

COMO PODEMOS PROTEXER Á VÍTIMA?

É importante escoitar á vítima e que sinta que non está soa, informarlle de que pode solicitar axuda, independente de que queira ou non interpor denuncia. Moitas mulleres non comezan a darse conta das súas situacións ata que alguén pide axuda por elas, así que é importante **chamar e poñelo en coñecemento**.

E...

- Se cando estás na casa, escoitas un berro, sae a ver que está a pasar, alguén pode necesitar a túa axuda.
- Se ves que algunha muller está a sufrir algún tipo de violencia, achégate e pescuda se está ben e se necesita axuda.

Ao agresor faille saber que ese comportamento é inaceptable.

Se a situación é grave e cres que achegarte pode ser perigoso: fai ruído, berra lume!, reprende ao agresor para darlle a coñecer que hai persoas testemuñas da situación.

Ao mesmo tempo, debes chamar ao (112)

TES Á TÚA DISPOSICIÓN:

SERVIZOS SOCIAIS DE VEDRA E CIM

981 81 46 93

De luns a venres de 9.00 a 14.00 h.

Orientación, información, atención e derivación aos recursos existentes.

TELÉFONOS GRATUÍTOS AS 24 HORAS DO DÍA:

016 // 112

ATENCIÓN XURÍDICA GRATUITA

981 81 46 93

Os venres de 8.00 a 15.00 h.

ATENCIÓN PSICOLÓXICA

981 81 46 93

Os martes de 8.00 a 15.00 h.

E ADEMÁIS OS SEGUINTE PROGRAMAS:

Programa de intervención terapéutica con mulleres que sufriron violencia sexual.

Abramos o círculo, programa para homes con problemas de control de violencia.

Atención psicolóxica ás vítimas de violencia de xénero.

ONDE PODO DENUNCIAR?

Na Comandancia da Garda Civil de Lestedo.
Na Comisaría do Corpo Nacional de Policía de Santiago de Compostela.

Na Policía autonómica Santiago de Compostela.

CENTRO DE SAÚDE

Se os malos tratos te producen algún tipo de lesión física ou psicolóxica non dubides en acudir ao teu centro de saúde e pedir axuda ao persoal sanitario.

ATENCIÓN E PROTECCIÓN POR TELEASISTENCIA (ATEMPRO)

Podes solicitar este dispositivo para garantir a túa seguridade e recibir atención de emerxencia e psicolóxica nos Servizos Sociais de Base do concello de Vedra, aínda sen interpor denuncia contra o agresor.

APP DE AGRESIÓN OFF REDE GALEGA DE ACOLLEMENTO APLICACIÓN ESCAPP

CONTRA A VIOLENCIA DE XÉNERO

EU IMPORTO

TI IMPORTAS

NÓS IMPORTAMOS



XUNTAS E XUNTOS POLO BO TRATO



MANTENTE ALERTA AOS SINAIS

Se a resposta a estas preguntas é SI podes estar a sufrir malos tratos por parte da túa parella ou exparella . **ACTÚA PIDE AXUDA**

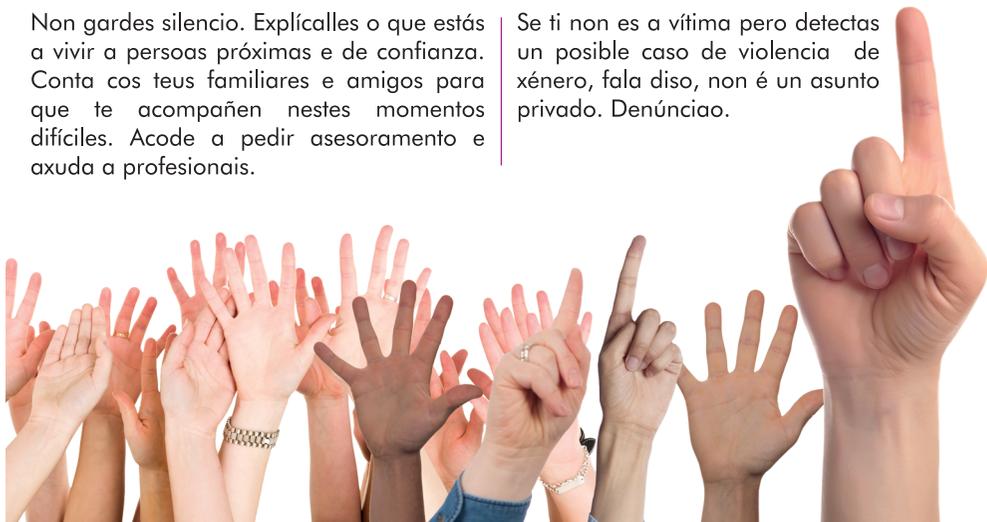
- Ridiculízate ou faite sentir inferior?
- Interrómpete ou ignorate cando falas?
- Desconfía de tí?
- Ameaza con facerche dano a ti ou á túa familia?
- Veste obrigada a facer cousas que non che gustan por compracelo a el?
- Sénteste nerviosa porque tes medo de non facer as cousas como a el lle gustan?
- Ás veces tes medo da súa mirada, os seus xestos, ou as súas reaccións violentas?
- Impídeche ou moléstalle que esteas con outras persoas?
- Sénteste culpable porque te responsabiliza de cousas que fai mal?
- Sénteste controlada por el, tendo que darlle explicacións por todo o que fas?
- Controla o teu diñeiro, a túa forma de vestir, revisa o teu móbil ou as túas redes sociais?
- Ameázate con deixarte se fas cousas que a el non lle gustan?
- Insúltate ou humíllate en público ou en privado?
- Agrediute algunha vez fisicamente?
- Forzoute a manter relacións sexuais en contra da túa vontade?
- Ameaza con quitarche as túas fillas e fillos se o deixas?

Unha relación saudable é aquela baseada na confianza e o respecto mutuo, onde as persoas se senten libres para comunicar os seus sentimentos, dar e recibir. As actitudes agresivas e de control non teñen nada que ver co amor e poden facer moito dano.

QUE PODO FACER?

Non gardes silencio. Expícalles o que estás a vivir a persoas próximas e de confianza. Conta cos teus familiares e amigos para que te acompañen nestes momentos difíciles. Acode a pedir asesoramento e axuda a profesionais.

Se ti non es a vítima pero detectas un posible caso de violencia de xénero, fala diso, non é un asunto privado. Denúnciao.



QUE SE PODE FACER CANDO HAI VIOLENCIA OU SENTES MEDO?

Se estás na túa casa e xorde unha discusión coa túa parella. Se a situación se pon perigosa, fai o seguinte:

- Achégate a un lugar desde onde poidas saír sen perigo.
- Non vaias á cociña, onde hai obxectos que poidan facerche dano nin ao baño ou habitacións onde podes quedar pechada.
- Se o agresor perdeu o control, sal da casa.
- Se non podes saír, trata de tranquilizar o agresor.

Se fuches atacada:

- Se tes lesións, acude rapidamente a un Servizo de Urgencias. Procura ir acompañada dunha persoa da túa confianza.
- Se sentes perigo ou ameaza, chama á Garda Civil ou ao teléfono de emerxencias 112. No Servizo de Urgencias, tras ser atendida, solicita copia do Informe Médico.

E LEMBRA... NON ESTÁS SOA

SE CRES QUE ALGUNHA MULLER DA TÚA CONTORNA PODE ESTAR A SUFRIR VIOLENCIA DE XÉNERO:

Non a presiones e faille saber que estás aí para apoiála. Trata de comprendela e non a xulgues. Tenta falar con ela dos seus sentimentos, dos malos tratos, do control que exerce a súa parella e da oportunidade que teñen ela e, no seu caso, os seus fillos e fillas de vivir sen medo e nun ambiente libre de violencia.

QUE SE PODE FACER SE TES COÑECEMENTO OU PRESENZAS UNHA SITUACIÓN DE VIOLENCIA:

Toda a sociedade pode involucrarse, pasar de "cómplice" a "axente de cambio". Ante calquera violencia sexista, a nosa responsabilidade é dar unha resposta, non serve nin a complicidade nin a pasividade. As persoas que están preto da vítima, familiares, amizades, ou aquelas persoas que teñan coñecemento, deben ser conscientes de que a súa axuda tamén é clave.

SE PRESENZAS UN ACTO DE VIOLENCIA DE XÉNERO:

Non mires cara outro lado, actúa. A violencia de xénero é un problema social e un delito público. En caso de ouvir ou presenciar un acto de violencia de xénero, ponte en contacto co teléfono gratuito de asistencia inmediata 112, indicando con precisión o lugar dos feitos para que a policía acuda canto antes.

Hai toda unha serie de recursos co único obxectivo de mellorar os mecanismos de protección, seguridade e asistencia ás mulleres vítimas e aos seus fillos e fillas.

