

GUÍA PRÁCTICA CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Govern
de les Illes Balears

www.caib.es

012 ☎



Introducción

La violencia de género es un concepto que engloba todo tipo de agresión cuyo objetivo sea el causar daño físico o emocional a una mujer -incluyendo la violencia sexual, las amenazas, la coacción, la privación de libertad, etc. De hecho, según Naciones Unidas, cada 18 segundos, una mujer sufre una agresión en el mundo.

Este grave problema social no está limitada a un ámbito específico, pues está vinculado al desequilibrio en las relaciones de poder entre los sexos en los ámbitos laboral, familiar, económico, cultural y político, pese a todos los esfuerzos de las legislaciones en favor de la igualdad.



Tipos de violencia

Se han diferenciado 5 tipos de malos tratos (psicológicos, físicos, sexuales, sociales y económicos), aunque evidentemente es difícil que se de un solo tipo de maltrato; generalmente nos encontramos con varios de ellos unidos, ya que, por ejemplo, siempre que hay malos tratos físicos hay malos tratos psicológicos.

Psicológica

Corresponden a aquellas conductas que emplean la desvalorización, la humillación, la coacción o el miedo como vehículos de la agresión. Son las amenazas, las exigencias de obediencia, la culpabilidad, la descalificación, etc. Los indicadores físicos de este tipo de violencia incluyen dolores crónicos de cabeza y musculares, desórdenes gastrointestinales, arritmias, ataques de pánico, baja productividad laboral, etc.

Física

Son los más evidentes por las visibles secuelas que dejan y abarcan cualquier acto no accidental que provoque daño en el cuerpo de la mujer: bofetadas, golpes, magulladuras, laceraciones, fracturas, quemaduras... Desgraciadamente un alto porcentaje de estas agresiones desembocan en graves lesiones o incluso la muerte.

Sexual

Cualquier situación en la que se obligue a una mujer a mantener relaciones sexuales no consentidas, independientemente se consuma o no el acto, se considera una agresión sexual. A pesar de que se ha extendido la falsa creencia de que cuando una mujer dice "no", quiere decir "sí", "no" quiere decir que "no quiere" y por tanto es una violación.

Social

Una táctica habitual de los maltratadores consiste en controlar todo movimiento de la mujer, tanto dentro como fuera del hogar. Poco a poco la aísla de la familia y de los amigos/as, fuerza una mudanza para alejarla físicamente, e incluso llega a prohibir que les vuelva a ver o mantenga cualquier tipo de contacto.

Económica

El control del dinero y de los bienes es otra de las "herramientas" preferidas de los maltratadores. Aunque la víctima sea económicamente independiente, se le impide tener acceso directo a sus ahorros; también se recurre a la destrucción o privación de toda propiedad (inmueble, vehículo, etc.), e incluso se le obliga a dejar el trabajo para eliminar cualquier fuente de ingresos.



Qué hacer si está siendo amenazada en casa

- Mantenerse alejada de la cocina, garaje (el maltratador puede encontrar armas como cuchillos o herramientas).
- Mantenerse lejos de baños, armarios o áreas pequeñas en donde puede ser atrapada.
- Debe ir a una habitación con puerta o ventana al exterior, por donde pueda escapar.
- Dirigirse a una habitación que tenga teléfono y pestillo para dejar fuera al maltratador.
- Llamar al **112** lo más rápido posible.
- Pensar a qué vecino/a o amistad puede llamar.
- Cuando venga la policía, no debe silenciar los hechos y debe conservar las prendas de la ropa que llevaba en aquel momento sin manipularlas.
- Debe pedir ayuda médica si está herida y conservar partes médicos; si es posible debe obtener fotos de las heridas.
- Debe usar el instinto y el juicio: pensar cual es la mejor manera para mantenerse segura mientras recibe ayuda si la situación es muy peligrosa, y considerar darle al maltratador lo que él quiere para calmarlo. Lo más importante es mantenerse a salvo hasta que esté fuera de peligro.

En caso de haber niños/as

- Enseñarles a conocer su propio nombre, apellido, domicilio y teléfono.
- Explicarles a quien dirigirse en caso de peligro, tanto si están en la calle como si se encuentran en la casa.
- Que no abran la puerta de casa cuando estén solos.
- Enseñarles a no meterse en medio de la discusión o pelea.
- Enseñarles a ponerse a salvo, a llamar al **112** y a dar la dirección y el número de teléfono a la policía.
- Enseñarles a permanecer fuera de la cocina.
- Comunicar a los profesores/as que no pueden dejarles ir con persona alguna sin antes confirmarlo, y dejarles una foto del maltratador.
- Asegurarse que los hijos/as saben bien a quien dirigirse si ven al maltratador en la escuela.
- Asegurarse de que el personal de la escuela sepa que no debe dar su dirección o su número de teléfono a persona alguna.
- Informar a las personas que cuidan de los hijos/as de qué personas están autorizadas para retirarlos y de que su pareja no lo está.



Lista de sugerencias

- Mantener un teléfono en una habitación que pueda cerrar por dentro (preferiblemente un móvil), programado con los números telefónicos de emergencia.
- Memorizar los números de teléfono de emergencia.
- Si el maltratador se ha mudado de casa, cambiar las cerraduras de las puertas y ventanas.
- Cambiar las puertas de madera por puertas de seguridad, instalar sistemas de alarma, incluyendo cerraduras adicionales, barras de hierro en las ventanas, una barra en forma de cuña detrás de la puerta principal, sistema electrónico, etc.
- Instalar un sistema automático de luz para que cuando alguna persona pase cerca de la casa se conecte automáticamente.
- Planificar una ruta para escapar de la casa; en caso de tener niños/as, que también la conozcan y la tengan ensayada.
- Tener pensado un lugar a donde ir en caso de tener que escapar: planificar con quien se puede quedar o quien puede ayudarla económicamente.
- Informar a los vecinos/as y amigos/as que su pareja ya no vive con usted y que deben llamar a la policía si lo ven cerca de su casa.
- Mantener un código clave para que los hijos/as, familiares y amigos/as puedan alertar a la policía, por ejemplo cuando el teléfono suene dos veces, la cortina esté cerrada o haya luz encendida en una habitación.
- Preparar un bolso con cosas importantes que pueda necesitar si tiene que salir rápidamente de su domicilio (dinero en efectivo, llaves, DNI o pasaporte, cartilla de la seguridad social, libro de familia, medicinas...); guardarlo en un lugar seguro o dejarlo a algún familiar.
- Cambiar el número de teléfono por uno que no venga en la guía telefónica.

Cómo protegerse en su lugar de trabajo

- Mantener una copia de la Orden de protección en el lugar de trabajo. Llamar inmediatamente a la policía si el maltratador infringe la Orden de Protección.
- Dar al personal de seguridad, de dirección y a los compañeros/as de trabajo una foto del maltratador.
- Comunicar a su coordinador/a lo que le está ocurriendo para ver si puede dificultar que el maltratador le encuentre.
- No ir a comer sola, o acudir a diferentes lugares en horas diferentes.
- Pedir que alguna persona de seguridad o algún compañero/a le acompañe al coche o a la parada del autobús.
- Si el maltratador llama al trabajo, guardar los mensajes recibidos y pedir que rastreen todas sus llamadas telefónicas.
- Variar las rutas de ida y vuelta de su trabajo.



Cómo protegerse fuera de casa

- No transitar por lugares solitarios o poco alumbrados.
- Cambiar regularmente el itinerario de salida y entrada de casa.
- Conseguir transporte a través de amistades o compañeros/as.
- Hacer compras y transacciones bancarias en lugares diferentes.
- Cancelar cualquier cuenta bancaria o tarjeta de crédito que tenga conjuntamente con el maltratador. Abrir cuentas nuevas en un banco distinto.
- Mantener consigo la Orden de Protección y los números de teléfono de emergencia.

La ley está de su lado, utilícela.

- No está sola. Debe denunciar los hechos inmediatamente. Su denuncia afianza su seguridad y previene futuras agresiones.
- Pregunte en su Ayuntamiento o Policía por el organismo o institución mas cercana que le pueda asesorar sobre los servicios que se ofrecen contra la violencia de género.
- Pida ayuda para conseguir representación de abogado/a.
- Recuerde que la interposición de la denuncia es un derecho y un deber de la víctima a fin de evitar nuevas agresiones.
- Comunique a la policía si el presunto agresor dispone de armas. Si las posee sin licencia le serán retiradas, y si posee licencia se le requerirá para que las deposite voluntariamente o se adopten medidas para retirárselas.
- Recuerda que según el artículo 19 de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género: las mujeres víctimas de violencia de género tienen derecho a servicios sociales de atención de emergencia, de apoyo y acogida y de recuperación integral.



En caso de agresión

- Solicitar asistencia médica. Acudir al centro de salud u hospital más cercano. Si no puede ir, llamar al **112**.
- Pedir y guardar una copia del parte de lesiones o informe médico.
- Denunciar la agresión para que se inicien las medidas protectoras para las víctimas y recaigan sobre el agresor las consecuencias legales de sus actos.
- Solicite la Orden de Protección mediante la cual se establece un estatuto integral de protección, que incluye medidas sociales, civiles y penales.

Cómo ayudar a una persona maltratada

- Debe creerla y hacérselo saber. Si conoce a su pareja, recuerde que con gran frecuencia los que maltratan se comportan de forma distinta en público que en privado.
- Escuche lo que ella le dice. Si usted escucha con atención, hace preguntas clarificadoras y evita hacer juicios y dar consejos, tendrá la posibilidad de aprender acerca de lo que necesita.
- Base sus esfuerzos en las capacidades y en las fortalezas de ella.
- Valore sus sentimientos. Es común que las mujeres tengan sentimientos conflictivos (amor y miedo, culpa y enfado, esperanza y tristeza). Déjele saber que sus sentimientos son normales y razonables.
- Evite culparla. Dígale que el maltrato no es culpa de ella. Enfatice que el maltrato es el problema y la responsabilidad de su pareja.
- Tome sus miedos en serio.
- Ofrezca formas de ayuda e información específicas. Si le pide que haga algo que usted está dispuesta a hacer, hágalo. Si usted no puede o no quiere, ayúdela a encontrar otros modos de satisfacer esa necesidad. Luego busque otras maneras en las que usted pueda ayudar.
- Apoye sus decisiones.





¿Qué es el Institut Balear de la Dona?

El IBD es el organismo de igualdad entre hombres y mujeres de les Illes Balears, creado en el 2000, con personalidad jurídica propia y plena capacidad para obrar, adscrito a la Conselleria de Presidencia i Esports.

Su misión es impulsar, facilitar, elaborar y ejecutar los medios necesarios para hacer efectivos los principios de igualdad entre hombres y mujeres en nuestra comunidad.

¿Cómo acceder al Institut?

Las personas que quieran acceder a nuestros servicios pueden hacerlo visitando el local del Institut, en la calle Aragón, 26, 1º E (Palma), de 8:00 a 18:00 h o mediante el teléfono (971 77 51 16), el fax (971 77 49 38) o el correo electrónico (ibdona@caib.es) o la página web <http://ibdona.caib.es>

Centro de información de la mujer, ofrecemos información y asesoramiento gratuito sobre:

- aspectos jurídicos
- orientación profesional
- servicios sociales
- salud
- asociacionismo

El horario de atención al público es de 8:00 a 18:00 h de lunes a viernes y se puede acceder a sus servicios, a través de cita previa o mediante los teléfonos (971 77 51 16 - 971 77 49 74), el fax (971 77 45 23) o el correo electrónico (infordona@caib.es). **En caso de urgencia la atención será inmediata.**

Centros de Información a la mujer

MALLORCA

Centro de Información de la mujer. Palma.

C/ Aragón, 26, 1º E

Tel. 971 77 49 74

De lunes a viernes de 09:00 a 18:00 h.

Ofrece información y asesoramiento sobre cuestiones jurídicas, profesionales y educativas, referidas a servicios sociales (becas, prestaciones, etc.), planificación familiar, asistencia psicológica...), de vivienda, familiares (separaciones, divorcios...), etc.

MENORCA

Centro Asesor de la mujer. Ciutadella.

Av. República Argentina, 94-96

Tel. 971 38 18 77

Centro Asesor de la mujer. Maó.

Av. Vives Llull, 154-156

Tel. 971 35 70 24

Información gratuita sobre recursos sociales, de salud y diferentes tipos de ayuda. También asesoramiento jurídico, asistencia psicológica en caso de maltrato, mediación en procesos de separación, atención las 24 h del día en su teléfono de emergencia para ingresos en su piso de acogida y charlas en institutos para prevenir la violencia de género.

EIVISSA

Centro Asesor de la mujer. Eivissa.

Edificio de Serveis Socials

C/ Cosme Vidal Llaser, s/n

Tel. 971 19 56 00

Información gratuita sobre recursos sociales y educativos, orientación y tratamiento psicológico en caso de malos tratos. También ofrece alojamiento alternativo, un programa de mediación familiar y otro de prevención de violencia de género.

Casas de Acogida

MALLORCA

En todos los casales siguen el programa de acogida, orientación, intervención educativa, psicológica, asesoramiento laboral y jurídico.

Casal Ses Ufanes.

Dirección confidencial

Tel. 971 50 51 56

email: centredonainca@terra.es

24 horas de atención.

Casal de Llevant.

Dirección confidencial

Tel. 971 82 91 57

email: casaldellevant@terra.es

24 horas de atención.

SADIF (Servicio de acogida para las mujeres y sus familias).

Dirección confidencial

Tel. 971 71 94 04

Atención 24h.

MENORCA

Piso de acogida.

Dirección confidencial

Tel. 971 35 70 24

email: rmr.cass-dona@cime.es

Se accede a través del Centro Asesor de la Mujer de Ciutadella (Av. República Argentina, 94-96. Tel. 971 38 18 77) y de Maó (Av. Vives Llull, 154-156. Tel. 971 35 70 24).

EIVISSA

Piso de acogida.

Dirección confidencial

Tel. 971 19 56 07

email: dona@cief.es

Se accede a través de la Oficina de la Mujer de Eivissa (C./ Cosme Vidal Llaser, s/n. Tel. 971 19 56 00).

Servicio atención psicológica

MALLORCA

Servicio de Asistencia psicológica para mujeres víctimas de la violencia. Palma.

Rambla dels Ducs de Palma, 5, 2º1ª

Tel. 971 21 32 47 / 971 77 51 16

Atiende de lunes a viernes de 09:00 a 13:00 h.

Servicio de atención psicológica a mujeres víctimas de agresiones, a través de sesiones individuales y espacios de ayuda en grupo.

Juzgados

MALLORCA

Juzgado de violencia contra la mujer. Palma.

Travessa d'en Ballester. Edifici Sa Gerreria.

Tel. 971 21 93 87 / 971 21 93 82

Juzgados nº 1, 2, 3, 4, 5 y 6 de Inca. Decanato.

Plaça des Bestiar, 72

Tel. 971 50 03 60 / 971 50 40 50 / 971 50 04 38 / 971 88 01 19 / 971 88 02 43 / 971 50 26 31

Juzgados nº 1, 2, 3 de Manacor.

Plaça Creus Font i Roig, s/n

Tel. 971 55 51 01 / 971 55 41 70 / 971 84 41 59

Juzgados de familia (Primera Instancia nº 3, 12 y 16) de Palma.

Travessa d'en Ballester. Edifici Sa Gerreria.

Tel. 971 21 93 70 / 971 21 93 97 / 971 21 94 90

Juzgado de Guardia de Palma.

Av. Alemanya, 5

Tel. 971 71 82 24 / 971 71 87 45

MENORCA

Juzgados de Ciutadella.

C/ República Argentina, s/n

Tel. 971 48 12 94

Juzgado de Guardia. Maó.

C/ Font de l' Eau, 46

Tel. 971 36 27 56

EIVISSA

Juzgados nº1, 2, 3 y 4. Eivissa.

C/ Isidor Macabich, 4

Tel. 971 31 49 62 / 971 31 39 13 / 971 31 46 62 / 971 31 73 32



Puntos de información jurídica

Los puntos de Información Jurídica para las Mujeres son un servicio gratuito de información, orientación y asesoramiento sobre derecho de familia, civil, penal, administrativo, laboral y de extranjería.

MALLORCA

Alcúdia:

Jueves de 10:00 a 13:00 h (semanas alternas)

Casal Can Joanet. Pl. dels Pins, 1

Tel. 971 54 91 95 / 609 70 90 06

Binissalem:

Miércoles de 09:30 a 12:30 h.

C/ Escola Graduada, 13, aula 1

Tel. 971 87 04 09 / 647 34 82 45

Capdepera:

Viernes de 10:00 a 12:30 h.

C/ Ciutat, 39, 1º

Tel. 971 56 49 53 / 971 58 81 56 / 647 34 82 45

Llucmajor:

Martes de 09:30 a 12:30 h.

Pl. d'Espanya, 60

Tel. 971 66 04 93 / 609 70 90 06

Manacor:

Miércoles de 14:00 a 17:00 h.

Pl. del Convent, 3

Tel. 971 84 91 18 / 971 84 32 30 / 647 34 82 45

Petra:

Lunes de 10:00 a 13:00 h.

C/ de l'Hospital, 28

Tel. 971 83 04 41 / 609 70 90 06

Pollença:

Jueves de 10:00 a 13:00 h (semanas alternas)

C/ Guillem Cifre, 14

Tel. 971 53 50 37 / 609 70 90 06

Sóller:

Jueves de 13:00 a 15:00 h.

C/ de l'Hospici, 2, 1º

Tel. 971 63 48 36 / 609 70 90 06 / 647 34 82 45



Oficinas ayuda víctimas del delito (OAVD)

Información jurídica, social, sanitaria y atención psicológica.

MALLORCA

OAVD Palma.

Juzgado de Guardia. Av. Alemanya, 5, 2º
Tel. 971 71 82 24 / 971 71 87 45
Policía Local. Av. San Ferran, s/n
Tel. 971 45 25 83

OAVD Calvià.

C/ Alacant, 36. Polígono Son Bugadelles
Tel. 971 13 42 91 / 971 00 33 00

OAVD Inca.

C/ de la Puresa, 72
Tel. 971 88 41 63

OAVD Manacor.

Colegio de Abogados. C./ Muntaner, 11
Tel. 971 84 61 95 / 971 55 91 14

OAVD Muro.

Av. Albufera, 33
Tel. 971 89 16 64

MENORCA

OAVD Ciutadella.

Ca Sa Millonaria
Camí de Maó, s/n
Tel. 971 48 06 04 / 971 48 48 30

EIVISSA

OAVD Eivissa.

Edifici Municipal Ca'n Jurat
C/ Pirineos, 7-9. San Jordi – Ses Salines
Tel. 971 39 51 22

FORMENTERA

OAVD Formentera.

Edifici de Serveis Socials
C/ Portossaler, 21. Sant Francesc de Formentera
Tel. 971 32 12 10

Otros recursos del Instituto Balear de la Dona

Biblioteca y centro de documentación

MALLORCA

Biblioteca y Centro de Documentación. Palma.

C/ Aragón, 26, 1º E

Tel. 971 77 52 50

De lunes a viernes entre las 09:00 y 15:00 h y, además, de 16:00 a 18:00 h martes y jueves.

Especializada en mujer, dispone de un servicio de consulta y préstamo de libros, vídeos y DVD.

Infosex

MALLORCA

Infosex. Palma.

Av. d'Alemania, 13

Tel. 901 50 01 01

email: infosex@caib.es

Asesoramiento telefónico y por correo electrónico sobre sexualidad y salud afectiva y sexual. Charlas informativas para institutos y colegios.

Casal de les dones

MALLORCA

Casal de les Dones. Palma.

C/ dels Foners, 38

Tel. 971 77 55 30

Martes y jueves de 10:30 a 13:30 h y de lunes a viernes de 16:00 a 21:00 h.

Espacio de encuentro para mujeres donde realizar actividades formativas y recreativas; también sirve como centro de reunión para las asociaciones de mujeres. Cuenta con biblioteca, ordenadores con acceso a internet y despachos.



Servicio para mujeres inmigrantes

Palma.

C/ Aragón, 26, 1º E

Tel. 971 77 51 16 / 971 77 49 74

De lunes a viernes de 09:00 a 18:00 h.

Ofrece orientación laboral, social y formativa, asesoramiento jurídico, información sobre recursos sociales y de salud, atención psicológica, etc.

ib d

Institut
Balear de
la Dona



MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ASUNTOS SOCIALES



Govern
de les Illes Balears

Institut Balear de la Dona

Adreça: C/ d'Avinyó, núm. 26, 1r E. 07006 Palma

Tel.: 971 77 51 16

A/e: ibdona@caib.es

<http://ibdona.caib.es>

www.caib.es

012 €