

# GUIA DE ACTUACIÓN VIOLENCIA DE GÉNERO HACIA LAS MUJERES



## **¿Qué es la violencia de género?**

Es cuando un hombre hace daño a una mujer.

La violencia de género es cuando los hombres hacen daño a una mujer que es su pareja o ha sido su pareja.

La violencia de género es un problema muy grave para nuestra sociedad.

La violencia de género no respeta los derechos de las mujeres.

La violencia de género es cuando un hombre quiere controlar y dominar a una mujer.

**Si crees  
que sufres  
violencia  
de género**

A photograph showing two hands holding a white rectangular sign against a grey background. The sign has the text '¡CUÉNTALO!' written on it in bold, black, uppercase letters.

**¡CUÉNTALO!**

Existen varios tipos de violencia de género:

**Violencia Psicológica:** es cuando un hombre trata mal a una mujer con sus palabras, insultos o la forma de tratarla.

**Violencia Física:** es cuando un hombre hace daño a una mujer en alguna parte de su cuerpo.

**Violencia Sexual:** es cuando un hombre toca o tiene sexo con una mujer sin su permiso o por la fuerza.

**Violencia Vicaria:** es cuando un hombre hace sufrir a una mujer haciendo daño a sus seres queridos. Sobre todo a sus hijos.

## **¿Qué es la violencia de género?**

- 1- Al principio de la relación es difícil para la mujer ver que está sufriendo violencia de género.
- 2- Cuando pasa el tiempo, el hombre controla más a la mujer, no le deja hacer cosas y la trata mal
- 3- La mujer no ve que el hombre la trata mal.

**TÚ ERES LO MÁS IMPORTANTE.**

Si te das cuenta de que sufres violencia de género no aguantes.

Es mejor romper la relación que sufrir violencia de género

Es normal que tengas miedo y no sepas qué hacer.

**TÚ NO ERES LA CULPABLE**

## ¿Cómo puedes saber si sufres violencia de género?

- Si tú pareja controla lo que haces.
- Si critica lo que haces o cómo eres.
- Si no le gustan todos tus amigos o familiares.
- Si te preguntas si sufres violencia de género.
- Si crees que la violencia de género a ti no te va a pasar.



### **ALERTA**

Algo no funciona en  
tu relación

Si crees que sufres violencia de género pide apoyo a profesionales para que te ayuden.

En este documento están los servicios especializados en violencia de género.

## **Señales de que sufres violencia de género.**

1. No te trata con respeto.
2. Te culpa de su violencia.
3. Tú siempre eres la culpable de todo lo que pasa.
4. No te deja trabajar o estudiar, no te deja tener amigos, no te sientes segura.
5. Tienes miedo de tu pareja.
6. No respeta tus deseos o decisiones.

**CUALQUIER MUJER  
PUEDE SUFRIR  
VIOLENCIA  
DE GÉNERO**



## **¿Qué hacer si crees que te pueden hacer daño?**

1. ¿Dónde puedes ir?

Puedes ir a casa de familia o amigos. Pide ayuda y explica lo que te pasa.

También puedes pedir ayuda a los servicios que aparecen en esta guía.

2. Elige el mejor momento para ti, tus hijos e hijas para irte de casa.

3. ¿Qué tienes que llevar contigo?

- DNI, NIE o Pasaporte tuyo, de tus hijos e hijas.
- Tarjeta sanitaria tuya, de tus hijos e hijas.
- Medicamentos tuyos, de tus hijos e hijas.
- Cuenta bancaria.
- Teléfonos importantes.
- Ropa.

## ¿Qué tienes que hacer para poner una denuncia?

- Llama al **112**, ellos te facilitarán un abogado o abogada para ir a poner la **denuncia**.

**Denuncia:** Documento en él que una persona informa a la policía de un delito o una falta.

- Debes ir a la Policía Nacional, Guardia Civil o Juzgado del lugar.
- Puedes acudir a un **CAVI/PAE** para que te ayuden con todo.

**CAVI/PAE:** Centros de Atención Especializada para Mujeres Víctimas de Violencia creados por la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

## ¿Qué es un CAVI/PAE?

Es un centro para ayudar a las mujeres cuando sufren violencia de género.

La atención para la mujer que sufre de violencia de género es gratis.

En el CAVI/PAE no es necesario decir el nombre de la mujer que sufre violencia de género.

Nadie va contar lo que dice la mujer que sufre violencia de género, es secreto.

Para ir a un **CAVI/PAE** llama y pide cita:

- **900 710 061**
- **112**



**La atención para  
la mujer que  
sufre violencia  
de género  
es gratis**

El 112 te ayuda con lo que necesitas:

- Avisan a la Policía.
- Avisan a la ambulancia, servicios sociales, a un abogado y un psicólogo.
- Si te hace falta te dan alojamiento y transporte.

**Si estás  
en peligro  
llama al  
112**



También puedes llamar al: **016**

## **Si estás en peligro y tienes que irte de casa:**

Llama al 112 y ellos te dirán si puedes entrar en el Centro de Emergencia para Mujeres Víctimas de violencia de género, donde estarás segura.

Existen Casas de Acogida donde podrás vivir.

En estas Casas de Acogida te ayudan a conseguir un trabajo, creer en tí misma y empezar una nueva vida.



Si tus hijos e hijas necesitan ayuda existe un Servicio de Atención Psicológica para ellos.



Más información en:

PORTAL DE IGUALDAD Y PREVENCIÓN DE  
VIOLENCIA DE GENERO.

WEB: <https://igualdadyviolenciadegennero.carm.es/>

**NO  
DUDES,  
PIDE  
AYUDA**

Si estás en peligro llama al:

**112**

Si necesitas apoyo llama al:

**900 710 061**

#### **Edita en Lectura Fácil:**



#### **Validación de la Guía:**

El documento lo han validado personas con discapacidad intelectual y Síndrome de Down de FUNDOWN.

#### **Lectura Fácil:**



“© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe. More information at [www.inclusion-europe.eu/easy-to-read](http://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read)”

Este es un documento que está hecho en Lectura Fácil para ser entendido por todas las personas que lo lean.

FUNDOWN ha realizado este documento siguiendo la Norma UNE 153101:2018 EX.