

RECURSOS ANTE
SITUACIONES DE

VIOLENCIA MACHISTA CONTRA LAS MUJERES



Guarda esta guía.
Léela con atención
cuando puedas.
¡No estás sola!



Getxo
bizi ezazu

Puede que sepas que una mujer cercana a ti está enfrentando violencia. Quizá has presenciado una agresión en la calle o la escuches del otro lado de la pared, y tengas dudas de cómo proceder. Puede incluso que tú estés viviendo una situación de violencia.

En caso de Urgencia llama al 112

Puedes descargarte en tu móvil la aplicación 112 SOS DEIAK. Podrás hablar o mandar mensajes las 24 horas del día. La aplicación está adaptada a personas con discapacidad auditiva y del habla.

SERVICIOS 24 HORAS 900 840 111

SERVICIO ATENCIÓN TELEFÓNICA 24 HORAS. Si necesitas hablar con profesionales de manera inmediata, confidencial y anónima, las 24 horas del día, 365 días al año. La llamada es gratuita y segura, no deja rastro en la factura telefónica.

POLICIA LOCAL DE GETXO

944 66 02 02

ERTZAINZA GETXO

944 06 34 20

¿Qué es 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.

Es la manifestación más grave de las desiguales **relaciones de poder** que afecta a las mujeres, incluidas las niñas y adolescentes y las mujeres transexuales, por el hecho de ser mujeres.

Desempeña la función social de **perpetuar las desigualdades** estructurales que existen en función del género, es decir, constituye un **instrumento de control** y mantenimiento de las desigualdades de género.

Constituyen violencia machista contra las mujeres: la violencia en la pareja o expareja, la intrafamiliar, la violencia sexual, el feminicidio, la trata de mujeres y niñas, la explotación sexual, la mutilación genital femenina, los matrimonios forzosos y otras prácticas tradicionales perjudiciales, la coacción o privación arbitraria de libertad, la tortura, la violencia institucional, el acoso, la violencia política de género, la violencia digital y en redes sociales, la obstétrica, la vulneración de los derechos sexuales y reproductivos.

HAS SUFRIDO O ESTÁS SUFRIENDO VIOLENCIA MACHISTA SI...

VIOLENCIA PSICOLÓGICA

- te amenaza, insulta, humilla, desvaloriza, ridiculiza, chantajea.
- te desautoriza, critica, deprecia en público.
- muestra celos continuados, controla tus llamadas, mensajes...
- te culpabiliza de lo malo que ocurre en casa, en la familia.
- se mete con tu cuerpo o con tu forma de vestir, o te dice que eres gorda o flaca, que tienes que cambiar.
- sientes que tienes que tener demasiado tacto para evitar que tu pareja se enfade.
- te dice que por tu nacionalidad o situación administrativa no puedes denunciarlo o que nadie te va a creer.

VIOLENCIA FÍSICA

- te golpea leve, moderada o gravemente.
- te araña, pellizca, tira del pelo, muerde, empuja.
- golpea puertas, ventanas y objetos de la casa .
- destruye tus objetos personales o con especial valor sentimental para ti.

VIOLENCIA SEXUAL

- desvaloriza tu cuerpo, tu sexualidad, te cosifica.
- te obliga a mantener relaciones sexuales, te fuerza a realizarlas sin preservativo, te impone cuándo y cómo.
- te viola dentro del matrimonio o pareja.

VIOLENCIA SOCIAL

- controla tus salidas y entradas .
- impide el contacto con amistades, familiares o personas cercanas.
- te humilla, desvaloriza o veja en presencia de terceras personas, amistades y/o familiares.
- cuenta tus secretos en público.

VIOLENCIA ECONÓMICA

- te impide el acceso al dinero u obliga a rendir cuentas de los gastos.
- te impide trabajar de manera remunerada.
- controla tu pensión.
- despilfarra el dinero en beneficio propio.
- adquiere bienes propios con el dinero familiar.

VIOLENCIA VICARIA

- ejerce cualquier tipo de violencia contra cualquier persona importante para ti, en especial la dirigida hacia tus hijos/hijas.
- ejerce cualquier tipo de violencia directa contra un animal doméstico o de tu propiedad con quien tienes un vínculo emocional.

SI QUIERES UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA, TE ACOMPAÑAMOS

SERVICIOS SOCIALES DE GETXO

Ofrecemos atención social, jurídica y psicológica **gratuita** a las mujeres empadronadas y residentes en Getxo, sin importar la edad, origen, cultura, diversidad funcional, orientación sexual, etc.

Garantizamos un espacio seguro, protegido y confidencial. **Nadie sabrá que has contactado con nosotras.**

El equipo compuesto por trabajadoras sociales, educadores y educadoras, psicólogas y profesionales del ámbito jurídico te acompañará en todo tu proceso personal.

- Te escucharemos y acompañaremos hasta que tú decidas lo que más te convenga, **respetando tus ritmos y tu proceso.**
- Te acompañaremos y apoyaremos emocionalmente en tu proceso.
- Te ayudaremos a resolver tus dudas legales, entre ellas: acceso a justicia gratuita, información sobre el proceso de separación/divorcio, convenio regulador y medidas paterno-filiales.
- Te procuraremos la **atención psicológica** que precises para ti y para tus hijas e hijos.
- Te informaremos y orientaremos sobre ayudas económicas para salir de la situación de violencia.

**PUEDES SOLICITAR
CITA PREVIA EN:**

- **Algorta.** Urgull s/n 1º planta. TF: 944 660 101
- **Romo-Las Arenas.** Monte Gorbea 10. TF: 944 660 153
- **Getxo-Andra Mari.** Puerto Orduña 16. TF: 944 660 130

SERVICIO DE IGUALDAD DE GETXO

Ofrecemos a la ciudadanía **servicios gratuitos** que ayudan a avanzar hacia la igualdad entre mujeres y hombres y a la erradicación de la violencia machista.

Trabajamos para ofrecerte los siguientes servicios:

- Información sobre la violencia contra las mujeres, sus derechos, los recursos a los que pueden acceder y cómo llegar a ellos.
- Diseño e impulso de campañas y programas de sensibilización, formación e información en materia de igualdad y violencia, cara a lograr un municipio concienciado con la igualdad desde un enfoque feminista e interseccional.
- Coordinación de los protocolos de atención integral a mujeres víctimas de violencia machista.
- Talleres de empoderamiento y autodefensa feminista. **Getxo - Cohesión social - Igualdad - Programas - Escuela de Empoderamiento para Mujeres.**
- Coordinación del Consejo de Igualdad.
- Oficina de información sexual. **Getxo - Cohesión social - Igualdad - Servicios de Igualdad.**

**CONTACTAR CON EL
SERVICIO DE IGUALDAD:**

berdintasuna@getxo.eus
Tf: 944660136

OTROS RECURSOS

ESNATU

94 662 05 05

El Servicio ofrece los programas de **Atención Psicológica** de víctimas de violencia machista contra las mujeres, de Atención Psicológica a víctimas de violencia sexual y de Atención Psicológica a personas autoras de actos de maltrato o de delitos contra la libertad sexual.

Las personas que deseen acudir a este Servicio deberán solicitar cita previa en el número de teléfono: **94 662 05 05**

RED DE AGENTES DE APOYO SOCIAL TARTEKARI SAREA de la DFB

Asociaciones del municipio donde te atenderemos si te encuentras en una situación de violencia machista.

Te favorecemos un espacio seguro y confidencial para escucharte e informarte de las diferentes salidas.

**BIDEA EGINEZ
(Areeta):**

667 33 41 69

**GIZATIAK
(Romo, Areeta):**

688 881 367

**MUJERES CON VOZ
(Algorta):**

655 603 809