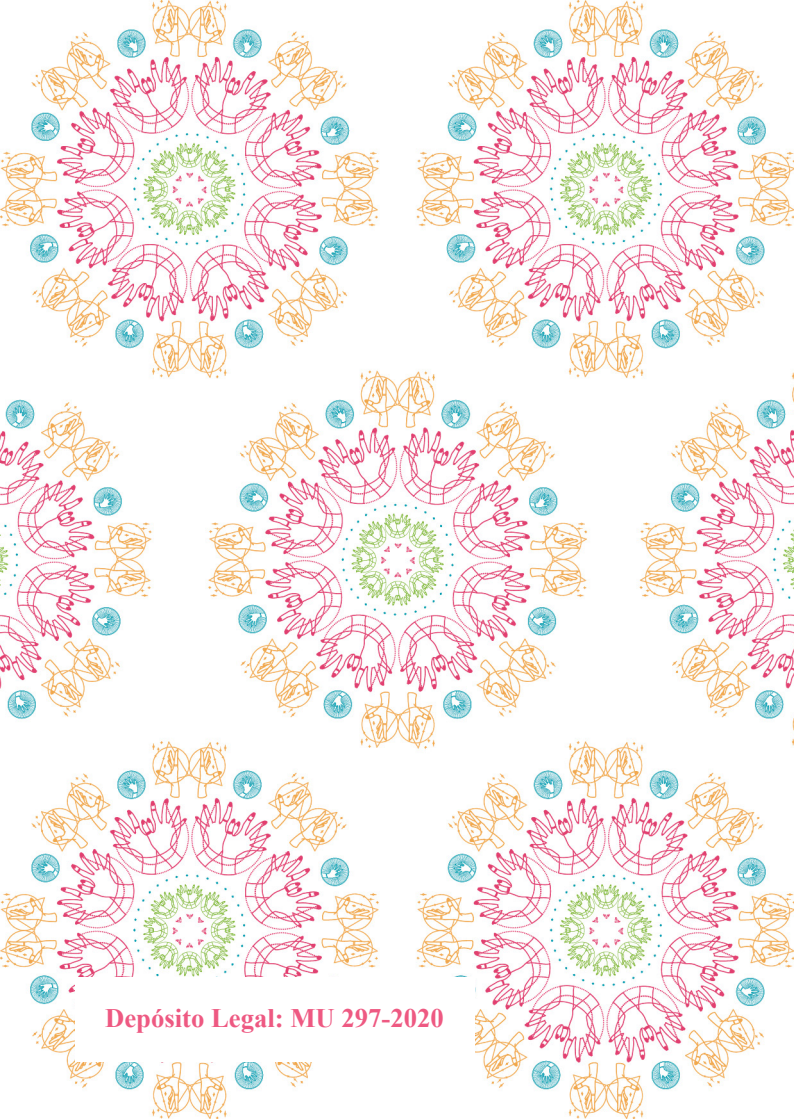


Ghid de resurse  
specializate pentru  
o asistență acordată  
populației  
imigrante



**En  
Buenas  
Manos**

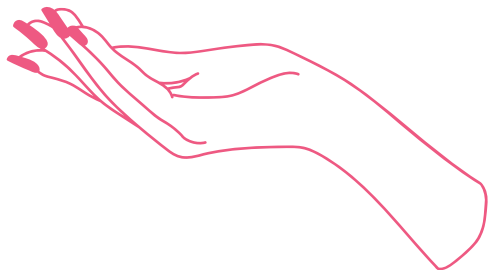


Depósito Legal: MU 297-2020

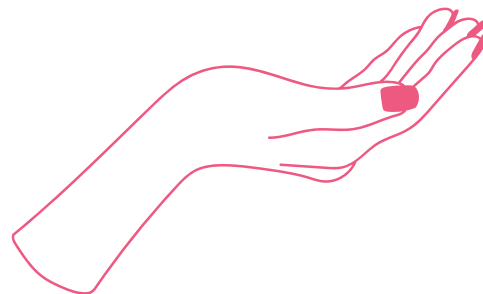


1. Ce este violența în familie (sexuală și de gen), violența împotriva femeilor sau violența domestică
2. Cum să știu dacă mi se întâmplă mie
3. Funcționează violența sexuală și de gen
4. Situații de risc
5. E important să știi nu sunteți singură
6. Cum să procedați dacă veți denunța
7. Cum se acționează dacă sunteți într-o situație riscantă
8. Dacă aveți nevoie de asistență cu privire la situația dumneavoastră

1.



## Ce este violența de gen, violența împotriva femeilor sau violența machista



## Violența bazată pe gen afectează femeile doar pentru că sunt femei

Acest tip de violență afectează femeile, indiferent de cultura, țara, vârsta, cu sau fără educație și dacă au sau nu resurse financiare. Acest tip de violență încalcă integritatea, demnitatea și libertatea femeilor.

Violența care duce la vătămări, suferințe fizice, sexuale sau psihologice, precum și amenințări, constrângere sau privare de libertate, indiferent dacă apar în viața publică sau privată. Riscul de acest tip de violență poate crește la femeile în situație vulnerabilă: diversitatea funcțională, femeile migrante, migrații cu venituri mici, femeile fără adăpost, minorii sau apartenența la diferite etnii.

2.

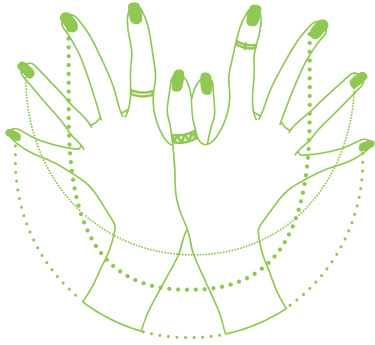
## Cum să știi dacă mi se ontmplă mie



Cel mai bun indicator al modului în care ne convine partenerul nostru este să te gândești dacă te face să te simți bine sau rău.

- Se irită cu ușurință și / sau sparge lucruri atunci când este supărat.
- E prea gelos și posesiv.
- Te critică și vrea să schimbi modul în care te îmbraci.
- Întotdeauna vrea să știe unde ești și cu cine.
- Te pedepsește cu tăcere și indiferență.
- Te critica și te îndepărtează de familie și prieteni.
- Te face responsabilă pentru lucrurile care merg prost și de certurile voastre, făcându-te să te simți vinovată.
- Te forțează să faci sex cu el chiar dacă nu vrei.
- Cheltuiește toți banii pe care îi aveți, chiar dacă e necesar acasă
- Controlează banii tăi.

3.



## cum funcționează violența de gen

Violența bazată pe gen escaladează treptat, ceea ce înseamnă că începe într-un mod foarte subtil și pe măsură ce relația progresează, episoadele de violență se agravează.

Episoadele de violență de gen tind să apară ciclic, de perioade intercalate de calm și afecțiune trecând la situații care pun viața în pericol. O astfel de dinamică implică o legătură de dependență emoțională și posesie care este dificil de rupt, atât pentru agresor, cât și pentru victimă.

I.  
Faza  
Acumularea de  
tensiune

II.  
Faza  
Agresiune

III.  
Faza  
Luna de miere  
sau reconciliere

I.  
Faza  
Acumularea de  
tensiune

Agresor

- Modificări bruște ale dispoziției
- Comportamente deconcertante
- **Violența verbală**
- **Violență verbală**

Victima

- Simte anxietate
- Senzație de vinovăție
- Comportamente de complezență

II.  
Faza  
Agresiune

- Agresiune fizică
- Agresiune psihologică
- Agresiune sexuală  
(Nu este nevoie de cele  
trei agresiuni)

- Frica
- Singurătate
- Luarea deciziilor

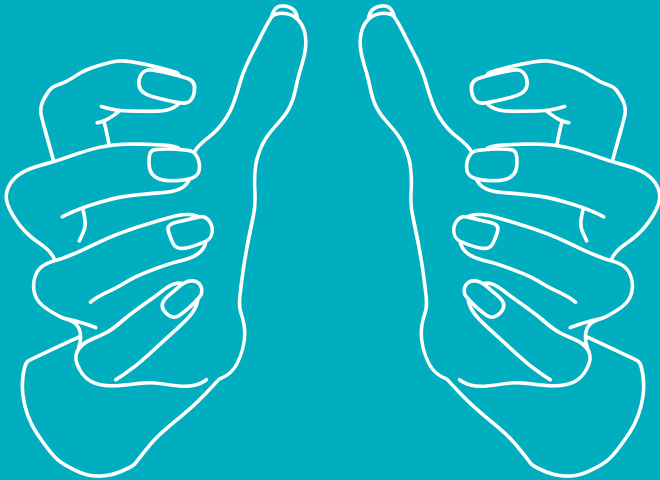
III.  
Faza  
Luna de miere  
sau reconciliere

- Căință (nu în toate  
cazurile)
- Promisiuni de schimbare
- Comportamente de  
cucerire

- Crede în căința acestuia
- Iluzie și speranță în schimbarea promisă
- Trebuie să încerc

4.

## Situații de risc

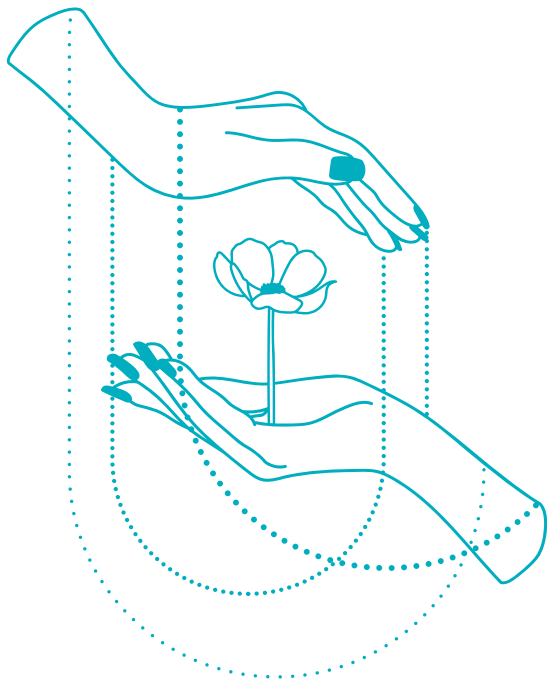


### Vezi dacă partenerul sau fostul partener:

- A maltratat alte femei.
- Te urmărește și te hărțuiește.
- Te amenință să-ți cauzeze daune sau să-și cauzeze el daune dacă-l abandonezi.
- Te împinge, te lovește și te lovește.
- Te lovește, te pălmuește și te-a lovit.
- Te strânge foarte tare, te trage de păr, te pișcă etc.
- Sare la tine/ sau te amenință cu cuțite sau arme de foc, etc

5.

## E important să știi...



...că nu ești singură

“Ești cea mai importantă persoană din viața ta”

În astfel de situații, nu păstra tăcerea, vorbește, discută cu cineva în care ai încredere.

Cere și caută ajutor, pentru că există o ieșire din situație.

Să ieși din violență nu e un proces ușor. S-ar putea să ai nevoie de mai multe încercări, dar să nu te descurajezi pentru că vei deveni din ce în ce mai puternică. Trebuie să iei în frâu viața ta, apreciind pozitiv orice progres pe care îl experimentezi, indiferent cât de mic ar fi.

Ignoranța și lipsa de informații ne conduc la FRICĂ pentru a găsi o ieșire din situație, astfel încât este necesar să se cunoască resursele existente în mediul nostru.

Violența împotriva femeilor în Spania este un delict și există resurse pentru a ieși din aceasta.

Chiar dacă te afli într-o situație neregulată, fără un permis de ședere sau în cazul în care permisul de ședere al dumneavoastră este pentru reunificarea familiei cu partenerul, puteți cere ajutor și să denunțați situația dumneavoastră, fără ca acest lucru să implice expulzarea dumneavoastră.

Plângerea nu este singura soluție pentru a ieși din această situație de violență, solicită consiliere și acompaniament în serviciile de specialitate, din momente ce acestea sunt gratis.



6.

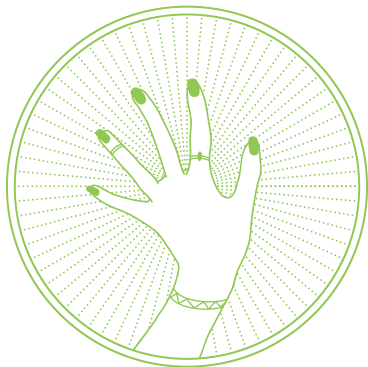


## Ce trebuie să faceți dacă aveți de gând să depuneți o plângere

Este important să cunoaștem drepturile legale de abordare a violenței bazate pe gen. Drepturile recunoscute prin lege femeilor victime ale violenței de gen sunt drepturi legate, mai presus de toate, de informare, atât de asistența socială, cât și de asistența juridică gratuită; drepturile laborale și economice. Sunt dreptul de protejare a victimei.

Puteți depune plângerea Poliției Naționale, Poliției Locale, Gărzii Civile sau Curții de Judecătorie de Gardă.

Ai dreptul să fii consultată, dreptul la un avocat gratuit, care este cu tine atunci când se depune plângerea, care să te informeze cu privire la toate drepturile care le ai și să te ajute cu declarația pe care o vei face (fiind foarte important acest lucru pentru procesul ulterior), împreună cu toate dovezile pe care le puteți oferi (fotografii, e-mailuri, capturi de mesaje de telefon mobil, rapoarte medicale, rapoarte psihologice, etc). Toate aceste informații vă vor fi transmise și traduse de un traducător. Atunci când raportați, se permite să fiți însoțită de un membru al familiei sau de o persoană în care aveți încredere.



Pentru siguranța dumneavoastră, solicitați un ordin de protecție în momentul depunerii. În ordinul de protecție, măsurile penale și civile pot fi luate în numele dumneavoastră și în numele fiilor și fiicelor dumneavoastră, dacă le aveți.

Măsurile penale pot consta în:

- În interzicerea agresorului să se apropie de victimă și interzicerea de comunicare prin orice mijloace cu acesta.
- Interzicerea de reședință a acestuia în anumite locuri.
- Dacă agresorul avea dreptul să poarte sau să folosească arme, se suspendează acest drept.
- În cazul în care se decide detenția provizorie, privarea de libertate.

Ațiuni civile, care vor dura 30 de zile dacă doriți să le mențineți, este important să le comunicați avocatului dumneavoastră pentru a iniția o procedură civilă de familie.

Aceste măsuri pot include:

- Utilizarea locuinței familiei, care va trebui să o părăsească agresorul.
- Custodia și îngrijirea minorilor sau a fiilor și fiicelor cu handicapuri.
- Pensie alimentară pentru fii și fice.
- Stabilirea unui regim de vizitare.
- Suspendarea custodiei.
- Suspendarea regimului de vizitare.

În cazul în care vă aflați într-o situație neregulamentară, procedura de sancționare administrativă nu se inițiază pentru a te afla în mod neregulamentar pe teritoriul spaniol, iar procedura de sancționare administrativă se suspendă, dacă este cazul, sau executarea ordinelor de expulzare sau întoarcere dacă au fost stabilite.

7.

## Cum să acționezi într-o situație riscantă

Sună la 112

112 este o resursă telefonică care oferă un răspuns rapid și eficient la situațiile urgente de violență de gen.

Din momentul apelării la 112, resursele necesare vor fi mobilizate pentru a rezolva situația specifică: poliție, servicii de sănătate, asistență psihologică, asistență juridică specializată, cazare de urgență și trimitere la alte resurse.

Poate apela femeia însăși, care este abuzată de partenerul ei sau de ex-partenerul acesteia, sau orice persoană delegată în acest sens.

Telefon gratis 24 de ore  
Răspuns în 51 de limbi



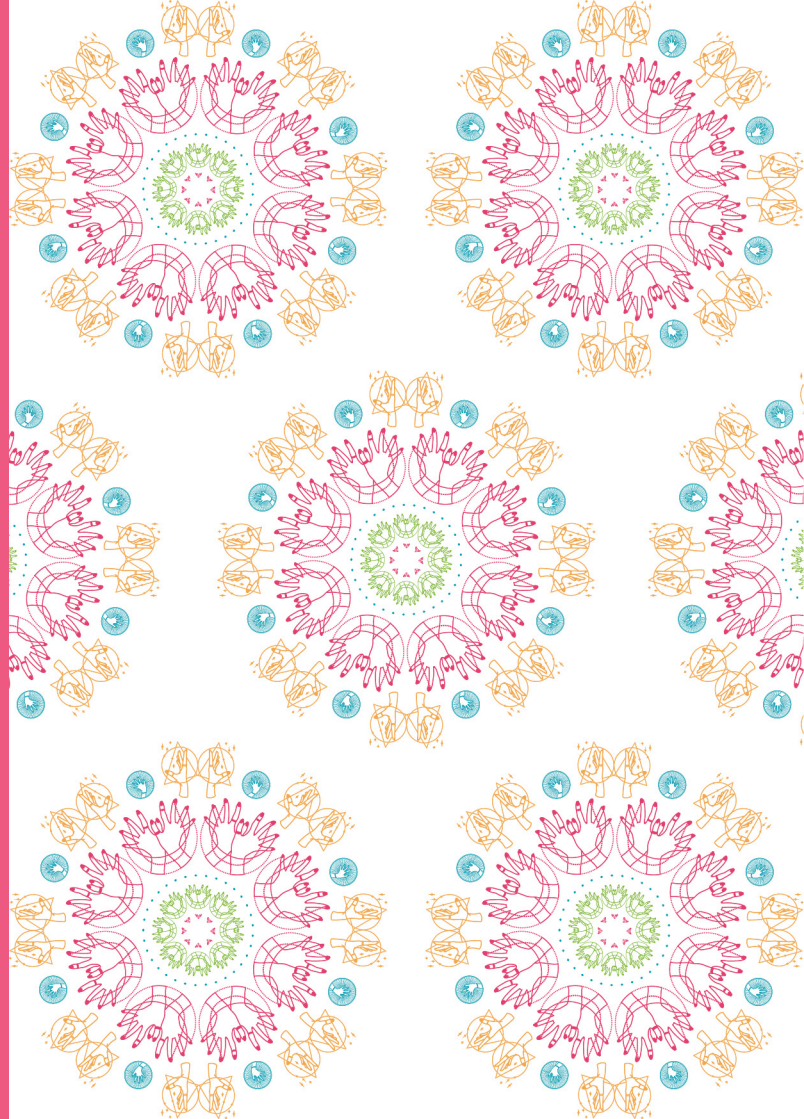
8.

## Dacă aveți nevoie de asistență cu privire la situația dumneavoastră

### Centre specializate de îngrijire a femeilor victime de violență (CAVI)

Acestea sunt servicii care oferă îngrijire cuprinzătoare, personalizată și gratuită, pentru timpul necesar pentru a întrerupe o relație și pentru a ieși din situația de abuz.

- Nu e necesar a denunța pentru a face o programare.
- Este gratis.
- Se oferă o îngrijire cuprinzătoare atâta timp cât fiecare femeie are nevoie.
- Echipa este formată din asistenți sociali, psihologi, consilieri juridici.
- Servicii care pot fi accesate sunând la 901 101 332.



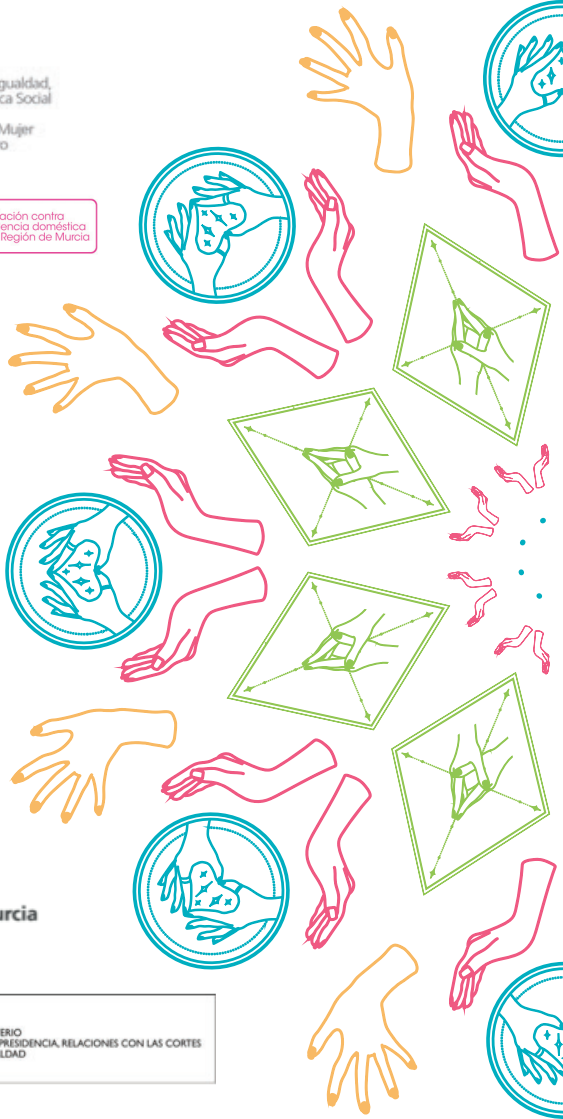


Región de Murcia  
Consejería de Mujer, Igualdad,  
LGTBI, Familias y Política Social

Dirección General de Mujer  
y Diversidad de Género



Asociación contra  
la violencia doméstica  
de la Región de Murcia



Región de Murcia



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES  
E IGUALDAD