual en qualsevol àmbit públic o privat, incloent-hi l'àmbit digital.

VIOLÈNCIA ECONÒMICA*

Consisteix a aconseguir o intentar aconseguir la dependència financera d'una altra persona man tenint per a això un control total sobre els seus recursos financers, impedint-li accedir a aquests i prohibint-li treballar o assistir a l'escola.

VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA*

Consisteix a provocar por a través de la intimidació; a amenaçar amb causar mal físic a una persona, la seua parella o les seues filles o fills, o amb destruir les seues mascotes i béns; a sotmetre a una persona a maltractament psicològic o a forçar-la a aïllar-se de les seues amistats, de la seua família, de l'escola o del treball. Pot tindre diferents variants, com l'emocional, que consisteix a minar l'autoestima d'una dona a través de crítiques constants, a infravalorar les seues capacitats, insultar-la...

VIOLÈNCIA DIGITAL

Es tracta d'una forma de violència de gènere que s'exerceix a través de les tecnologies digitals, de les xarxes socials o d'Internet. Entre aquestes, el ciberassetjament és una de les més característiques. Suposa una forma de limitació de la llibertat que genera dominació i relacions desiguals entre homes i dones que tenen o han tingut una relació afectiva. Suposa també una dominació sobre la víctima mitjançant estratègies humiliants que afecten la privacitat i intimitat, a més del mal que suposa a la seua imatge pública.

VIOLÈNCIA VICÀRIA

Es tracta d'una forma de violència que exerceixen els agressors contra els seus fills i filles amb l'únic objectiu de fer mal a les seues parelles o ex parelles. La utilització dels fills per a continuar la violència que s'exerceix cap a les exparelles és una de les formes més extremes de violència masclista. A vegades els maltractadors acaben matant els fills o les filles. Es tracta d'una violència estesa i oculta.

* Font: **ONU DONES**[10]

Per què et necessitem? Per què és important la teua resposta?

Perquè **la violència masclista no és un assumpte privat**, sinó una qüestió que ens interpel·la a totes i a tots, tant societat com institucions.

El que volem traslladar és que com a societat no tolerem cap mena de violència. Ens és igual el tipus i l'esfera de la vida en la qual ocórrega. **Davant la violència masclista no mires per a un altre costat**.

Es tracta d'**un problema social de primer ordre**, d'una **vulneració de drets humans** i és, a més, un **delicte públic** que es persegueix d'ofici pels operadors policials i jurídics fins i tot sense existir denúncia de la persona agreujada.

Per a tu, que has arribat fins ací, això és molt important

Has de tindre en compte que eixir d'una situació de violència masclista és complicat per a moltes dones. Són nombrosos els factors que fan que una víctima tinga dificultats per a trencar el vincle amb el seu agressor. En la majoria de les ocasions necessitarà ajuda professional o acompanyament emocional per a fer-ho.

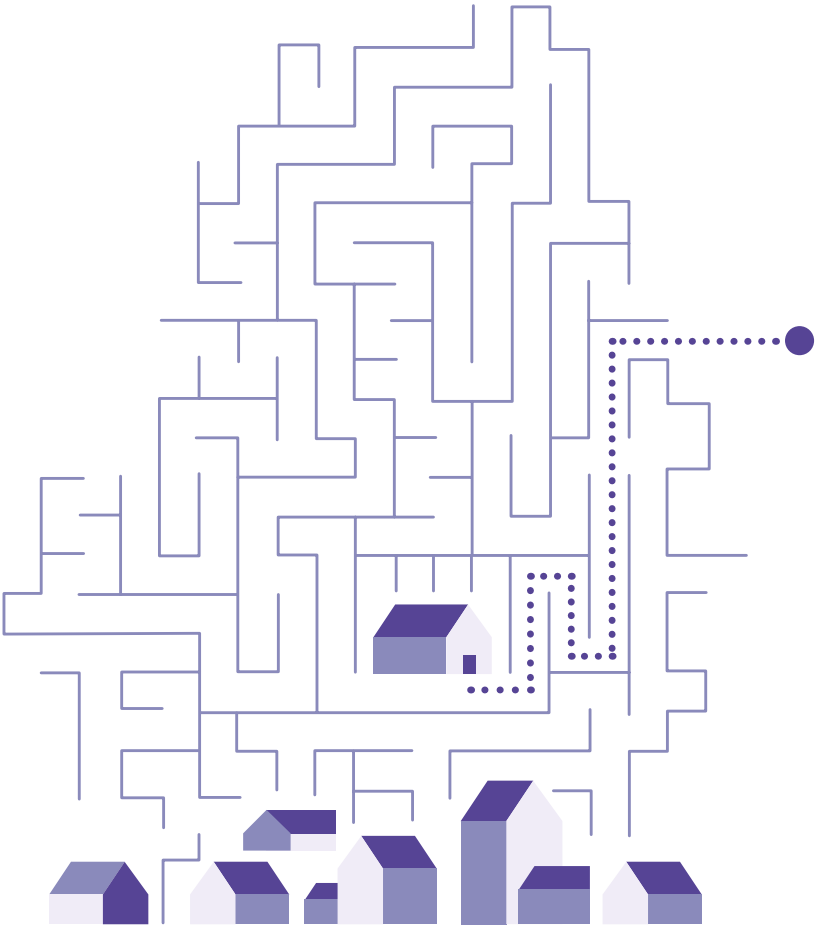
La manera en la qual un agressor exerceix violència masclista impacta de manera directa en la víctima, i genera sentiments i emocions que dificulten la presa de decisions, com la vergonya, la culpabilitat, la por, el terror, l'ansietat, la indefensió apresa, el bloqueig, la inseguretat, la confusió, etc. **És un procés de destrucció que genera greus problemes psicològics a conseqüència del maltractament.**

10 (https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence)

Altres vegades, les dones no disposen de la informació adequada per a conéixer les opcions d'eixida i pensen que no serà possible.

És per això que **creure i acompanyar la víctima pot ser el factor més important per a ajudar-la** a mantindre's segura. La teua implicació pot ser crucial perquè trobe la força necessària per a eixir de la situació de violència. Algunes persones creuen que solament existeix una única via per a eixir d'una situació de violència masclista que passa per interposar una denúncia o posar-se en contacte amb la policia i/o la Guàrdia Civil. No obstant això, fins i tot sent una via molt important, existeixen també **nombrosos recursos i professionals** (psicòlogues, treballadores socials, educadores socials, advocades, personal sanitari, etc.) la labor dels quals és fonamental per a secundar i **acompanyar en el procés de ruptura del vincle i recuperació**.

A vegades, el procés d'eixida i reparació pot ser també difícil i frustrant per a la persona que acompanya la víctima, però **recorda que la teua reacció i el teu compromís poden salvar vides i crear un entorn lliure de violència masclista**.



La violència masclista no és un problema privat, no és una cosa que passa a determinades dones o que només ocorre a casa. Afecta una immensa majoria de dones al nostre país i té moltes formes.

És un problema estructural, una violació dels drets humans. Com a tal, requereix, en primer lloc, unes polítiques públiques fortes que posen fre a la violència, reconeguen els drets de les víctimes i es traduïsquen en recursos.

En segon lloc, de la **implicació del conjunt de la societat**: que cada persona siga un agent actiu de lluita contra la violència, per a ajudar a detectar-la i acompanyar les víctimes.

Si has arribat fins ací, **gràcies per llegir aquesta guia**.

LA VIOLÈNCIA MASCLISTA LA PAREM UNIDES

#PuntVioleta

NIPO 048-21-165-6