



Lezoko
Unibertsitateko
Udala

Elkar
zainduz
Lezo

¿QUÉ PODEMOS HACER FRENTE A LA VIOLENCIA MACHISTA?





La violencia machista contra las mujeres es una violación de los derechos humanos, un problema social y de salud pública de primer orden y una manifestación de las desiguales relaciones de poder y de la discriminación contra las mujeres que desempeña, además, la función social de perpetuar las desigualdades estructurales que existen en función del género. Abarca toda violencia que se ejerza contra las mujeres, incluidas las niñas y adolescentes y las mujeres transexuales, por el hecho de ser mujeres. Además de a las agredidas, afecta a las personas cercanas e hijos e hijas de las mismas. Así, los hijos e hijas menores son víctimas directas.



El ayuntamiento de Lezo tiene un compromiso absoluto con la detección y visibilización de la violencia machista, con la atención a las afectadas y en trabajar firmemente para que desaparezca. Esta guía que tienes entre manos es una herramienta para ello.



Lezoko
Unibertsitateko
Udala

¿CÓMO ES LA VIOLENCIA?

La violencia tiene múltiples caras, por ejemplo:



Física: El agresor ataca tu cuerpo. Empujones, mordiscos, golpes, te desatiende en situaciones de enfermedad o incapacidad...



Psicológica y emocional: Ataca tu bienestar emocional. Amenazas, humillaciones, desprecio, manipulación...



Económica: Limita tu autonomía económica. Te niega el dinero o te prohíbe estudiar y trabajar...



Social: Te aísla de amistades y familia. Controla tus llamadas y mensajes, te impone horarios y te limita las salidas...



Sexual: Se hace dueño de tu sexualidad. Tocamientos no consentidos, relaciones sexuales obligadas, acoso-sexual...

¿DÓNDE SE DA?



En casa: violencia física, psíquica, social, sexual... Aparte de la pareja y el ex, otros familiares también pueden ser los agresores: padre, tío, abuelo, hermano...



En el espacio público: la calle, el lugar de trabajo, la escuela, las actividades deportivas, las fiestas, discotecas: agresiones sexuales, intimidación y acoso sexual y sexista...



En el ciberespacio y en las redes sociales: Sexting (difundir imágenes sexuales), grooming (manipulación por motivos sexuales), stalking (control de tus perfiles y datos)...



Ejercida o tolerada por los estados: En conflictos políticos y armados y en guerras: violaciones, esclavitud sexual, embarazos impuestos, tortura sexual...



¿CUÁLES SON LOS TIPOS MÁS FRECUENTES?

Si el agresor es tu pareja o ex pareja, hablamos de violencia **en el contexto de pareja**

Si los agresores son otros hombres de tu familia (padre, hermano, tío, etc) hablamos de **violencia intrafamiliar**

Las agresiones sexuales, aparte de en la familia o en el contexto de pareja pueden darse en el espacio público, y los agresores además de familiares pueden ser compañeros de trabajo, amigos, compañeros de estudio o de piso... Por lo general, en estos casos los agresores son personas conocidas

Y NO OLVIDES

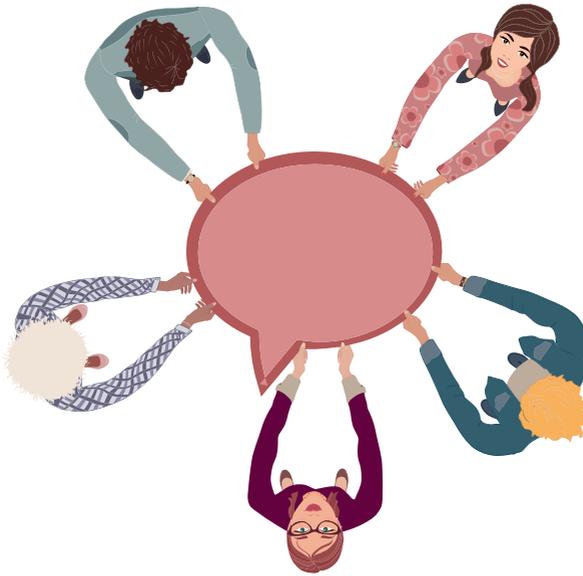


La violencia vicaria (hacia hijos e hijas de la víctima), el feminicidio, la trata de mujeres y niñas, la explotación sexual, la mutilación genital, los matrimonios forzados, la violencia obstétrica, la negación de los derechos sexuales y reproductivos, la homofobia, lesfobia, transfobia...

TAMBIEN SON VIOLENCIA MACHISTA

Las mujeres tenemos derecho a vivir sin violencia, a decidir sobre nuestra vida y nuestro cuerpo, a decir NO y a que nuestros hijos e hijas estén bien





Prejuicios y falsas creencias

- El amor duele
- Si no tienes a un hombre a tu lado no eres nadie
- Si es celoso señal de que te quiere
- Estará pasando una mala racha
- No se repetirá. Te ha pedido perdón y te ha traído un regalo
- Es imposible, es un hombre normal!
- Tú tampoco te callas
- ¿Por qué no lo has denunciado antes?
- Esas cosas le pasan a la mujer que anda de noche por la calle

La llave de las relaciones sanas e igualitarias

- Buena comunicación
- Respeto mutuo
- Confianza y sinceridad
- Justicia e igualdad
- Respeto a la personalidad de la otra persona
- Respeto a las necesidades, tiempos, espacios, amistades.... propias

¿QUÉ PUEDO HACER SI ENFRENTO VIOLENCIA?



Cuenta a un amigo/a o familiar lo que te pasa. La protección y la ayuda son imprescindibles para salir de esas situaciones

Ve a los servicios sociales. La atención a las afectadas es prioritaria allí, recibirás ayuda especializada y tendrás un lugar para fortalecerte, analizar que decisión tomar y para encontrar las mejores alternativas con la ayuda de profesionales especializados

Según las necesidades, las profesionales, si es el caso, te canalizarán a los servicios que necesites y activaran las ayudas previstas

Si estás pensando en denunciar a tu agresor las trabajadoras sociales te indicarán qué camino tomar y los recursos que existen. **No olvides que denunciar y separarse tienen sus riesgos**, algunos agresores intensifican la violencia en esas situaciones. Por tanto, **busca siempre un paraguas de protección.**

¿Y SI LA SITUACIÓN ES URGENTE?

Si tú y tus hijos e hijas estáis en peligro, llama al servicio de emergencias. Si estás herida también puedes acudir a un servicio de salud. Si has sufrido una agresión sexual, es recomendable que ni te aceses ni te cambies de ropa, para no perder pruebas

¿Y SI SOY MIGRANTE?

La atención es universal. Tienes derecho a acceder a todos los servicios, aunque estés en situación irregular. Además, para acceder a los mismos no es necesario interponer la denuncia



¿QUÉ PUEDO HACER SI DETECTO UN CASO?

- Escucha lo que dice la mujer y comprende las circunstancias. Intenta ponerte en su piel y no dudes de lo que cuenta
- No protejas al agresor ni justifiques la violencia nunca, pues no existe ninguna razón para justificarla. Transmite esa idea a la agredida y su entorno
- Ayúdala a contactar con los servicios sociales. A algunas mujeres, debido a sus circunstancias, les cuesta más dar ese paso

DILE CLARAMENTE

- Que no está sola, que hay profesionales que la ayudarán
- Que poner nombre a lo sucedido y a lo sufrido es el camino para entender la situación y salir de la misma
- Que no tiene por qué avergonzarse, que lamentablemente lo que le sucede les sucede a muchas
- Que cuanto antes salga de la situación antes se recuperaran ella y sus hijos e hijas
- Que ese tipo de actitudes son despreciables y que ella no es la culpable, el culpable es siempre el agresor



ICEBERG DE LA VIOLENCIA MACHISTA



Servicios Sociales de Lezo

943 521 094

de lunes a viernes
(08.30-13.30)

Servicio Foral de atención a la violencia sexual

900 840 188 atención

telefónica (24 horas)

657 884 991 (08.00-20.00)

Servicio Foral de urgencias sociales

943 224 411 (24 horas)

SOS deiak, emergencias

112 teléfono (24 horas)

Policía Municipal de Lezo

943 524 003, 629 434 847

(06.00-22.00)

Ertzain-Etxea de Renteria

943 538 880 (24 orduz)

Ambulatorio de Lezo

943 344 400 (08.00-17.00)

Ambulatorio de Iztieta

943 007 940

fines de semana y festivos,
(24 horas)

Hospital Donostia

Urgencias 900 007 053

(24 horas)