

RECOMANACIONS PER A LA TEUA SEGURETAT EN SITUACIONS DE VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Des de la Regidoria d'Igualtat volem ajudar-te a disminuir els riscos de patir qualsevol tipus de violència aquests dies de confinament.

CREUS QUE ESTÀS EN PERILL PEL COMPORTAMENT HOSTIL DE LA TEUA PARELLA?

AÇÒ ÉS EL QUE POTS FER

- 1** Mantín contacte diari per telèfon, WhatsApp, SMS, etc. amb familiars i amistsats. Tin sempre a prop i operatiu el teu telèfon. Telefona i que et telefonen.
- 2** Allunya't si comença una discussió, no t'hi exposes. Recorda que pots eixir al carrer. En aquest cas, la teua seguretat es troba per damunt de tot. Ningú et multarà.
- 3** No t'arrisques però que la por no t'anul·le. Si t'agredeix, fuig, i si no és possible, protegeix-te, crida i demana ajuda.
- 4** Aprofita qualsevol moment en què et trobes sola o isques al carrer a fer la compra per a comunicar la teua situació a persones properes al teu domicili.
- 5** En cas d'agressió física, ix de casa i demana ajuda al veïnat.
- 6** Ves a un centre de salut o un hospital i explica el que ha passat. Demana que et facen un part de lesions.
- 7** Les Forces de Seguretat de l'Estat estan a la teua disposició. No dubtes a telefonar-los. Estan per a protegir-te.
- 8** Guarda al telèfon els números d'emergència: 112, 091, 062 en marcació ràpida. Adverteix els teus fills i filles perquè tinguen a mà aquests números.
- 9** Mantín contacte amb personal especialitzat que sabrà com ajudar-te.

➤ Pots contactar amb la Unitat de Violència de la Regidoria d'Igualtat al números **965 10 50 86** i **679 30 63 82**

➤ I amb el grup especialitzat d'atenció a la violència de la Policia Local als números **965 14 95 37** i **659 57 36 39**

➤ També pots telefonar al Centre Dona 24h al número **900 58 08 88** i al **016**

En totes les teues telefonades trobaràs a l'altra banda ajuda, assessorament i acompanyament professional, especialitzat i humà. **Estem per a ajudar-te.**

CREUS QUE ALGUNA DONA DEL TEU VOLTANT, VEÏNAT O FAMÍLIA ES TROBA EN RISC O PERILL PER VIOLÈNCIA DE GÈNERE?

AÇÒ ÉS EL QUE POTS FER

- 1** Fes-li saber que té el teu suport, que estàs prop i que pot comptar amb tu.
- 2** Mantín el contacte almenys una vegada al dia per assegurar-te que està bé. Si sent la teua proximitat, podrà recórrer a tu quan es trobe en perill.
- 3** Escolta sense jutjar ni opinar. Si demana ajuda és perquè la necessita i corre perill. Ajuda-la.
- 4** Anima-la a posar la situació en coneixement de les Forces de Seguretat perquè puguen protegir-la i no córrega riscos.
- 5** En cas que no pugues convèncer-la i torne a casa en aquesta situació de confinament, posa tu la situació en coneixement de la policia - Policia Local d'Alacant **965 14 95 37** i **659 57 36 39** i números curts d'emergència **112** i **091**.

La teua actuació es decisiva per a la seua seguretat.

- 6** Si presencies o escoltes una forta discussió, insults, crits o colps, no dubtes i crida a la policia. Informa de les dades d'ubicació al més detalladament possible. La policia acudirà al domicili.
- 7** Si alguna amiga, familiar o coneguda està en aquesta circumstància pots consultar amb professionals que t'orientaran sobre com procedir. Telefona a la Regidoria d'Igualtat **965 10 50 86** i **679 30 63 82**, al Centre Dona 24h **900 58 08 88** o al **016**.
- 8** El més important és el contacte diari a través dels mitjans al nostre abast.

Demostrem que entre totes i tots podem parar la violència contra les dones. Ara més que mai.