



# **COMO ACTUAR ANTE A VIOLENCIA DE XÉNERO**

**GUÍA  
INFORMATIVA  
CON PAUTAS DE  
ACTUACIÓN**

**RECURSOS E  
SERVICIOS  
EXISTENTES  
NO CONCELLO  
DE VIGO**



*Concellería da Muller*  
Concello de Vigo

**O** obxectivo desta guía é alertar ás mulleres que sofren maltrato, darlles a posibilidade de saber cal é a súa situación, animalas a denunciar e axudalas a saír desa posición de subordinación.

*“A obra perfecta da agresividade é conseguir  
que a vítima admire ao verdugo”*

*Victoria Sau*

*“A violencia contra a muller é quizais a  
máis vergonzosa violación dos dereitos  
humanos. Non coñece límites xeográficos,  
culturais ou de riqueza”*

*Kofi Annan*

## DEFINICIÓN DE VIOLENCIA

📍 Na Declaración sobre a Eliminación da Violencia contra a Muller de Nacións Unidas pode lerse que a violencia contra a muller é *“todo acto de violencia baseado na pertencenza ao sexo feminino que teña ou poida ter como resultado un dano ou sufrimento físico, sexual ou psicolóxico para a muller, así como as ameazas de tales actos, a coacción ou a privación arbitraria da liberdade, tanto se se producen na vida pública como privada”*.

📍 A violencia de xénero é calquera agresión física, psicolóxica ou económica dirixida contra das mulleres polo feito de ser muller, non porque ela teña un modo de comportarse que dea lugar a que isto ocorra.

📍 Referimonos aos malos tratos no ámbito doméstico cando esta violencia é exercida polo marido, parella, noivo ou calquera outra persoa coa cal a muller ten relación de parentesco ou afectividade, e ten como resultado para ela un dano ou sufrimento psicolóxico, sexual ou físico.

📍 Os malos tratos son un camiño sen retorno, onde as relacións violentas non aparecen accidentalmente nin de xeito imprevisto. Os abusos e chantaxes emocionais poden ser o inicio dun longo proceso cíclico que pode rematar coa morte.

# ALERTA

Se na túa relación de parella existen algúns destes comportamentos, estás a vivir unha relación de control e poder, é decir, violenta :

## Violencia Psicolóxica

- Ignora a túa presenza, espíate.
- Merma a túa estima, insultándote, descalificándote, gritándote, facéndote comentarios degradantes e fóra de ton.
- Culpabilízate de calquera problema.
- Non respecta a túa opinión e impón sempre a del.
- Ameázate e coaccióname.

## Violencia Social

- Íllate do teu contorno social.
- Contrólame as relacións familiares e de amizade.
- Contróla e critica a túa forma de vestir.
- Contrólame as chamadas e todas as actividades.
- Humíllame e ponte en evidencia publicamente.

### Violencia Económica

- Non deixa que controles os recursos da economía familiar.
- Limitate o diñeiro, entrégate cantidades insuficientes para o mantemento da familia.
- Cúlpatete de non saber administrar ben o diñeiro.
- Impídete que traballes para que non teñas independencia económica.
- Se traballas, contróláte o que gañas.

### Violencia Sexual

- Obrígate a manter calquera tipo de contacto ou relación sexual.
- Responsabilízate dos embarazos e de enfermidades de transmisión sexual .
- Impídete exercer a túa sexualidade libremente.
- Acósate con insinuacións sexuais, incomodándote.
- Incítate a prostituírte.

### Violencia Física

Empúxate, golpéate, quéimate, tírate do pelo.....  
Agrédete cun arma

# O CICLO DA VIOLENCIA

- As reaccións violentas non aparecen de forma imprevista, senón que forman parte dun longo proceso que acaba nunha pirámide de violencia sen retorno e que leva a un ciclo moi difícil de parar.
- Este ciclo ten **tres fases** que se reiteran cada certo tempo intercalando períodos de violencia con períodos de afectos e arrepentimentos pero onde cada vez son máis frecuentes os momentos de agresión e menos os de arrepentimentos:



**PODES DARLLE A VOLTA A ESTA SITUACIÓN;!  
DA VIOLENCIA PÓDESE SAIR ;!**

## ATENCIÓN

- O maltratador intimida, arremete física e psiquicamente. **É un delincuente perigoso** e non podemos xustificalo e encubrilo.
- O alcol, o paro ou as insatisfaccións persoais **non xustifican** o exercicio da violencia contra as mulleres.
- **Non esperes a que el “cambie”**. O máis probable é que continúe con outra labazada, outro insulto, outra malleira...
- **Ti non es culpable**, ninguén merece que a maltraten. Non hai xustificación posible para os comportamentos violentos.

## RECORDA

- **Quen maltrata ten un grave problema** que lle impide vivir en parella.
- **Esta situación**, en lugar de desaparecer, **farase cada vez máis frecuente e perigosa** para ti e as persoas que conviven contigo.

## DETENTE E PENSA

- **Non confundas** os comportamentos posesivos con “Amor”.
- A ausencia de bo trato e os comportamentos violentos non son mostras de respecto nin de cariño.



## O QUE DEBES SABER

- O primeiro é **ser consciente do que te está a pasar**, recoñecer e darte conta de que ti non es a culpable nin provocas esta situación.
- **Non sintas vergonza** de falar da túa situación . Expoñer o teu problema axudarate a liberarte del.
- **Busca axuda** tanto entre as túas amizades como axuda especializada. Servirte para tomar as decisións necesarias.
- Recorda que no **Centro Municipal de Información dos Dereitos da Muller** poden asesorarte. É un servizo municipal gratuíto onde podes atopar axuda psicolóxica, xurídica e social e informarte dos pasos a seguir.
- O maltrato sobre a nai ten consecuencias directas sobre os fillos/as, que posiblemente normalizarán esta situación e a forma de relacións familiares, perpetuando os malos tratos. **Será beneficioso para os teus fillos e fillas sair do ámbito da violencia.**

- Podes estar segura de que rachar coa situación de maltrato traerá **beneficios para ti e para a túa vida**, tales como:

- Posibilidade de vivir tranquila e sen sobresaltos

- Recuperar a túa autoestima

- Rachar co medo e a vida de terror

- Ofrecer un mellor ambiente, libre de violencia, aos teus fillos e fillas

- Terminar cunha vida sumisa e chea de humillacións

- Recuperar o teu sorriso

- Disfrutar das túas amizades

- Volver a vivir a túa vida sen que ninguén a controle

- Volver a ilusionarte e encher a túa vida de esperanza

# RECOMENDACIÓN EN CASO DE AGRESIÓN

1. Ten sempre a man un **teléfono de emerxencia** ou da policía.
2. Acode a un **Centro Sanitario** en caso de calquera manifestación de violencia física ou sexual e solicita un **parte de lesións**.
3. Se tes dúbidas acode ao **Centro Municipal de Información dos Dereitos da Muller** para que te asesore en todo o proceso.
4. Se tes que saír da túa casa e necesitas acollemento , recorda que podes utilizar o servizo da **Casa de Acollida para Mulleres Maltratadas** tanto para ti coma para os teus fillos e fillas.
5. Podes presentar unha **denuncia perante o Servizo de Atención á Familia (SAF) da Policía Nacional**. Non só teñen axentes preparadas/os para recoller unha denuncia deste tipo senón que de xeito inmediato entran na axenda do **xulgado de garda** ou, no caso de Vigo, no **Xulgado de Violencia sobre a Muller Nº 1** e dan citacións a todos/as, incluída vítima e testemuñas e valoran a adopción medidas inmediatas de protección para a vítima.
  - É importante que dende o primeiro momento solicites a asistencia de letrado/a de Violencia de xénero (en cada colexio de avogados debe haber unha quenda especial).
  - Trata de contar os feitos da forma máis clara e realista posible, dando todos os datos do agresor para facilitar a súa identificación .

- En caso de maltrato físico ou agresión sexual presenta copia do parte de lesións.
- En caso de perigo, solicita Orde de protección, que será tramitada co xuízo rápido.
- As medidas de protección supoñen, por exemplo:
  - › *acompañamento policial* en caso de perigo ou de ter que acudir ao domicilio familiar a recoller calquera das túas cosas.
  - › *retención de armas* no caso de que o agresor teña permiso.
  - › *intervención do teu teléfono*, sobre todo para controlar ao agresor no caso de que te chame.
  - › *orde de desaloxo do domicilio* no caso de que o agresor quede na casa.
  - › *orde de afastamento* co obxectivo de que o maltratador non poida achegarse a ti. No caso de que a transgrida , poderá ser arrestado inmediatamente.

**6.** Se te queres ir de casa podes facelo: **non existe o delito de abandono de fogar**. Debes ter en conta, iso si, a situación concreta que vives: se tes fillas/os e te queres ir con elas/es, consulta o máis pronto posible cales son os pasos legais a desenvolver. Se pensaches deixalas/os co pai ou con outras persoas, asesórate primeiro antes de irte. Se non os tes, debes tamén consultar a

situación legal, aínda que neste caso é moito menos urxente. Pero o máis importante é que **non tes que “aguantar” na casa unha situación de maltrato.**

**7.** Se te vas de casa **procura levar documentación** tanto túa como dos teus fillos e fillas (DNI ou pasaporte, tarxeta sanitaria, permiso de conducir, libro de familia, documentos bancarios, permiso de traballo no caso de non ser española, escrituras...) **e obxectos personais básicos.**

**8.** No caso de **violencia sexual** debes ter en conta:

- ✦ Acudir a un centro sanitario tan pronto poidas. Se prefires non ir soa , pide a algunha persoa de confianza que te acompañe.
- ✦ Non te laves nin te cambies de roupa ata despois do recoñecemento médico e a denuncia. Recorda que pode haber moitas probas que serán necesarias na investigación e a denuncia.
- ✦ Pode que pases por diferentes fases: fase de atordamento e confusión, fase de introversión e recollimento onde tratarás de esquecer o ocorrido. Por iso é importante que busques axuda psicolóxica especializada.

# DEREITOS DAS MULLERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE XÉNERO

**1.** *O II Plan de acción municipal para combater a violencia contra as mulleres (2004-2007)* concreta as liñas de actuación do Concello de Vigo para dar resposta ás mulleres que sofren violencia de xénero. Unha das catro áreas de intervención é a de "Seguimento e apoio económico ás vítimas" con medidas de apoio económico, formación, emprego e conciliación da vida persoal e laboral entre outras.

**2.** Como muller maltratada tes unha serie de Dereitos que están recollidos na *Lei Orgánica 1/200 de medidas de protección integral contra a violencia de xénero*:

- **Dereito á información**

Tes dereito a recibir toda a información tanto no momento de presentar unha denuncia como posteriormente cando se te notifique a resolución de adopción de medidas de protección.

- **Dereito á asistencia social integral** que abarca os seguintes aspectos :

- Información
- Atención psicolóxica
- Apoio social
- Seguimento das reclamacións dos dereitos da muller
- Apoio educativo
- Formación preventiva nos valores de igualdade
- Apoio á formación e inserción laboral.

- **Dereito a asistencia xurídica gratuíta**

Se tes insuficientes recursos , tes dereito á defensa e representación gratuítas por avogado/ e procurador/a en todos os procesos e procedementos administrativos que teñan causa directa ou indirecta na violencia padecida.

- **Dereitos laborais.** Tes dereito , nos términos previstos no Estatuto dos Traballadores, á:

- Redución de xornada e reordenación do tempo de traballo.

Tes dereito a unha redución da xornada, horario flexible ou adaptación ao horario, nos termos do Convenio Colectivo, ou de acordo coa empresa.

- Mobilidade xeográfica. Se tes que abandonar o posto de traballo na localidade onde traballas, para facer efectiva a túa protección ou o teu dereito á asistencia social integral, tes dereito a ocupar outro posto de traballo, do mesmo grupo profesional ou categoría que a empresa teña vacante en calquera outro dos seus centros de traballo.

- En relación coa suspensión e a extinción do contrato de traballo, tes dereito:

- A que se consideren “xustificadas” as ausencias ou faltas de puntualidade, motivadas pola túa situación física ou psicolóxica.

- Á suspensión do contrato por 6 meses (renovable), con dereito a desemprego e á cotización do período.

- A non ser despedida polo uso destas medidas.

> A extinción do contrato , coa protección do desemprego.

- Traballadoras por conta propia. Se te atopas neste caso e te ves na necesidade de cesar na túa actividade para facer efectiva a túa protección ou o teu dereito a asistencia social integral suspenderásete a obriga de cotizar durante un período de 6 meses, que serán considerados como de cotización efectiva a efectos das prestacións da Seguridade Social. Así mesmo, a túa situación será considerada como asimiladas ao alta.

- **Dereitos relativos á protección da Seguridade Social:**

Nos termos previstos na Lei xeral da seguridade social, a suspensión e a extinción do contrato de traballo previstas no apartado anterior, darán lugar á situación de desemprego. O tempo de suspensión considerarase como período de cotización efectiva a efectos das prestacións de Seguridade Social e de desemprego.

- **Dereitos económicos:**

- Tes dereito a recibir unha axuda de pago único se careces de renda superior , en cómputo mensual, ao 75% do salario mínimo interprofesional e sempre que se presuma que polas túas circunstancias persoais terás dificultades para obter un emprego. Esta axuda será o equivalente ao de seis meses de subsidio por desemprego pero a contía poderá ser superior se tes algunha discapacidade ou se tes responsabilidades familiares.



Estas axudas son compatibles coas previstas na Lei de axudas e asistencia ás vítimas de delitos violentos e contra a liberdade sexual.

- Acceso á vivenda e residencias públicas para maiores. Polas túas circunstancias, estarás dentro dos colectivos prioritarios no acceso á vivenda protexida e residencias públicas para maiores.

- **Incentivos e fomento para o emprego das vítimas de violencia de xénero:**

Isto levarase a cabo a partir de políticas formativas e bonificacións a empresas que contraten a vítimas de violencia, así como programas de acción específico de emprego para favorecer a actividade por conta propia cando sexan demandantes de emprego.

**3.** A Xunta de Galicia tamén dispón dunha serie de medidas das que te podes beneficiar , tales como:

- **“Salario da liberdade”:** Chámase así á prestación que dende marzo de 2006 as mulleres galegas vítimas de malos tratos poden acceder dependendo de se os seus ingresos son maiores ou máis baixos que o Salario Mínimo Interprofesional. A finalidade do salario da liberdade, dependente de Vicepresidencia da Igualdade e do Benestar, é proporcionar apoio económico ás mulleres que sofren violencia de xénero

para lles garantirlles unhas condicións suficientes de seguridade económica respecto do agresor que lles possibiliten dar o primeiro paso para romper con esa situación. A prestación consiste nunha axuda económica de ata 600 euros mensuais e por un período máximo de 12 mensualidades

- **Apoio no aluguer ou merca dunha vivenda** : As mulleres que acrediten ser vítimas da violencia de xénero mediante orde de protección xudicial a favor da solicitante, informe dos servizos sociais correspondentes ou o do centro de acollida, resolución xudicial ou informe do ministerio fiscal, e non teñan ingresos ponderados superiores a 2,5 IPREM, poderán recibir da Consellería de Vivenda e Solo da Xunta de Galicia, unha subvención que oscilará entre o 60%e o 80%da renda de aluguer,segundo os tramos de ingresos.

Terán tamén dereito a unha axuda de 2.000 euros para a adquisición dunha vivenda,que poderá sumarse a outras ás que se tivera dereito en función da situación familiar e laboral e do nivel de renda. As mulleres que sofren violencia de xénero teñen prioridade na adxudicación das vivendas do programa da Consellería de Vivenda e Solo da Xunta de Galicia de vivenda en aluguer.

**E**n todos os casos será conveniente que acudas ao centro municipal de información dos dereitos da muller para coñecer se reúnes os requisitos establecidos para ter dereito a algunha das axudas descritas.



# ONDE PODES ACUDIR RECURSOS E SERVIZOS CONCELLO DE VIGO

## TELÉFONOS ESPECÍFICOS PARA MULLERES

**Centro Municipal de  
Información dos Dereitos da  
Muller (CIM)**

(Rúa Romil, 20, baixo)

**986 293 963**

**Teléfono 24 horas**

**986 293 963**

**Casa de Acolida Municipal para  
mulleres maltratadas**

**986 293 963**

**Rede de Mulleres Veciñais  
contra os Malos Trato  
(Rúa Oliva, 12, baixo)**

**986 222 328**

**Xulgado de violencia sobre a  
Muller Nº 1 de Vigo  
(Rúa Lalín, edif. anexo aos  
Xulgados, pta. 4)**

**986 817 855**



## RECURSOS XERAIS

Teléfono de emerxencia **112**

Teléfono de urxencia sanitaria **061**

Teléfono de urxencia  
da Garda Civil **062**

Teléfono de urxencia  
da Policía Municipal **092**

Teléfono de urxencia  
da Policía Nacional **091**

Policía Nacional. Servicio de  
Atención á Familia (SAF)  
(Rúa López Mora, 39) **986 820 200**

Policía Autónoma  
(Rúa Pateira, 7, interior) **986 266 158**

Xulgado de Garda  
(Rúa Lalín, 4) **986 817 314**

Colexio de Avogados/as  
(Edif. Praza América  
planta ofic. 2-1º) **986 208 111**





**"II PLAN DE ACCIÓN  
MUNICIPAL PARA  
COMBATER A  
VIOLENCIA CONTRA AS  
MULLERES 2004-2007"**



Concellería da Muller  
Concello de Vigo



Coa colaboración do Grupo de Estudos sobre a Condición da Muller "Alecrín"

Concellería da Muller  
Concello de Vigo

Praza do Rei Nº1 36202 Vigo

TEL: 986 81 02 84

[ofi.muller@vigo.org](mailto:ofi.muller@vigo.org)

<http://hoxe.vigo.org/movemonos/muller>