



RECOÑECER, ACTUAR E RESTAURAR

Manual básico para afrontar
as violencias machistas



Edita

Consello da Cultura Galega
Pazo de Raxoi, 2º andar
Praza do Obradoiro, s/n
15705 Santiago de Compostela
consellodacultura.gal

Comisión Técnica

Carme Adán, coordinadora
Cristina Martínez Fernández, membro
Ana Belén Puñal Rama, membro
Victoria Rey Mariño, membro

Revisión lingüística

Beatriz Fariñas

Deseño e maquetaxe

Raquel Boo

Imprime

Tórculo Comunicación Gráfica

ISBN 978-84-17802-67-7

D.L.: C 437-2024

Santiago de Compostela
Abril, 2024

RECOÑECER, ACTUAR E RESTAURAR

Manual básico para afrontar
as violencias machistas



Recoñecer, actuar e restaurar

Coas palabras que dan título a este manual queremos sintetizar tres accións importantes na erradicación das violencias machistas. Dado que é moita a información sobre a violencia de xénero e a violencia sexual, sobre como proceder no caso de sufrila e sobre os recursos e programas existentes aos que acudir, optouse por elaborar un texto o máis áxil e divulgativo posible. O obxectivo fundamental é que poida chegar a aquelas persoas que o necesiten; de xeito prioritario ás mulleres e mozas que sufran a violencia machista, mais tamén a profesionais que poidan necesitar unha ferramenta destas características no seu traballo.

As violencias machistas maniféstanse de formas diferentes e en contextos variados, tal como recollen as leis vixentes e as súas correspondentes tipificacións. Neste sentido, a primeira parte do manual ofrece unha serie de claves para poder recoñecer tanto a violencia de xénero na parella como a violencia sexual. Non sempre temos claro que son as violencias machistas, así que coñecer e recoñecer as súas diferentes manifestacións considerouse un primeiro paso imprescindible. A segunda parte do manual céntrase na actuación: en como proceder se se é vítima de violencia machista. Nela expóñense os escenarios e itinerarios que ten diante unha muller ou moza cando decide actuar e presentar unha denuncia. Seguindo o espírito deste manual, sintetizouse a información fundamental de cara a gañar claridade e visualizar de xeito efectivo os itinerarios xurídicos.

Por último, este manual achega unha compilación de recursos, programas e servizos que as administracións ofrecen no proceso de restauración ao que se enfrontan as mulleres que sufriron violencia machista. Este proceso non ten por que ser o último en orde temporal, xa que o acceso aos servizos de apoio e acompañamento dende a aprobación da lei galega de 2007 non está vencellado a presentar a denuncia. A súa localización expositiva é só para facilitar a lectura e a estrutura comprensiva do proceso, mais calquera muller pode acudir a un Centro de Información á Muller ou solicitar axuda sen necesidade de agardar a iniciar un proceso xudicial. De feito, o desexable é que non agarde.

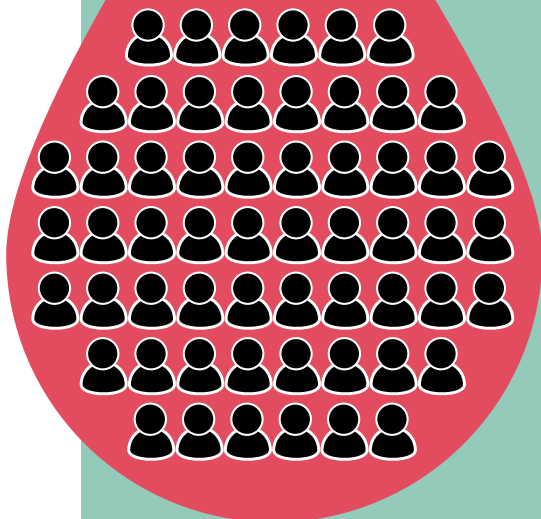
Esperamos que este manual, elaborado dende o Centro de Documentación en Igualdade e Feminismos (CDIF) do Consello da Cultura Galega, sexa unha contribución ao proxecto imparabile e colectivo dos feminismos: un mundo máis xusto libre de violencias machistas.

Carme Adán
Coordinadora do CDIF
Consello da Cultura Galega

ALGÚNS DATOS SOBRE AS VIOLENCIAS MACHISTAS

58

MULLERES ASASINADAS
EN ESPAÑA EN 2023



39

CONVIVÍAN
CO SEU
AGRESOR

76%

TIÑA ENTRE
20-50 ANOS

58

NENOS E NENAS
FICARON ORFOS
DE NAI



NO 24,1 % DOS CASOS CONSTABA
DENUNCIA PREVIA

1244

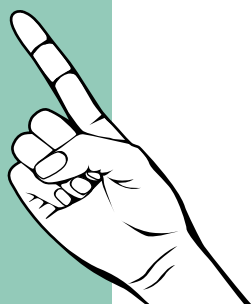
VÍTIMAS MORTAIS DE
VIOLENCIA DE XÉNERO
2003-2023

Segundo a Fiscalía, a porcentaxe de denuncias falsas sobre o total de denuncias de violencia de xénero en 2022 foi tan só:

0,01%

Fonte dos datos:

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/victimasmortales/>
https://www.fiscal.es/memorias/memoria2023/FISCALIA_SITE/recursos/pdf/MEMFIS23.pdf



ESTÍMASE QUE EN ESPAÑA MÁIS DE

1,3 MILLÓNS

DE NENAS E MULLERES MAIORES DE 16 ANOS SUFRIRON

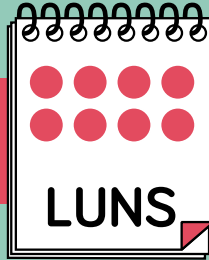
VIOLENCIA SEXUAL

NALGÚN MOMENTO DAS SÚAS VIDAS POR PARTE DE ALGUÉN CON QUEN NON MANTEÑEN NIN MANTIVERON RELACIÓN DE PARELLA

EN ESPAÑA DENÚNCIANSE

8 VIOLACIÓNS AO DÍA

IMAXINA CANTAS ACONTECEN E NON SE DENUNCIAN



90%

das VÍTIMAS de delitos contra a liberdade sexual SON MULLERES E NENAS



Como consecuencia psicolóxica as vítimas de violencia sexual manifestan ter sufrido:

19,7%

DEPRESIÓN

30,8%

PERDA DE AUTOESTIMA

32,5%

ANSIEDADE



95%

dos RESPONSABLES destes delitos sexuais son HOMES

Fonte dos datos:

https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/macroencuesta2015/pdf/Macroencuesta_2019_estudio_investigacion.pdf

<https://estadisticasviolenciagenero.igualdad.gob.es/>

1. Que é a violencia machista? 12

Distintas violencias machistas: definición e detección . . . 14

1.1. Violencia de xénero (nas relacións de parella) 15

1.1.1. Tipoloxías de violencia de xénero segundo a lei 17

1.1.2. O ciclo da violencia 18

1.2. Violencia sexual 19

1.2.1. Tipoloxías de violencias sexuais segundo a lei 20

2. Es vítima da violencia de machista? ..26

Como proceder se es vítima de violencia de xénero
ou sexual? 28

2.1. Se es vítima de violencia de xénero 29

2.1.1. Como é o proceso xudicial? 30

2.1.2. Como vai ser a declaración? 32

2.1.3. Como te protexes tras a denuncia? 33

2.2. Se es vítima de violencia sexual 35

3. Con que apoios e recursos contas? . . .38

Onde acudir se sofres violencia machista? 40

3.1. Centros e servizos 41

Centros de Información á Muller (CIM) 41

Rede Galega de Acollemento 43

Centro de Emerxencia para Mulleres Vítimas da Violencia
de Xénero (CEMVI) 44

Centro de Recuperación Integral para Mulleres Vítimas
de Violencia (CRI) 45

Centros de crise 24 horas para atención a vítimas de
agresións sexuais 46

Oficina de Asistencia ás Vítimas do Delito (OAVD) 47

3.2. Prestacións económicas 48

3.3. Teléfonos e aplicacións de axuda 51

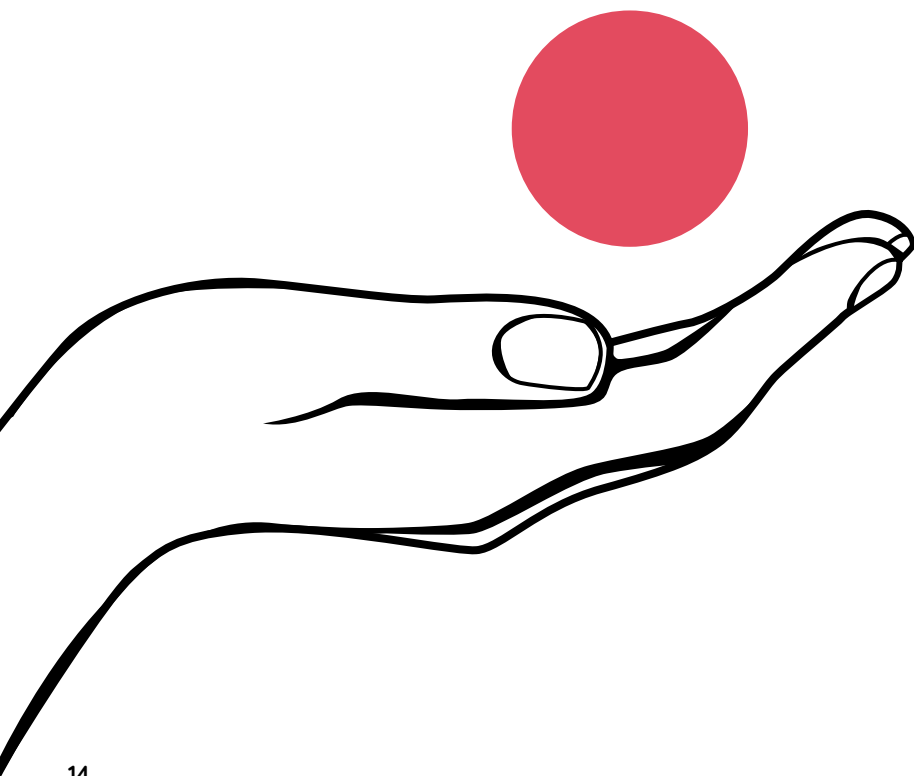
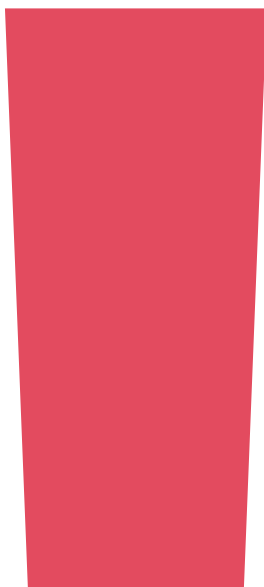
QUE É A
VIOLENCIA
MACHISTA?



Ás veces a violencia machista non é fácil de recoñecer...

Emprega este manual a modo de *checklist* para ti ou outras persoas. O primeiro paso para acabar coas violencias é identificalas!

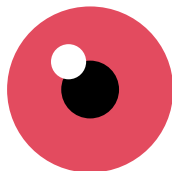
DISTINTAS
VIOLENCIAS
MACHISTAS:
DEFINICIÓN
E DETECCIÓN



1.1. VIOLENCIA DE XÉNERO (NAS RELACIÓNS DE PARELLA)

A violencia machista —ou violencia de xénero—, tal e como se define na Lei 11/2007, do 27 de xullo, galega para a prevención e o tratamento integral da violencia de xénero, é calquera acto ou agresión, baseado nunha situación de desigualdade, que teña ou poida ter como consecuencia dano físico, sexual ou psicolóxico, incluídas as ameazas de tales actos, tanto no ámbito público como na vida familiar ou privada.

A violencia non xorde de forma repentina nin é un *mal momento*, senón que forma parte dun proceso gradual que vai subindo en intensidade. Certas condutas de dominio, xeralmente repetidas no tempo, son sinais claros (*red flags*) dunha relación *tóxica* e implican:

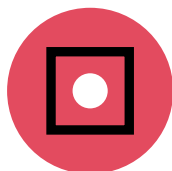


CONTROL

Refírese ás formas de control sobre o teu corpo (a forma de vestir ou de maquillarte), as comunicacións (o teléfono, as redes sociais, con quen te relacionas...), a localización (onde estás, a que hora...) etc.

Se por exemplo...

- Vixía os teus contactos nas redes sociais ou ten os teus contrasinais.
- Pon mala cara cando te arranxas para saír ou critica a nova peza de roupa que acabas de comprar e che queda tan ben.
- Che pide que lle envíes fotos para saber onde e con quen estás.

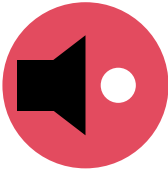


ILLAMENTO

Alude ás accións para afastarte das amizades, da familia, do traballo, das afeccións... co fin de facerche ter como único referente a parella.

Se por exemplo...

- Evita sempre as túas amizades e che fala mal delas.
- Arma lea cando estades coa túa familia e ti acabas por vela só cando el non está.
- Critica o teu traballo e a xente coa que o compartes.



ESTRATEGIAS COMUNICATIVAS

Refírese ás técnicas de «luz de gas», é dicir, cuestionar a túa palabra, poñer en dúbida a túa interpretación, negar a realidade, xerarche inseguridade...

Se por exemplo di...

- Estás tola.
- Eu non dixen iso.
- Iso non foi así.
- Non te dás conta de nada...

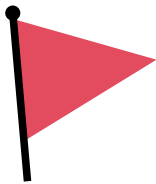


DESVALORIZACIÓN

Fai alusión ás distintas formas de menosprezo, tanto coa palabra como coas súas accións.

Se por exemplo...

- Critica o que fas ou como o fas.
- Non ten en conta os teus valores á hora de tomar decisións.
- Critica o que che gusta.
- Fai mofa das túas opinións en público.
- Che fai pensar que soa non podes.



Anota aquí outras condutas que poidan ser *red flags*.

1.1.1. Tipoloxías de violencia de xénero segundo a lei

Estas condutas de dominio que se repiten no tempo son sinais claros (*red flags*) dunha relación tóxica de control, o primeiro chanzo para a violencia *visible, pero non sempre percibida*, que se pode manifestar de distintas formas: psicolóxica, sexual, física, económica e dixital.

Violencia psicolóxica

A violencia psicolóxica exerceuse a través de condutas verbais ou non verbais que producen sufrimento, tales como os insultos, os berros, as ameazas, as chantaxes... Esta, e o sufrimento consecuente, aparece sempre que se dá algunha das outras formas de violencia.

No caso de ter fillos en común pódese considerar tamén psicolóxica a **VIOLENCIA VICARIA**, que supón a ameaza sobre as criaturas («non as vas ver máis, quítochas...») ou dun posible dano (con vestimenta, alimentación ou medicación inadecuada cando dependen del). Este tipo de violencia pode persistir despois da separación da parella, utilizada como a única forma de control que lle queda sobre o estado emocional da muller. A violencia vicaria tamén se pode exercer sobre persoas próximas e queridas da vítima. En definitiva, trátase de utilizar estas persoas para danar emocionalmente a vítima.

Violencia sexual

Unha relación sexual, aínda que non sexa forzada, pode non ser consentida. Nese caso, a violencia sexual supón a imposición dos desexos sexuais da parella á hora de decidir o tipo de prácticas sexuais, o momento e o lugar para manter relacións, ignorando o desexo ou emocións da muller.

Violencia física

É violencia o contacto físico que provoca dano con ou sen «rastros» e, sobre todo, atemoriza sobre outros danos posibles. Suxeitar con violencia, morder, golpear... parecen sinais evidentes, pero empurróns, tiróns de pelo etc. tamén forman parte desta violencia.

Violencia económica

A violencia económica pode ter moitas formas, pero sempre co mesmo fin: ter controladas as posibilidades de tomar decisións da muller, a través da falta de autonomía económica e de liberdade de movementos á hora de organizar a súa vida e/ou a rede social coa que compartila. Supón deixar a muller sen capacidade para tomar decisións sobre nada que implique gastos na familia ou para si mesma, dificultando as súas posibilidades de ingresos ou ocultando os propios. Así, pode non saber cantos cartos hai na conta ou se hai créditos por pagar e ter os gastos para a vida cotiá limitados mentres el gasta sen control.

Violencia dixital

A violencia dixital implica exercer o control, a humillación, a chantaxe ou o aceso a través de distintos medios dixitais: redes sociais, mensaxaría, plataformas de contacto... Manifestábase de moitas formas posibles: xeolocalización, usurpación de identidade, exposición pública de mensaxes ou imaxes usadas privadamente no marco dunha relación de confianza...

Ao longo do tempo nas relacións de parella, debido a este tipo de violencia, a muller pode sentir confusión, esgotamento físico e emocional, vergonza, medo, enfermidades psicosomáticas... que dificultan cada vez máis tomar decisións e apartarse desta relación.

1.1.2. O ciclo da violencia¹

As situacións de violencia adoitan ocorrer de forma intermitente, o que permite que se manteñan. Ao alternar momentos de tensión con outros de calma e mesmo de mostras de afectividade, fai pensar á vítima que existe a «posibilidade de cambio», no denominado ciclo da violencia, mais este ciclo adoita irse acurtando e repetirse cada vez con máis frecuencia e gravidade:



1. Lenore E. Walker, *The Battered Woman*, 1979.

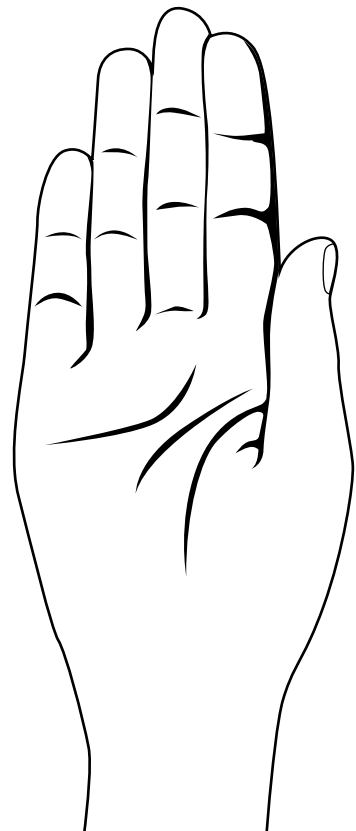
1.2. VIOLENCIA SEXUAL

É calquera conduta ou comportamento que atente contra a liberdade sexual, é dicir, o libre dereito de decidir que facer ou non facer co teu corpo. Por iso o consentimento é primordial á hora de manter ou non relacións con alguén e de realizar ou non determinadas prácticas sexuais, así como de botarte atrás e parar se decides que non che apetece seguir. Mentres non consintas, segue sendo **NON**. Para prestar consentimento, é necesario estar en plenitude das facultades físicas e psíquicas e que o consentimento sexa prestado libremente, sen ningún tipo de coacción, intimidación ou ameaza.

Por lei, tanto as persoas menores de 16 anos, salvo que a relación sexa entre persoas de idades e madurez similares, como as persoas con capacidades intelectuais diminuídas ou anuladas de tal forma que non poden comprender o que implica unha relación sexual non poden consentir libremente e calquera acto desa tipoloxía sería susceptible de ser delito.

Con isto, protéxese, ademais da túa dignidade persoal, o libre desenvolvemento e o teu benestar físico e mental.

Nada xustifica unha
agresión sexual,
nin a roupa, nin o
comportamento
nin onde ou como
te atopas.



1.2.1. Tipoloxías de violencias sexuais segundo a lei

O Código Penal (CP) recolle os delitos contra a liberdade sexual, que son os seguintes:

Agresión sexual	Exhibicionismo
Violación	Provocación sexual
Acoso sexual	Comentarios sexistas e/ou vexatorios
Ciberacoso sexual	Prostitución e explotación sexual

Delito de AGRESIÓN SEXUAL

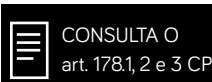
Calquera acto de carácter sexual **NON CONSENTIDO** sobre o teu corpo pode constituír unha agresión sexual. A modo de exemplo, refírese a condutas como bicos, caricias, palmadas e/ou tocamentos en peitos, xenitais, ano etc.

Se es menor de 16 anos, considérase sempre delito de agresión sexual todo acto de contido sexual, salvo que sexa con outra persoa de idade e madurez similares. Estes delitos inclúen, ademais dos actos levados a cabo directamente polo agresor sobre o teu corpo, tamén aqueles en que te incite para realízalos sobre unha terceira persoa ou sobre o teu propio corpo.

Tamén constitúe un delito facer presenciar a un/unha menor actos de contido sexual, aínda que o autor non participe neles.

CIRCUNSTANCIAS AGRAVANTES

- ▶ Se para realizar estas condutas se utiliza a forza ou a intimidación.
- ▶ Se se practican sobre ti cando tes a túa vontade anulada, por exemplo por estar ebria ou baixo efectos de drogas, estar inconsciente, estar durmida, ter unha discapacidade intelectual etc.



1-5 anos de prisión en circunstancias
agravantes



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

Se espertas e non recordas o que pasou pero tes indicios de que sufriches unha agresión sexual, sigue o protocolo da páxina 37.

Delito de VIOLACIÓN

Cando a agresión sexual consista na introdución do pene por vía vaginal, anal ou bucal, ou na introdución de membros corporais (dedos, lingua etc.) ou obxectos por algunha das dúas primeiras vías, estamos ante unha violación.

Se a violación se cometese empregando violencia ou intimidación ou se tiveses anulada por calquera causa a túa vontade, a pena será maior.

CIRCUNSTANCIAS AGRAVANTES

- ▶ Se os feitos se cometen pola actuación conxunta de dúas ou máis persoas. É o caso das chamadas «manadas» de agresores sexuais.
- ▶ Cando a agresión sexual vaia precedida ou acompañada dunha violencia de extrema gravidade ou de actos que revistan un carácter particularmente degradante ou vexatorio.
- ▶ Cando os feitos se cometan contra unha persoa que se atope nunha situación de especial vulnerabilidade por razón da súa idade, enfermidade, discapacidade ou calquera outra circunstancia. Isto á marxe de que os delitos contra a liberdade sexual dos menores de 16 anos se penan á parte.
- ▶ Se como vítima foses nalgún momento parella sentimental do agresor, aínda sen convivencia. Recóllese como agravante da pena que a violencia sexual forme parte da violencia de xénero.
- ▶ Se o teu agresor se prevaleceu de que convive contigo, aínda que sexa de maneira puntual, ou se ten parentesco ou unha posición de superioridade respecto de ti. Por exemplo, cando o agresor é un profesor, adestrador, xefe, avó, pai, caseiro, compañeiro de piso etc.
- ▶ Se o agresor fai uso de armas ou outros medios igualmente perigosos, susceptibles de producir a morte ou lesións de certa importancia.
- ▶ Se o agresor usou a coñecida como submisión química, é dicir, se che administrou fármacos, drogas ou calquera outra substancia natural ou química para anular a túa vontade e ter así acceso ao teu corpo.
- ▶ Se o agresor se prevaleceu da súa condición de autoridade, axente desta ou funcionario público será inhabilitado de seis a doce anos.



CONSULTA OS
arts. 179-180 CP



ata 12 anos de prisión / ata 15 en circunstancias
agravantes



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

As contornas laborais son espazos en que con frecuencia se dan situacións de acoso sexual.

Se pensas que un comportamento non é axeitado, busca apoio.

Delito de ACOSO SEXUAL

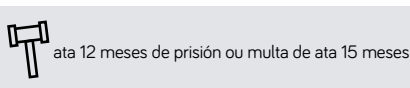
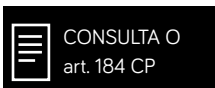
A lei protexe, ademais da liberdade sexual, o dereito que tes para desenvolverte libremente nos ámbitos profesional, de prestación de servizos e similares, sen verte violentada por solicitudes e/ou proposicións de conxunto sexual que non desexas.


Tamén se te protexe se es unha das persoas especialmente vulnerables que se atopan en centros de custodia, ben por ser menores ou estranxeiras en situación irregular ou ben por estar detidas.

Pénase o acoso sexual entre persoas de xerarquías similares, é dicir, entre compañeiros/as de clase ou de profesión.

CIRCUNSTANCIAS AGRAVANTES

- ▶ Se quen pide os favores sexuais o fai aproveitándose dunha situación de superioridade laboral, docente ou xerárquica, ou sobre alguén suxeito á súa garda ou custodia, ou co anuncio expreso ou tácito de causar á vítima un mal relacionado coas lexítimas expectativas que aquela poida ter no ámbito da indicada relación se non accede ás súas pretensións.
- ▶ Se a vítima é unha persoa en situación de especial vulnerabilidade pola súa idade, discapacidade, enfermidade etc.
- ▶ Se o culpable do acoso sexual o comete nun centro de protección ou reforma de menores, centro de internamento de persoas estranxeiras ou calquera outro centro de detención, custodia ou acollida, mesmo de estancia temporal.





Nas redes sociais existen moitos perfís falsos que se empregan para acosar sexualmente a menores.

Delito de CIBERACOSO SEXUAL

Se es menor de 16 anos e unha persoa adulta contacta contigo por algún medio tecnolóxico (Internet, teléfono...) buscando ter un encontro sexual ou para que lle facilites fotos de contido sexual / pornográfico, estamos tamén ante un delito e a lei perseguirao. A vía preferida destes depredadores adoita ser as redes sociais, nas que actúan con perfís falsos buscando as súas potenciais vítimas.

Salvo nos casos en que concorra algunha das circunstancias previstas, o libre consentimento do menor de 16 anos excluírá a responsabilidade penal por este delito cando o autor sexa unha persoa cunha idade e grao de desenvolvemento ou madurez física e psicolóxica similares aos do menor.

Se es maior de idade e sofres de forma reiterada e invasiva condutas deste tipo por parte de alguén, tamén pode ser constitutivo dun delito de acoso, trato vexatorio, inxurias etc.

CIRCUNSTANCIAS AGRAVANTES

- ▶ Se se utiliza a coacción, intimidación ou engano, a pena que se imporá será maior.



CONSULTA O
art. 183 CP



1-3 anos de prisión ou multa de 12-24 meses



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

Delito de EXHIBICIONISMO

Se es menor de idade ou unha persoa con discapacidade que necesita especial protección e alguén realiza diante de ti actos de contido sexual ou de exhibición obscena, aínda que non chegue ao contacto físico, xa se estaría cometendo o delito.

Igualmente, se es maior de idade e sofres de forma reiterada e invasiva condutas deste tipo por parte de alguén, tamén pode ser constitutivo dun delito e debes denunciar.



CONSULTA O
art. 185 CP



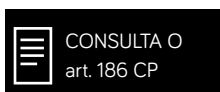
de 6 meses a 1 ano de prisión ou multa de
12-24 meses



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

Delito de PROVOCACIÓN SEXUAL

Se es menor de idade ou tes unha discapacidade pola que necesitas especial protección e alguén che amosa ou pon ao teu alcance material pornográfico, por exemplo nun dispositivo como o ordenador, o teléfono móbil ou a tableta, sería constitutivo de delito.



de 6 meses a 1 ano de prisión ou multa de
12-24 meses



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

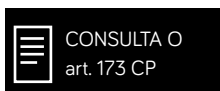
Os comentarios sobre a
aparencia física ou expresións
de índole sexual poden ser
delito, sobre todo se se dan
en ámbitos laborais.

COMENTARIOS SEXISTAS E/OU VEXATORIOS

Os mal chamados «piropos» poden ser constitutivos dun delito de inxurias e/ou trato vexatorio ou denigrante. Se ademais se realizan en ámbitos laborais ou académicos, podemos estar ante un delito de acoso laboral sexual.

CIRCUNSTANCIAS AGRAVANTES

- ▶ Xeralmente castígase o comportamento reiterado cando alcanza o carácter de grave, pero, se quen o comete é ou foi parella da vítima, entón poden denunciarse e castigarse as vexacións de carácter leve.



dende a localización permanente, multa ou
traballos en beneficio da comunidade ata a prisión



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

Segundo datos do Ministerio do Interior, a Policía Nacional e a Garda Civil identificaron un total de 564 vítimas de trata e explotación sexual en 2022, das que o 95% eran mulleres.

Fonte: <https://www.interior.gob.es/opencms/es/servicios-al-ciudadano/trata/situacion-en-espana/>

Delito de

PROSTITUCIÓN E EXPLOTACIÓN SEXUAL

É delito se alguén intenta iniciarte no exercicio da prostitución ou que continúes exercéndoa, usando violencia, intimidación ou engano, ou se se aproveita dunha situación de superioridade ou de necesidade ou vulnerabilidade que poidas ter.

Se ademais se está a lucrar con iso, estaríamos ante un caso de explotación sexual. O Código Penal recolle dous supostos en que se produce, pero non son taxativos e pode haber máis:

1. A situación de vulnerabilidade persoal ou económica da vítima.
2. A imposición para o exercicio da prostitución de condicións gravosas, desproporcionadas ou abusivas.

Ademais, pénanse as agresións sexuais que puideses sufrir co exercicio da prostitución.

ARTIGO 188 CP

- Se as anteriores condutas se cometen sobre un menor de idade ou unha persoa con discapacidade ou que necesite especial protección, as penas anteriores serán aínda maiores.



CONSULTA O
art. 187.1 CP



2-5 anos de prisión e multa de 12-24 meses



PROTOCOLO
NA PÁX. 37

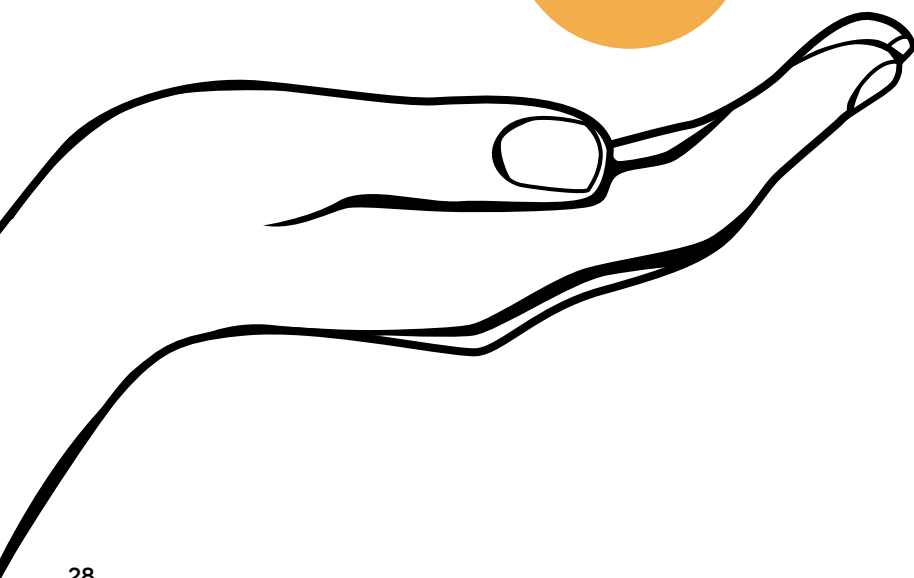
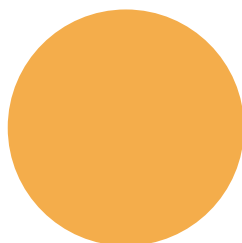
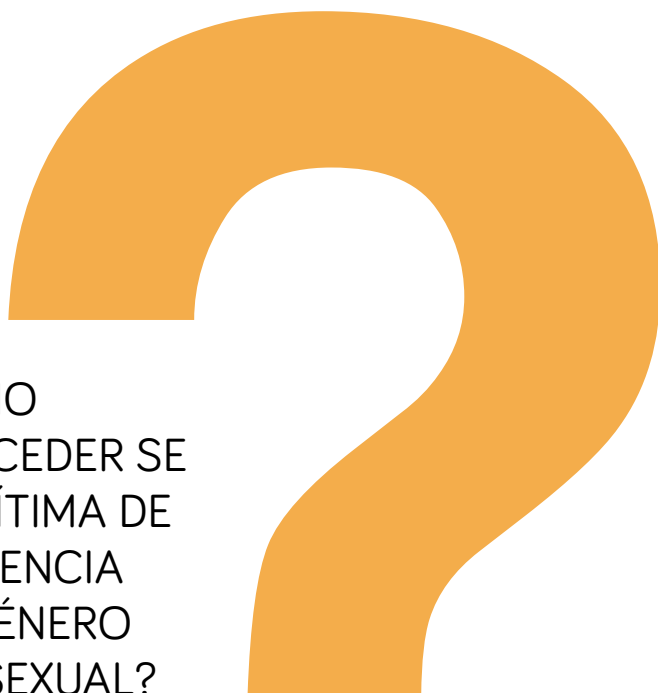
ES VÍTIMA
DE VIOLENCIA
MACHISTA?



Pode resultar difícil saber como actuar ante unha agresión...

Nas páxinas seguintes atoparás
consellos e protocolos para
facilitar a túa actuación nun
momento tan delicado.

COMO
PROCEDER SE
ES VÍTIMA DE
VIOLENCIA
DE XÉNERO
OU SEXUAL?



2.1. SE ES VÍTIMA DE VIOLENCIA DE XÉNERO...

A) PONTE A SALVO

Afástate do agresor todo o que poidas e busca axuda ou apoio.

B) DENUNCIA

Para que a xustiza poida actuar é necesario que presentes unha denuncia. Para facelo podes acudir ante:

● AS FORZAS E CORPOS DE SEGURIDADE DO ESTADO

Isto é, diante da Policía Nacional, Policía Local e Garda Civil, que valorará o risco en que te atopas. Ademais, poden deter o agresor para poñelo á disposición xudicial, xunto coa túa denuncia, as declaracións das partes e testemuñas e demais probas que poderán reunir. A isto chámasele atestado.

● O XULGADO

Ben sexa ao xulgado de garda ou ao xulgado especializado en violencia sobre a muller.

Ademais podes ter o apoio de avogadas/os, psicólogas/os e traballadoras/es sociais das quendas especializadas en violencia de xénero.

Tamén podes asesorarte e buscar apoio nos CIM e nas oficinas de asistencia ás vítimas que están nos xulgados, nos que tamén atoparás un/unha psicólogo/a e un/unha traballador/a social. Se tes unha diversidade funcional auditiva ou visual e tamén se non coñeces o noso idioma, tes dereito a solicitar un/unha intérprete.

É moi importante que, se tes tempo, reúnas as probas suficientes sobre o que estás a vivir, e para iso é bo facer un labor de recompilación de:

- ▶ Nome de testemuñas.
- ▶ Mensaxes insultantes por calquera medio.
- ▶ Audios, fotos, vídeos etc.
- ▶ Partes médicos. Se sufriches unha agresión física, é mellor que primeiro acudas ao/á médico/a para que te examine e che estenda un parte de lesións.

C) OBTÉN PROTECCIÓN

Ademais da presentación da denuncia, podes pedir unha orde de protección que vai englobar dous tipos de medidas:

● DE PROTECCIÓN PENAL

Por exemplo, pedir unha medida de afastamento, a pulseira ou mesmo a prisión preventiva, en función da gravidade dos feitos.

● DE CARÁCTER CIVIL, É DICIR, DE FAMILIA

Tales como a custodia dos/das fillos/as, a pensión de alimentos ou o uso e gozo da vivenda.

2.1.1. COMO É O PROCESO XUDICIAL?

Xa presentaches a denuncia e, como consecuencia dela, iníciase un procedemento penal.

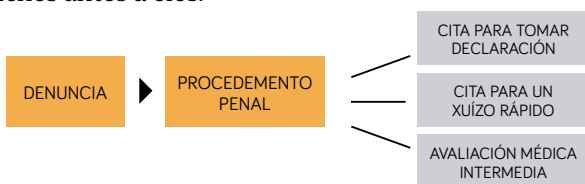
O primeiro é que, na Policía ou Garda Civil, che van dar unha citación para acudir ao xulgado de violencia sobre a muller, se é de luns a venres, ou ao de garda se é na fin de semana.

Acompañarate o teu avogado ou avogada, que será a mesma persoa que xa te asistiu na Policía / Garda Civil. Ademais, podes estar acompañada dunha persoa da túa elección dende o primeiro contacto coas autoridades e funcionarios e poderá entrar contigo a todas as actuacións.

Mantés o dereito á asistencia psicolóxica e social en sede xudicial e tamén podes contar co servizo de psicoloxía e asistencia social da Oficina de Asistencia ás Vítimas do Decanato dos xulgados.

No xulgado de violencia sobre a muller poderán citarte ou ben para tomarche declaración ou ben para levar a cabo un xuízo rápido, se os feitos están xa moi claros e non fai falta ningunha investigación ou proba máis.

Tamén poden citarte para algunha actuación intermedia, como a visita ao Instituto de Medicina Legal de Galicia (IMELGA), para que o/a médico/a de quenda te examine e determine as lesións que padeces, tanto psicolóxicas como físicas. É aconsellable que asistas co teu parte de lesións, tanto do médico de cabeceira como dos servizos de saúde mental, se acudiches antes a eles.



QUEN ESTARÁ NA SALA?

Na sala do xulgado explicaranche cales son os teus dereitos como vítima. Logo, tomaranche declaración nun despacho ou nunha sala de xuízos. Alí estarán:



O AGRESOR NON ESTARÁ NA SALA

Sempre estarás nunha estancia á parte, separada do agresor e da súa contorna.

Podes acudir asistida de avogado/a se queres, entón estarás exercitando a acusación particular. Se renuncias a ese dereito, será o Ministerio Fiscal o que continúe coa acusación, pero, en calquera momento, podes comparecer de novo co teu avogado ou avogada.

A

SE A PERSOA DENUNCIADA AÍNDA É A TÚA PARELLA

Podes non declarar contra ela.

B

SE A PERSOA DENUNCIADA XA NON É A TÚA PARELLA OU ESTÁS SEPARADA / DIVORCIADA DELA

Tes que contestar ás preguntas que che fagan sobre os feitos que denunciaches.

Despois de que declares ante o xulgado por primeira vez, terás a obriga de declarar nos trámites posteriores.

Aínda que decidas non declarar sobre os feitos denunciados, iso non significa que, se o teu marido ou parella volve agredirte, ameazarte, coaccionarte ou cometer calquera outro delito contra ti, non poidas volver presentar denuncia.

2.1.2. COMO VAI SER A DECLARACIÓN?

Para a túa tranquilidade, e tamén para que sirvan de guía ao teu relato, estas son algunhas das preguntas que che poden facer durante a declaración:

- ▶ Que foi o que ocorreu?
- ▶ Cando e onde ocorreu?
- ▶ Quen foi a persoa que cometeu os feitos?
- ▶ É ou foi a persoa denunciada a túa parella?
- ▶ Estaban os teus fillos ou fillas presentes cando pasaron os feitos?
- ▶ Había outras persoas presentes?
- ▶ Tes probas do ocorrido? Mensaxes, fotos, vídeos?
- ▶ Falaches con alguén do ocorrido?
- ▶ Fuches ao centro de saúde?
- ▶ Empregouse algunha arma ou obxecto?

RECOMENDACIÓNS

1. É moi importante que intentes ordenar os feitos que denuncias. Tenta estar tranquila e non apresurarte para poder ordenar as túas ideas e recordos do acontecido.
2. Pode que teñas varios episodios que relatar. Intenta lembrar polo miúdo datas e o que pasou. Canto máis claro sexa o teu relato e máis datos poidas proporcionar será mellor. Lembra que no proceso de declaración sempre podes consultar ou comprobar as datas nos teus dispositivos electrónicos.
3. É importante lembrar se llo contaches a alguén ou acudiches aos servizos médicos. Pode que non lembres con claridade algunha destas cousas, toma o teu tempo.
4. Se sospeitas que usurpou a túa identidade nas redes sociais revísaas, é importante.
5. Se tes calquera material como mensaxes de WhatsApp, fotos, vídeos ou audios debes dicirillo á túa defensa.

Asemade, de ser a túa vontade, podes solicitar:

- ▶ Unha/un médica/o forense, que pode examinar as lesións.
- ▶ A/o psicóloga/o da Oficina de Asistencia ás Víctimas, que poderá estar presente e acompañarte nas declaracións xudiciais.

2.1.3. COMO TE PROTEXES TRAS A DENUNCIA?

MEDIDAS CAUTELARES

Logo da túa denuncia, as forzas e corpos de seguridade do Estado mandarana ao xulgado e valorarán o risco en que te atopas, segundo o cal poderán acordar a detención da persoa denunciada para garantir a túa seguridade e de paso a presentación do agresor ante o/a xuíz/a.

É importante que saibas que, se es vítima de violencia de xénero, o xuíz ou xuíza pode acordar unha orde de protección para garantir a túa seguridade, a das túas fillas e fillos ou mesmo a das persoas dependentes ao teu cargo.

QUEN PODE PEDIR UNHA ORDE DE PROTECCIÓN E ONDE?



TI MESMA, ao presentar a denuncia, na comisaría ou no xulgado, e tamén nas oficinas de asistencia ás vítimas ou nos servizos sociais.



O/A XUIZ/A

Pode valorar ditala mesmo que nin ti o fiscal a pidades.



O/A FISCAL

Pode valorar pedila mesmo sen ti pedila ou querela.

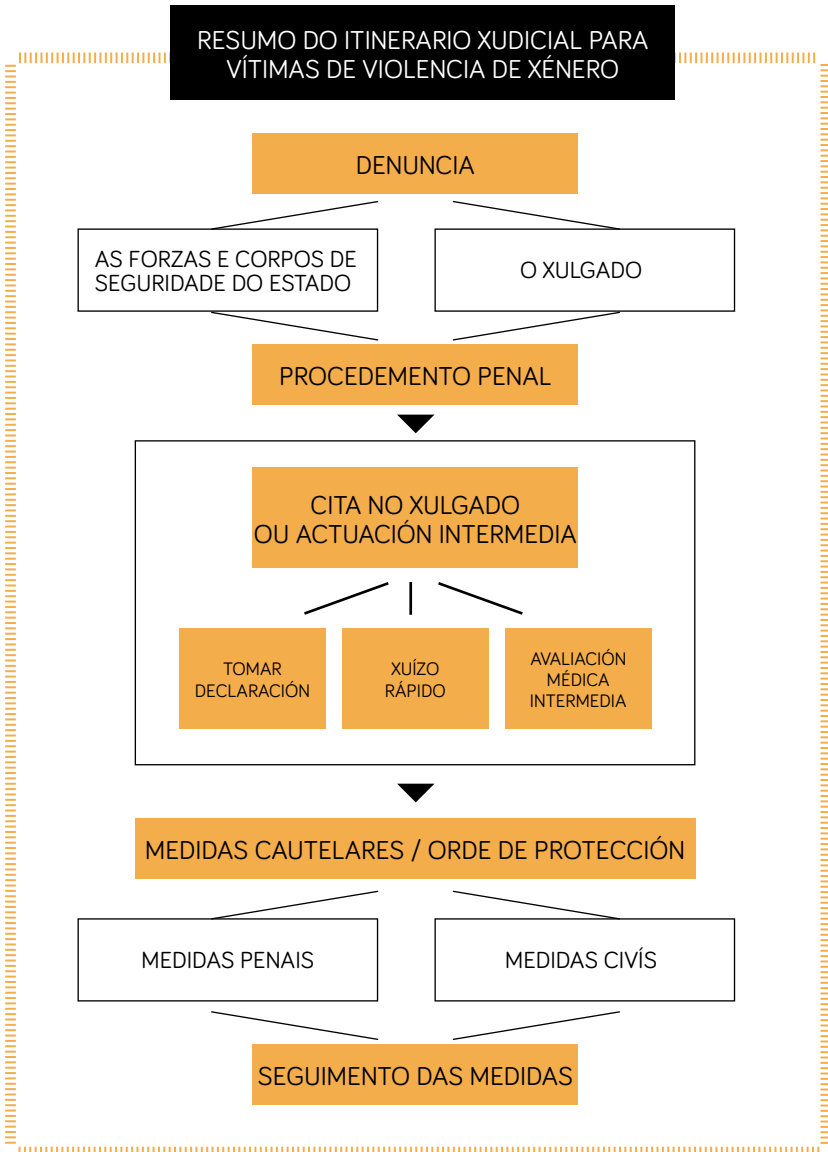
QUE SUPÓN OU IMPLICA A ORDE DE PROTECCIÓN?

A concesión dunha orde de protección implica unha serie de medidas:

A	MEDIDAS PENAIS <ul style="list-style-type: none">▶ Privación de liberdade para o agresor▶ Prohibición de aproximación e/ou comunicación coa vítima▶ Prohibición e retirada de obxectos perigosos ou armas▶ Prohibición de residencia do agresor no fogar▶ Utilización de dispositivos telemáticos de control	Polo tempo que determine o xuíz ou xuíza, que pode ser un tempo concreto ou ata que se dite sentenza firme ou se archive o procedemento.
B	MEDIDAS CIVÍS <ul style="list-style-type: none">▶ Forma en que se exercerá a patria potestade de fillos e fillas menores▶ Atribución da vivenda familiar▶ Atribución da pensión de alimentos▶ Suspensión ou mantemento do réxime de visitas▶ Réxime de garda e custodia dos fillos e fillas menores	30 días, prorrogables se dentro dese prazo presentas unha demanda para iniciar un proceso de familia ante a xurisdición civil.
C	MEDIDAS DE ASISTENCIA <ul style="list-style-type: none">▶ As recollidas na terceira parte deste manual (a partir da páx. 38)	Polo tempo que indique a Lei 11/2007.

QUEN FAI SEGUIMENTO DA ORDE DE PROTECCIÓN?

Se es vítima de violencia de xénero e a xuíza ou xuíz dita unha orde de protección, as forzas e corpos de seguridade farán o seu correspondente seguimento. Pode que o xuíz ou xuíza considere a prisión provisional do agresor se o estima necesario.



2.2. SE ES VÍTIMA DE VIOLENCIA SEXUAL...

A) PONTE A SALVO

Afástate do agresor todo o que poidas e busca axuda ou apoio.

Se consideras que estás nunha situación de perigo chama ao 112 e actívase a asistencia das forzas de seguridade máis próximas: Policía Nacional, Garda Civil ou Policía Local. Tamén podes chamar directamente aos respectivos dispositivos do teu concello.

B) PRESERVA AS PROBAS

É moi importante preservar as probas que poidas ter e por iso:

- ▶ Acude canto antes a presentar a denuncia.
- ▶ Non laves nin o propio corpo nin a roupa, para que se poidan extraer posibles restos biolóxicos como seme, saliva, células epiteliais...
- ▶ Se sufriches unha agresión física, é mellor que acudas antes aos servizos médicos para que te examinen e estendan un parte de lesións.
- ▶ Reúne e garda outras probas que, aínda que non sexan directas, poidan servir para apoiar a denuncia, como mensaxes telefónicas, fotografías, gravacións, nomes de testemuñas, restos de bebidas ou alimentos, etc.
- ▶ Se espertas e non recordas o que che pasou, pero tes indicios de que sufriches unha agresión sexual (fáltache roupa ou incluso estás espida, tes dor na zona xenital, tes marcas e golpes que non lembrás como fixeches, etc.), é probable que foses vítima dunha agresión por submisión química. O primeiro é poñerte a salvo e pedir axuda. Recorda que non debes lavar nin o teu corpo nin a túa roupa, pois pode haber restos tanto biolóxicos como de bebidas que axuden a aclarar o que che pasou.

Nos locais de ocio é habitual que haxa cámaras de seguridade. O mellor é que presentes a denuncia canto antes, para que as forzas e corpos de seguridade poidan intervir as gravacións das cámaras dos locais antes de que se borren e tamén buscar testemuñas dos feitos.

C) BUSCA APOIO

A situación que acabas de vivir non é doada de xestionar.
Se precisas...

FALAR DE FORMA ANÓNIMA

Se queres falar sobre o que che pasa de maneira anónima chama á liña telefónica 900 400 273 ou ao 016. É un servizo dispoñible as 24 horas. Alí escoitarante e asesorante sobre os teus dereitos e tamén sobre os servizos á túa disposición.

FALAR CON PROFESIONAIS DE MANEIRA PRESENCIAL E CONFIDENCIAL

Nos servizos sociais ou centros de saúde informan sobre posibles saídas e poden derivar a servizos de apoio psicolóxico e legal.

APOIO PSICOLÓXICO, LEGAL OU SOCIAL

Se queres podes ir directamente a profesionais especializadas para apoio psicolóxico, legal e social acudindo ao Centro de Información á Muller (CIM) do teu concello ou ao máis próximo. Daranche asesoramento ademais de apoio e acompañamento no proceso de toma de decisións e posibles saídas da situación.

Tamén tes á túa disposición unha quenda de oficio especializada en violencia de xénero e sexual.

ATENCIÓN MÉDICA

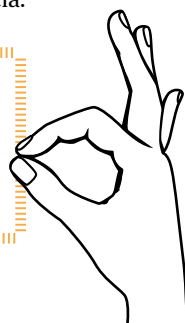
Se tes lesións físicas ou psíquicas e precisas axuda sanitaria ou estás pensando denunciar, acude ao centro de saúde, punto de atención continuada (PAC) ou hospital, explica a situación e pide unha copia do informe. Alí mesmo derivarán o parte de lesións ao xulgado.

D) PRESENTA UNHA DENUNCIA

Para que a xustiza poida actuar, é necesario que presentes unha denuncia, polo que deberás acudir ante os corpos e forzas de seguridade ou ante o xulgado de garda. Se non te atopas en condicións de facelo, pode tamén denunciar o teu representante legal ou o Ministerio Fiscal.

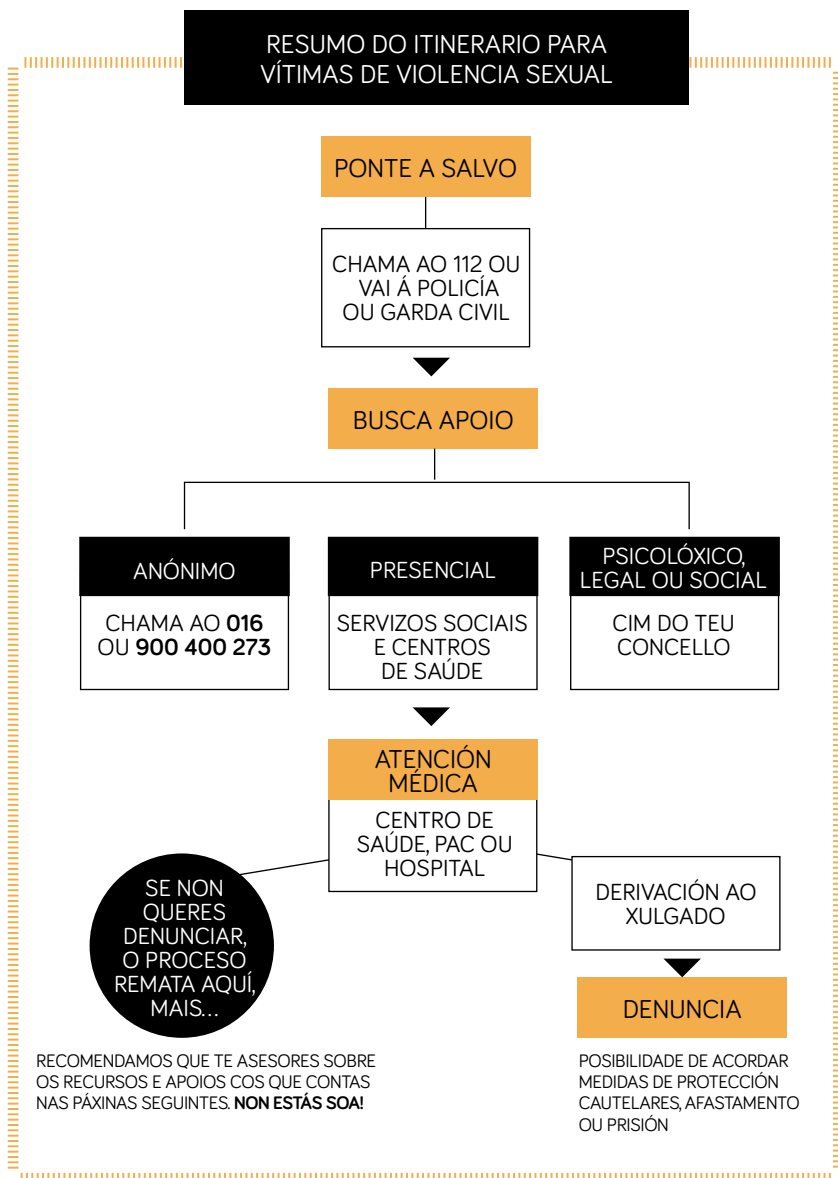
Hai unha quenda de oficio especializada en violencia sexual e tamén hai programas terapéuticos gratuítos de apoio a vítimas. Podes pedir ambos dende o mesmo momento en que presentes a denuncia.

Unha vez interposta a denuncia,
NON se pode retirar. O procedemento
seguirá tramitándose igualmente.



Se quen comete o delito é un familiar ascendente ou ten especial influencia (é o teu titor, mestre, pai, avó, tío etc.), a pena que se aplica a este tipo de delitos será maior.

Nos delitos de exhibicionismo, provocación sexual, prostitución e corrupción de menores nos que se utilicen establecementos ou locais, poderá decretarse a clausura temporal ou definitiva, así que é aconsellable levar os nomes dos locais.



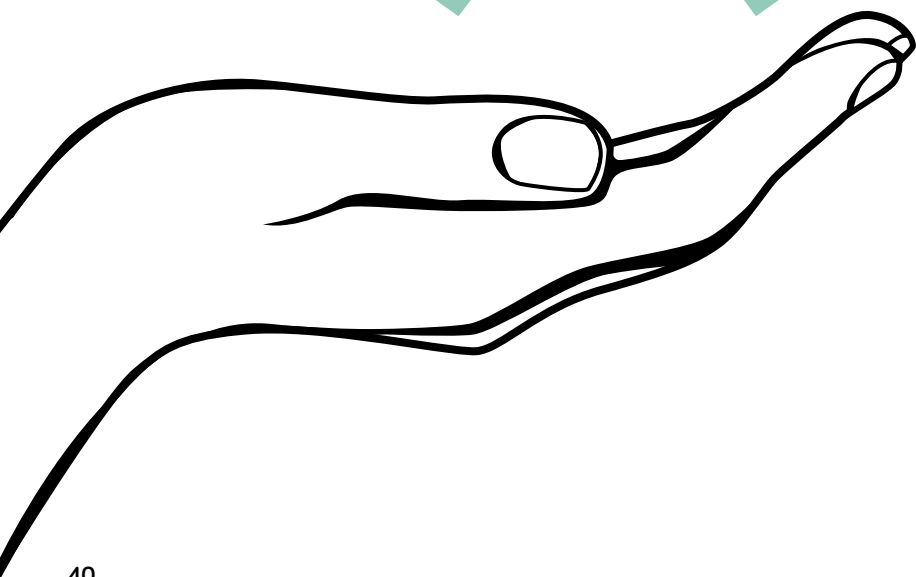
CON QUE
APOIOS E
RECURSOS
CONTAS?



Non estás soa. Existe unha rede de profesionais e servizos á túa disposición

Presentamos unha compilación
dos recursos cos que podes
contar dende o primeiro
momento en que sofres
violencia de xénero ou sexual.

ONDE ACUDIR
SE SOFRES
VIOLENCIA
MACHISTA?



3.1. CENTROS E SERVIZOS

Centros de Información á Muller (CIM)

Hai máis de 80 espallados polos concellos galegos e teñen como función prestarche apoio, consello e asistencia. Nos CIM atoparás asesoramento psicolóxico e xurídico proporcionado por un equipo experto, e tamén dende eles poderán informarte sobre os recursos, prestacións, axudas e programas sociais que che axuden a buscar saídas á violencia.

CANDO ME PODE SER DE AXUDA UN CIM?

- ▶ Cando queres procurar saídas ao teu malestar na túa relación coa parella ou exparella. Cando te sentes maltratada, menosprezada ou violentada.
- ▶ Cando coidas que estás a sufrir situacións de violencia machista en calquera das súas expresións (violencia psicolóxica e/ou física, acoso e violencia sexual...).
- ▶ Cando coñeces mulleres que están a pasar por estas situacións.
- ▶ Cando queres informarte dos teus dereitos e dos recursos dos que dispós.
- ▶ Cando precisas apoios que te orienten na toma de decisións.

QUE PODO ATOPAR NUN CIM?

APOIO: apoio confidencial, comprensión, total respecto ás túas decisións e acompañamento no teu proceso de procura do benestar.

AXUDA: axuda psicolóxica profesional que che permita sobrevivir e vivir dende o benestar. Os CIM teñen psicóloga/o á túa disposición.

ASESORAMENTO LEGAL: os CIM contan cunha/cun avogada/o que te informará e aconsellará. Non levarán o teu caso mais si te asesorarán sobre os teus dereitos e o proceso legal que podes seguir, e acompañante ao longo del.

FORMACIÓN: formación e derivación aos recursos sociolaborais existentes, que se che ofrecerán a través dunha traballadora ou traballador social do CIM ou a través dos servizos sociais do teu concello.

ATENCIÓN: atención ás túas fillas e fillos, menores dependentes e maiores que teñas a cargo en caso de que esteas a sufrir violencia de xénero.

A QUE RECURSOS ME PODE DERIVAR UN CIM?



PROCURA DE VIVENDA

A través dos CIM, poderás acceder á Rede Galega de Acollemento, conformada por casas de acollida, vivendas tuteladas e un centro de emerxencia. Tamén, se tes dificultades para asumir o custo do alugueiro dunha vivenda, dende o CIM xestionarache o acceso ao bono de alugueiro social.



AXUDAS ECONÓMICAS

Nos CIM asesorarante coas axudas económicas, como a prestación periódica (cun máximo de 12 mensualidades pensadas para contar coa autonomía económica precisa para poder saír dunha situación de violencia de xénero), as axudas de pagamento único en caso de que te encontres en situación de especial dificultade para a procura de emprego ou as axudas a orfas/os por violencia de xénero.



RECURSOS PARA A INSERCIÓN LABORAL

Accederás ademais a programas de fomento da contratación e de inserción laboral de mulleres que sofren violencia de xénero.



RECURSOS DE APOIO SOCIAL

Existen tamén axudas como as estadias de tempo libre para mulleres soas con responsabilidades familiares ou os campamentos de verán para menores.

Os CIM teñen a función de asistir, mais tamén de concienciar e empoderar. Están abertos a calquera persoa que estea interesada na información e promoción da igualdade entre mulleres e homes, e tamén na defensa dos dereitos do colectivo LGBTI.



ONDE PODO ATOPAR UN CIM?



Máis de 80 concellos galegos contan con Centro de Información á Muller. Se o teu concello non ten, podes acudir ao CIM máis próximo. Non é preciso que esteas empadroada e atenderante tamén en caso de que procedas doutras comunidades ou do estranxeiro.

Neste código QR encontrarás un mapa con todos os existentes en Galicia.

<https://igualdade.xunta.gal/gl/recursos/centros-de-informacion-mulleres>

Rede Galega de Acollemento

A Rede Galega de Acollemento está conformada por tres casas de acolida, tres vivendas tuteladas e o Centro de Emerxencia para Mulleres Vítimas de Violencia de Xénero.

QUE ME OFRECE A REDE GALEGA DE ACOLLEMENTO?

Aínda que hoxe en día o habitual é que recibas a protección no teu domicilio, en caso de o precisares, a Rede Galega de Acollemento pon á túa disposición un lugar seguro e confidencial onde residir de maneira temporal coas túas crianzas ou persoas maiores.

Atoparás nel un centro de residencia, atención e recuperación no que poderás contar cunha atención especializada, tanto psicolóxica como xurídica e social.

COMO PODO ACEDER A UNHA CASA DE ACOLLIDA OU VIVENDA TUTELADA?

Para acceder, debes ter acreditada a situación de violencia de xénero (sentenza, certificado ou informe dos servizos sociais, certificación da orde de protección ou medida cautelar, testemuño ou copia autenticada da secretaria ou secretario xudicial...).

A derivación adoita facerse dende os Centros de Información á Muller, mais tamén pode realizarse dende corpos policiais, xulgados, servizos sociais, hospitais e centros de saúde, asociacións ou entidades con convenios subscritos en materia de violencia de xénero, ou dende outras comunidades autónomas.

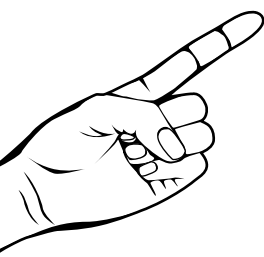
A vía de acceso pode ser ordinaria ou urxente. Nese caso, no prazo dunhas horas, a entidade que te derive deberá ter unha resposta sobre a aceptación ou denegación da solicitude.

Centro de Emerxencia para Mulleres Víctimas de Violencia de Xénero (CEMVI)

O CEMVI ofrece atención e aloxamento para mulleres que requiran unha atención inmediata (por exemplo, nunha posición de grave risco para a seguridade) ou que carezan de recursos propios para afrontar a situación. Está en funcionamento todos os días do ano e a calquera hora. Poderás atopar no CEMVI alguén que te atenda en calquera momento.

A estadia neste centro é temporal, como máximo de tres meses, que poden ser prorrogables en situacións excepcionais. O centro está pensado para ofrecer unha acollida temporal mentres se valora a situación e se deriva a muller afectada a outro centro ou recurso.

O Centro de Emerxencia está situado en Vigo e ofrécelles unha atención especializada ás usuarias e ás súas crianzas ou persoas dependentes a cargo. O seu equipo inclúe psicóloga, avogada, traballadora social e educadoras sociais.



Sabías que podes solicitar a prestación periódica, unha axuda de ata un máximo de 12 mensualidades, consistente nunha cantidade comprendida entre os 200 e os 800 euros ao mes?

Máis información na páx. 48

Centro de Recuperación Integral para Mulleres Víctimas de Violencia (CRI)

O Centro de Recuperación Integral, con sede en Santiago, ofrece unha atención especializada a cargo dun equipo que inclúe psicóloga, asesor xurídico, terapeuta ocupacional e traballadora social, ademais da propia persoa a cargo do CRI.

ATENCIÓN ESPECIALIZADA

O punto de partida do proceso é a escoita da persoa que require axuda, para poder definir a partir de aí un plan de atención individualizada. O proceso adoita durar ao redor dun ano e, polo xeral, remata unha vez que se consigan os obxectivos consensuados nun inicio. A partir dese momento iníciase un período de seguimento, que ten unha duración de aproximadamente 24 meses. As actuacións poden ser tanto individuais como grupais.

OUTRAS FUNCIÓNS DO CRI

- ▶ Coordinar a Rede Galega de Acollemento.
- ▶ Tramitar a derivación de vítimas de violencia de xénero fóra de Galicia e recibir aquelas que sexan derivadas doutras comunidades autónomas.
- ▶ Formar profesionais, voluntariado e cidadanía en xeral na loita contra a violencia de xénero.
- ▶ Coordinar grupos de autoaxuda, coñecemento e intervención entre mulleres que teñan vivido violencia de xénero.
- ▶ Colaborar co Punto de Coordinación das Ordes de Protección de Galicia.



COMO
PODO
ACCEDER
AO CRI?

Ao CRI adóitase acceder dende os Centros de Información á Muller, mais tamén dende os centros da Rede Galega de Acollemento ou dende os servizos sociais. Porén, tamén te podes poñer en contacto co CRI pola túa conta, chamando ou acudindo ao centro.

.....
Tel.: 881 995 285
cri.igualdade@xunta.es
.....

Para ser usuaria, tes que ter acreditada a situación de violencia de xénero, e tamén o poden ser as persoas que dependan de ti, como as túas crianzas ou maiores ao teu cargo.

Centros de crise 24 horas para atención a vítimas de agresións sexuais

Se sufriches unha agresión sexual, tes dereito a ser atendida en calquera momento e a calquera hora, nun centro de crise, como recolle a Lei de garantía integral da liberdade sexual. O seu funcionamento ha de ser as 24 horas do día, todos os días do ano, e debe ter, ademais, carácter interdisciplinario, o que se concreta en asistencia psicolóxica, xurídica e social. En Galicia, a Xunta prevé que entren a funcionar antes do final de 2024.

CANDO E ONDE PODO ACCEDER A UN CENTRO DE CRISE 24 HORAS?

Poderás acudir a un centro de crise se sufriches unha agresión sexual, no presente ou no pasado, e se es maior de 16 anos, mesmo se non presentaches denuncia. Os centros de crise 24 horas, segundo recolle a lei, deben garantir tamén a asistencia a familiares e persoas da túa contorna, non só para apoiarte senón para que tamén saiban como ser para ti o mellor apoio posible.

FUNCIÓNS DUN CENTRO DE CRISE

Os centros de crise están pensados para poñer o foco na atención á persoa agredida e nas súas necesidades, en escoitala e asesorala, en responder ás preguntas que lle poidan xurdir. Por exemplo:

- Como é a toma de mostras nos hospitais?
- Que probas me han facer?
- Que debo facer se decido presentar unha denuncia?
- Como son os procesos xudiciais?

A atención debe ser permanente e urxente, e pode realizarse tanto de maneira presencial como telefónica. A idea é estar aí no momento en que o necesites, ou cando decidas ou poidas dar o paso, tendo en conta que en moitas ocasións o agresor está na propia contorna familiar ou no espazo de contactos máis próximo.



ONDE PODO ATOPAR UN CENTRO DE CRISE?

En Galicia, os centros de crise estarán situados nos hospitais, co fin de garantir unha mellor coordinación co persoal sanitario. Abrirán nas áreas sanitarias de Santiago, Ferrol, Lugo, Ourense e Vigo.

Oficina de Asistencia ás Víctimas do Delito (OAVD)

Son a cara máis humana da xustiza. Atoparalas nas sedes xudiciais das sete cidades galegas. Se es vítima directa ou indirecta dun delito, presentases ou non denuncia, aquí terás apoio. As OAVD deben acollerte, informarte e orientarte. Tamén deben propor medidas concretas de protección despois dunha avaliación individual da túa situación. Han de acompañarte ao longo de todo o proceso e facer un seguimento del. Traballan con plans de asistencia individualizados que permiten valorar a evolución do teu caso.

Esa atención vai estar prestada por profesionais especializadas, por equipos que ofrezan un servizo interdisciplinario e integral, en coordinación co resto de institucións implicadas (xudicatura, fiscalía, concellos, asociacións, Goberno autonómico...).

CANDO PODO ACUDIR A UNHA OAVD?

Tes a posibilidade de acudir en calquera fase do proceso xudicial, mesmo antes de presentar a denuncia, pois poden facilitarche a información que precisas para decidir se levala a cabo ou non. As OAVD teñen como función atender vítimas de calquera tipo de delito, tanto directas, é dicir, que sufrisen directamente os danos do delito, como indirectas, por exemplo os familiares da vítima.

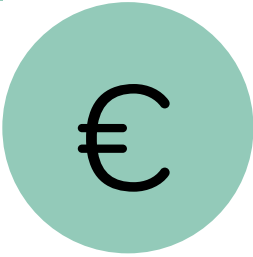
QUE SERVIZOS PRESTAN?

ASESORAMENTO: asesoran as vítimas sobre os seus dereitos, por exemplo o dereito á información (explicándolles o estado en que están os seus procesos), o dereito á protección (valorando de maneira individual as necesidades de cada vítima) ou o dereito a entender e a ser entendida.

ATENCIÓN PSICOLÓXICA: as necesidades de atención psicolóxica poden derivar non só do delito sufrido senón tamén da violencia institucional como consecuencia dunha mala atención no longo itinerario de percorrido polas institucións. Unha das prioridades das OAVD é evitar esa vitimización secundaria, froito dunha atención inadecuada por parte das instancias xudiciais e outras institucións. Vitimización secundaria é, por exemplo, que che fagan revivir unha e outra vez o sucedido ou atender a preguntas que te cuestionan.

ACOMPANÑAMENTO: tanto durante o proceso como nas dilixencias xudiciais, sentirse acompañada pode darche seguridade, confianza e maior tranquilidade.

INFORMACIÓN E DERIVACIÓN: sobre recursos económicos e sociais existentes. Por exemplo, as prestacións ás que podes acudir, os itinerarios educativos laborais ou as posibilidades de acceso a unha vivenda.



3.2. PRESTACIÓNS ECONÓMICAS

Estas son algunhas das principais axudas que se adoitan tramitar para vítimas de violencia de xénero:

PRESTACIÓN PERIÓDICA

Coñecida nun primeiro momento como «salario da liberdade», trátase dunha axuda de ata un máximo de 12 mensualidades, consistente nunha cantidade comprendida entre os 200 e os 800 euros ao mes.

O fin é conseguir independencia económica con respecto ao agresor, pois vai dirixida a vítimas de violencia de xénero que estivesen nunha relación de convivencia ou de dependencia económica.

Entre as condicións para recibila atópanse: ter deixado de vivir co agresor nos doce meses anteriores, ter residencia ou estar empadroada en Galicia e non dispor de recursos económicos para poder garantir unha vida independente.

Tamén se poden beneficiar dela mulleres vítimas de trata con fins de explotación sexual. Neste caso chega cunha autorización de residencia por circunstancias excepcionais.

AXUDA DE PAGO ÚNICO

Vai orientada ás mulleres que sexan vítimas de violencia de xénero e que se encontren nunha situación de difícil empregabilidade. Consiste nunha cantidade económica, recibida nun único pago e equivalente en xeral a seis meses de prestación por desemprego, aínda que pode chegar a acadar unha cantidade igual a 12 ou 18 meses de prestación. Será preciso ter acreditada a condición de vítima de violencia de xénero, non exceder determinados ingresos e contar cunha valoración do Servizo Público de Emprego Estatal (SEPE) na que se constate a situación de difícil empregabilidade.

RENDA ACTIVA DE INSERCIÓN (RAI)

É un programa que conta coa colaboración das comunidades autónomas, dirixido a colectivos con especiais dificultades para a inserción laboral. Son en total 11 meses de prestación.

Entre os colectivos aos que vai dirixida a RAI están as vítimas de violencia de xénero, que poden beneficiarse desta axuda sempre que teñan acreditada a súa situación como tal, estean desempregadas, sexan demandantes de emprego, teñan menos de 65 anos, non convivan co agresor e non superen un máximo de ingresos brutos propios. Inclúe, ademais, unha axuda suplementaria se te viches obrigada a cambiar de residencia nos 12 meses anteriores á solicitude da axuda.

Se te dás de alta como autónoma ou comezas a traballar por conta allea a tempo completo, suspéndeseche o pago da RAI e tes dereito a cobrar unha axuda equivalente ao 25% desa prestación durante 180 días. Se comezas a traballar a tempo parcial, deducirase a parte proporcional do tempo traballado. En todo caso, poderás incorporarte de novo ao programa se volves quedar sen ingresos propios ou na unidade familiar.

Tamén se poden beneficiar dela as vítimas de agresión sexual.

RENDA DE INCLUSIÓN SOCIAL DE GALICIA (RISGA)

Vai dirixida a persoas en situación de exclusión social que non conten con recursos económicos para garantir a súa subsistencia. A tramitación da súa concesión é urxente nos casos de vítimas de violencia de xénero.

BONO DE ALUGUEIRO SOCIAL

O seu fin é axudar ao alugueiro dunha vivenda a aquelas mulleres que teñan dificultades para o seu arrendamento. Consiste nunha axuda de 12 mensualidades, prorrogable ata cinco anos máis. Conta cunha axuda complementaria para os gastos de fianza e alta de subministracións.

AXUDA ECONÓMICA A ORFAS E ORFOS MENORES DE 30 ANOS E A MULLERES VÍTIMAS DE VIOLENCIA DE XÉNERO GRAVEMENTE FERIDAS

A axuda, consistente nun pagamento único de 7000 euros, vai dirixida a:

- ▶ Fillas e fillos de mulleres vítimas de violencia de xénero que fosen asasinadas, sempre que sexan dependentes economicamente e non cheguen aos 30 anos.
- ▶ Mulleres gravemente feridas, que tivesen que ser hospitalizadas e que se encontren nunha situación de precariedade económica.

FONDO GALEGO DE GARANTÍA DE INDEMNIZACIÓN

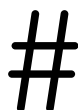
Trátase de axudas a vítimas de violencia de xénero e a fillas e fillos menores cando haxa unha sentenza xudicial dos danos e prexuízos causados e o incumprimento da persoa obrigada a satisfacelos por insolvencia. A contía máxima é de 6000 euros por persoa beneficiada.

AXUDAS ÁS VÍTIMAS DE DELITOS VIOLENTOS E CONTRA A LIBERDADE SEXUAL

Son axudas destinadas, en xeral, a vítimas de delitos violentos e dolosos, con resultado de morte, danos físicos ou mentais graves ou lesións corporais tamén graves.

Entre as persoas que se poden beneficiar están as vítimas de violencia de xénero e as vítimas de delitos contra a liberdade sexual, neste último caso aínda que non houberse violencia. Tamén poden beneficiarse as fillas e fillos das vítimas de violencia de xénero falecidas. As axudas poden solicitarse por invalidez permanente (de 40 a 130 mensualidades do indicador público de renda de efectos múltiples —IPREM—, 707 euros en 2024) e, ademais, por incapacidade temporal (cunha extensión máxima de 18 meses, prorrogables a 30), ou para gastos de tratamento terapéutico no caso de vítimas de agresións sexuais.

Dende que se produce o delito, o prazo para solicitalas é dun ano, aínda que se interrompe co inicio do proceso penal e se inicia de novo dende que haxa resolución xudicial firme.



3.3. TELÉFONOS E APLICACIÓNS DE AXUDA

EN CASO DE EMERXENCIA CHAMA AO:

112

EMERXENCIAS

É o máis operativo, pois dende este teléfono mobilízanse as forzas e corpos de seguridade con competencia no ámbito en que se atopa a vítima.

091

POLICÍA NACIONAL

Tanto a Policía Nacional como a Garda Civil e a Policía Autonómica (088) contan con unidades especializadas en violencia de xénero.

062

GARDA CIVIL

Ou envía un sinal de alerta á Policía coa túa xeolocalización a través da aplicación AlertCops.

PARA ASESORAMENTO, INFORMACIÓN E ESCOITA:

016

TELÉFONO ESTATAL DE ATENCIÓN A VÍTIMAS DE VIOLENCIA DE XÉNERO

Non deixa pegada no rexistro de chamadas. É gratuíto e confidencial. Ofrece información xeral e atención xurídica e psicosocial as 24 horas, os 7 días da semana. Atende en máis de medio cento de idiomas. É accesible para persoas con discapacidade auditiva, visual ou da fala.

Existen tamén estas canles:

- ▶ Correo electrónico: 016-online@igualdad.gob.es
- ▶ Chat en liña: violenciagenero.igualdad.gob.es
- ▶ Atención por WhatsApp: **600 000 016**

900 400 273

TELÉFONO DA MULLER DA COMUNIDADE AUTÓNOMA DE GALICIA

Tamén é gratuíto e confidencial e non deixa pegada na factura. É atendido por un equipo interdisciplinario que che pode ofrecer información sobre a violencia de xénero nas súas diferentes facetas (violencia física e psíquica, violación, agresións e acoso sexual, coaccións...), así como sobre os recursos existentes para combatela.

Atoparás asesoramento, ademais, sobre cuestións máis concretas como abandonos do fogar, sentenzas incumpridas, divorcios e separacións, permisos de paternidade e maternidade, discriminación laboral, apoio á contratación... Está dispoñible en máis de 50 idiomas.

OUTROS TELÉFONOS E CONTACTOS:

1) REDE GALEGA DE INFORMACIÓN ÁS MULLERES (CENTROS DE INFORMACIÓN Á MULLER)

Relación de centros en:

<http://igualdade.xunta.gal/gl/recursos/centros-de-informacion-Mulleres>

Támén podes contactar a través dos teléfonos 981 957 691 e 981 545 351

2) OFICINA DE ASISTENCIA ÁS VÍTIMAS DO DELITO (OAVD)

- ▶ A Coruña: 881 881 778 / ciudadan.vitimas.coruna@xustiza.gal
- ▶ Santiago de Compostela: 881 997 146 / atencion.vitimas.santiago@xustiza.gal
- ▶ Ferrol: 981 337 520 / atencion.vitimas.ferrol@xustiza.gal
- ▶ Lugo: 982 889 530 / atencion.vitimas.lugo@xustiza.gal
- ▶ Ourense: 988 687 664 / atencion.vitimas.ourense@xustiza.gal
- ▶ Pontevedra: 986 805 790 / atencion.vitimas.pontevedra@xustiza.gal
- ▶ Vigo: 886 218 438 / atencion.vitimas.vigo@xustiza.gal

3) PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOLÓXICA A VÍTIMAS DE VIOLENCIA DE XÉNERO

629 777 595 / papmvx@cop.es

4) SERVIZOS DE ORIENTACIÓN XURÍDICA (SOX) DOS COLEXIOS DE AVOGADOS/AS

Asistencia xurídica gratuíta a través da quenda especializada en violencia de xénero.

- ▶ A Coruña: 981 126 090
- ▶ Santiago de Compostela: 981 581 713
- ▶ Ferrol: 981 354 705
- ▶ Lugo: 982 221 997
- ▶ Ourense: 988 370 746
- ▶ Pontevedra: 986 899 866
- ▶ Vigo: 986 208 111

5) SERVIZO DE ASESORAMENTO XURÍDICO EN LIÑA DA XUNTA DE GALICIA

<http://igualdade.xunta.gal/gl/content/asesoramento-xuridico-line>

6) CENTRO DE RECUPERACIÓN INTEGRAL PARA MULLERES QUE SOFREN VIOLENCIA DE XÉNERO

881 995 285 / cri.igualdade@xunta.es

7) PUNTO DE COORDINACIÓN DE ORDES DE PROTECCIÓN (PCOP)

981 957 482 / 981 545 367

8) PROGRAMA TERAPÉUTICO PARA HOMES «ABRAMOS O CÍRCULO»

630 170 140

9) SECRETARÍA XERAL DE IGUALDADE

981 957 691 / 981 545 351 / <http://igualdade.xunta.gal> / igualdade@xunta.es

10) OFICINAS DE VIOLENCIA SOBRE A MULLER DAS SUBDELEGACIÓNS DO GOBERNO

- ▶ A Coruña: 981 989 359
- ▶ Lugo: 982 759 223 / 982 759 224
- ▶ Ourense: 988 759 157 / 988 759 158
- ▶ Pontevedra: 986 989 252

Os contidos deste manual foron desenvolvidos por:

CARME ADÁN

É doutora en Filosofía e catedrática de Filosofía no IES Politécnico de Vigo, así como coordinadora do Centro de Documentación en Igualdade e Feminismos do Consello da Cultura Galega. Foi secretaria xeral de Igualdade entre 2005 e 2009, período en que se redactou e aprobou a Lei galega para a prevención e o tratamento da violencia de xénero, e deputada no Parlamento de Galicia nas VIII e IX lexislaturas. Destacan entre as súas publicacións *Feminismo e coñecemento* (Espiral Maior, 2003) e *Feminicidio* (Galaxia, 2018). Considera que, fronte ao patriarcado, «sempre libres e vivas» é o mellor berro colectivo.

CRISTINA MARTÍNEZ FERNÁNDEZ

É licenciada en Dereito pola Universidade da Coruña dende 1995 e avogada por conta propia dende ese mesmo ano. Está especializada en violencia de xénero en todas as súas manifestacións e en dereito de familia. Formadora en diversos organismos públicos e privados sobre violencia de xénero e sexual, familia e igualdade de oportunidades, na actualidade compaxina o exercicio da avogacía co posto de asesora xurídica do Centro de Información á Muller (CIM) do Concello de Arteixo.

ANA BELÉN PUÑAL RAMA

Doutora en Ciencias da Comunicación, conta con diversas investigacións na área de comunicación e xénero. En 2003 participou co Colexio Profesional de Xornalistas de Galicia na elaboración da *Declaración de Compostela*, conxunto de recomendacións para o tratamento informativo da violencia de xénero. Participou na coordinación dos manuais *Claves para unha información non sexista* (2010) e *Rompendo moldes. Áreas de especialización e xénero* (2011). A partir da súa tese de doutoramento, escribiu o libro *La prostitución en el espejo de los medios* (2019).

VICTORIA REY MARIÑO

É psicóloga e colaboradora en campañas de sensibilización en igualdade e prevención da violencia de xénero en múltiples institucións, e formadora de profesionais en perspectiva de xénero. Foi directora do CIM de Arteixo entre 2019 e 2022. Destaca deste período o traballo con mulleres vítimas da violencia de xénero como psicóloga. Na actualidade é docente de intervención sociocomunitaria.

