

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ESTÁ A TU ALREDEDOR



Párate, conoce y actúa
**contra esta forma de
violencia**



Proyecto "Mujeres Seguras y Libres" de la Asociación Columbares
- Prevención y sensibilización de la violencia de género en
mujeres inmigrantes.
Región de Murcia y provincia de Alicante.

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES UNA DE LAS MANIFESTACIONES MÁS GRAVES DE LA DESIGUALDAD SOCIAL Y QUE ATENTA CONTRA LA INTEGRIDAD, DIGNIDAD Y LIBERTAD DE LAS MUJERES.

Todas las mujeres estamos expuestas a sufrir esta violencia, que no depende de la raza, clase social, edad, ni cultura a la que se pertenece.

Sin embargo, hay un elemento que aumenta el riesgo y la vulnerabilidad a ser víctima de esta violencia: ser mujer inmigrante.



¿QUE ES VIOLENCIA DE GÉNERO?

“Violencia de género es cuando una mujer es objeto de cualquier acto de violencia física y/o psicológica por parte de quien es o ha sido su cónyuge, o de quien tenga o haya tenido con ella una relación afectiva”.

Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.

La violencia de género se manifiesta de diversas formas: sexual, física, psicológica, económica,... y se da tanto en el espacio público como privado.

PERO LA VIOLENCIA DE GÉNERO NO SOLO AFECTA A LAS MUJERES, ES UN PROBLEMA SOCIAL:

- ES UNA VIOLACIÓN DE LOS DERECHOS Y LIBERTADES de los seres humanos.
- ES UNIVERSAL, se da en todos los países, independientemente de su cultura y religión.
- LIMITA EL PROGRESO DE LA SOCIEDAD, puesto que la mitad de la misma no puede aportar todo su talento y potencial.



LAS AMENAZAS, LA COERCIÓN Y LA MANIPULACIÓN también son formas de violencia de género.

LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES UN PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA

SEGÚN LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS), LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES UN PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA QUE AFECTA A LAS MUJERES EN TODAS LAS ETAPAS DE SU VIDA.

La OMS ha identificado la violencia de género como un factor esencial en el **deterioro de la salud**, ya que las agresiones físicas, psíquicas y sexuales pueden poner en peligro la vida de las mujeres y de sus hijos e hijas.

Se estima que **UNA DE CADA TRES MUJERES** sufrirá **violencia física o sexual** en el transcurso de su vida.



LA VIOLENCIA DE GÉNERO EMPIEZA CUANDO...

- Te controla y/o espía.
- Te miente o engaña.
- Te ignora.
- Se muestra celoso o posesivo.
- Te manipula o chantajea para que hagas lo que él quiere.
- Te culpa de todos sus problemas.
- Te ridiculiza u ofende.

Svletana lleva toda la noche llorando... su novio hoy se ha enfadado con ella y no le habla. Le mira las conversaciones con sus amigas y hoy no le han gustado. Ella ya no se pone pantalones cortos, ni tops porque él le ha dicho que le quedan fatal y se siente mal porque a veces él quiere hacer "cosas" que a ella no le gustan mucho y no para cuando ella se lo pide... Para colmo, sus amigas se han enfadado con ella porque dicen que ha cambiado y que solo piensa en el novio.



PRESTA ATENCIÓN...

ESTA VIOLENCIA ADOPTA MUCHAS FORMAS

- Te acaricia de forma agresiva
- Te golpea "jugando".
- Te infravalora o descalifica a solas, delante de tus hijos/as u otras personas.
- Te controla el dinero.
- Se venga de ti rompiendo tus cosas.
- Te empuja o tironea para que hagas lo que quiere.
- Se niega a usar métodos anticonceptivos.
- Retiene tu documentación o la de tus hijos/as.

Sanae ha ido al médico porque no se encuentra bien y le ha mandado unas pastillas para mejorar su estado de ánimo. No duerme bien, se despierta con mucha ansiedad, come a todas horas, se siente agotada y sin fuerzas y sus vecinas le han dicho que ya no se ríe nunca. No le ha contado a nadie que su marido le grita mucho, a veces hasta delante de las niñas; y que no le da dinero para las cosas de la casa y se lo tiene que pedir varias veces y hasta suplicárselo. No para de decirle que no sirve para nada, ni para parir un hijo varón.



REACCIONA... NECESITAS AYUDA URGENTEMENTE SI...

- Te maltrata verbal y/o psicológicamente de forma habitual.
- No te deja trabajar o estudiar.
- Te aísla de tu familia, amigos o vecinos.
- Te presiona para mantener relaciones sexuales o actos que no te agradan.
- Te ha hecho daño físicamente.
- Te ha encerrado.
- Te ha amenazado de muerte.
- A veces, te da mucho miedo.
- Has sentido temor por tu vida.

Jocelyn, está dos días en casa sin salir. “Ya sé que tengo que quedarme aquí hasta que él vuelva, pero se me han acabado las pastillas y así no puedo dormir. Ya he llamado al trabajo para decir que estoy enferma... otra vez. De todas formas, con el ojo así no me atrevo a salir a la calle, la última vez tuve muchos problemas: las vecinas y la de la farmacia –que se meten en lo que no les importa– llamaron a la policía. Imagínate la situación, menos mal que él no estaba en la casa... lo que me hubiera hecho...” Pero estos días se ve peor que nunca y eso que está sola. No para de pensar que no merece la pena vivir, no tiene fuerzas ni para comer. Ojalá pudiera dormirse y no despertarse más...



ACTÚA YA

Si reconoces alguna de estas situaciones en tu relación de pareja o expareja o en alguien cercano, te recomendamos que uses los siguientes recursos:

112 Es un teléfono disponible para cualquier tipo de emergencia, gratuito, 24 horas/365 días. Presta atención de urgencia y tiene servicio de traducción.



#016 PARA TODAS

016. Teléfono gratuito y confidencial para víctimas de violencia de género y su entorno. Ofrece información, asesoramiento y apoyo psicológico 24 horas/365 días. Atención en 53 idiomas.



Mapa de recursos para la prevención y sensibilización de la violencia de género en mujeres inmigrantes en la Región de Murcia (Disponible en castellano, árabe, francés e inglés)



Mapa de recursos para la prevención y sensibilización de la violencia de género en mujeres inmigrantes en Alicante (Disponible en castellano, árabe, francés e inglés)



CONTACTO

Avda. Fabián Escribano, 3 2º

Beniján Murcia

Teléfono: 868 97 54 87

Correo: segurasylibres@columbares.org

