

Què és la violència masclista?

La violència masclista és aquella que s'exerceix contra les dones com a manifestació de la discriminació i de la situació de desigualtat en el marc d'un sistema de relacions de poder dels homes sobre les dones i que, produïda per mitjans físics, econòmics o psicològics, incloses les amenaces, les intimidacions i les coaccions, tingui com a resultat un dany o un patiment físic, sexual o psicològic, tant si es produeixen en l'àmbit públic com en el privat.

Quin tipus de violència masclista hi ha?

- **Física:** acte o omisió de força contra el cos d'una dona, amb el resultat o el risc de produir-li una lesió física o un dany.
- **Psicològica:** conducta que produeix patiment a una dona que en limiti l'àmbit de llibertat (amenaces, humiliació, vexacions, submissió, coerció verbal, etc.)
- **Sexual i abusos sexuals:** acte sexual no consentit per una dona, independentment que tingui una relació de parella, afectiva o de parentiu.
- **Econòmica:** privació intencionada i no justificada de recursos i la limitació en la disposició dels recursos propis o compartits en l'àmbit familiar o de parella.
- **Relacionada amb les xarxes socials:** ús de les xarxes per exercir un assetjament de manera continuada, vulnerant el seu benestar psíquic, la salut emocional i la intimitat.

En quins àmbits es pot presentar la violència masclista?

- **Parella:** la persona agressora és o ha estat parella de la víctima, o relació similar.

- **Familiar:** la persona agressora és membre de la família.
- **Laboral:** s'exerceix dins del centre de treball.
- **Social o comunitari:** agressions sexuals, assetjament sexual, tràfic i explotació sexual de dones, etc.
- **Digital:** control sobre el mòbil i les xarxes socials, continguts, amistats, etc.

SÍ QUE ÉS VIOLÈNCIA si la teva parella...

- T'insulta i menysprea
- T'amenaça
- Et controla
- T'agredeix físicament o psicològicament
- Vigila i controla què fas i et diu amb qui pots parlar i amb qui no
- Et controla econòmicament i t'amenaça de fer-te mal a tu, o persones properes a tu o fins i tot, als fills/es
- T'obliga a fer coses que tu no vols fer, com per exemple mantenir relacions sexuals
- Trenca coses per intimidar-te

La teva parella utilitza les xarxes socials per controlar-te si...

- Vigila les teves publicacions i els comentaris que fas a les xarxes
- Revisa les publicacions i fotos dels teus amics i amigues i les utilitza per fer-te retrets i qüestionar-te
- Busca en el teu perfil evidències d'engany
- Et pressiona perquè donis de baixa persones de la teva llista de contactes que no li agraden
- T'exigeix que l'incloguis en les teves xarxes socials
- Intenta obtenir les teves contrasenyes per controlar el teu perfil i llegir els teus missatges

- Et demana que eliminis fotos del teu perfil perquè no li agraden
- Et persegueix fins esbrinar qui són i on vas conèixer a les persones que surten a les fotos
- Insisteix perquè actualitzis el teu estat (sentimental) en el perfil de Facebook
- Et pressiona perquè llegeixis els teus correus en la seva presència
- Si quan esteu empipats, t'escriu retrets a les xarxes
- Et controla a través del WhatsApp les hores en què estàs en línia

Només ha sigut un cop...

Si es dona una agressió en la parella és important no deixar-ho passar. Si es tolera i no es posa límits pot donar peu a que es repeteixi.

És que estava molt alterat...

L'alcohol, drogues, estrès, etc., no són cap excusa per una agressió. Cada persona és responsable dels seus actes i cal partir de la premissa que cap situació, per més adversa que sigui, pot justificar l'abús o la violència.

Si està gelós/a és perquè m'estima...

La gelosia ens ho fa passar malament, no ens aporta res i, segons la seva intensitat, ens porta a conductes de control. Sol ser un símptoma de possessió i de manca de confiança en la parella.

“La persona que sent gelosia no és l'amant que estima, sinó el propietari que s'enfada”

Madame de Staël

COM PUC AJUDAR SI CONEC ALGÚ QUE SOFREIX VIOLÈNCIA MASCLISTA?

- Escolta el que t'explica i no ho posis en dubte
- Controla la ràbia que pugis sentir al assabentar-te de la situació
- Fes-li saber que no es mereix el que li està passant i que vols ajudar
- Mostra respecte per les seves decisions
- Proposa veure-us una mica més sovint
- Demana assessorament especialitzat
- Dóna ànims perquè ho expliqui a algun familiar en qui confii
- Sigues perseverant i aneu parlant. No desisteixis i compren que és un procés llarg
- No forcis mai una denúncia o una separació. Pot ser que no estigui preparada

APP's ÚTILS:

- **Libres:** s'oculta al mòbil i facilita informació sobre recursos de recolzament a la víctima. Es pot trucar directament al 016 i al 112.
- **Todas Unidas:** informació sobre que fer en cas d'agressió, camuflatge de la icona, accés ràpid al 016.
- **Seguras:** serveix per informar i detectar casos de violència masclista, localització, botons d'alerta.
- **Igualx:** per compartir experiències, aprendre i demanar ajuda.
- **My112:** trucada al 112 amb geolocalització.

I QUÈ PUC FER?

Si coneixes o vius una situació de violència masclista en la parella pots dirigir-te a:

- Línia d'atenció contra la violència masclista 900 900 120
- 112 emergències
- 016 online
- Policia Municipal de Sabadell: 93 745 32 61
- Urgències Parc Taulí: 93 723 10 10
- Mossos d'Esquadra: 93 720 20 00
- Servei d'Informació i Atenció a les Dones (SIAD): 93 724 61 67
- Oficina Jove de Sabadell: 93 745 33 01

Que no t'enganyin, estimar no fa mal!!!



C. Blasco de Garay, 19 Sabadell
Tel. 93 745 33 01

Dilluns a dijous: 9:00h a 15:00h
i de 16:00h a 18:00h

Divendres: 9:00h a 15:00h
oficinajove@ajsabadell.cat



689 32 19 45



@sbdjove



Oficinajovesabadell

VIOLÈNCIA MASCLISTA

