

TELÉFONOS DE INTERÉS

- **Emergencias: 112**
- **016:** teléfono de información y atención contra el maltrato las 24 horas (Ministerio de Igualdad) **900 116 016** para personas con discapacidad auditiva
- **900 700 099:** teléfono de información gratuito para la mujer 24 horas (Consejería de Educación, Cultura y Mujer, Ciudad Autónoma de Ceuta)
- **Emergencias Sanitarias: 061**

DIRECCIONES ÚTILES

Centro Asesor de la Mujer (CAM)

Avda de España s/n
Telf: 956 502 002
Fax: 956 522 133
Web: www.ceuta.es/cam
Horario: mañana

Cruz Roja (Proyecto Integralia)

Paseo Marina Española 24
Telf: 956 525 000
Hoario: tarde

Comisaría Policía Nacional, Jefatura Superior de Policía

C/ Paseo Colón s/n
Telf: 091

Comandancia Guardia Civil

Equipo Mujer Menor
Avda de Otero s/n
Telf: 062

Palacio de Justicia

Oficina de Atención a la Víctima
C/Serrano Orive s/n
Telf: 956 51 32 95

Colegio de Abogados de Ceuta

Asistencia Jurídica Gratuita
C/ Serrano Orive s/n - Entrepanta
Telf: 956 511 099
Fax. 956 516 061



**CENTRO
ASESOR
DE LA
MUJER**

El **CENTRO ASESOR DE LA MUJER** es un servicio especializado, dependiente de la Consejería de Sanidad, Servicios Sociales, Menores e Igualdad. Nuestro principal objetivo es fomentar la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres así como orientar, informar y apoyar a las mujeres víctimas de violencia de género.

Acude al **Centro Asesor de la Mujer** y recuerda que ante los malos tratos

**NO ESTÁS
SOLA**
¡te vamos a ayudar!

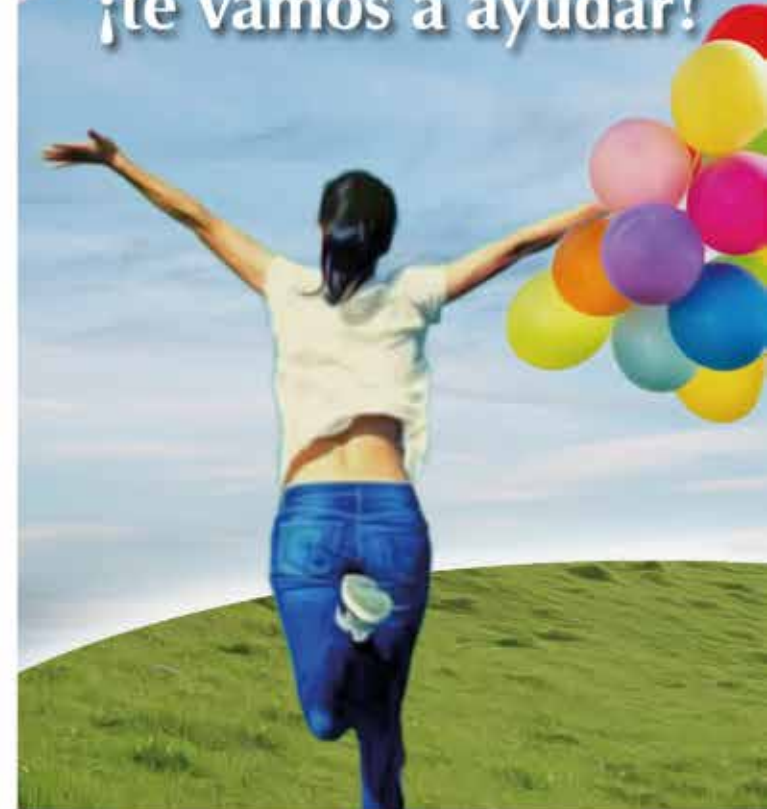
**CAMPAÑA DE PREVENCIÓN
DE VIOLENCIA DE GÉNERO**



CONSEJERÍA DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES, MENORES E IGUALDAD
CIUDAD AUTÓNOMA DE CEUTA

**NO ESTÁS
SOLA**

¡te vamos a ayudar!



¡Hay salida!



**CENTRO
ASESOR
DE LA
MUJER**

**CAMPAÑA DE PREVENCIÓN
DE VIOLENCIA DE GÉNERO**

CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES?

Es la violencia ejercida sobre las mujeres como instrumento para mantener la discriminación, la desigualdad y las relaciones de poder. Puede manifestarse a través de las siguientes conductas:

- **Malos tratos físicos:** comprende los actos que implican el uso de la fuerza física como golpes, bofetadas, empujones, palizas, heridas, fracturas, que provoquen o puedan provocar lesiones y daños. Es la más visible.
- **Malos tratos psicológicos o emocionales:** tienen consecuencias graves para la salud emocional. Se manifiestan en humillaciones, rechazos, amenazas, abandonos, insultos, intento de controlar la vida de la persona, control económico... Esta forma de maltrato es la menos visible pero no por ello es menos grave.
- **Malos tratos sexuales:** cualquier acto sexual forzado por el agresor con violencia o intimidación.

También existen otro tipo de malos tratos como el acoso sexual, tráfico de mujeres, mutilación genital femenina o cualquier otra forma de violencia que lesione **la dignidad de la mujer**.

¿CUÁLES SON LAS SEÑALES DE ALERTA PARA DETECTAR MALOS TRATOS?

Puedes estar sufriendo malos tratos si tu pareja o expareja:

- Te grita con frecuencia.
- No respeta tus opiniones y te hace sentir inútil.
- Te golpea, empuja y utiliza su fuerza contra ti.
- Te humilla en privado o en público.
- Controla tus movimientos, llamadas telefónicas, dinero, correspondencia...
- No permite relacionarte con tu familia, amigos/as o vecinos/as.
- Amenaza con abandonarte, quitarte a los niños/as etc...
- Te obliga a mantener relaciones sexuales.

¿QUE PUEDES HACER SI TE SIENTES MALTRATADA?

- **No lo aceptes:** los malos tratos no son un asunto privado, son un delito grave.
- **No lo ocultes:** no sientas vergüenza al explicar tu situación.
- **No te culpes:** no hay nada que justifique la violencia contra las mujeres.
- **Pide ayuda:** existen recursos a los que puedes acudir.

¿DONDE PUEDO INFORMARME?

El primer paso que puedes dar es explicar tu situación a otras personas y pedir ayuda:

- **Llama al 016:** es un teléfono gratuito de información y asesoramiento jurídico y social las 24 horas del día.
- Acude al **Centro Asesor de la Mujer:** ya que cuenta con los siguientes servicios que te serán de utilidad y que son completamente gratuitos:
 - **Asesoría jurídica** (información y orientación jurídica).
 - **Asesoría psicológica** (apoyo y tratamiento psicológico).
 - **Asesoría social:** información sobre diferentes recursos.
 - **Alojamiento de emergencia** (centro de emergencia y casa de acogida).
- También puedes contactar con el **ProyectoIntegralia de Cruz Roja** que trabaja directamente con las mujeres y con los menores.

¿QUÉ TENGO QUE HACER SI ME ENCUENTRO EN UNA SITUACIÓN DE PELIGRO?

- **Llama al 112** dando tu nombre y dirección en la que te encuentras.
- **Intenta protegerte** a ti y a tus hijos/as estando fuera del alcance del agresor.
- Si tienes lesiones físicas o psíquicas acude al Hospital o Centro de Salud y solicita el **parte médico de lesiones**.
- **Denuncia** en la Comisaría de la Policía, Guardia Civil o Juzgado de Guardia. Desde este momento puedes contar con un abogado/a para que te oriente durante todos los trámites.
- Solicita a la hora de hacer la denuncia una **orden de protección** si existe una situación de riesgo. La orden de protección conlleva medidas de protección como la orden de alejamiento o medidas de carácter civil como la custodia de los hijos/as entre otras.

Además:

- Busca y contacta con personas de confianza a las que puedas acudir en caso de urgencia (familiares, amigos/as, vecinos/as...)
- Si no tienes ningún sitio donde ir comunícaselo a la Policía.
- Si tienes hijos/as llévalos contigo. Su seguridad es prioritaria.

SOY EXTRANJERA Y SUFRO MALOS TRATOS, ¿QUÉ PUEDO HACER?

No tengas miedo de denunciar tu situación pues todas las mujeres independientemente de su origen, religión, nacionalidad o cualquier otra condición o circunstancia personal o social tienen garantizados derechos y recursos para salir de esa situación.

No dejes de acudir a los Centros de Ayuda a la Mujer para que te informen y asesoren según tu situación personal.

