

SOMOS
MÁS
QUE UN
NÚMERO

Teléfono de
atención a
mujeres
maltratadas



900
101
555

LO QUE HAY QUE SABER SOBRE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



TELÉFONO
DE ATENCIÓN
A MUJERES MALTRATADAS

900 101 555

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES

todo tipo de agresión física, psicológica o sexual contra la mujer que se produce en diversos ámbitos de relación:

- En la relación de pareja por parte del cónyuge o ex-cónyuge, pareja afectiva o ex-pareja.
- El acoso en el trabajo por parte de superiores o compañeros.
- En la calle, por parte de vecinos o desconocidos.

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES UN DELITO

tanto si se produce en el seno de la familia como fuera de ella, por lo que está perseguido por la Policía y la Justicia.

LA LEY 1/2004 CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

establece medidas penales para castigar al agresor, y proteger a la víctima, medidas sociales para ayudar a las víctimas a iniciar una nueva vida sin violencia y medidas educativas para concienciar a todos desde niños de que no debemos permitir este tipo de violencia.

TIPOS DE VIOLENCIA

- **Violencia física.** Cualquier agresión, produzca o no lesiones: empujar, zarrandear, pellizcar, morder, dar puñetazos, patadas, tortazos, arrojar objetos, intentar estrangular o causar herida con cualquier instrumento.
- **Violencia psicológica.** Acciones que degradan o controlan a la mujer, como insultos, comentarios humillantes sobre su aspecto físico, su falta de inteligencia, o su falta de habilidades, actos violentos contra los enseres de la casa, acusaciones de infidelidad, control de las amistades, amenazas con los hijos, amenazas de muerte o de ocasionar daño.
- **Violencia sexual.** La participación forzada en cualquier tipo de actividad sexual, bajo amenazas o tras un episodio de violencia. Nadie, ni siquiera el cónyuge o compañero, tiene derecho a obligar a una mujer a tener relaciones sexuales.

LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

LA VIOLENCIA NO EMPIEZA DE CERO

Al principio puede haber faltas de respeto o explosiones de enfado, algún puñetazo a la mesa o a la puerta, pero van seguidas de periodos de calma y demostraciones de afecto. Pero cada vez los periodos de calma son más breves y la violencia más frecuente.

EL ARREPENTIMIENTO

La violencia en las relaciones de pareja crea una gran confusión en las mujeres porque a menudo, tras un episodio de violencia, el hombre se muestra arrepentido, pide perdón, hace demostraciones de amor, y promete que no se va a volver a repetir. Pero eso no es así y la violencia vuelve a aparecer. El ciclo de agresión-arrepentimiento se vuelve a repetir una y otra vez haciendo creer a la mujer que si ella se porta como él quiere, y le perdona, él cambiará. Cuando se da cuenta de que él no va a cambiar ya lleva mucho tiempo sufriendo la violencia.

LA MUJER SOPORTA ESTA SITUACIÓN.

Hay muchas razones que impulsan a la mujer a no pedir ayuda:

- **Él la manipula** haciéndole creer que ella tiene la culpa de su violencia.
- **Le hace chantaje afectivo:** amenaza con matarse si le deja, la acusa de ser mala madre si se va y priva de padre a sus hijos.
- **La familia** o su entorno la hacen responsable de la paz del hogar y le piden que haga todo lo posible por no “romper” la familia.
- **Tiene miedo.**
- **Siente vergüenza** y piensa que no tiene salida.
- **Depende económicamente** de él.
- **No quiere arrastrar a sus hijos** a una vida incierta.

LOS HIJOS DE LOS HOGARES EN LOS QUE HAY VIOLENCIA DE PAREJA

Muchas mujeres aguantan por sus hijos. Creen que no se enteran de lo que pasa porque son muy pequeños o porque no han visto los golpes, pero los niños son víctimas indirectas de la violencia, la sufren y también se sienten confundidos sobre lo que viven, aprenden modelos de relación inadecuados y manifiestan síntomas más o menos evidentes, como comportamientos agresivos, miedos, dolencias físicas, etc...

HAY SALIDA... PRIMER PASO, PEDIR AYUDA.

La violencia en las relaciones de pareja atenta contra derechos fundamentales de las mujeres y de los hijos e hijas: la vida, la salud física y psíquica, la libertad, la seguridad, derechos que pueden resumirse en uno solo, el **DERECHO A VIVIR SIN VIOLENCIA**.

No obstante, salir de esta situación no es fácil. Por eso es muy importante que la **FAMILIA Y EL ENTORNO** más cercano de la mujer actúen positivamente, sin reproches o culpabilizaciones y apoyándola en lo posible para salir adelante.

También es imprescindible que la mujer busque **AYUDA PROFESIONAL**, que se informe de qué derechos y servicios la asisten y qué pasos y actuaciones puede llevar a cabo.



TELÉFONO DEL AYUNTAMIENTO DE LOGROÑO PARA LA ATENCIÓN DE MUJERES MALTRATADAS

Teléfono gratuito que funciona las 24 horas del día, todos los días del año, prestando atención social, telefónica y presencial, por parte de profesionales formadas en la escucha y en la intervención en crisis en el ámbito de la violencia de género.

¿QUÉ SERVICIOS OFRECE?

Atención Telefónica:

- **Escucha activa y profesional** que ayuda a las mujeres a identificar las situaciones de violencia que viven.
- **Información y orientación** sobre la red de recursos en nuestra región, facilitando el acceso a los mismos, según la situación que la mujer plantea.
- **Información sobre el proceso** que hay que seguir para la interposición de denuncia, qué consecuencias tiene, los sistemas de protección que se articulan, y las ayudas y recursos que puede recibir para rehacer su vida.
- **Orientación y apoyo** en situaciones de malestar o crisis emocional.

Intervención de urgencia tras episodios de agresión:

- **Atención inmediata presencial** que incluye apoyo emocional, acompañamiento a reconocimiento médico, e interposición de denuncia.
- **Alojamiento de emergencia** para la mujer y sus hijos en caso de que precisen salir de su domicilio.
- **Atención telefónica o presencial en otras situaciones de crisis o conflictividad familiar.**

Todas las intervenciones se realizan de manera coordinada con el resto de recursos para la atención de la violencia de género en nuestra Comunidad Autónoma.



TELÉFONO
GRATUITO
DEL
AYUNTAMIENTO
DE LOGROÑO

SOMOS MÁS QUE UN NÚMERO

Atención social inmediata las 24 horas todos los días del año.

- Información: ¿qué hacer? ¿dónde acudir?.
- Acompañamiento a reconocimiento médico e interposición de denuncia.
- Alojamiento de emergencia para la mujer y sus hijos.

TELÉFONO
DE ATENCIÓN
A MUJERES MALTRATADAS
900 101 555





**OTROS TELÉFONOS
DE 24 HORAS:**

- 112** Teléfono de emergencias del Gobierno de La Rioja activa servicios sanitarios y policiales.
- 092** Policía Local.
- 091** Policía Nacional.
- 016** Teléfono de Información del Gobierno de España sobre los derechos de las mujeres víctimas de violencia de género.



**NOUS
SOMMES
BEAUCOUP
PLUS
QU'UN
NUMÉRO**

Téléphone
d'assistance
aux femmes
maltraitées

SOMOS
MÁS
QUE UN
NÚMERO

Teléfono de atención
a mujeres maltratadas



**900
101
555**

LO QUE HAY QUE SABER SOBRE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



TÉLÉPHONE
D'ASSISTANCE
AUX FEMMES MALTRAITÉES

TELÉFONO
DE ATENCIÓN
A MUJERES MALTRATADAS

900 101 555

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES

todo tipo de agresión física, psicológica o sexual contra la mujer que se produce en diversos ámbitos de relación:

- En la relación de pareja por parte del cónyuge o ex-cónyuge, pareja afectiva o ex-pareja.
- El acoso en el trabajo por parte de superiores o compañeros.
- En la calle, por parte de vecinos o desconocidos.

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES UN DELITO

tanto si se produce en el seno de la familia como fuera de ella, por lo que está perseguido por la Policía y la Justicia.

LA LEY 1/2004 CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

establece medidas penales para castigar al agresor, y proteger a la víctima, medidas sociales para ayudar a las víctimas a iniciar una nueva vida sin violencia y medidas educativas para concienciar a todos desde niños de que no debemos permitir este tipo de violencia.

TIPOS DE VIOLENCIA

- **Violencia física.** Cualquier agresión, produzca o no lesiones: empujar, zarrandear, pellizcar, morder, dar puñetazos, patadas, tortazos, arrojar objetos, intentar estrangular o causar herida con cualquier instrumento.
- **Violencia psicológica.** Acciones que degradan o controlan a la mujer, como insultos, comentarios humillantes sobre su aspecto físico, su falta de inteligencia, o su falta de habilidades, actos violentos contra los enseres de la casa, acusaciones de infidelidad, control de las amistades, amenazas con los hijos, amenazas de muerte o de ocasionar daño.
- **Violencia sexual.** La participación forzada en cualquier tipo de actividad sexual, bajo amenazas o tras un episodio de violencia. Nadie, ni siquiera el cónyuge o compañero, tiene derecho a obligar a una mujer a tener relaciones sexuales.

CE QU'IL FAUT SAVOIR SUR LA VIOLENCE LIÉE AU GENRE

LA VIOLENCE LIÉE AU GENRE EST

tout type d'agression physique, psychologique ou sexuelle contre la femme se produisant dans divers contextes relationnels:

- Dans la relation de couple, de la part du conjoint ou ex-conjoint, de couple en union libre ou d'ex - conjoints.
- Le harcèlement au travail de la part de supérieurs ou collègues.
- Dans la rue de la part de voisins ou d'inconnus.

LA VIOLENCE LIÉE AU GENRE EST UN DÉLIT,

aussi bien au sein familial qu'à l'extérieur, ce qui fait qu'elle est poursuivie par la police et la justice.

LA LOI 1/2004 CONTRE LA VIOLENCE LIÉE AU GENRE

établit des mesures pénales pour punir l'agresseur et protéger la victime, des mesures sociales pour aider les victimes à commencer une nouvelle vie sans violence et des mesures éducatives pour faire prendre conscience à tous et depuis l'enfance que nous ne devons pas permettre ce type de violence.

TYPES DE VIOLENCE

- **Violence physique:** n'importe quelle agression produisant ou non des lésions: pousser, bousculer, pincer, mordre, donner des coups de poing, des coups de pieds, des gifles, lancer des objets, essayer d'étrangler ou de causer une blessure avec n'importe quel objet.
- **Violence Psychologique:** actions qui dégradent ou contrôlent la femme comme des insultes, des commentaires humiliants sur son aspect physique, son manque d'intelligence ou son manque de capacités, des actes violents contre les ustensiles de la maison, des accusations d'infidélité, un contrôle des relations, des menaces vis-à-vis des enfants, des menaces de mort ou de dégâts.
- **Violence sexuelle:** La participation forcée à tout type d'activité sexuelle, par la menace ou après une période de violence. Personne, ni même le conjoint ou compagnon, ne peut obliger une femme à avoir des relations sexuelles.

LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

LA VIOLENCIA NO EMPIEZA DE CERO

Al principio puede haber faltas de respeto o explosiones de enfado, algún puñetazo a la mesa o a la puerta, pero van seguidas de periodos de calma y demostraciones de afecto. Pero cada vez los periodos de calma son más breves y la violencia más frecuente.

EL ARREPENTIMIENTO

La violencia en las relaciones de pareja crea una gran confusión en las mujeres porque a menudo, tras un episodio de violencia, el hombre se muestra arrepentido, pide perdón, hace demostraciones de amor, y promete que no se va a volver a repetir. Pero eso no es así y la violencia vuelve a aparecer. El ciclo de agresión-arrepentimiento se vuelve a repetir una y otra vez haciendo creer a la mujer que si ella se porta como él quiere, y le perdona, él cambiará. Cuando se da cuenta de que él no va a cambiar ya lleva mucho tiempo sufriendo la violencia.

LA MUJER SOPORTA ESTA SITUACIÓN.

Hay muchas razones que impulsan a la mujer a no pedir ayuda:

- **Él la manipula** haciéndole creer que ella tiene la culpa de su violencia.
- **Le hace chantaje afectivo:** amenaza con matarse si le deja, la acusa de ser mala madre si se va y priva de padre a sus hijos.
- **La familia** o su entorno la hacen responsable de la paz del hogar y le piden que haga todo lo posible por no “romper” la familia.
- **Tiene miedo.**
- **Siente vergüenza** y piensa que no tiene salida.
- **Depende económicamente** de él.
- **No quiere arrastrar a sus hijos** a una vida incierta.

LOS HIJOS DE LOS HOGARES EN LOS QUE HAY VIOLENCIA DE PAREJA

Muchas mujeres aguantan por sus hijos. Creen que no se enteran de lo que pasa porque son muy pequeños o porque no han visto los golpes, pero los niños son víctimas indirectas de la violencia, la sufren y también se sienten confundidos sobre lo que viven, aprenden modelos de relación inadecuados y manifiestan síntomas más o menos evidentes, como comportamientos agresivos, miedos, dolencias físicas, etc...

LA VIOLENCE DANS LE COUPLE

LA VIOLENCE N'ARRIVE PAS SUBITEMENT

Au début, il peut y avoir un manque de respect ou des coups de colère, quelques coups de poing sur la table ou sur la porte mais viennent après des périodes de calme et de démonstrations d'affection. Mais à chaque fois les périodes de calme sont plus brèves et la violence plus fréquente.

LE REPENTIR

La violence dans les relations de couple crée une grande confusion auprès des femmes car souvent, après une période de violence, l'homme se montre repentir, demande pardon, fait des démonstrations d'amour et promet que ça ne se reproduira plus. Mais il n'en est rien et la violence réapparaît. Le cycle agression - repentir se répète plusieurs fois faisant croire à la femme que si elle se comporte comme il le souhaite et lui pardonne, alors il changera. Quand elle se rend compte qu'il ne changera pas, cela fait déjà longtemps qu'elle souffre de la violence.

LA FEMME SUPPORTE CETTE SITUATION.

Il y a beaucoup de raisons qui incitent la femme à ne pas demander d'aide:

- **Lui la manipule** en lui faisant croire que c'est elle qui est responsable de sa violence.
- **Il lui fait du chantage affectif**: il la menace de se tuer si elle le quitte, il l'accuse d'être une mauvaise mère si elle s'en va et de priver leurs enfants de leur père.
- **La famille** ou son entourage rendent la femme responsable de la paix du foyer et lui demandent qu'elle fasse tout son possible pour ne pas « rompre » le lien familial.
- **Elle a peur.**
- **Elle a un sentiment** de honte et pense qu'il n'y a pas d'issue.
- **Elle dépend de lui économiquement.**
- **Elle ne veut pas entraîner ses enfants** dans une vie peu sécurisante.

LES ENFANTS DES FOYERS DANS LESQUELS IL Y A UNE VIOLENCE DE COUPLE

De nombreuses femmes résistent pour leurs enfants. Elles pensent qu'ils ne se rendent pas compte de ce qui se passe car ils sont très petits ou parce qu'ils n'ont pas assisté aux scènes de violence, mais les enfants sont des victimes indirectes de la violence. Ils en souffrent et se sentent mêlés à ce qu'ils vivent. Ils apprennent des modèles de relation inadéquates et ils manifestent des symptômes plus ou moins évidents comme des comportements agressifs, des peurs, des indispositions physiques, etc...

HAY SALIDA...

PRIMER PASO, PEDIR AYUDA.



La violencia en las relaciones de pareja atenta contra derechos fundamentales de las mujeres y de los hijos e hijas: la vida, la salud física y psíquica, la libertad, la seguridad, derechos que pueden resumirse en uno solo, el **DERECHO A VIVIR SIN VIOLENCIA**.

No obstante, salir de esta situación no es fácil. Por eso es muy importante que la **FAMILIA Y EL ENTORNO** más cercano de la mujer actúen positivamente, sin reproches o culpabilizaciones y apoyándola en lo posible para salir adelante.

También es imprescindible que la mujer busque **AYUDA PROFESIONAL**, que se informe de qué derechos y servicios la asisten y qué pasos y actuaciones puede llevar a cabo.

La violence dans les relations de couple porte atteinte aux droits fondamentaux des femmes et des enfants: la vie, la santé physique et psychique, la liberté, la sécurité; des droits pouvant se résumer en un seul: le **DROIT DE VIVRE SANS VIOLENCE**.

Sortir de cette situation n'est cependant pas facile. Pour cette raison, il est très important que la **FAMILLE ET L'ENTOURAGE** le plus proche de la femme agissent positivement, sans reproches ou culpabilisations et l'appuient dans la mesure du possible pour aller de l'avant.

Il est aussi indispensable que la femme cherche une **AIDE PROFESSIONNELLE**, qu'elle s'informe de quels droits et services elle peut bénéficier et quelles démarches et actions elle peut mener.

IL Y A UNE ISSUE...

LA PREMIÈRE DÉMARCHÉ, DEMANDER DE L'AIDE



TELÉFONO DEL AYUNTAMIENTO DE LOGROÑO PARA LA ATENCIÓN DE MUJERES MALTRATADAS

Teléfono gratuito que funciona las 24 horas del día, todos los días del año, prestando atención social, telefónica y presencial, por parte de profesionales formadas en la escucha y en la intervención en crisis en el ámbito de la violencia de género.



¿QUÉ SERVICIOS OFRECE?

Atención Telefónica:

- Escucha activa y profesional, que ayuda a las mujeres a identificar las situaciones de violencia que viven.
- Información y orientación sobre la red de recursos en nuestra región, facilitando el acceso a los mismos, según la situación que la mujer plantea.
- Información sobre el proceso que hay que seguir para la interposición de denuncia, qué consecuencias tiene, los sistemas de protección que se articulan, y las ayudas y recursos que puede recibir para rehacer su vida.
- Orientación y apoyo en situaciones de malestar o crisis emocional.

Intervención de urgencia tras episodios de agresión:

- Atención inmediata presencial que incluye apoyo emocional, acompañamiento a reconocimiento médico, e interposición de denuncia.
- Alojamiento de emergencia para la mujer y sus hijos en caso de que precisen salir de su domicilio.
- Atención telefónica o presencial en otras situaciones de crisis o conflictividad familiar.

Todas las intervenciones se realizan de manera coordinada con el resto de recursos para la atención de la violencia de género en nuestra Comunidad Autónoma.

TÉLÉPHONE D'ASSISTANCE DE LA MAIRIE DE LOGROÑO AUX FEMMES MALTRAITÉES

Téléphone gratuit qui fonctionne 24 heures sur 24, tous les jours de l'année, offrant une assistance sociale, téléphonique et personnelle à travers des professionnelles formées à l'écoute et à l'intervention lors d'une crise dans le cadre de la violence liée au genre.



QUELS SERVICES OFFRE-T-IL ?

Assistance téléphonique:

- **Écoute active et professionnelle** aidant les femmes à identifier les situations de violence qu'elles vivent.
- **Information et orientation** sur le réseau de recours dans notre région, en facilitant leur accès en fonction de la situation que la femme expose.
- **Information sur la démarche** à suivre pour porter plainte, quelles conséquences celle-ci a, les systèmes de protection qui en découlent et les aides et recours qu'elle peut recevoir pour refaire sa vie.
- **Orientation et appui** en situation de malaise ou de crise émotionnelle.

Intervention d'urgence après des périodes d'agression :

- **Assistance immédiate personnelle** comprenant un appui émotionnel, un accompagnement à une visite médicale et à un dépôt de plainte.
- **Logement d'urgence** pour la femme et ses enfants au cas où ils devraient quitter leur domicile.
- **Assistance téléphonique ou personnelle** dans d'autres situations de crise ou de conflit familial.

Toutes les interventions se réalisent de manière coordonnée avec le reste des recours pour l'assistance à la violence liée au genre dans notre Communauté Autonome.

TELÉFONO GRATUITO
DEL AYUNTAMIENTO DE LOGROÑO

SOMOS MÁS QUE UN NÚMERO

Atención social inmediata las 24 horas todos los días del año.

- Información: ¿qué hacer? ¿dónde acudir?.
- Acompañamiento a reconocimiento médico e interposición de denuncia.
- Alojamiento de emergencia para la mujer y sus hijos.

TÉLÉPHONE GRATUIT DE
LA MAIRIE DE LOGROÑO

NOUS SOMMES BEAUCOUP PLUS QU'UN NUMÉRO

Assistance sociale immédiate 24 heures sur 24 tous les jours de l'année

- Information: Que faire? Où s'adresser?.
- Accompagnement à une visite médicale et dépôt de plainte.
- Logement d'urgence pour la femme et ses enfants.

TÉLÉPHONE
D'ASSISTANCE AUX
FEMMES MALTRAITÉES

TELÉFONO
DE ATENCIÓN
A MUJERES MALTRATADAS

900 101 555



OTROS TELÉFONOS DE 24 HORAS:

- 112** Teléfono de emergencias del Gobierno de La Rioja activa servicios sanitarios y policiales.
- 092** Policía Local.
- 091** Policía Nacional.
- 016** Teléfono de Información del Gobierno de España sobre los derechos de las mujeres víctimas de violencia de género.

AUTRES TÉLÉPHONES DISPONIBLES 24 HEURES SUR 24:

- 112** Téléphone d'urgence du Gouvernement de La Rioja activant des services sanitaires et policiers.
- 092** Police locale.
- 091** Police nationale.
- 016** Téléphone d'information du Gouvernement espagnol sur les droits des femmes victimes de violence liée au genre.

