

# GUIA D' ACTUACIÓ CONTRA LA



# VIOLÈNCIA DE GÈNERE





Pla  
**d'Igualtat**  
de Gènere  
Sagunt 2006-2010



AJUNTAMENT DE SAGUNT  
ÀREA DE LA DONA



La Regidoria de l'Àrea de la Dona de l'Ajuntament de Sagunt, agraeix a l'Ajuntament de Rivas Vaciamadrid (Madrid) i a la Regidora de Dona Sra. Yolanda Martín-Alameda Benlliure, l'autorització per a reproduir aquesta Guia, adaptant-la al nostre municipi, que considerem de gran utilitat per a les dones que pateixen una situació de maltractament i que constitueix una ferramenta més en la lluita per l'eradicació de la violència exercida contra les dones, en la qual està compromès l'Ajuntament de Sagunt, a través de la Regidoria de la Dona.



Des de la Regidoria de la Dona de l'Ajuntament de Sagunt, i en compliment i desenvolupament dels distints estudis i propostes de programes, mesures i normes que té com a objecte promoure l'exercici efectiu dels drets de les dones, i sobretot el dret a la seua integritat física i psíquica i a l'eradicació de la violència contra les dones, hem elaborat esta Guia.

En ella podem trobar els principals indicadors que ens alerten davant possibles situacions de violència i pautes per a actuar-hi.

Esta guia es convertix en una ferramenta més per a la prevenció i l'actuació davant la violència exercida contra les dones, per mitjà de la informació i la difusió dels diversos servicis existents per a la seua acollida, atenció, tractament i protecció. Esta Guia, juntament amb altres iniciatives municipals com el Pacte Ciutadà contra la Violència de Gènere i el recentment aprovat Pla d'Igualtat de Gènere, constituïx un pas més en el llarg camí cap a l'eradicació de la violència de gènere, condició indispensable per a la consecució d'una societat més justa i igualitària entre les persones. Per a això treballem dia a dia des de la Regidoria de la Dona.

**Davinia Bono Pozuelo**  
Regidora de la Dona

## COM IDENTIFICAR LA VIOLÈNCIA DE GÈNERO

FACTOR DE RISC: SER DONA

### QUÈ ÉS?

La violència física, psicològica, sexual, social i econòmica que patim les dones per part de la parella, exparella, nuvi, amant, company o marit.

“La violència de gènere comprén tot acte de violència física i psicològica, incloses les agressions a la llibertat sexual, les amenaces, les coaccions o la privació arbitrària de llibertat...”, Llei 1/2004, de 28 de desembre, de mesures de protecció integral contra la violència de gènere.

## TIPUS DE VIOLÈNCIA



### VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA:

Es manifesta a través de:

- Mirades, gestos, silencis i actituds que ens transmeten menyspreu, humiliació i amenaça.
- Violència verbal, com insults, desqualificacions i crits.
- No tindre en compte ni respectar els teus sentiments.
- Disposar del teu temps i aïllar-te, impedir-te i dificultar-te veure les persones a qui vols i sents més pròximes.
- Desautoritzar-te constantment en presència dels vostres fills i filles.
- Impedir-te realitzar les activitats que vols.
- Assetjar-te.
- Controlar el que fas i amb qui vas.

**RECORDA QUE TENS DRET A** sentir-te tractada amb respecte, a la teua dignitat i integritat psicològica.

### VIOLÈNCIA SEXUAL:

Sentir-te obligada a tindre relacions sexuals sense tu desitjar-ho (a través de: xantatges, amenaces, enfuriments o pressions, etc.)

**RECORDA QUE TENS DRET A** decidir quan i com mantens relacions sexuals amb la teua parella.

### VIOLÈNCIA ECONÒMICA:

Et controla els diners i/o t'impedeix disposar-ne, pren decisions unilaterals, s'apodera dels béns i et demana comptes. Anul·la targetes comunes, retira la teua firma dels comptes bancaris.

**RECORDA QUE TENS DRET A** prendre decisions en els béns propis, decidir en què gastar els diners. La teua independència econòmica és fonamental.

### VIOLÈNCIA FÍSICA:

T'espanta, t'agarra, colpeja, et dóna puntellons, punyades, etc. Hi ha distints nivells de gravetat en les agressions, però totes són violència.

**RECORDA QUE TENS DRET A** la teua integritat física.

## CICLE DE LA VIOLÈNCIA

Moltes vegades la violència passa per fases ja conegudes. El fet que la violència no siga contínua i tinga moments en què ell es mostra afectuós, ens fa més difícil identificar que estem vivint una relació de maltractament, pensem que podem aconseguir que només isca a la llum eixa part d'ell que ens agrada, i ens sentim responsables, a més, del seu canvi.

### 1ª FASE DE TENSÍO

Ell expressa hostilitat, però no de forma explícita. És el moment en què sents que en qualsevol instant pot explotar, i produir una agressió.

### 2ª FASE D'AGRESSIÓ

És la fase en què esclata la violència i es produeixen agressions físiques, emocionals i/o sexuals.

Aquesta fase es repeteix cada vegada amb més freqüència, més duració, més intensitat i major gravetat. És un cicle imparabile.

### 3ª FASE DE PENEDIMENT, RECONCILIACIÓ O LLUNA DE MEL

La teua parella demana perdó i et promet canviar.

Adopta una actitud afectuosa i no violenta per aconseguir que la relació pugua continuar.

És el pas de més curta duració dels tres.

Desapareix prompte i cada vegada més breu.

## PRÀCTIQUES DEL MALTRACTADOR QUE HAN D'ALERTAR-TE LES UTILITZA PER A DISCULPAR-SE I FER-TE CULPABLE A TU DE LA SEUA VIOLÈNCIA



### Fonamenta

Racionalitza els motius de manera que parega que està bé el que ha fet. Busca arguments per justificar el seu comportament.

### Minimitza el dany

Lleva importància al fet fins a aconseguir distanciar-se del dany causat, argumentant que aquest no ha sigut tan greu.

### Desvia el problema:

Sol atribuir el seu comportament a problemes de treball, l'alcohol, discussions, etc. Amb aquest mecanisme allunyen la responsabilitat sobre els fets.

### Racionalitza:

Dóna explicacions de les seues conductes i fets, segons el seu punt de vista, per intentar aconseguir que l'entorn social valide eixos comportaments com a legítims, perquè tu també els acceptes.

### Projecta:

Atribueix a la víctima la responsabilitat de les conductes violentes, et culpabilitza.

### Oblida/Nega:

Assegura que no recorda, que no és conscient del que se li recrimina. Pot arribar a negar obertament els atacs per a restar credibilitat al que la víctima relata.

## CONSEQUÈNCIES D'AQUESTA VIOLÈNCIA EN LES DONES



Psicològiques	Físiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Por</li><li>• Inseguretat</li><li>• Nul·la autoestima</li><li>• Depressió</li><li>• Agitació</li><li>• Confusió</li><li>• Culpabilitat</li><li>• Ansietat</li><li>• Insomni</li><li>• Apatia</li><li>• Anorèxia i bulímia</li><li>• Automedicació i abús de substàncies i alcohol</li><li>• Intents de suïcidi</li><li>• Soledat</li><li>• Sotmetiment</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Malestar</li><li>• Ofecs</li><li>• Esgotament</li><li>• Palpitacions</li><li>• Mals de cap</li><li>• Dolors musculars</li><li>• Pèrdues de pes</li><li>• Ferides</li><li>• Hematomes</li><li>• Fractures</li><li>• Transtorns alimentaris</li><li>• Problemes gastrointestinals, coronaris, i respiratoris, de vista, audició...</li><li>• Complicacions respiratòries</li></ul>

Sexuals	Socials/ laborals
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pèrdua de desig sexual</li><li>• Problemes ginecològics</li><li>• Embarassos no desitjats</li><li>• Avortament</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aïllament i soledat</li><li>• Dificultats per a establir relacions socials i mantindre-les</li><li>• Baixes laborals</li><li>• Pèrdua del lloc de treball</li><li>• Conductes autodestructives (automedicació, consum d'alcohol/drogues)</li></ul>

**MECANISMES D'ADAPTACIÓ:** davant de la violència habitual de baixa intensitat es generen uns mecanismes d'adaptació, com una espècie d'ANESTÈSIA EMOCIONAL, que ens insensibilitza i fa que no siguem conscients de la nostra situació, ni del risc que correm.

## QUÈ FER?

Compta amb algú amb qui et sentes còmoda i cregues que et pot entendre. No sentes vergonya, ni por!

No et sentes culpable del que t'està passant.

Un intent fallit anterior no ha de desanimar-te, busca suport.

Busca suport en el teu entorn, associacions i grups de dones que poden estar en la teua mateixa situació.

No intentes ajudar-lo, tu no pots. Ara eres tu la que necessites ajuda per a recuperar la teua vida i la teua llibertat.

En el teu municipi compta amb professionals especialitzades a qui dirigir-te en l'Àrea de la Dona.

## BUSCA INFORMACIÓ I ATENCIÓ ESPECIALITZADA



### DIRIGEIX-TE AL TEU AJUNTAMENT:

Àrea de la Dona, on pots trobar:

- Assessoria tècnica, orientació i suport.
- Assessoria jurídica.
- Assessoria psicològica.
- Informació sobre altres serveis i recursos especilitzats.

Departament de Serveis Socials, on pots trobar :

- Informació, Orientació i Assessorament , si tens dificultats, econòmiques i/o socials.

## SI TENS LESIONS O DANYS FÍSICS



**ACUDEIX AL TEU CENTRE DE SALUT o URGÈNCIES** d'un centre hospitalari

És convenient que no vages acompanyada de l'agressor. En tot cas busca una persona de confiança que t'acompanye.

No et canvis de roba, acudeix com més prompte millor.

Intenta contar tot el que t'ha passat, què et fa mal i qui t'ho ha fet.

Després de fer-te un reconeixement, sol·licita un comunicat DE LESIONS (és convenient que el lliges per a veure si reflecteix totes les teues lesions).

## SI PATEIXES MALTRACTAMENTS PSICOLÒGICS I/O SEXUALS



ACUDEIX AL TEU CENTRE DE SALUT o URGÈNCIES d'un centre hospitalari

Intenta contar tot el que et passa, com et sents i per què, des de quan estàs en aquesta situació i com t'afecten físicament eixos maltractaments (mals de cap i musculars, insomni, pèrdua de pes, ansietat, estrés, por...).

No et canvis de roba.

Si has sigut agredida sexualment no et llares.

Demana que es reflectisca aquesta situació en el teu historial clínic i que es realitze un informe psicològic i valoració de risc imminent enfront de l'agressor, conseqüències i possibles seqüeles.

### **DAVANT D'UNA SITUACIÓ DE PERILL (MALTRACTAMENTS FÍSICS, PSÍQUICS O AMENACES), dirigeix-te a:**

POLICIA LOCAL  
POLICIA NACIONAL  
GUÀRDIA CIVIL  
JUTJATS  
CENTRE DONA 24 HORES

## INICIAR EL PROCÉS LEGAL



És molt important informar la Justícia de la situació de maltractaments, perquè es puguin adoptar mesures de protecció mitjançant l'Ordre de Protecció.

### **Quines són les mesures que es poden adoptar?**

Poden ser de diversos tipus:

**Àmbit penal:** allunyament de la víctima i presó per a l'agressor o treballs en benefici de la comunitat, privació de tinença i port d'armes.

**Àmbit civil:** Atribució de l'ús de la vivenda familiar, guàrdia i custòdia de filles/fills, visites i pensió d'aliments per a filles/fills. Si és el cas privació de l'exercici pàtria potestat, tutela, curatela, guarda o acolliment fins a cinc anys.

**Àmbit social:** Ajuda econòmica per a les dones que no tinguin ingressos, atenció psicològica, suport a la formació i inserció laboral, prioritat accés a vivendes protegides i residències per a majors.

**Àmbit laboral:** reducció o reordenació del temps de treball, mobilitat geogràfica, canvi del centre de treball, suspensió de la relació laboral amb reserva del lloc de treball i a l'extinció del contracte de treball.



**ON SE SOL·LICITA:  
Jutjat, Guàrdia Civil, Policia Local, Centre Dona 24 hores...?**

Amb la sol·licitud d'Ordre de Protecció, el jutge o jutgessa, dins de les 72 hores següents a la teua sol·licitud, valorarà la teua situació de risc i pot acordar diverses mesures de les mencionades adés, sense perjudici que el procediment judicial per maltractament finalitze en eixe moment o en data posterior.

Tens dret a sol·licitar que durant tot aquest procés t'assistisca un advocat o advocada. Podràs sol·licitar professionals gratuïts que t'assistisquen, si acredites insuficiència de recursos per a litigar. Hi ha professionals del dret especialitzats en el "torn d'ofici de violència de gènere", que pots demanar en el moment de sol·licitar l'Ordre de Protecció.



És convenient que en la sol·licitud d'Ordre de Protecció es reflectisca, de la forma més completa possible, quina ha sigut la teua situació, és a dir:

Quant de temps fa que et trobes en aquesta situació. Reflectir situacions concretes de maltractaments intentant recordar les dates i llocs en què s'han produït, i les persones concretes que han patit violència.

Expressar literalment insults i amenaces.

Expressar si aquests fets s'han produït dins de la llar i/o en presència de les teues filles i fills.

Contar si han succeït anteriorment altres situacions de maltractaments i, si és així, reflectir si les has denunciat o has sigut atesa per alguna persona professional de la Sanitat, serveis socials, etc., i en aquest cas, si tens documents, els pots aportar.

Cal dir si l'agressor té armes.

Identificar persones que puguen aportar informació dels fets (veïns, testimonis, familiars...).

Si estàs casada o en procés de separació o divorci o si has iniciat una nova relació sentimental.

Dades de testimonis dels fets.

## LLISTA DE COSES QUE HAS DE PORTAR AMB TU

- DNI, passaport o NIE.
- Permís de conduir.
- Cartilla de la Seguretat Social.
- Llibre de família.
- Certificat o acta de matrimoni.
- Certificat de naixement de filles/fills.
- Llibreta d'estalvis, targeta de crèdit i diners.
- Documents que acrediten ingressos de la parella (nòmines, declaració de la renda).
- Contracte de lloguer o escriptura de la vivenda.
- Últimes factures de despeses habituals (gas, electricitat, aigua, telèfon, alimentació...).
- Documents sobre maltractaments anteriors (denúncies, informes i informes mèdics, sentències...).
- Claus.
- Altres objectes personals que cregues que necessites.



## TELÈFONS D'INTERÉS:



### Al municipi:

- Àrea de la Dona: 96.265.58.58 ext. 523
- Serveis Socials Municipals: 96.265.58.58 ext. 509
- Policia Local: 092 96.265.58.84
- Policia Nacional: 091 96.267.00.91
- Centre de Planificació Familiar: 96.267.78.12
- Hospital de Sagunt: 96.265.94.00
- Centre de Salut de Sagunt: 96.266.10.57
- Centre de Salut del Port de Sagunt: 96.268.19.09

### Fora del municipi:

- CENTRE DONA 24 H: 900.58.08.88
- Guàrdia Civil-EMUME: 96.317.46.60
- Direcció General de la Dona: 96.197.16.00
- CAVAS: 96.394.30.69
- Associació d'assistència a víctimes d'agressions sexuals i violència de gènere de la Comunitat Valenciana: 96.394.30.69
- Centre Coordinador d'Emergències: 112
- Assessorament jurídic gratuït. Generalitat Valenciana: 902.01.10.29
- Oficina d'assistència a les víctimes de delictes violents i contra la llibertat sexual: 96.386.55.30.
- Oficina d'Atenció a les Famílies: 96.353.96.33
- Informació "Instituto de la Mujer" . M<sup>a</sup> Trabajo y AA.SS.: 900.19.10.10
- Associació Themis (advocades): 91.308.43.04
- Servei 24 h. d'Informació i Assessorament Jurídica d'àmbit estatal: 016