LA VIOLÈNCIA MASCLISTA L'ATUREM UNIDES

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

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. Potser saps que una dona propera a tu està patint violència. Potser has presenciat una agressió al carrer o l'has sentit a l'altre costat de la paret, i tens dubtes sobre com procedir. Fins i tot pot ser que tu estiguis vivint una situació de violència.

Amb aquesta eina 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 acompanyar i atendre les víctimes.

En descarregar aquesta guia ja estàs fent un pas enorme, no només per poder ajudar algú, sinó per acabar amb la discriminació de les dones a la nostra societat.

GRÀCIES PER SUMAR-T'HI

Necessitem que et facis 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 estat testimoni d'una agressió 5
- Algú que conec és víctima 17
- Algú del meu entorn proper és víctima 23
- Jo soc la víctima 35
- Recursos disponibles 41
- Parlem de violència masclista 49

HE ESTAT TESTIMONI D'UNA AGRESSIÓ

Potser no coneixes la víctima. Pot ser que hagis coincidit amb ella al parc, al supermercat, a la farmàcia o a qualsevol espai públic.

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

Què puc fer?

Corre perill la vida de la víctima?

TRUCA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

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

NO ET POSIS EN RISC

La teva seguretat és important si vols ajudar. Espera't fins que arribin els serveis d'emergències i de seguretat.

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

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

091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil
112 Valora trucar a Emergències

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

INTENTA GRAVAR AMB EL TEU MÒBIL LA SITUACIÓ

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

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

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

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

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

Pots avisar a la persona encarregada, explicar-li el que **passa** i conjuntament, mantenint la calma, acompanyar la víctima en el que necessiti.

Ha arribat la policia o la Guàrdia Civil?

OFEREIX-TE PER COL·LABORAR AMB EL TEU TESTIMONI

Col·labora oferint tota la informació i proves que tinguis. És molt important i ajudarà al fet que l'atestat sigui més complet.

INTERPOSAR DENÚNCIA ÉS DECISIÓ DE LA VÍCTIMA

Has de saber que hi ha **moltes dones** que, per les circumstàncies en que es troben, **tindran dificultats a l'hora de denunciar. Pot ser que decideixin fer-ho en aquell 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 ex-parella, 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 tingui coneixement.

Has estat testimoni d'una agressió sexual?

TRUCA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

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

DEMANA AJUDA A QUI TINGUIS AL VOLTANT

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

NO ET POSIS EN RISC

La teva seguretat és important si vols ajudar. Espera't fins que arribin els serveis d'emergències i de seguretat.

RECORDA QUE EL PRIMER ÉS ACOMPANYAR I ATENDRE LA VÍCTIMA

Sigues empàtic/a amb ella, amb una escolta activa i sense jutjar el que ha succeït.

T'has trobat amb una dona que t'explica que l'han agredit sexualment?

MANTINGUES LA CALMA I VALORA LA SITUACIÓ

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

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

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

Ets en una situació difícil. La víctima pot trobar-se en un estat traumàtic i per tant el seu relat pot no ser lineal o congruent. Recorda que ets 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 TRUCAR

Dóna-li temps i proposa-li trucar al 016

Sol·licita informació a aquest servei, que t'ajudarà sobre els **serveis d'assistència social, sanitaris i jurídics** als quals pots acudir.

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

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

El més important és traslladar-la a un espai on pugui trobar-se segura i tranquil·la.

PUC DENUNCIAR JO?

No, però la teva col·laboració acompanyant la víctima, alertant els Serveis d'Emergència, policia i/o 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 puguin ser perseguits penalment per la acusació particular, per la fiscalia o per la acusació popular, **la víctima ha d'haver denunciat primer**.

GRÀCIES PER HAVER ARRIBAT FINS AQUÍ!

ALGÚ QUE CONEC ÉS VÍCTIMA

Coneixes la víctima?

Per exemple, comparteixes gimnàs amb ella? Potser la coneixes de l'escola on va la teva filla o fill? Ets un veí o veïna de la víctima?

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

Tems per la vida de la víctima?

TRUCA IMMEDIATAMENT

No tinguis por o vergonya. Recorda que la teva trucada és anònima, la policia es personarà al lloc sense necessitat de dir qui ha facilitat la informació.

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

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

Si estàs en situació d'avisar altres persones, fes-ho. Per exemple, si es tracta d'un fet que succeeix a la teva comunitat, vés a buscar altres veïns o veïnes

perquè t'acompanyin, demana'ls que s'impliquin amb tu i que t'ajudin a gestionar la situació.

NO ET POSIS EN RISC

La teva seguretat és important si vols ajudar. Espera't fins que arribin els serveis d'emergències i de seguretat.

QUÈ POTS FER QUAN ARRIBI 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 completin l'atestat policial.

Recorda que la decisió de denunciar és de la víctima. Si ella no vol interposar denúncia, ja sigui per por, per vergonya o per qualsevol altra circumstància, pots acompanyar-la i donar-li suport. 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 actuo amb aquesta dona? Què li dic?

LI OFEREIXO EL MEU SUPORT, PARLO AMB ELLA?

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

Fes-ho evitant qualsevol situació de risc i assegurant-te que el seu agressor no hi és. Quan tinguis l'oportunitat, i**ntenta parlar amb ella i fes-ho de manera calmada i tranquil·la** perquè no se senti jutjada o avergonyida.

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

Comunicar-li que **estàs aquí** i que pot comptar amb tu, és la millor manera d'ajudar-la.

Comunicar-li la teva plena disposició és una gran mostra de suport. Pot sol·licitar informació

jurídica o social trucant 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 a la factura)
600 000 016 (WhatsApp)
016-online@igualdad.gob.es

091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

Informa't sobre els ***serveis d'atenció especialitzats per a víctimes de violència masclista*** de la teva zona o de les associacions de dones.

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

GRÀCIES PER HAVER ARRIBAT FINS AQUÍ!

ALGÚ DEL MEU ENTORN PROPER ÉS VÍCTIMA

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

Es tracta de la teva amiga, la teva germana, la teva companya de classe, de **feina**?

La vida d'aquesta persona corre perill?

TRUCA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

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

NO ET POSIS EN RISC

La teva seguretat és important si vols ajudar. Espera't fins que arribin 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 tinguis. És molt important i ajudarà al fet que l'atestat sigui més complet.

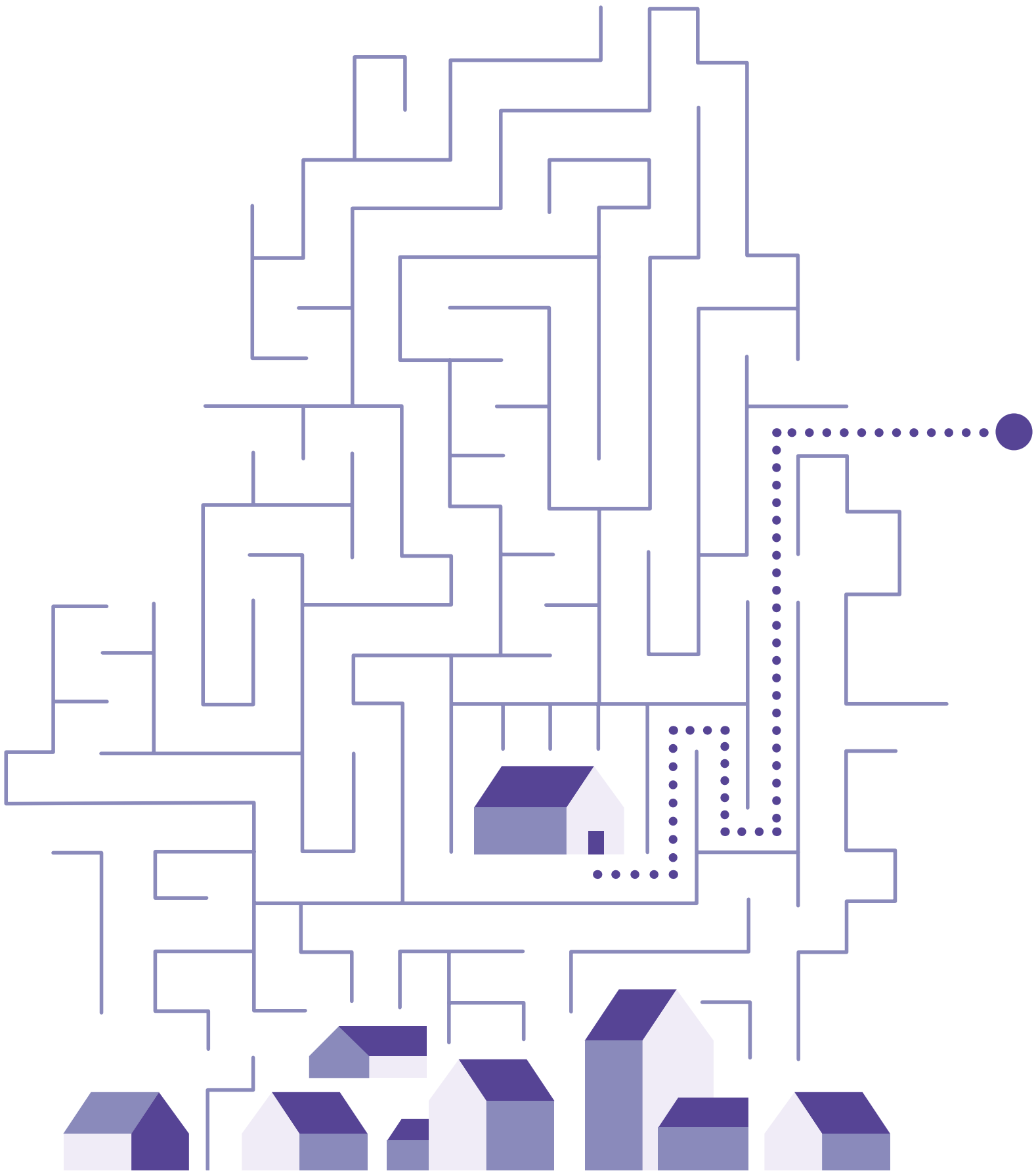
DENUNCIAR ÉS DECISIÓ DE LA VÍCTIMA

Has de saber que hi ha moltes dones que, per les circumstàncies en que es troben, tindran dificultats per denunciar. Pot ser que decideixin fer-ho en aquest 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 tingui. coneixement.



Potser no és una situació de risc extrem però sospites que aquesta 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 propers, com associacions de dones, ONGs, entitats i serveis socials especialitzats, etc.

VOLS COMPARTIR INFORMACIÓ AMB ELLA?

Busca un moment en que ella estigui sola o es trobi lluny del seu agressor i, amb calma i empatia, trasllada-li que estàs i estaràs amb ella.

ACOMPANYA LA VÍCTIMA

És important que ella sàpiga que hi seràs per ajudar-la, quan ho necessiti, 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 sigui segura per a ella.

POTSER ELLA NO VOL DONAR CAP PAS

Pot ser difícil d'entendre, però segueix 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 ets l'única persona a la qual pot acudir.

Has estat testimoni d'una agressió sexual?

TRUCA IMMEDIATAMENT

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

DESCARREGA ALERTCOPS

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

DEMANA AJUDA A QUI TINGUIS AL VOLTANT

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

NO ET POSIS EN RISC

La teva seguretat és important si vols ajudar. Espera't fins que arribin 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 explicat que ha estat agredida sexualment recentment o en el passat?

Aquesta persona potser és la teva 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 teva companyia**: ha trobat en tu un espai de seguretat per poder explicar una cosa així. Evita preguntes innecessàries o que suposin un judici de valor. No li facis preguntes incòmodes.

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

Informa-la de que existeixen **recursos especialitzats** on 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 es poden prendre mostres biològiques i detectar possibles Infeccions de Transmissió Sexual (ITS). **Per això és aconsellable no rentar-se.**

ELLA NO VOL ACTUAR ARA

Respecta-la. No la jutgis. No mostris desaprovació o retret. Pot ser difícil comprendre la seva decisió, fins i tot pot resultar frustrant per a tu, però respecta-la. Mostra-li el teu suport i acom- panya-la en el seu procés.

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

GRÀCIES PER IMPLICAR-T'HI!

JO SOC
LA VÍCTIMA

Et trobes 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 la Policia Nacional i la Guàrdia Civil. En cas

que no puguis realitzar una trucada, pots utilitzar l'app ALERTCOPS, des de la qual s'enviarà una alerta a la policia amb la teva localització.

112 Emergències
091 Policia Nacional
062 Guàrdia Civil

Alertcops

TAMBÉ POTS ANAR A LA TEVA FARMÀCIA

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

VIUS AMB EL TEU AGRESSOR

Truca al 016 per informar-te sobre els serveis disponibles que et poden acompanyar en la teva decisió. També pots comunicar-te via WhatsApp o enviant un email.

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

600 000 016 (WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

Sents que ha arribat el moment d'acabar amb la situació de violència?

DEMANA AJUDA

Truca 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 teva veïna o veí et pot ajudar a sortir d'una situació de violència masclista.

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

Has patit violència sexual?

SI ESTÀS EN RISC

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

També pots trucar al **016**, on t'informaran sobre els **recursos d'atenció i assessorament** (psicològic, social, jurídic) que existeixen al 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 forma paral·lela sí que tens dret a una assistència social, psicològica i jurídica que et prestaran els serveis o recursos especialitzats del teu territori.

SI HAS SOFERT UNA VIOLACIÓ

Ves a l'hospital més pròxim perquè et facin un examen ginecològic (incloses les proves d'Infeccions de Transmissió Sexual i VIH), i també una recollida forense de mostres biològiques. Si s'escau, demana que el tractament preventiu de l'embaràs i de les ITS es faci el més aviat possible. **Tens dret que et lliurin còpia del comunicat mèdic.**

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

En cas que decideixis denunciar, comunica-ho al personal sanitari que t'atengui perquè avisin a la policia o la Guàrdia Civil, que anirà a l'hospital on et trobis. Una cop realitzada la denúncia, **tens dret a que et donin la còpia**.

RECURSOS DISPONIBLES

On puc anar?

Existeixen una sèrie de recursos a disposició de les víctimes que constitueixen diferents vies per abandonar les situacions de violència masclista.

Recursos per a qualsevol persona

NECESSITES INFORMACIÓ ESPECIALITZADA I ASSESSORAMENT?

016 (No deixa rastre a 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 i sobre els recursos disponibles propers.

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

ETS 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 teva geolocalització.

Recursos només per a víctimes

NECESSITES ASSESSORAMENT JURÍDIC?

016 (No deixa rastre a 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 **truques al 016** et donaran la informació del recurs més apropiat.

PER A DONES AMB DISCAPACITAT

Servei *TELESOR*
Servei *SVISUAL*
De 8 a 22 h (tots els dies)

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

EXISTEIXEN CENTRES D'EMERGÈNCIA I CASES D'ACOLLIDA

Si necessites abandonar el teu domicili, hi pots anar a totes les Comunitats Autònomes. Quan demanis 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 a l'Ajuntament de la teva localitat

ATENPRO
900 22 22 92

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

Delegació del Govern contra la Violència de Gènere
Per a més informació, consulta el seu ***web***

Recursos per a persones afectades per violències sexuals

Truca al **016** i sol·licita informació sobre el servei especialitzat d'atenció a víctimes i supervivents de violència sexual de la teva Comunitat Autònoma o Ajuntament. També pots sol·licitar aquesta informació via WhatsApp o correu electrònic.

016

600 000 016 (WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

PARLEM DE VIOLÈNCIA MASCLISTA

A més de saber com actuar, vols tenir **més informació sobre què 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 ex-parella, 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, l'exerceixen els qui han estat els seus cònjuges o bé són 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 condicioni el lliure desenvolupament de la vida sexual en qualsevol àmbit públic o privat, tant en la parella o ex-parella com fora d'ella, 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 seva parella o ex-parella, però també a les persones menors d'edat que són familiars de les dones o persones properes. Es tracta d'una de les pitjors formes de violència contra les dones, anomenada violència vicària, en que s'utilitza els menors per infligir el major dany possible a la dona. És un tipus de violència de gènere directa.

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

Pots pensar que es tracta d'un problema poc habitual, però volem que sàpigues 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 seva 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 seva 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, econòmic o por).

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

No es redueixen a les agressions físiques

VIOLÈNCIA FÍSICA*

Consisteix a causar o intentar causar dany a la dona, colpejant-la, propinant-li puntades de peu, cremant-la, agafant-la, pessigant-la, empenyent-la, donant-li bufetades, estirant-li els cabells, mossegant-la, negant-li atenció mèdica o obligant-la a consumir alcohol o drogues, i també utilitzant 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 condicioni el lliure desenvolupament de la vida sexual en qualsevol àmbit públic o privat, incloent l'àmbit digital.

VIOLÈNCIA ECONÒMICA*

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

VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA*

Consisteix a provocar por a través de la intimidació; a amenaçar amb causar dany físic a una persona, la seva parella o les seves filles o fills, o amb destruir les seves mascotes i béns; en sotmetre a una persona a maltractament psicològic o forçar-la a aïllar-se de les seves amistats, de la seva família, de l'escola o del treball. Pot tenir diferents variants, com l'emocional, que consisteix a minar l'autoestima d'una persona a través de crítiques constants, infravalorar les seves 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 elles, 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 privadesa i la intimitat, a més del dany que suposa a la seva imatge pública.

VIOLÈNCIA VICARIA

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 seves parelles o ex parelles. La utilització dels fills per continuar la violència que s'exerceix cap a les ex-parelles és una de les formes més extre-mes de violència masclista. De vegades els maltractadors acaben matant els fills o les filles. Es tracta d'una violència estesa i oculta.

*** Font:** ***ONU MUJERES***

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

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

El que volem traslladar és que com a societat no tolerem cap tipus de violència. Ens és igual el tipus i l'esfera de la vida on tingui lloc. **Davant la violència masclista no miris cap 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 per part dels operadors policials i jurídics, fins i tot sense existir denúncia de la persona agreujada.

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

Has de tenir en compte que sortir d'una situació de violència masclista és complicat per a moltes dones. Són nombrosos els factors que fan que una víctima tingui dificultats per trencar el vincle amb el seu agressor. En la major part dels casos necessitarà ajuda professional o acompanyament emocional per fer-ho.

La manera com un agressor exerceix violència masclista impacta de forma directa en la víctima, generant 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 com a conseqüència del maltractament.**

En altres ocasions, les dones no disposen de la informació adequada per conèixer les opcions de sortida i pensen que no serà possible.

És per això que creure i acompanyar la víctima pot ser el factor més important per ajudar-la a mantenir-se segura. La teva implicació pot ser crucial perquè trobi la força necessària per sortir de la situació de violència. Algunes persones creuen que només existeix una única via per sortir d'una situació de violència masclista que passa per interposar una denúncia o posar-se en contacte amb la policia i/o Guàrdia Civil. No obstant això, tot i ser una via molt important, també existeixen molts recursos i professionals (psicòlogues, treballadores socials, educadores socials, advocades, personal sanitari, etc.) la feina de les quals és fonamental per donar suport i acompanyar en el procés de ruptura del vincle i recuperació.

En ocasions, el procés de sortida i reparació pot ser també difícil i frustrant per la per-sona que acompanya la víctima, però **recorda que la teva 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 passa a casa. Afecta una immensa majoria de dones al nostre país i té múltiples formes.

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

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

Si has arribat fins a aquí, gràcies per llegir aquesta guia.

LA VIOLENCIA MACHISTA LA PARAMOS UNIDAS

#PuntVioleta

NIPO 048-21-154-9