

Demana ajuda!

Tant si és per a tu com si és per a una altra dona

para el comptador.

#ensvolemvives

#pedreguerlliuredaagressionssexistes.

 016



Ajuntament de Pedreguer



aquest número
no és real

El número de la portada són els feminicidis i assassinats de dones comesos per homes en l'estat espanyol a data de 2 de novembre de 2018, segons les dades de Femicidio.net.

No és real

perquè segurament a hores d'ara haurà augmentat el nombre de dones assassinades.

És important que entre totes i tots puguem parar el comptador.

La violència de gènere no sols són les agressions físiques, també són els menyspreus, les humiliacions, la por a la persona que suposadament t'estima, els insults, les amenaces, la coaccions, el control, els zels...

Si creus que la teua veïna, amiga o coneguda està patint violència de gènere:



- No la deixes sola, dona-li suport.
- No li reptoxes res: és víctima d'una situació de maltractament de la qual segurament no sap com eixir.
- Digues-li que no mereix el que li passa i que vols ajudar-la
- Truca al 016 i demana assessorament.

Si estàs en una relació en què la teua parella:

- S'irrita fàcilment i/o trenca coses quan s'enfada.
- És excessivament gelós.
- Critica i vol que canvis la teua forma de vestir.
- Sempre vol saber on estàs i amb qui.
- Et castiga amb el silenci i la indiferència.
- Critica i t'aparta de la teua família i de les teues amistats.
- Et fa responsable de les coses que li ixen malament i de les vostres baralles.
- T'obliga a tindre relacions sexuals amb ell encara que no ho vulgues.
- Controla els teus diners.

7

6

8

5

Si et reconeixes en aquestes situacions, pots demanar ajuda en distints llocs:

- **016. Atenció 24 hores els 365 dies.** La trucada no deixa rastre, mai eixirà reflectida en cap factura, però cal esborrar-la de les trucades realitzades del telèfon. En aquest telèfon et podran donar consell sobre què pots fer.

- **900 580 888. Centre Dona Dènia.** De dilluns a diumenge, de 8.00 a 22.00 h. Professionals especialitzades en violència de gènere i podran atendre i informar sobre els teus drets i els recursos disponibles per a fer front a la teua situació. També t'oferiran ajuda psicològica.

- **Servei d'Atenció Jurídica en Igualtat i Violència de Gènere.** Servei destinat a oferir informació i assessorament jurídic, especialment a les dones en situació de vulnerabilitat i/o desigualtat. **TELÈFON CITA PRÈVIA: 96 558 76 67.** Horari d'atenció en Beniarbeig: dijous de 17 a 19 h.

- **112.** Si acabes de patir una agressió violenta, al 112 et podran atendre i podràs rebre atenció sanitària, protecció policial, etc.