

GUÍA D' ACTUACIÓ CONTRA LA



VIOLÈNCIA DE GÈNERE



Pacto de Estado
contra la violencia de género



SISTEMA PÚBLICO
VALENCIANO DE
SERVICIOS SOCIALES

016

línea gratuita de atención al ciudadano



Àrea d'Igualtat

AJUNTAMENT DE SAGUNT



AJUNTAMENT DE SAGUNT
ÀREA D'IGUALTAT



Des de la Regidoria d'Igualtat de l'Ajuntament de Sagunt hem elaborat aquesta Guia en compliment i desenvolupament de les diferents iniciatives municipals que tenen per objecte promoure l'exercici efectiu dels drets de les dones, especialment els que es refereixen a la seua integritat física i psíquica, així com contribuir a l'erradicació de la violència contra elles com són el Pacte Ciutadà contra la Violència de Gènere i els diferents Plans d'Igualtat de Gènere de l'entitat.

En aquest document trobem els principals indicadors que ens alerten davant possibles situacions de violència, i pautes per a actuar enfront d'ella. Aquesta Guia es converteix en una eina més de prevenció i actuació enfront de la violència exercida contra les dones mitjançant la informació i difusió dels diferents serveis existents per al seu acolliment, atenció, tractament i protecció.

Regidoria d'Igualtat.

COM IDENTIFICAR LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

FACTOR DE RISC: SER DONA

QUÈ ÉS LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE?

La violència de gènere en sentit estricte i segons la Llei 1/2004 de 28 de desembre de Mesures de Protecció Integral contra la Violència de Gènere, és tot acte de violència física, psicològica, sexual, incloent amenaces, coaccions o privació de llibertat, que sofrim les dones per part de les nostres parelles, ex parelles, nuvis, amants, companys sentimentals, marits o ex parelles, amb o sense convivència.

En sentit ampli, i tal com recull la normativa internacional des de 1995 en la IV Conferència de Pekín, és qualsevol acte de violència contra les dones en qualsevol àmbit, públic o privat, motivat pel simple fet de ser dona, per l'asimetria de poder entre dones i homes i a causa de la seva consideració social com ser inferior.

TIPUS DE VIOLÈNCIA



VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA:

Es manifesta a través de:

- Intimida i amenaça; Mirades, gestos, silencis i actituds que ens transmeten menyspreu, humiliació i amenaces.
- Violència verbal: Insults, desqualificacions i crits
- Et desacredita i ridiculitza en presència d'altres persones
- Desvalora les activitats que realitza
- Exigeix obediència, dona ordres i decideix el que deus o no fer
- Controla la despesa i restringeix els recursos econòmics
- Quan s'enfada et castiga amb el silenci i la incomunicació. o vol parlar, t'ignora, et nega l'afecte
- Et culpabilitza de qualsevol discussió o enuig
- No té en compte, ni respecta els teus sentiments
- Et sobrecarrega de responsabilitats; no comparteix tasques domèstiques, cria dels fills...
- Disposa del teu temps i aïllar-te, impedir-te i/o dificultar-te veure les persones a qui vols.
- Et desautoritza constantment en presència dels vostres fills i filles.
- Gelosia. Necessita controlar on estàs, amb qui parles i amb qui vas.
- Necessita controlar el mòbil, el WhatsApp, i les xarxes socials..
- **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'espenta, 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.

APLICACIONS I WEBS:

- Lliures <http://libres.aplicacionesmnsi.com/descarga/>
- Relación sana
- Sms Amor 3.0 <http://enredatesinmachismo.com>
- Pillada per tu
- Detectamor <http://adolescentesinviolenciadegenero.com/>

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 TENSIÓ

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.

CONSEQÜÈNCIES D'AQUESTA VIOLÈNCIA EN LES DONES



Psicològiques

- Por
- Inseguretat
- Nul·la autoestima
- Depressió
- Agitació
- Confusió
- Culpabilitat
- Ansietat
- Insomni
- Apatia
- Anorèxia i bulímia
- Automedicació i abús de substàncies i alcohol
- Intents de suïcidi
- Soledat
- Sotmetiment

Físiques

- Malestar
- Ofecs
- Esgotament
- Palpitacions
- Mals de cap
- Dolors musculars
- Pèrdues de pes
- Ferides
- Hematomes
- Fractures
- Transtorns alimentaris
- Problemes gastrointestinals, coronaris, i respiratoris, de vista, audició...
- Complicacions respiratòries

Sexuals

- Pèrdua de desig sexual
- Problemes ginecològics
- Embarassos no desitjats
- Avortament

Socials/ laborals

- Aïllament i soledat
- Dificultats per a establir relacions socials i mantindre-les
- Baixes laborals
- Pèrdua del lloc de treball
- Conductes autodestructives (automedicació, consum d'alcohol/drogues)

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 comptes amb professionals especialitzades a qui dirigir-te en l'Àrea de la Dona.

BUSCA INFORMACIÓ I ATENCIÓ ESPECIALITZADA



DIRIGEIX-TE AL TEU AJUNTAMENT:

Àrea d'Igualtat, on pots trobar:

- Assessoria tècnica, orientació i suport.
- Assessoria jurídica.
- Assessoria psicològica.

Policia local Grup D'Atenció a Dones (GAD) 96.265.58.84

- Informació d'altres serveis i recursos especialitzats.

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, estrès, por...).

No et canvies de roba.

Si has sigut agredida sexualment no et llaves.

Demana que es reflectisca aquesta situació en el teu historial clínic i que es realitzi 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: Prohibició de aproximarse a la víctima, a su domicilio y lugar de trabajo, a comunicació con ella por cualquier medio, y prisión para el agresor o trabajos en beneficio de la comunidad, privación de tenencia y porte de armas.

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 tinguen 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'assista un advocat o advocada. Podràs sol·licitar professionals gratuïts que t'assistent.

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:



En el municipi:

- Àrea d'Igualtat: tel. directe: 96.265.58.89
- Serveis Socials Municipals: 96.265.58.82
- Policia Local (GAD) : 092 / 96.265.58.84
- Policia Nacional: 091 / 96.267.00.91
- Guardia Civil: 062 / 96.269.81.07
- Hospital de Sagunt: 96.233.93.00
- Centre de Salut de Sagunt: 96.261.76.80
- Centre de Salut de Sagunt "El Raval": 96.261.75.75
- Centre de Planificació Familiar: 96.261.75.20
- Centre de Salut Port de Sagunt: 96.261.76.50
- Centre de Salut Port de Sagunt II: 96.261.70.00
- Centre de Planificació Familiar Port de Sagunt: 96.261.70.55
- Punto de Encuentro Familiar: 96.119.36.33

Fora del municipi:

- CENTRO MUJER 24 H.: 900.58.08.88
- Guardia Civil-EMUME :96.317.46.60 ext.328
- Centre Coordinador Emergències: 112
- Servicio 24 h. d'Informació i Assessorament Jurídic d'àmbit estatal: 016
- Centre d'assistència a víctimes d'agressions sexuals i violència de gènere de la Comunitat Valenciana. CAVAS: 96.394.30.69
- Informació General de l'Institut de la Dona: 900.19.10.10



TELÈFONS D'INTERÉS:



- Atención a víctimas de maltrato por violencia de género: 016/016-online@igualdad.gob.es.
- Atención por chat en línea: violenciadegenero.igualdad.gob.es
- Atención por WhatsApp: 600.000.016