

Estamos a tu lado

contra la violencia machista

Para más información
www.palma.cat

Ajuntament  de Palma


G CONSELLERIA
O PRESIDÈNCIA,
I CULTURA I IGUALTAT
B INSTITUT BALEAR DONA


Institut
Balear de
la Dona



GOBIERNO
DE ESPAÑA
MINISTERIO
DE IGUALDAD

SECRETARIA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO


Pacto de Estado
contra la violencia de género

Para emergencias


112
SOS



La violencia machista es aquella que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre estas por el hecho mismo de ser mujeres.

Ley 11/2016, de 28 de julio, de igualdad de mujeres y hombres.

PM 890-2020

En esta guía encontrarán información útil

- Las mujeres que viven, hayan vivido o puedan llegar a vivir una situación de violencia machista.
 - Con independencia de su situación personal, administrativa, jurídica o social, sin el requisito de tener que interponer una denuncia por los hechos sufridos.
 - Exista o no convivencia con el agresor.
- Sus hijas y sus hijos, víctimas también de la violencia machista.
- Personas de su entorno más próximo (amistades, vecindario...).
- Ciudadanas y ciudadanos de Palma que quieren vivir en una ciudad igualitaria y justa.

Si, por parte de tu pareja o expareja,

- Recibes insultos, amenazas, humillaciones, exigencias de sumisión, culpabilizaciones.
- Recibes empujones, golpes... con la intención de hacerte daño.
- Recibes presiones para aceptar prácticas sexuales que no desees.
- Existe privación o limitación, según su criterio, de los recursos económicos.
- Cualquier otra situación de violencia de género, que se puede manifestar en violencia psicológica, física, sexual o económica.

Si vives con el agresor,

- Acude a los servicios especializados o contacta con ellos, telefónicamente o en línea.
- Lleva el móvil siempre cargado y cambia a menudo de contraseña.
- Prepara tu salida: ten a mano la documentación básica; planifica el momento oportuno, piensa dónde irás.
- Mantén el contacto con el entorno: familiares, amistades, servicios, y solicita ayuda.
- Si tienes hijos o hijas, ellos también son víctimas. Pacta con ellos las palabras clave para pedir ayuda. Abandona con ellos la violencia.
- Si tienes que abandonar tu casa existen alternativas residenciales.

Si no vives con el agresor,

- Acude a los servicios especializados o contacta con ellos, telefónicamente o en línea.
- Lleva el móvil siempre cargado y cambia a menudo de contraseña.
- Implícate en tu seguridad: solicita el servicio de teleasistencia o date de alta en el 112 como persona en situación de riesgo.
- Guarda evidencias de las amenazas recibidas, las agresiones, el quebrantamiento de la orden de protección...
- Si tienes hijas o hijos, ayúdales y contacta con el programa de atención.

Si te quiere agredir,

- Pide ayuda al 112.
- Sal de los espacios cerrados y ve a espacios comunitarios (escalera, balcón, calle), donde otra gente te pueda ver u oír.
- Grita para pedir auxilio.
- Si no puedes salir, busca un espacio seguro en la casa, que no sea la cocina, y comunícate con el exterior.

Si te han agredido,

- Aíslate del agresor.
- Pide ayuda.
- Acude a los servicios de urgencias (centro de salud, PAC, hospitales...).
- Guarda las evidencias de la agresión (grabaciones, fotografías, informes médicos...).
- Si, por motivos de seguridad, no puedes volver a tu casa, recuerda que existen alternativas residenciales.

Si conoces a una mujer en situación de violencia,

- No la juzgues. La salida de la violencia no es sencilla.
- No te desentiendas ni te angusties.
- Habla con ella y escúchala. Comparte con ella la información de esta guía.
- Acordad como comunicaros en situaciones de peligro.
- No te enfrentes al agresor.

Si presencias una agresión,

- No minimices los gritos, golpes u otros signos de violencia. Reacciona y contacta inmediatamente con el 112.
- No te enfrentes al agresor.
- Actúa gritando y pidiendo ayuda.
- No pierdas de vista al agresor ni a la víctima.

Estamos a tu lado

Recursos de atención a la violencia de género en Palma

Si te encuentras en una situación de emergencia

¡No lo dudes!
Contacta con el **112**.

El 112 garantiza una rápida movilización de efectivos ante una emergencia.



Si tienes que abandonar tu domicilio

SAMVVG
Servicio de Acogida Municipal a las Víctimas de Violencia de Género

Tel. 971 46 58 09

Acogida, asesoramiento, promoción e inserción socio-laboral, apoyo psicológico y educativo; tiempo de ocio para los niños y niñas.

Servicios médicos en caso de urgencia

Puntos de Atención Continuada (PAC).

En Palma,
CS Arquitecte Bennàssar,
CS Escola Graduada,
CS S'Escorxador

Hospital de Son Llätzer

Hospital de Son Espases

El equipo médico realizará el informe de lesiones y derivará a los servicios oportunos.

Para interponer una denuncia

Policía Local de Palma

Avda. de Sant Ferran, s/n

Tel. 971 22 50 00
092

Policía Nacional

C. de Simó Ballester, 8, 3r

Tel. 971 22 52 02
971 22 53 62
091

Juzgados de Violencia sobre la Mujer

Avda. d'Alemanyà, 5

Tel. 971 16 94 51
971 72 26 04

Juzgado de Guardia

Avda. d'Alemanyà, 5

Tel. 971 71 82 24

Estamos a tu lado

Recursos de atención a la violencia de género en Palma

Para orientación o asesoramiento jurídico

Centro de Información de la Mujer

C. dels Foners, 38
Tel. 971 59 82 05

Oficina de Asistencia a Víctimas de Delitos

Avda. d'Alemanya, 5
Tel. 971 67 86 12

Servicio de Orientación Jurídica (SOJ)

Travessa d'en Ballester, s/n
Avda. d'Alemanya, 5, 4t
Tel. 971 17 94 06

Asesoramiento previo para la solicitud de asistencia jurídica gratuita.

Para atención social y psicológica

SAIVVG

Programa de atención a mujeres afectadas por la violencia machista de la pareja o expareja

C. de la Ferreria, 10, 3r.
Tel. 971 22 74 00

Información, orientación, asesoramiento, servicio de acompañamiento y tramitación de dispositivos de seguridad, como el Servicio de Teleasistencia Móvil.

Programa de atención a hijos e hijas que han sufrido violencia machista en el ámbito familiar

C. del Comte de Sallent, 11, 4t
Tel. 971 72 28 56

Atención psicosocial, individual y grupal para niños y niñas de 4 a 17 años.

Servicio 24 h

Tel. 971 17 89 89

Atención telefónica especializada y acompañamientos presenciales.

Programa de atención a hombres que desean establecer relaciones de pareja no violentas

C. de Josep Tous i Ferrer, 6, 1er B
Tel. 971 72 28 56
654 062 602

Oficina de Asistencia a Víctimas de Delitos

Avda. d'Alemanya, 5.
Tel. 971 67 86 16

Atención psicosocial. Intervención en crisis.

Para más información:

www.palma.cat



Guía de recursos
de atención a la violencia
de género en Palma

Ajuntament  de Palma


G CONSELLERIA
O PRESIDENCIA,
I CULTURA I IGUALTAT
B INSTITUT BALEAR DONA

 Institut
Balear de
la Dona



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO


Pacto de Estado
contra la violencia de género

Para emergencias


112
SOS