



GHID PENTRU
ACȚIUNE
ÎN CAZUL
VIOLENȚEI
DE GEN
ÎN CUPLU

m

Instituto de la Mujer
CASTILLA-LA MANCHA



Castilla-La Mancha



GHID PENTRU
ACȚIUNE
ÎN CAZUL
VIOLENȚEI
DE GEN
ÎN CUPLU

EDITAT DE:
INSTITUTUL PENTRU FEMEI
DIN CASTILLA-LA MANCHA

COPYRIGHT:
ENCLAVE FEMINISTA

DESIGN GRAFIC:
PABLO HUESO & A.C. S.L.

TIPĂRIT DE:
PINCELHADAS, S.L.

DEPOZIT LEGAL: M-23394-2019

.....

*“Siguranța și supraviețuirea
femeilor victime
ale violenței de gen sunt
strâns legate
de realizările și drepturile
pe care le obține
comunitatea femeilor.”*

.....

Ángeles Álvarez

Egalitatea între femei și bărbați este una dintre valorile cele mai apreciate ale democrației avansate, așa cum este cazul Spaniei și, în mod specific al Comunității Autonome Castilla-La Mancha. Totuși, chiar dacă egalitatea legală este un fapt care ar trebui să fie incontestabil, în prezent încă ne confruntăm cu un număr mare de bariere care diminuează caracterul efectiv al acestei egalități.

Aceste obstacole sunt expresii ale diferențelor structurale bazate pe gen – în special cele care generează violența de gen –și, așa cum s-a spus, acestea încă nu au fost depășite complet, ceea ce face ca femeile să nu se poată bucura pe deplin de drepturile și libertățile lor; de spațiul public și, în general, de drepturile omului.

Preocuparea cetățenilor față de violența exercitată asupra femeilor a generat o conștientizare din ce în ce mai mare în ceea ce privește cauzele și consecințele violenței de gen. Misoginismul care închide multe femei în colivia maltratării psihologice, fizice, sexuale, economice, în punctul de vedere al mediului etc., distruge în același timp viața multor alora fără niciun alt motiv decât acela că aparțin genului feminin, provocând și o pierdere ireparabilă a unei vieți, o mare suferință în rândul ființelor iubite, în special al copiilor lor care sunt și ei victime directe ale acestei violențe.

Acest scenariu de nedreptate social pentru femei aduce și prejudecii societății în ansamblu, dat fiind că discriminările și violența împiedică mai mult de jumătate din populație să își valorifice pe deplin capacitățile. De aceea, politicile de egalitate și cele care abordează în mod specific violența de gen sunt principalele instrumente pentru eliminarea impedimentelor din cauza cărora persistă situațiile de inegalitate și violență.

Din fericire, violența asupra femeilor și copiilor acestora nu mai este o problemă care să rămână ascunsă în mediul privat, al familiei; în schimb trebuie să fim conștienți că în numeroase cazuri aceasta continuă să fie ținută sub tăcere, fără a fi scoasă la lumină, fiind inclusiv normalizată și consolidată prin continuitatea stereotipurilor și rolurilor misogine.

Una dintre formele cele mai agresive de violență de gen este cea care se produce în mediul relațiilor de cuplu, fie prezente, fie anterioare, acestea fiind extrem de distructive pentru femei și fiicele și fiii acestora. Foarte îngrijorătoare este violența exercitată prin control, care este îndreptată asupra femeilor tinere, limitându-le autonomia în exercitarea personalității lor conform propriilor dorințe și așteptări. În acest sens, este de amintit răspândirea violenței de gen prin utilizarea TIC.

Dar nu trebuie uitate alte forme dramatice de violență misogină, precum traficul de femei și fete în scopul exploatării sexuale, hărțuirea sexuală sau hărțuirea

sexuală la locul de muncă, mutilarea genitală a femeilor, căsătoria forțată sau aranjată sau diferitele manifestări ale violenței sexuale care generează un nivel foarte ridicat de preocupare socială în ultimul timp.

În Castilla-La Mancha ne folosim de toate instrumentele legale pentru a combate violența de gen și misoginismul. Cu ajutorul Institutului pentru Femei, al specialiștilor și experților, asociațiilor de femei și organizațiilor feministe, în 2018, Parlamentele Regionale au aprobat în unanimitate, cu votul tuturor deputatelor și deputaților, Legea pentru o societate fără violență de gen.

Efortul nostru, al tuturor, ne-a permis următoarele realizări în ultimii ani:

- *Mai multe resurse și mai mult sprijin pentru femeile victime ale violenței de gen și pentru fiicele și fiii acestora.*
- *Mai multă educație și egalitate.*
- *Mai multă prevenție și conștientizare.*
- *Mai multă vizibilitate și atenție acordată violenței sexuale și altor manifestări ale violenței asupra femeilor.*

După trei ani de muncă și de parteneriate ale femeilor (alianzas de la sororidad), astăzi avem o lege curajoasă, cu măsuri identificabile și buget pentru aplicarea acestora, care recunoaște diverse manifestări ale violenței de gen și care încorporează orientarea marcată de Pactul de stat împotriva violenței de gen.

În acest context, se situează acest ghid care se dorește a fi un instrument util și flexibil pentru a înțelege ce este violența de gen, cum o identificăm și cum o putem combate. Aici veți găsi măsurile de prevenire a violenței de gen, precum și măsuri care sunt legate de intervenția necesară globală și specializată care ajută la deplina recuperare a victimelor.

Eliminarea violenței de gen este o responsabilitate a întregii societăți, inclusiv a bărbaților. Cei care se fac vinovați de maltratare, viol, agresiune, proxenetism, hărțuire etc... nu își au locul într-o societate decență ca cea din Castilla-La Mancha. Pentru a putea avansa către o societate mai echitabilă, echilibrată și incluzivă, este esențială încurajarea unei masculinități alternative modelului hegemonic.

Așa cum s-a spus, violența de gen are mai multe forme de manifestare, dar are un singur motiv: misoginismul, care perpetuează și legitimează violența; și are un singur responsabil: agresorul, dar nimic, absolut nimic nu justifică violența.

Araceli Martínez Esteban

Consilier adjunct și Director al Institutului pentru Femei.

**În fața
atrocităților
trebuie
să luăm
atitudine (...)
Tăcerea
încurajează
călăul.**

Elie Wiesel

Laureat al Premiul Nobel
pentru Pace

1986

„Prezentul ghid oferă informații și îndrumări în legătură cu violența de gen în relațiile de cuplu sau fostele relații de cuplu.

Cu toate acestea, serviciile asociate Institutului pentru Femei din Castilia-La Mancha acordă asistență și sprijin în cazul agresiunilor sexuale precum și în cazul celorlalte forme de violență de gen recunoscute în Legea 4/2018 din 8 octombrie, pentru o societate fără violență de gen în Castilia-La Mancha”.

CUPRINS

Ești o femeie aflată într-o situație de violență	1	13
Conceptele	1	15
Avertismente	1	18
Agresorul	1	20
Strategiile defensive ale agresorului	1	23
Etapele violenței	1	25
Caracteristicile psihosociale ale femeii care se confruntă cu violența de gen	1	26
Formele violenței de gen	1	28
Progresia violenței de gen	1	33
Piramida violenței de gen	1	34
„Semnele de avertizare”	1	36
Puzzle-ul controlului/puterii	1	38
Ciclul violenței	1	39
Lipsa de apărare învățată	1	42
Indicatori ai violenței	1	44
Alte forme de violență: hărțuirea	1	45
Ruleta dominării și controlului	1	46
Ruleta egalității	1	47
Mituri despre violența de gen	1	51
Ce este violul conjugal?	1	54

Ești o femeie aflată într-o situație de violență de gen

Când prietenul, soțul sau partenerul tău te lovește, te insultă, te amenință, te face să te simți umilită, incapabilă și inutilă...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ


Dacă nu te lasă să îți vezi familia sau să păstrezi relațiile cu prietenii...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă nu te lasă să lucrezi sau să studiezi...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă îți ia banii pe care îi câștigi sau nu îți dă ceea ce ai nevoie pentru necesitățile de bază ale familiei, atunci când ar putea face acest lucru...

2	59	Avantajele și riscurile separării
2	61	Intervenția psihologică
2	68	Capcana indiciilor false
2	70	Timpul, efortul și valoarea
2	71	Drepturile femeilor
2	72	Medierea familială
2	73	Medierea interzisă în situații de violență
2	77	Cum se acționează în cazul unei agresiuni
2	81	Apărarea juridică
2	99	Inițierea unui proces de dreptul familiei
2	106	Specialiștii
2	108	Acțiunile în cazul unui atac violent
2	110	Planificarea fugii
2	113	Măsuri de securitate
2	119	Familia
2	121	Copiii
2	124	Ce înseamnă răpirea copiilor de către unul dintre părinți?
2	130	Terapia amenințării Alienarea parentală (SAP)
3	135	Legea organică nr. 1/2004
3	137	Legea nr. 4/2018 din 8 octombrie pentru o societate fără violență de gen în Castilia-La Mancha
3	149	Resurse în cazul violenței de gen
3	151	Programele specializate ale Adunării Comunităților (Junta de Comunidades) din Castilia-La Mancha
4	171	Citate
	175	Bibliografie

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă te controlează, te hărțuiește și decide în locul tău...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă te desconsideră și îți desconsideră acțiunile...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă te pedepsește cu lipsa de comunicare verbală sau rămâne surd la manifestările tale...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă îți subminează autoritatea în fața copiilor, încurajându-i pe aceștia să nu te ia în seamă...

EȘTI O FEMEIE AFLATĂ ÎNTR-O SITUAȚIE DE VIOLENȚĂ

Dacă îți impune actul sexual.

Conceptele

VIOLENȚĂ

Din latină, derivat al lui „vis” - „forță”, „putere”. Se înțelege prin **violență** *constrângerea fizică sau psihică exercitată asupra unei persoane pentru a-i diminua voința și pentru a o obliga să execute un anumit act.*

“... Violența se exercită aproape întotdeauna pentru supunerea intenționată a celeilalte persoane. Agresorul dorește să îi impună celuiilalt punctul său de vedere. Victima violenței, în ceea ce o privește, este anulată în parte de personalitatea acestuia, într-o anumită măsură.”

Andrés Montero Gómez

Violența psihologică este:

„... cel mai greu de delimitat.

Este vorba de ceva mai grav decât o insultă.

Aceasta include:

- *Umilirea intensă și continuă.*
- *Amenințările cu violența fizică.*
- *Controlul și supravegherea constantă a acțiunilor celuiilalt.*
- *Schimbările de dispoziție fără sens.*
- *Dezaprobară continuă...”*

Javier Medina

„Diferența între agresiune și maltratare este definită de obiectiv. În timp ce agresiunea se definește prin leziunea pe care o provoacă, maltratarea poate fi descrisă prin cuvinte precum supunere, umilire, frică, sclavie etc.”

Citat de dr. Juan Antonio Cobo Plana

„În cazul maltratării, efectul cauzat depășește cu mult fapta fizică cauzatoare.”

Dr. Juan Antonio Cobo Plana

„Constituie abuz orice comportament menit să controleze și să subjuge o altă ființă umană prin recursul la frică și umilire și prin folosirea atacurilor fizice sau verbale.”

Susan Forward

„Agresiunea sadică, repetată și prelungită se produce mai ales în situații de captivitate. (...) în special atunci victima este prizonieră sau incapabilă de a scăpa de tirania călăului său și este subjugată prin forță fizică sau prin impuneri economice, legale, sociale sau psihologice.

(...) Lanțurile și zidurile căminului nu se văd clar, sunt aproape mereu invizibile, dar nu sunt mai puțin reale sau mai puțin insurmontabile.”

Luis Rojas Marcos

Opera perfectă a agresivității este situația în care victima ajunge să își admire călăul.

Victoria Sau

„Legile pot să stabilească principiile esențiale; (...) aceste cerințe fundamentale au puțină valoare dacă nu se adaugă impulsul imediat de a adapta circumstanțele sociale la legea promulgată în sensul egalității.”

Pérez del Campo Noriega, A. M.

„Reforma de dragul reformei are puține șanse de a soluționa problema violenței împotriva femeilor. Aceasta pot fi soluționate doar prin crearea de noi relații sociale, altele decât cele caracteristice societății patriarhale.”

Documentele Cecym (Centro de encuentros cultura y mujer)

„Violența împotriva femeii este un element principal care ilustrează vederile limitate în ceea ce privește drepturile omului și scoate în evidență politica de abuz împotriva femeilor.

- *Nu este o violență fortuită.*
- *Factorul risc este a fi femeie.*
- *Mesajul este dominarea: ori stai la locul tău ori trebuie să te temi.*
- *Violența împotriva femeilor este primordială pentru a menține acele relații politice în cămin, la locul de muncă și în toate sferile publice.”*

Lori Heise

1 Avertismente

Nu te lovește pentru că ești înaltă sau scundă, grasă sau slabă, mai inteligentă sau mai puțin inteligentă, cultă sau analfabetă...

te lovește pentru că ești femeie.

„Această dorință irațională de dominare, control și de putere asupra altei persoane este forța principală care alimentează violența domestică în cuplu.”

L. Rojas Marcos

- Ceea ce ți se întâmplă ție **li se întâmplă multor femei** din țara noastră și din întreaga lume.
- Acest fenomen se produce **în toate grupurile sociale**, indiferent de vârstă, clasă socială, religie sau rasă.
- Agresorii nu provin doar din sectoare marginale. Aceștia pot fi avocați, jurnaliști, polițiști, medici, judecători, politicieni, funcționari, militari etc.
- Bărbatul care lovește o femeie folosește violența ca un comportament eficient pentru a domina și a induce spaima.
- Agresorul are puternic interiorizate valorile tradiționale ale superiorității masculine.

- Violența este, în multe cazuri o încercare disperată de a recupera supremația pierdută în singurul mediu în care își poate exercita puterea cu impunitate.
- Agresorul este convins că îi aparține în exclusivitate și drept urmare, poate face cu tine ce dorește.
- În multe ocazii agresorul își justifică comportamentul violent atribuindu-l faptului că nu îi respecti dorințele sau nu îi acorzi atenția totală pe care o cere.
- Agresorul va încerca „să te educe” și să te „corecteze” pentru ca tu să joci rolul pe care el ți-l atribuie în cadrul căminului. Are o concepție rigidă, stereotipizată și sexistă despre masculinitate și feminitate.
- Victima de multe ori se culpabilizează, într-o situație care o dezorientează.
- Vei începe să trăiești în funcție de atacurile lui neașteptate de furie și de unele comportamente pe care nu le poți controla niciodată.
- Trebuie să știi că toate încercările tale de a îndrepta situația vor fi inutile.
- Nu ești vinovată de lipsa sa de control. **Ești cutia de rezonanță și victima frustrărilor sale.**

Agresorul

Concepte de bază

- Folosește violența cu scopul de a subjuga voința victimei.
- Axele pe care își bazează abuzurile domestice sunt determinate de vârstă și gen.
- Nu este bolnav mintal.
- Selectează victima și alege locul atacului.
- Are atitudini sexiste și credințe stereotipizate despre femei.
- Își vede amenințată în permanență puterea în mediul familial.
- Impune izolarea socială a mediului său familial, ca strategie pentru a afecta independența și stima de sine a celuilalt. Impunerea izolării în multe cazuri merge mai departe de latura psihologică și trece la imobilizarea fizică, existând situații de sechestrare în propriul cămin.
- Critică în mod constant cu scopul de a crea nesiguranță și de a încuraja dependența.
- Nu își asumă responsabilitatea acțiunilor sale violente și nici nu consideră că problema este a lui.
- Are o mare capacitate de persuasiune. Cu străinii folosește seducția pentru a-și impune criteriile.
- Raționalizează comportamentul său violent, îl justifică și îl minimizează.
- Utilizează orice tip de strategii pentru a atinge un singur scop: ca femeia să nu se îndepărteze sau ca aceasta să se întoarcă la el.
- Atribue problema comportamentului victimei, familiei, locului de muncă sau situației socioeconomice.
- Reprezintă o imagine socială opusă celei pe care o are în mediul privat.
- În afara casei poate fi educat, vesel, amabil, seducător, solidar, atent, respectuos.
- Una dintre strategiile sale este să convingă femeia că nu poate trăi fără el, când în realitate el este cel care depinde „funcțional” de ea.
- Își manipulează partenera exercitând controlul asupra bunurilor materiale.
- Folosește vizitele făcute copiilor pentru a se apropia de victimă sau de a continua să o maltrateze.
- Tinde să manipuleze și încearcă să seducă profesioniștii cu jocul său dublu.

- Înțelege echilibrul său emoțional ca un control absolut asupra celuilalt.
- Întotdeauna cere o nouă șansă.
- Folosește gelozia pentru a invada și controla viața femeii.
- Are în general antecedente de violență în familia sa de origine.
- Va repeta comportamentul violent în relațiile viitoare cu alte femei.

„Bărbatul violent nu se distinge de 'normalitatea masculină' generală. Poate fi simpatic, seducător, atractiv și 'manierat' cu atitudini de cetățean model. Astfel, se poate camufla și trece neobservat în lumea exterioară familiei sale, având doctorate universitare, fiind funcționar al Statului, profesor, psiholog, actor, judecător, antreprenor, muncitor, polițist, sportiv, politician, șomer, medic, bucătar sau om de știință”.

Graciela Ferreira

Strategiile defensive ale agresorului

Strategiile defensive folosite de către agresor dau rezultate excelente în **transferarea responsabilității pentru agresiune victimei**, provocând o **dublă victimizare** când afirmă că aceasta minte, că este nebună sau că l-a provocat.

JUSTIFICĂ

Își raționalizează atacurile în așa fel încât să pară că este bine ceea ce a făcut.

MINIMIZEAZĂ

Minimizează importanța agresiunii pentru a reuși să se distanțeze de răul provocat, argumentând că actul nu a fost atât de grav: **„Nu am lovit-o, doar am împins-o”**.

TRANSFERĂ PROBLEMA

Obişnuieşte să dea vina comportamentului său pe lipsa unui loc de muncă, pe cheltuielile în exces, pe problemele lui cu alcoolul etc. Cu acest mecanism transferă responsabilitatea problemelor în afara sa.

UITĂ

Dă asigurări că nu își amintește, că nu are cunoștință de ceea ce i se reproșează. Neagă vehement atacurile, folosind acest mecanism ca apărare pentru a diminua credibilitatea celor relatate de victimă.

RAȚIONALIZEAZĂ

Explică în mod coerent comportamentele și faptele. Explicația reală și motivul acestora nu vor fi admise de instanța morală a personalității dacă mediul social nu admite acele comportamentele ca fiind legitime.

PROIECTEAZĂ

Atribuie victimei responsabilitatea comportamentelor violente.

Etapele violenței



Incipientă

Amenințări, spargerea unor obiecte, necomunicare, ironii, ridiculizare.

Moderată

Împingere, prindere cu forță

Gravă

Pălmuire, înghiontire, lovire cu piciorul, tragere de păr, mușcăături, izolare, control, scuipare, lovituri care cauzează fracturi

Foarte gravă

Înecare, rănire cu obiecte contondente, viol, folosirea armelor, ardere, flagelare.

Fatală

Toate faptele cauzatoare de moarte.

Caracteristicile psihosociale ale femeii care se confruntă cu violența de gen

Aceste caracteristici trebuie să fie luate în considerare ca **sechele**, nu ca fiind prealabile maltratării

- Stimă de sine oscilantă.
- Interiorizare a misoginismului, de la dependența de bărbat și în general de toate figurile de autoritate.
- Frică.
- Stres.
- Șoc psihic acut.
- Criză de anxietate.
- Depresie.
- Dezorientare.

- Lipsă de comunicare și izolare provocată de continua neglijența social.
- Supunere/subordonare/dependență.
- Incertitudine.
- Îndoieli și indecizii prin blocarea mintală.
- Asumarea responsabilității evenimentelor (culpabilizare).
- Lipsa de motivare, lipsa speranței.
- Lipsa puterii reale pentru soluționarea problemei (neputință/Indecizie).
- Experiență și transmiterea rolurilor sexiste.
- În general, antecedente parentale de violență în familie.
- Capacitate redusă sau inexistentă de a lua decizii cu privire la viața de cuplu și la propria viață.
- Interiorizare redusă a valorilor sociale și democratice.
- Tulburări alimentare grave. (bulimie/anorexie).
- Tulburări de somn.
- Iritabilitate și reacții de indignare ieșite din context.

1

Formele violenței de gen

Tactici de presiune. Intimidează, manipulează copiii, amenință cu reținerea banilor.

Lipsa de respect. Întrerupe, nu ascultă, nu răspunde, manipulează interpretarea cuvintelor tale, îți apostrofează prietenii și familia. Nu îți respectă prietenii, nici părerile.

Abuz de autoritate și încredere. Îți invadează intimitatea, nu îți respectă corespondența, îți citește jurnalul, îți ascultă conversațiile telefonice. Îți interoghează pe copiii dumneavoastră în legătură cu la activitățile tale, te pedepsește cu tăcerea.

Nerespectarea promisiunilor. Nu respectă acordurile, nu își asumă responsabilitatea, nu colaborează la îngrijirea copiilor și nici nu ajută la treburile casnice.

Tiranie emoțională. Nu exprimă sentimente, nu oferă sprijin, nu îți respectă sentimentele.

Control economic. Îți refuză dreptul la muncă sau intervine în munca ta. Îți împiedică accesul la bani.

Comportament distructiv pentru personalitate. Abuzează de alcool sau de droguri. Amenință cu sinuciderea.

Izolare Te împiedică sau îți îngreunează vizitarea prietenilor sau familiei, îți controlează corespondența și apelurile telefonice, îți spune unde poți și unde nu poți merge.

Hărțuire Te sună mereu la telefon cu o dorință bolnavă de a te controla. Te urmărește

Intimidare. Gesturi de supărare, amenințătoare. Apropiere fizică intimidantă, aplicarea forței fizice. Țipete, conducerea nesăbuită a vehiculelor.

Distrugere. Distrugerea bunurilor, spargerea obiectelor de pereți.

Violență sexuală. Tratament degradant al sexului tău, constrângerea pentru întreținerea relațiilor sexuale împotriva voinței tale. (violul poate implica forța fizică sau nu)

Violență fizică. Lovire, înghiontire, tragere de păr, palmuire, mușcături, lovire cu picioarele, lovituri care cauzează fracturi osoase, schilodire, sucirea brațelor, împingere, încercări de strangulare, provocarea avorturilor, lovirea de pereți, aruncarea cu obiecte, folosirea armelor, arderea, uciderea.

Violența verbală.

Comentarii degradante, insulte, observații umilitoare cu privire la lipsa de atracție fizică, inferioritate sau incompetență. Țipete, insulte, acuze, ridiculizare, injurii, gesturi umilitoare.

Cu timpul **umilirea continuată distruge stima de sine și afectează demnitatea.** Femeia aflată într-o situație de violență de gen începe un proces de acceptare a criticii care se încheie cu o înțelegere și aprobare a violenței ca „pedeapsă pentru greșelile ei”.

Include și amenințări cu violența fizică și ieșiri verbale violente. Amenințările cu moartea sunt denunțate frecvent de către victimele violenței de gen. Este o metodă utilizată foarte mult de agresor, frecvent pusă în practică.

Violență emoțională.

Scopul este de a distruge stima de sine a victimei.

Aceasta include:

- Distrugerea obiectelor cu o valoare sentimentală specială.
- Maltratarea animalelor domestice.
- Privarea de nevoile de bază (alimente, somn...).
- Insistență în considerarea victimei ca fiind nebună, incapabilă sau inutilă.
- Învinovățirea victimei pentru tot ce se întâmplă.
- Ignorarea prezenței acesteia.
- Privirea victimei cu dispreț.
- Manifestarea geloziei și suspiciunilor continue.
- Faptul că lasă victima să îl aștepte și nu se prezintă la întâlnirile cu ea.
- Absența oricăror explicații pentru orice evenimente.
- Minciuna.
- Împingerea victimei către sinucidere și/sau amenințarea cu propria sinucidere.
- Tratarea victimei ca pe un copil.
- Alternanța între elogiul și umiliri.
- Oferirea de cadouri și luarea acestora înapoi.
- Discreditarea victimei în fața copiilor.

- Agresorul îi cere victimei să îi ghicească gândurile, dorințele sau nevoile.
- Trântirea ușilor.
- Căutatul prin sertarele și lucrurile personale ale victimei.
- Deschiderea corespondenței personale și ascultarea conversațiilor telefonice.

Efectul este cumulativ și reiterarea acestuia, cu timpul, are consecințe distructive pentru personalitatea victimei.

Violență economică.

Se petrece înainte de controlarea resurselor economice.

Agresorul în general are contribuții insuficiente pentru întreținerea nevoilor familiei și o acuză pe femeie de „incompetență”, acuzând-o că nu „administrează” adecvat.

O împiedică pe femeie să participe la luarea deciziilor cu privire la cheltuirea banilor.

Violență socială.

Controlează relațiile externe (familia, prietenii, convorbirile telefonice)

Sabotează întâlnirile cu familia.

Îi interzice victimei să-l însoțească la activități sau impune prezența sa cu forța.

Nu se face responsabil de copii.

Se victimizează în public, spunând că ea îl maltratează.

Denunță victima la poliție.

Include controlul constant în activități și provoacă victima să se autoizoleze pentru a nu-l înfuria pe agresor și astfel a evita "să iasă în evidență" în fața pretențiilor sau familiei.

Victima începe să dea socoteală pentru fiecare mișcare.

Rezultatul pentru victimă este umilirea publică și autoizolarea.

Violența în cuplu nu începe dintr-o dată

Procesul prezintă mecanisme de ascensiune progresivă.

Tacticile de control ale agresorului pot fi diferite, iar evoluția către violența de gen este de obicei mai lentă, astfel încât semnele de identificare se estompează până când recunoașterea lor este foarte dificilă.

La începutul relației controlul va fi mai puțin sever și va fi camuflat de „bune intenții”, ceea ce face dificilă identificarea clară a acestuia.

Aceste comportamente aproape întotdeauna ajung să te transforme într-o victimă a violenței de gen.

Progresia violentei de gen



Piramida violenței de gen

Urcare

Pregătirea dependenței și izolarea

Există o gamă largă de tactici de coerciție precum: controlul economic, te convinge să renunți la locul tău de muncă, să te îndepărtezi de toți cei care ar putea să te sprijine.

Îți „sugerează” că petreci prea mult timp cu prietenii sau cu familia ta și puțin timp cu el.

Punct culminant

Afirmarea cu forța a dominării

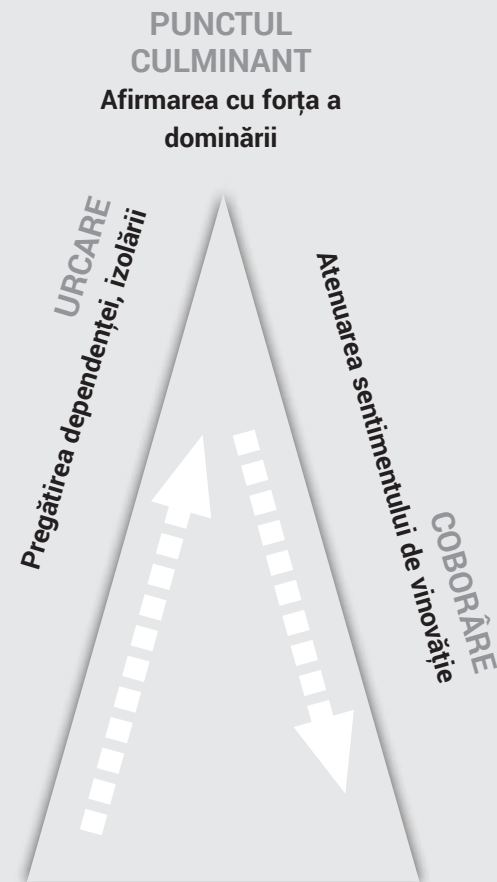
Este o reacție intensă de forță menită să sperie și să stabilească definitiv controlul. Este de obicei o agresiune fizică și folosirea amenințărilor grave, sau distrugerea obiectelor comune sau ale tale.

Coborâre

Regretul

Este procesul care încearcă să atenueze sentimentul de vinovăție. Provoacă dezorientare și creează așteptări false ale victimei.

Piramida violenței de gen



„Semnele de avertizare”

Învață să observi și să detectezi comportamentele care vor determina procesul de creare a unei relații violente răspunzându-ți la aceste întrebări:

	DA	NU	CÂTEODATĂ
1. Îmi controlează timpul în general.			
2. Este gelos și posesiv.			
3. Mă acuză că sunt infidelă și că flirtez.			
4. Mă descurajează constant să ies în oraș sau să păstrez legătura cu prietenii sau familia.			
5. Nu vrea ca eu să studiez.			
6. Nu vrea să lucrez.			
7. Îmi controlează cheltuielile și mă obligă să dau explicații pentru ele.			
8. Mă umilește în fața celorlalți.			
9. Sparge și distruge obiecte cu valoare sentimentală.			
10. Mă amenință.			
11. Mă rănește.			
12. Mă forțează să întrețin relații sexuale.			
13. Rănește animalele de companie.			
14. Mă discreditează în fața copiilor.			
15. Concurează cu copiii pentru atenția mea.			

Dacă ai răspuns afirmativ:
DA, CÂTEODATĂ la căsuțele **1, 2, 3**
**Te afli în proces de început spre
posibile maltratări.**

Dacă ai răspuns afirmativ:
DA, CÂTEODATĂ la căsuțele **4, 5, 6**
**Te afli în proces de pregătire a
dependenței.**

Dacă ai răspuns afirmativ:
DA, CÂTEODATĂ la căsuțele **6, 7**
Te afli în proces de control economic.

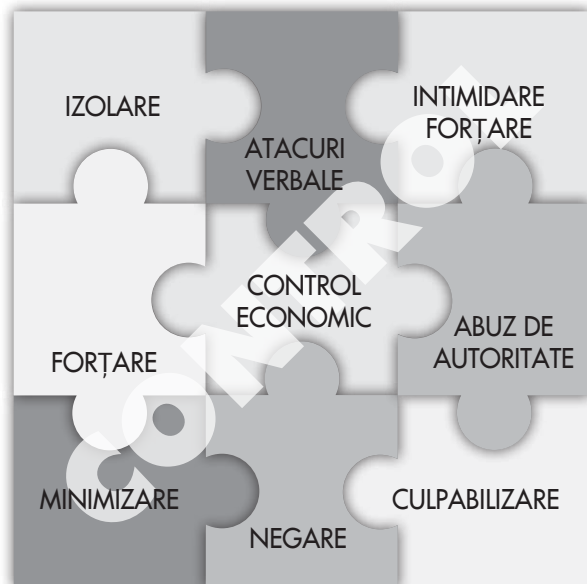
Dacă ai răspuns afirmativ:
DA, CÂTEODATĂ la căsuțele **8, 9, 10,
11**
**Te afli în proces de maltratare
foarte gravă.**

Dacă ai răspuns afirmativ:
DA, CÂTEODATĂ la căsuțele **12**
Ești abuzată sexual.

Dacă ai răspuns afirmativ:
DA, CÂTEODATĂ la căsuțele **13, 14, 15**
**Te afli în situație de maltratare
psihologică/emoțională.**

1 Puzzle-ul controlului/ puterii. Comportamente menite să configureze mecanismul de control

- Izolare.
- Atacuri verbale.
- Intimidare.
- Forțare.
- Control economic.
- Abuz de autoritate.
- Minimizare/negare/culpabilizare.



1 Ciclu violenței

Aceste ciclu are loc în procese mai scurte de timp pe măsură ce se repetă comportamentele violente.

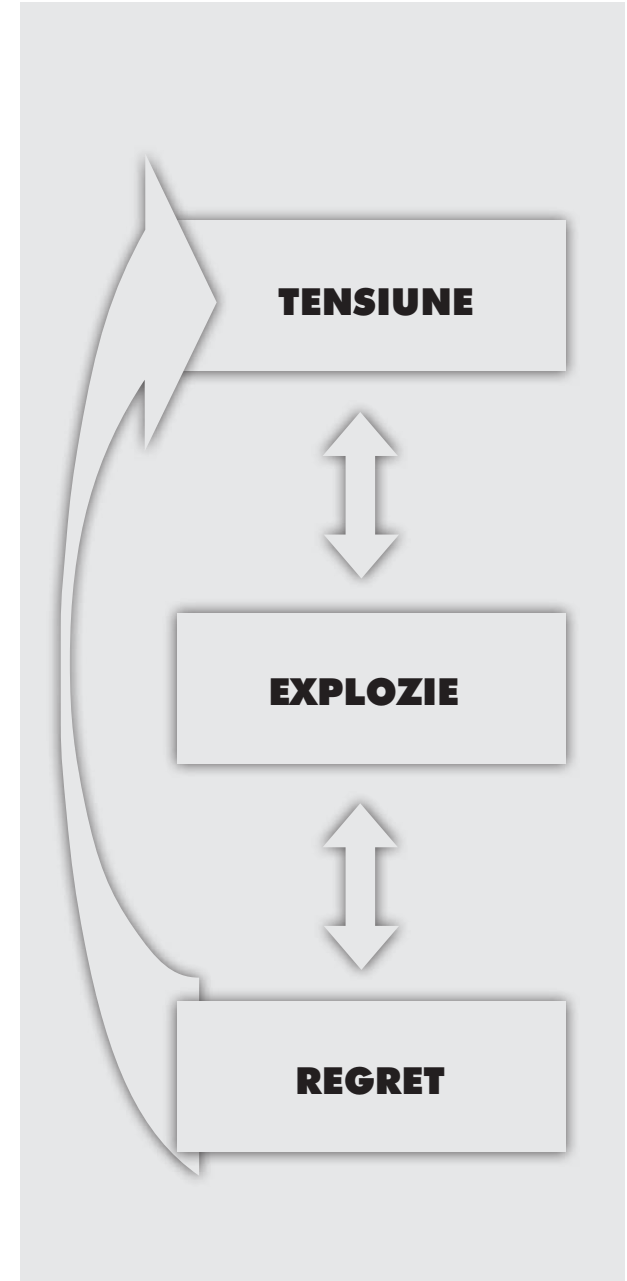
Procesul de regret are loc doar la primele ocazii în care s-a produs agresiunea.

Pe măsură ce ai acceptat acest joc cinic ale regretului, acesta se scurtează până dispare complet.

În acest moment impunitatea agresorului va fi totală, iar riscul pentru integritatea ta va fi maxim. Violența va apărea dintr-o dată fără vreo justificare sau control din partea ta.

În procesul de violență
este important să-ți
amintești că atacurile
vor fi tot mai frecvente
**mai intense și mai
periculoase,**
că acest ciclu
este de neoprit

TENSIUNEA	VIOLENȚA FIZICĂ	REGRETELE (etapa manipulării afective)
Se detectează atunci când se observă schimbări neprevăzute și bruște în starea de spirit.	Descărcare necontrolată a tensiunii acumulate în prima fază.	Bărbatul cere iertare și promite că nu va mai fi violent.
•	•	•
Sunt reacții agresive la frustrările sale sau la orice stare de disconfort.	Se termină când, odată descărcată tensiunea, se ia act de gravitatea faptelor.	Recunoașterea vinei.
•	•	•
Este etapa cu cea mai scurtă durată dintre cele trei.	Primele dăți se justifică eliminând importanța agresiunii, negând incidentul sau căutând explicații pentru aceasta.	Renașterea relației.
•	•	•
		Femeia iartă pentru că crede că așa va fi, chiar dacă în sinea sa se teme că se va repeta.
		•
		Această fază dispare progresiv pe măsură ce crește din nou tensiunea și se reproduce ciclul.



Lipsa de apărare învățată

Te-ai întrebat vreodată de ce nu ești capabilă să reacționezi în fața unei situații pe care o trăiești?

Lipsa de apărare este un aspect studiat de Martin Seligman, pentru a înțelege procesele din cauza cărora o persoană este incapabilă să reacționeze în fața situațiilor dureroase pentru aceasta.

Teoria sa se bazează pe ideea că persoana se inhibă și se transformă într-un subiect pasiv, când acțiunile pentru modificarea lucrurilor nu produc obiectivul prevăzut.

În general, femeile afectate de violență sunt incapabile să se ajute singure. Aceasta este consecința consumului psihologic care provoacă continua expunere la violență și la dispreț.

Expresia „lipsă de apărare învățată” este traducerea unui cuvânt din limba engleză, „helplessness”, a cărui semnificație exactă ar fi: lipsa de ajutor sau resurse, lipsa sprijinului celorlalți sau incapacitatea de a se ajuta singur.

„La lipsa de apărare se ajunge când: victima este expusă la pericole fizice și nu este avertizată sau ajutată să le evite, i se dau multe sarcini, este catalogată ca fiind neîndemânică, neglijentă, ignorantă etc; lipsa afecțiunii împreună cu repetarea și prelungirea în timp a atitudinilor depreciațive, însoțite de schimbări bruște de dispoziție, se compară doar cu unele torturi.”

D. Miguel Lorente Acosta

Incapacitatea ta de a reacționa este o consecință a deteriorării psihologice pe care o produce violența. Trebuie să știi că în general un este suficientă decizia ta pentru a pune capăt violenței, trebuie să ceri ajutor specialiștilor pentru a ieși din această situație.

Nu uita că

**AI DREPTUL DE A PRIMI
AJUTOR**

Indicatorii violenței

Indicatorii fizici

- Echimoze, laceratii, arsuri, semne de mușcătură umană, fracturi (în special la nivelul nasului, dinților, mandibulei)
- Bătăi în timpul sarcinii, maltratare fizică/psihică a copiilor.

Indicatori medicali

- Tensiunea (dureri cronice: de cap, spate, tulburări gastrointestinale, tulburări de somn, epuizare)
- Neliniște (aritmii, hiperventilație, atacuri de panică)
- Depresie, tentative de suicid.
- Alcoolism și alte dependențe de substanțe.

Indicatorii profesionali

- Productivitate scăzută.
- Întârzieri obișnuite și absenteism cronic.
- Pierderi sistematice ale locului de muncă.

Alte forme de violență: hărțuirea

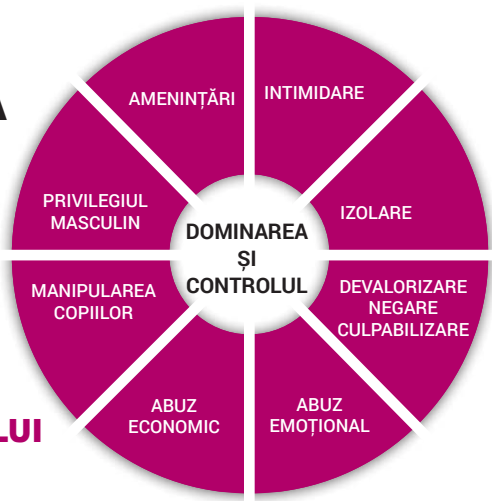
Este o infracțiune care include persecuția continuă și abuzul și hărțuirea intenționată a unei persoane, pentru ca acea persoană să simtă teamă pentru propria siguranță.

Agresorii:

- Încearcă să exercite controlul și puterea asupra altor persoane.
- Au o obsesie emoțională față de victimă.
- Recurg la hărțuire ca formă de contact.
- Nu se identifică întotdeauna; uneori acționează din spatele anonimului unui apel telefonic sau al unei scrisori nesemnate.
- Încearcă să instaureze spaima.
- Unii își urmăresc victimele în public (casa, locul de muncă).
- Alții comunică cu victimele lor prin telefon, fax, e-mail sau trimițând scrisori sau cadouri nedorite. Hărțuirea poate fi considerată o tactică în plus a agresorului care abuzează.
- Pot exista situații de hărțuire în timpul relației și sunt frecvente după despărțire.
- Provoacă neliniști, hipervigilență și alte patologii legate de frică.

CU VIOLENȚĂ

RULETA DOMINĂRII ȘI CONTROLULUI



AMENINȚĂRI

Te sperie că îți face rău sau că îți ia copiii. Amenință că te părăsește, că se sinucide sau că te denunță pe nedrept. Te obligă să îți retragi plângerile depuse. Te obligă să ascuți până la supunere totală.

INTIMIDARE

Îți provoacă frică prin privire, acțiuni sau gesturi. Distruge obiecte Te intimidează distrugându-ți obiectele personale, maltratând animalele din casă. Te șantajează. Folosește arme

ABUZ EMOTIONAL

Te face să te simți inferioară, rea sau vinovată. Te ridiculizează, te insultă și te jig-nește. Ți se adresează prin porecle și apelative. Te derutează, te umilește, țipă. Te supraveghează Te face să crezi că ești nebună. Te ignoră, nu îți răspunde.

IZOLARE

Controlează ce faci, cu cine te întâlnești, cu cine vorbești, ce citești și unde mergi. Cu scuza că este gelos, îți interzice să ieși în oraș. Face ca nimeni să nu te viziteze și te lasă fără contacte sociale sau familiale.

DEVALORIZARE, NEGARE, CULPABILIZARE

Nu ia în serios plângerile tale cu privire la maltratare. Neagă existența abuzurilor. Te învinuiește pe tine că „ai provocat” comportamentul său violent. Te tratează ca pe o ignorantă. Te folosește ca obiect sexual.

MANIPULAREA COPIILOR

Te face să te simți vinovată pentru comportamentele copiilor, îi folosește ca ostacii pentru a menține controlul. Maltratează sau abuzează copiii. Folosește regimul de vizită pentru a te hărțui sau maltrata.

ABUZ ECONOMIC

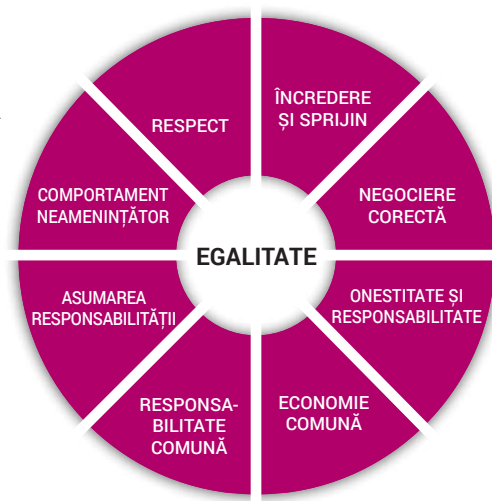
Nu te lasă să lucrezi sau te face să-ți pierzi slujba. Te obligă să ceri bani ca o pomană. Nu îți dă cele necesare pentru copii. Îți ia banii pe care îi câștigi. Nu te informează cu privire la cheltuielile familiei sau te împiedică să ai acces la acestea.

PRIVILEGIUL MASCULIN

Te tratează ca pe o servitoare. Nu te lasă să iei decizii importante. Acționează ca stăpân al casei. Indică ceea ce poate face un bărbat și ceea ce poate face o femeie. Nu participă la treburile casei sau la creșterea copiilor.

FĂRĂ VIOLENȚĂ

RULETA EGALITĂȚII



NEGOCIERE CORECTĂ

Ține cont de punctul tău de vedere. În fața unei problema caută soluții adecvate pentru ambele părți. Este dispus să facă schimbări și să ajungă la un acord.

COMPORTAMENT NEAMENINȚĂTOR

Acționează și vorbește în așa fel încât să te simți sigură și confortabilă să îți rezolvi problemele personale. Te poți exprima liber fără teama de represalii.

RESPECT

Te ascultă fără să te judece, te sprijină și înțelege. Recunoaște și apreciază părerile tale, deciziile, spațiul tău, timpul tău, abilitățile, eforturile și munca ta.

ÎNCREDERE ȘI SPRIJIN

Te sprijină în proiectele tale. Îți respectă sentimentele, activitățile, prietenii și convingerile. Niciodată nu te discreditează în fața copiilor.

ONESTITATE ȘI RESPONSABILITATE

Acceptă responsabilitatea pentru consecințele acțiunilor sale. Recunoaște când acționează cu violență. Își recunoaște greșelile. Acceptă o comunicare deschisă și reală.

ASUMAREA RESPONSABILITĂȚII

Împarte responsabilitățile față de copii cu afecțiune și mulțumire. Este un model de comportament pentru copii acționând pozitiv și fără violență.

RESPONSABILITATE COMUNĂ

Ajunge la un acord pentru o corectă distribuirea sarcinilor casnice. Iau împreună deciziile legate de familia și sunt orientați spre echitate.

ECONOMIE COMUNĂ

Ia împreună cu tine decizii cu privire la banii comuni. Se asigură că acordurile economice sunt benefice pentru ambele părți. Vorbește și acționează cu claritate și cu onestitate.

Material din cadrul „Texas Council of Family and Violence” & “Domestic Abuse Intervention Project”. Prima adaptare Graciela Ferreira. Pentru această ediție Angeles Álvarez.

*Minciuni
și artificii
ale
sistemului*

Mituri despre violența de gen

SE SPUNE: *Violența față de femei este rară și izolată.*

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: La fiecare cincisprezece secunde o femeie este maltrată, Violența de gen este cea mai importantă cauză a leziunilor în cazul femeilor; are o incidență mai mare decât violența de stradă, asalturile sau accidentele de mașină. Între trei și patru milioane de femei sunt maltratate anual.

SE SPUNE: *Femeilor le place abuzul, altfel, ar pleca.*

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Niciunei femei nu-i place degradarea și umilirea dintr-o relație violentă. Dar multe femei nu au alternativă. Nu au un loc unde să se refugieze și nu au resurse economice proprii. Și multe au parte de amenințări de intensificare a violenței dacă încearcă să plece.

SE SPUNE: *Violența față de femei are loc cu precădere în familiile cu venituri mici și în cele ale minorităților etnice.*

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Violența în familie este transversală pentru că a afectat persoane de orice rasă, clasă și nivel cultural. Serviciile sociale observă un număr proporțional mai mare de femei cu venituri mici pentru că femeile cu venituri medii recurg la serviciile private.

SE SPUNE: Nu se poate ieși din relațiile abuzive.

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Femeile se pot elibera, ele însele, de relațiile abuzive, când își descoperă propria forță și se folosesc de resursele comunității care oferă medii sigure.

SE SPUNE: Agresiunile fizice pun mai mult în pericol sănătatea psihologică a victimei.

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Constrângerea psihologică afectează funcționarea normală a femeii la fel de mult ca agresiunea fizică.

SE SPUNE: Femeile au probleme mai importante decât cele generate de violența de gen.

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Această violență presupune cauza cea mai comună a leziunilor la femei, incluzând aici furturile, accidentele de mașină și violurile. Integritatea personală este problema cea mai serioasă.

SE SPUNE: Cu timpul, problemele violenței de gen se rezolvă.

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Cu cât este mai lungă durata în care femeile sunt expuse la această violență, cu atât mai grave vor fi sechelele psihologice și mai mici posibilitățile sale de recuperare. Nu de puține ori, sechelele psihologice vor deveni cronice și probabil ireversibile.

SE SPUNE: Violența de gen este un incident derivat dintr-o pierdere de control pe moment.

AR TREBUI SĂ SE SPUNĂ: Agresorii folosesc agresiunile, amenințările, intimidările și abuzul psihologic pentru a face presiuni și pentru a controla victima. Agresiunea fizică nu poate fi continuă, dar rămâne un factor ascuns și constant de intimidare. Agresorii sunt selectivi în exercitarea violenței, ceea ce demonstrează că sunt capabili să se controleze în orice altă situație cu străinii.

Ce este violul conjugal?

Violul conjugal este termenul care se folosește pentru a descrie actele sexuale fără consimțământ între o femeie și partenerul său.

Este un viol dacă partenerul tău folosește forța, amenințările sau intimidarea pentru a te supune la orice act sexual.

Este o infracțiune

De ce acest viol provoacă atât de mult rău femeii?

Femeile care sunt violate de cineva cu care își împart viața, căminul și familia suferă răni psihologice adânci. Nu sunt violate doar sexual ci le sunt violate și trădate relațiile intime.

Victimele violului conjugal trebuie să facă față unei profunde lipse de încredere în partenerii lor, o senzație acută de spaimă, lipsă de încredere în ele și în realitatea înconjurătoare că atacurile sexuale s-ar putea repeta.

MITURI despre violul conjugal

MIT: „Violul conjugal nu este atât de grav precum violul comis de un străin; este vorba doar despre faptul că ea nu are vrea iar celălalt insistă.”

Realitatea: Violul conjugal este atât violent, cât și degradant și de multe ori mai traumatizant decât violul comis de un străin. Câteodată este comis brutal și brusc, chiar și în fața altor persoane.

MIT: „Violul conjugal nu este jignitor, dat fiind faptul că au întreținut relații sexuale anterior. Ce contează încă o dată?”

Realitatea: O persoană violată de un străin trebuie să trăiască cu amintirea acelei experiențe. O persoană violată de partenerul său trebuie să trăiască cu violatorul. Încrederea și intimitatea în cuplu sunt distruse când cel care a promis iubire și grijă comite un act atât de brutal și violent.

MIT: „Când cineva se căsătorește, consimțământul pentru actul sexual face parte din contractul matrimonial.”

Realitatea: Exprimarea sexuală a iubirii este un lucru, contactul sexual forțat și brutal este altceva. Căsătoria nu autorizează exercitarea violenței sexuale în relația de cuplu. Forțarea unei relații sexuale, este ÎNTOTDEAUNA o infracțiune.

MIT: „Dacă se permite deschiderea proceselor pentru viol conjugal, mulți bărbați nevinovați vor fi acuzați de viol de partenerele lor care vor să se răzbune și care doresc să obțină avantaje materiale mai mari în cazul separării sau divorțului.”

Realitatea: Acest mit se bazează pe credința complet greșită că unele femei sunt consumate de dorința de răzbunare și sunt dispuse să treacă prin tot ce înseamnă un proces pentru a se răzbuna pe partenerului lor. Sistemul nostru juridic are mecanisme riguroase pentru a determina veridicitatea unei plângeri. De ce trebuie tratat violul conjugal diferit?

MIT: „Violul conjugal este cuvântul unuia împotriva celuilalt”

Realitatea: Dificultatea procesului nu trebuie să fie determinantă atunci când s-a comis o infracțiune.

Abuzul asupra minorilor și incestul sunt de asemenea dificil de dovedit, totuși sunt cercetate și judecate.

*Pentru
afecțiunile
grave,
remediile sunt
pe măsură.*

Hipocrate

Avantajele și riscurile separării

Fiecare decizie pe care o iei pentru a pune capăt violenței de gen presupune unele riscuri/beneficii pe care trebuie să le cunoști.

Există multiple avantaje, dar agresorul va pune multe obstacole ruperii relației. Compară circumstanțele pe care trebuie să le cunoști pentru a le evalua și astfel a reduce riscurile.

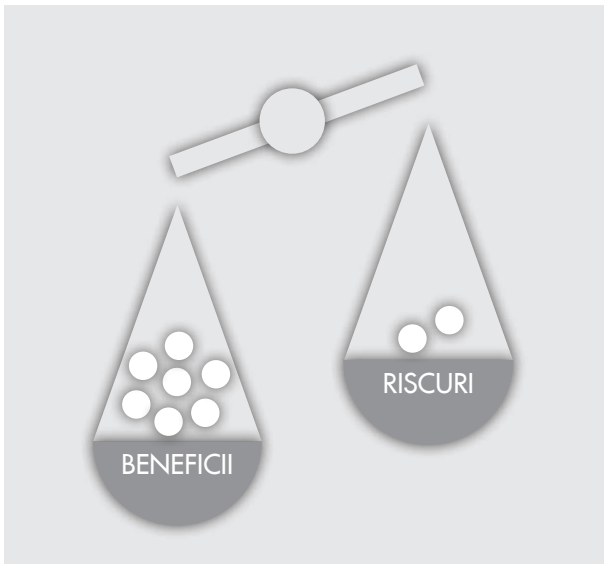
Avantaje

- Pune capăt abuzului și umilirii.
- Lasă în urmă frica și pericolul.
- Recuperează-ți sănătatea.
- Salvează-ți copiii de la această viață violentă.
- Recuperează-ți încrederea și respectul față de tine.
- Recuperează-ți autoritatea în fața copiilor.
- Învăță să fii liberă și responsabilă.
- Trăiește independentă și liniștită.
- Reconstruiește speranța unui proiect pentru o viață mai bună.
- Primește sprijin și solidaritate.
- Întoarce-te la familia și la prietenii tăi.
- Nu mai trăi controlată.
- Cunoaște oameni noi și ieși din izolare.
- Trăiește și bucură-te fără a fi nevoită să ceri voie și fără a te simți vinovată.

- **Invită** oameni acasă la tine.
- **Ajută** alte femei aflate într-o situație de violență de gen.

Riscuri

- Riscul de amplificare a amenințărilor și violenței fizice.
- Riscul de hărțuire continuată.
- Riscul de vătămări grave.
- Riscul de răpire a copiilor.
- Riscul de pierdere a căminului, a bunurilor personale.
- Riscul de reducere a nivelului de trai.
- Riscul de a nu fi crezută.
- Riscul de a fi presată de familie pentru a nu continua procesul.
- Riscul de a fi culpabilizată.



Intervenția psihologică

Ai făcut primul pas devenind conștientă de faptul că situația ta este nedreaptă.

Cel de-al doilea constă în a ști că situația ta nu este inevitabilă, dar din această violență nu se poate ieși fără ajutor psihologic.

Există mulți terapeuți și multe tipuri de consiliere psihologică.

Trebuie să ai încredere în specialiști care să te învețe care este procesul pentru a ieși din consumul psihologic și social la care te-a adus această violență.

Situațiile pe care le-ai trăit provoacă sechele traumatice la nivel emoțional, cognitiv și comportamental pe care trebuie să le modifici.

Acum trebuie să înveți să interiorizezi comportamentele și rolurile de egalitate care te ajută să nu te mai afli în situații similare.

Eradicarea ciclului de violență se face prin vindecarea sindromului victimizării. Dacă nu te desprinzi de rolul tău de victimă, întotdeauna va apărea alt călău. Persoanele supuse repetat la această violență fizică sau psihologică tind să repete modelul învățat.

Recuperează-ți forțele. **Nu te abandona.**

Nu renunța.

Cere ajutor, încearcă din nou și din nou. Data viitoare poate găsești ceea ce cauți.

Serviciile de asistență integrală pentru femei aflate într-o situație de violență de gen îți pun la dispoziție domenii de intervenție juridică, psihologică, de formare, de conviețuire și de muncă socială care se vor ajuta să umpli acele goluri provocate de această violență.

Intervenția psihologică are ca scop

Recuperarea în urma afecțiunilor psihologice.

Reducerea impulsivității (anxietate, hiperactivitate), simptomatologia depresivă, creșterea stimei de sine și tolerarea frustrării.

Obținerea autonomiei și independenței față de figura masculină.

Modificarea relațiilor mamă-fiu denaturate de situația de violență.

Interiorizarea rolurilor de egalitate care dezvoltă autonomia și independența ta personală și te ajută în învățarea comportamentelor de competență socială.

Vei învăța să nu fii vulnerabilă în situațiile viitoare de lipsă de apărare.

Prima premisă este lucrul cu voința femeilor, liberă de alte condiționări.

Drept urmare, nu vor putea beneficia de astfel de sprijin cele care suferă de patologii severe sau dependențe active, precum:

- alcoolismul
- dependența de droguri
- jocurile de noroc etc.

Într-o astfel de situație, este nevoie de tratarea în prealabil a fiecărui caz (separat) înainte ca victimele să intre în programul de recuperare.

„...dacă asistența nu este însoțită de o politică feministă care să includă o gamă de proiecte și propuneri clar orientate spre eliminarea oprimării de gen, există riscul ca acestea să se reducă la serviciile de asistență care pot doar, în cele mai bune cazuri, să ajute unele femei în a limita violența din viețile lor”.

Marta Fontela y Magui Belloti.

Sprijinul psihologic

Te afli pe mâini bune când:

- Ești făcută să te simți comodă și sigură.
- Ești ascultată.
- Există empatie cu tine.
- Există sensibilitate față de ceea ce simți și ceea ce ai nevoie.
- Ești ghidată activ spre schimbarea comportamentului tău într-o formă constructivă.
- Simți că există un feedback.
- Sunt activate sisteme pentru ca tu să fii protejată.
- Se oferă credibilitate relatărilor tale despre maltratare și agresiune.
- Nu există o atitudine paternalistă, ci una de tratament de la egal la egal.

Nu te afli pe mâini bune când:

- Îți este judecat comportamentul.
- Relatările tale nu sunt crezute.
- Ești făcută să te simți așa cum te face să te simți partenerul tău (abuz de putere, manipulare emoțională)
- Ești învinovățită pentru ceea ce se întâmplă.
- Ești acuzată că ai provocat faptele.
- Independența ta nu este stimulată.
- Frica și teroarea ta nu sunt înțelese.
- Ți se cere să ai răbdare cu agresorul.
- Consecințele maltratării sunt subestimate.
- Nu ți se oferă informații.
- Există p credință în rolurile tradiționale impuse femeilor.
- Tratamentul se prelungește, iar onorariile sunt excesive.
- Ești sfătuită să nu îl denunți pe agresor.
- Ești sfătuită să apelezi la terapia de cuplu.
- Ți se propun medieri.

O tactică ...



Autoafirmare

În loc să spui:

„Eu pot”,

Spune:

„Voi încerca”.

În loc să spui:

*„Sunt o proastă,
o idioată, o lașă”,*

Spune:

*“Învăț mute lucruri,
este normal să
greșesc”*

G. G. Ferreira.

... și o clarificare



„Fericirea este în tine”

Nu căuta ca celălalt să-ți ofere fericirea, este inutil...nu o poate face.

Îți poți împărtăși fericirea cu celălalt, dar nu-i poți oferi fericire dacă celălalt nu o are.

A fi fericit înseamnă a te simți bine cu tine propria persoană, și acest lucru este ceva personal, care nu se poate transfera. Dacă tu te iubești, te vor iubi și ceilalți”.

Ana M^a Pérez del Campo.

1 Capcana indiciilor false

«Unicul tratament terapeutic cu agresorii sexiști este cel preventiv, adică să-i împiedici să ajungă violenți sexiști».

Rojas Marcos

Nu te lăsa sedusă de promisiuni care nu se pot îndeplini.

Când violența a depășit mediul privat (în cazul denunțurilor...), iar agresorul percepe că vrei să intențezi o acțiune pentru a ieși din situația de abuz, vor începe promisiunile de schimbare.

Este foarte periculos să accepți acest joc pentru că îi vei da argumente pentru a nu se simți responsabil pentru acțiunile sale și îți vei crea speranțe că se va schimba dacă modifică comportamente care de fapt nu reprezintă cauza maltratării tale.

Capcana florilor.

Șantaj menite să te face să te întorci. Va fi din nou amabil, seducător și va face pentru un timp tot ceea ce în mod normal refuză să facă. De exemplu „te va duce” la film dacă îți place, va ieși mai puțin cu prietenii lui, îți va face cadouri.

Capcana spiritualității.

Promite schimbări, de exemplu, dacă este catolic vizitează biserica frecvent lăsând să se înțeleagă că schimbarea sa stă în mâna lui Dumnezeu.

Capcana abstenenței

„Dacă va renunța la alcool, va renunța să mă mai bată” dacă, în plus este alcoolic promite chiar să înceapă tratament de dezintoxicare făcându-te să crezi că te lovește din cauza alcoolului. Acest lucru nu este adevărat, alcoolismul este o dependență care nu generează în sine violența.

Capcana tatălui excelent.

Își schimbă comportamentul față de copii, are grijă de ei și le face cadouri în încercarea de a-i manipula. Nu uita că a fi un tată bun înseamnă a fi implicat în educația și dezvoltarea copiilor continuu și echilibrat fără a folosi șantajul.

Capcana tratamentului pentru agresori.

Unii bărbați violenți încep tratamente cu scopul ca tu să te întorci.

Doar 1% dintre aceștia recurg voluntar la terapii fără condiții.

În toate cazurile în care îți promite schimbări de comportament, nu trebuie să uiți că nu trebuie să îți pună condiții: este foarte obișnuit ca agresorii să propună începerea tratamentelor dacă tu te întorci. Aceasta este o capcană și un șantaj care îi va da forță dacă vei consimți.

Timpul, efortul și valoarea

La început terapia este dureroasă. Este nevoie să îți amintești răul suferit pentru a-l putea depăși. Nu renunța.

Nu încerca să rezolvi într-o zi ceea ce a însemnat ani de suferință și degradare personală.

Ai răbdare în procesul de învățare pe care l-ai început.

Sarcina este dificilă, dar nu imposibilă. Fiecare pas pe care îl faci îți va permite să descoperi o viață diferită și pe care o poți aștepta cu nerăbdare.

Când începi procesul de recuperare:

Vei simți contradicție, frică, rușine, te vei simți vinovată, dezamăgită și nu doar o dată vei dori să te întorci din drumul pe care ai pornit.

Ți se vor transmite mesaje că ești singură și fără sprijin.

Apără-ți drepturile alături de alte femei. Ai nevoie să te redresezi ca persoană și ca femeie.

Drepturile femeilor

Ca femei, în relațiile noastre personale avem dreptul:

De a cere să se țină cont de punctele noastre de vedere și să ne fie respectate deciziile care ne afectează individual.

-
De a ne exprima fără teama de represalii.

-
De a fi ascultate, sprijinite și înțelese.

-
De a se ține seama de opiniile noastre, spațiul nostru, timpul nostru și munca noastră.

-
De a împărți deciziile și responsabilitățile de zi cu zi.

-
De a distribui sarcinile casnice.

-
De a lua împreună decizii legate de familie.

-
De a cere respect față de sentimentele noastre, activitățile noastre și credințele noastre.

-
De a nu fi discreditate.

-
De a cere împărțirea responsabilităților cu privire la copii și la persoanele dependente.

Medierea familială

Medierea în materie de separare sau divorț are ca obiectiv să le permită părților să își exercite responsabilitățile într-un mediu de cooperare și respect reciproc.

Cuplurile solicită sau acceptă **voluntar** intervenția confidențială a unui terț neutru și calificat numit „mediator familial”.

Mediatorul” va fi împuternicit să găsească bazele care să facă posibil un acord durabil și acceptabil și va crea un spațiu sigur pentru discutarea și rezolvarea divergențelor.

Medierea nu este recomandabilă:

În situații în care libertatea părților este mediatizată.

Acolo unde unul dintre membrii cuplului este în incapacitatea de a-și asuma angajamente.

În acele situații în care unul dintre membrii cuplului face obiectul violenței familiale, unde există un dezechilibru de putere sau teama față de celălalt.

Medierea: interzisă în situațiile de violență

Legea organică nr. 1/2004 din 28 decembrie, privind măsurile de protecție integrală împotriva violenței de gen, **la art. 44.5 interzice medierea familială în cazurile în care una dintre părțile procesului civil este victima actelor de violență de gen**, în termenii la care face referire alineatul (1) litera (a) din prezentul articol:

„Din instrumentarea proceselor în care se solicită tragerea la răspundere penală pentru infracțiunile cuprinse în articolele Codului Penal legate de ucidere, avort, leziuni, leziuni provocate fătului, infracțiuni de privare de libertate, infracțiuni contra integrității morale, împotriva libertății și independenței sexuale sau oricărui tip de infracțiune comisă cu violență sau intimidare, atunci când aceasta s-a comis împotriva celei care este sau a fost soția sau femeia cu care făptuitorul are sau a avut o relație similară de afecțiune, chiar dacă nu au locuit împreună, precum și cea comisă asupra descendenților proprii sau cei ai soției sau partenerei sau asupra minorilor sau persoanelor cu dizabilități care locuiesc cu el sau care se află sub autoritatea sa părintească, tutela, custodia, în plasament la soția sau partenera sa, precum și când s-a produs un act de violență de gen”.

*Am acuzat
nedreptățile
pentru că nu
vreau ca
tăcerea mea să
le absolve*

Clara Campoamor

Cum se acționează în cazul unei agresiuni

Dacă suferi o agresiune, oricare ar fi gravitatea ei, trebuie să te prezinți la unitatea de primiri urgențe a spitalului spital sau în ambulatoriu. Acolo vei fi îngrijită de personalul medical care te va examina și căruia trebuie să-i povestești cu cât mai multe detalii agresiunile a căror victimă ai fost, precum și starea ta fizică și emoțională.

Medicul care te îngrijește va întocmi un raport cu privire la starea ta și îți va înmâna o copie a acestuia pe care trebuie să o depui atunci când faci plângerea.

O altă copie a raportului medical va fi trimisă Judecătoriei Competente în Materie de Violență împotriva Femeii.

În cazul în care ai sunat sau te-ai prezentat la Poliție sau Jandarmerie pentru a denunța agresiunea pe care tocmai ai suferit-o, Poliția sau Jandarmeria te vor informa că trebuie să te adresezi unui centru medical și poate chiar să te însoțească.

Acest raport medical va fi foarte important pentru proces.

Odată externată, te poți adresa următoarelor organizații pentru a cere măsurile de protecție de care ai nevoie

2 pentru tine și pentru copiii tăi (adăpost pentru victimele violenței, sau centru de recuperare integrală, inclusiv):

1. Centrul pentru Femei/Servicii Sociale din zona ta.
2. Asociațiile pentru Femei specializate, cu resurse proprii.

Centrele pentru Femei

Echipele tehnice vor deschide un dosar cu cazul tău concret menționând cererea de ajutor și va stabili care este, în opinia sa, resursa de care ai nevoie, care poate însemna de la începerea procesului juridic până la primirea într-un adăpost pentru victime ale violenței.

De asemenea te poți adresa serviciilor sociale din zona ta.

Poți depune plângerea la secția de poliție sau la Jandarmerie.

Poliția sau Jandarmeria vor acționa conform unui protocol de acțiune specific pentru a-ți oferi asistență în aceste cazuri.

Te vor informa cu privire la drepturile tale și în special cu privire la posibilitatea solicitării unui Ordin de Protecție. Îți vor înregistra plângerea și vor întocmi un proces-verbal de constatare.

Nu uita să ceri o copie a plângerii.

Când relatezi cazul...

În declarația ta trebuie să relatezi **clar și complet** faptele care stau la baza plângerii tale și acele alte acte de violență fizică și psihică pe care le-ai suferit **de-a lungul relației tale cu agresorul.**

Încearcă să descrii în mod concret și direct faptele, amenințările, agresiunile, leziunile, insultele pe care le reclami și cele anterioare dacă a fost cazul.

Pentru a evita ca emoțiile să te împiedice să te exprimi, folosește o listă a aspectelor **importante și grave pe care trebuie să le cunoască agenții care intervin.**

Citește întotdeauna plângerea înainte de a o semna și solicită să fie inclus tot ceea ce consideri a fi important și care nu a fost cuprins corect.

Trebuie să semnezi doar atunci când plângerea exprimă realitatea relatată de tine.

Dacă poliția întocmește un proces-verbal la locul agresiunii, asigură-te că aceștia consemnează daunele fizice și materiale.

Dacă la secția de poliție nu ești luată în serios, cere să vorbești cu comisarul sau cu un superior al funcționarului respectiv.

2

De asemenea poți merge direct la Judecătoria de Instrucție.

08

Adresează plângerea (când acest lucru este posibil) la departamentele de poliție special create pentru a asista femeile aflate în situații de violență.

Dacă nu ceri un Ordin de Protecție, poliția va trimite plângerea și procesul-verbal Judecătoriei competente și vei fi citată pentru așa-numitul „proces rapid” în cazurile prevăzute de lege.

Apărarea juridică

Ordinul de Protecție

Cine îl poate solicita?

Victima sau Parchetul General. Judecătorul sau judecătoarea pot decide din oficiu emiterea acestuia. Entitățile sau organismele de asistență care cunosc situații de violență trebuie să le facă cunoscute imediat tribunalului sau procuraturii.

Unde se solicită?

La judecătoria, Parchetul General, forțele de securitate, birourile de asistență pentru a victime sau serviciile sociale și instituțiile de asistență de pe lângă administrațiile publice.

Cine dictează ordinul?

Judecătorul sau judecătoarea competentă, într-un termen maxim de 72 de ore și după ce a audiat părțile separat. În acele cazuri în care există indicii temeinice privind o infracțiune sau un delict asupra vieții, integrității fizice sau morale, libertății sexuale, libertății sau siguranței victimelor. Victime înseamnă persoanele care s-au aflat în situații de violență fizică sau psihică din partea soțului, fostului soț, persoanei cu care au avut o relație similară de afecțiune, copii sau părinți.

Ce protecție se stabilește?

- Măsuri penale de îndepărtare a agresorului de victimă sau arestul preventiv, printre altele.
- Măsuri civile asigurătorii, precum atribuirea domiciliului familial și custodia copiilor victimei și stabilirea unei pensii alimentare în favoarea acesteia.

O POȚI SOLICITA
LA SECȚIA DIN LOCUL ÎN
CARE AI FOST AGRESATĂ,
AMENINȚATĂ ETC.
SAU LA CEA
MAI APROPIATĂ DE
DOMICILIUL TĂU.

Dacă dorești emiterea unui Ordin de Protecție, Poliția va completa modelul de cerere pe care trebuie să-l semnezi și a cărei copie trebuie să o păstrezi.

Când soliciți Ordinul de Protecție, solicitați ca agresorul să nu se apropie de tine și să i se interzică să ia legătura cu tine.

Dacă ai copii minori, TREBUIE SĂ SOLICIȚI ÎN MOD EXPRES măsurile civile.

Aceste măsuri sunt: Custodia minorilor, atribuirea locuinței familiale, regimul de vizită și de pensie alimentară pentru copii și orice altă protecție a minorilor precum suspendarea pentru agresorul tău a autorității părintești sau custodiei și regimului de vizită.

IMPORTANT

Aceste măsuri civile **trebuie să le soliciți în mod expres** în cererea privind Ordinul de Protecție și odată stabilite de către Judecătoria se mențin timp de 30 de zile.

Dacă în aceste 30 de zile depui plângerea civilă de separare, divorț sau de custodie și pensie alimentară, măsurile civile ale Ordinului de Protecție continuă să fie în vigoare **alte 30 de zile de la depunerea cererii**. La acest ultim termen Judecătoria trebuie să le ratifice, modifice sau să le lase fără efect.

Pașii juridici

Ca victimă a violenței de gen ai dreptul la apărare juridică specializată imediat în toate procesele penale, civile și administrative derivate din situația de violență în care te-ai aflat. Când te prezinți prima dată la Judecătoria, se va numi un avocat din oficiu dacă nu îți alegi tu unul.

Indiferent de existența resurselor pentru pledare, se recunoaște dreptul la asistență juridică gratuită care se va acorda imediat victimelor violenței de gen în acele procese în care sunt implicate, care derivă sau sunt consecința condiției acestora de victime. Aceasta înseamnă că victima va avea dreptul la consultanță legală prin intermediul unui avocat din oficiu indiferent de situația sa economică și cu privire la faptul că veniturile sale depășesc limitele pentru acordarea justiției gratuite.

1.- Pentru acordarea asistenței juridice gratuite victimelor violenței trebuie adăugat că condiția de victimă se va dobândi când se formulează o plângere sau un denunț sau se începe o procedură penală.

2.- Condiția de victimă pentru acordarea beneficiului justiției gratuite se va păstra în vigoare în procedura penală sau când, după finalizarea acestei proceduri, se pronunță sentința de condamnare.

Poliția trebuie să te citeze pentru a te prezenta la Judecătoria Competentă în Materie de Violență împotriva Femeii sau la Judecătoria de Instrucție sau vei fi citată chiar de aceste judecătorii, în mod normal prin telefon, pentru a te prezenta într-un termen imediat și întotdeauna de până la 72 de ore de la depunerea plângerii.

ÎNCEARCĂ SĂ POȚI FI GĂSITĂ DIN MOMENTUL ÎN CARE DEPUI PLÂNGEREA PENTRU CA JUDECĂTORIA SĂ TE CITEZE PENTRU ÎNFĂȚIȘARE.

Dacă poliția sau Jandarmeria te-au citat pentru o procedură accelerată de judecare a cauzei penale sau procedura pentru infracțiuni minore, în aceeași zi, la Judecătoria trebuie să aibă loc înfățișarea pentru Ordinul de Protecție.

Ce trebuie să știi cu privire la asistența juridică.

Dacă decizi să optezi pentru un avocat ales de tine **CAUTĂ să fie specialist în apărarea victimelor violenței de gen și în dreptul familiei.** În domeniul dreptului există specialiști la fel ca în medicină. Niciodată nu te vei gândi să mergi la dentist dacă începi să îți pierzi vederea.

Trebuie să cunoști: onorariul și cheltuielile de judecată, dacă există.

Avocatul sau avocata, ales/aleasă de tine sau din oficiu, trebuie să-ți clarifice toate îndoielile, să te informeze în ce constă procesul care se va deschide, fazele acestuia, deciziile Judecătoriei și să te țină la curent cu toate incidentele care ar putea apărea. Trebuie să-ți pună la dispoziție atunci când dorești fotocopia înscrisurilor pe care le întocmește în numele tău și a înscrisurilor pe care partea adversă le depune în procedura în care ești implicată.

Un bun avocat sau o bună avocată nu au nimic împotriva ca orice persoană să le poată evalua

munca. Nu vor fi reticenți ca tu să fii prezentă, dacă dorești, la audierile orale care vor avea loc la Judecătoria sau la Tribunal când se depun recursuri.

Pentru orice problemă, consultă-ți avocatul sau avocata și în special când ți se propune vreo înțelegere sau acord. Aceștia te reprezintă și îți pot apăra cu obiectivitate interesele atât în procesul penal, cât și în procesul civil de dreptul familiei, precum în separare/divorț sau custodie și pensie alimentară a copiilor tăi. Trebuie să te sfătuiască, dar decizia finală cu privire la orice problemă este a ta.

Nu trebuie să îți fie frică să întreprinzi acțiuni legale împotriva partenerului tău. Este o formă de a te proteja, demonstrându-i că societatea are resurse pentru a pedepsi comportamentele violente.

Măsuri de protecție și de siguranță

Art. 57 din Codul Penal care prevede pedepsele suplimentare stabilește că se poate acorda în cazurile de violență de gen, printre altele, îndepărtarea agresorului, acestuia interzicându-i să se apropie de victimă sau de acele rude sau chiar alte persoane stabilite de judecător sau Tribunal.

Codul de Procedură Penală în art. său 544 (bis), stabilește ca măsură de protecție interzicerea apropierea agresorului de anumite locuri, precum și a comunicării acestuia cu victima sau cu alte persoane din familia sa.

Se stabilește să i se interzică agresorului să se apropie de victimă și să comunice cu aceasta sau cu familia acesteia prin alte mijloace, cum ar fi prin telefon, scrisoare, e-mail sau orice mijloc informatic sau electronic.

Trebuie să știi că același articol condiționează adoptarea acestor măsuri de situația economică, de starea de sănătate, de situația familială și de activitățile profesionale ale agresorului, asigurându-se mereu ca interzicerea apropierea de victimă să nu afecteze continuarea activității profesionale a agresorului.

În fața Judecătoriei ORDINUL DE PROTECȚIE

Când te prezinți la citația Judecătoriei, dacă nu ai un avocat, ți se va numi unul din oficiu specializat.

Dacă tu îți alegi avocatul, acesta trebuie să te însoțească la înfățișare.

VEI FI INFORMATĂ CU PRIVIRE LA DREPTURILE PE CARE LE AI ÎN CALITATE DE PERSOANĂ VĂTĂMATĂ DE INFRAȚIUNE ȘI ÎN CALITATE DE VICTIMĂ A UNEI VIOLENȚE DE GEN.

În cazul în care încă nu ai solicitat un Ordin de Protecție, îl poți solicita în fața Judecătoriei în condițiile indicate anterior.

În Castilia-La Mancha există, în fiecare provincie, unități de evaluare integrală a daunei specializate în violența de gen, care oferă asistență și o evaluare a daunei specializată, integrală și globală. Aceste unități sunt compuse dintr-o echipă medico-legală, psihologică și de asistență socială.

Dacă ai leziuni, este posibil să fii examinată și de Medicul legist la momentul respectiv, prin urmare trebuie să ai la tine toată documentația medicală de care dispui în acel moment.

În continuare, Judecătoria va face audierile în care separat ți se va lua declarația cu privire la plângere și la fapte, în prezența avocatului sau avocatei tale și avocatului agresorului tău și a Parchetului General. Ulterior, va da declarație agresorul tău, fără ca tu să fii prezentă.

Doar în cazul în care Judecătoria consideră oportun (și sunt cazuri excepționale) vor fi chemați copiii tăi pentru a se face o investigație sau pentru a li se lua declarații.

Este foarte probabil ca după declarațiile date separat, înfățișarea să aibă loc în prezența ambelor părți până la final, astfel că în acest caz te vei afla în prezența agresorului tău.

Odată finalizată înfățișarea, Judecătorul va dicta o rezoluție - numită HOTĂRÂRE - prin care ți se aprobă sau ți se respinge ordinul. Pentru a fi acordat acest Ordin, pe lângă dovedirea infracțiunii sau situației de violență împotriva ta, **este nevoie ca Judecătorul să consider că te afli într-o situație de risc.**

Judecătorul îți va notifica personal hotărârea care conține ORDINUL DE PROTECȚIE. **Dacă nu ești de acord cu aceasta, avocatul tău poate face recurs.**

ESTE IMPORTANT să ai la tine ORDINUL DE PROTECȚIE pentru a-l prezenta Poliției dacă agresorul se apropie sau comunică cu tine ceea ce îi este interzis.

Acest Ordin de Protecție trebuie să-l prezinți la Administrație pentru a avea acces la anumite resurse sociale și de asistență pentru tine și pentru copiii tăi.

Ordinul de protecție este un instrument pe baza căruia se ești recunoscută sau nu ca victimă a

violentei de gen și, după caz, se vor stabili măsuri penale și civile. Prin Ordinul de Protecție se activează măsurile sociale de asistență, ajutoare și prestații puse la dispoziția ta de Comunitățile Autonome sau de Primării.

Judecătoria care stabilește Ordinul de Protecție va stabili următoarele măsuri penale:

- îndepărtarea indicând distanța care în mod normal este de 500 metri,
- interzicerea comunicării,
- oricare altă măsură care se consideră adecvată pentru a evita situația de risc.

De asemenea, va stabili măsurile civile solicitate de tine. Nu uita **că aceste măsuri au un termen maxim de valabilitate.**

Ordinul de Protecție poate fi dictat de Judecătorul corespunzător la domiciliul tău actual sau la Judecătoria din locul în care s-a depus plângerea și s-a solicitat Ordinul de Protecție.

Judecătoria competentă pentru a soluționa toate procedurile penale și civile depuse derivate din situația ta de victimă a violenței de gen vor fi soluționate de Judecătoria de Violență împotriva Femeii corespunzătoare domiciliului tău obișnuit.

ACEEAȘI JUDECĂTORIE COMPETENTĂ ÎN MATERIE DE VIOLENȚĂ ÎMPOTRIVA FEMEII VA SOLUȚIONA CAUZA TA PENALĂ ȘI CIVILĂ.

Ordinul de Protecție poate fi dictat doar de către Judecătoria din locul în care s-au petrecut faptele pe care le reclami.

În cadrul înfățișării Judecătorul va dicta o rezoluție acordând sau respingând Ordinul de Protecție solicitat de tine. Dacă îl acordă, va stabili măsurile penale și civile solicitate și durata acestora.

Această Hotărâre îți va fi notificată și ți se va preda o copie pe care trebuie să o ai asupra ta pentru a o putea prezenta la orice instituție sau administrația care ți-o va solicita (poliție, servicii sociale, centru de lucru, asigurări sociale etc)

Judecătoria are obligația de a comunica această Sentință Poliției și Administrațiilor competente pentru măsurile sociale și de asistență din Comunitatea ta Autonomă și va fi înscrisă într-un Registru Central.

Trebuie să știi că **poliția are obligația de a se asigura de respectarea măsurilor** din Ordinul de Protecție, astfel încât te poate suna sau vizita.

Trebuie să comunici orice nerespectare a Ordinului de Protecție din partea agresorului.

Procedură accelerată de judecare a cauzei penale

Se judecă prin această procedură leziunile, amenințările, constrângerea, violența fizică și psihică obișnuită, care se pedepsesc cu închisoarea de până la 5 ani.

Poliția, după plângerea ta, te va cita pentru a te prezenta la Judecătoria pentru acest proces. În multe cazuri agresorul va fi reținut.

În aceeași zi în care te prezinți la Judecătoria, îți vor lua o declarație cu privire la fapte (ție și agresorului) și dacă ai solicitat Ordinul de Protecție, de asemenea va avea loc înfățișarea.

Sentința de conformitate

În acest Proces se poate întâmpla a agresorul tău să recunoască faptele comise și să se accepte pedepsele solicitate de Parchetul General, iar în acest caz se va dicta „sentința de conformitate” cu pedeapsa cu închisoarea și interzicerea apropierei de tine precum și a comunicării cu tine. **Dacă se conformează i se va reduce pedeapsa cu o treime.**

Dacă agresorul tău **este la prima** infracțiune și pedeapsa impusă este mai mică de doi ani de închisoare, **i se poate suspenda ispășirea** pedepsei cu închisoarea pentru o perioadă de la 2 la 5 ani - **DAR SĂ PĂSTREAZĂ INTERZICERILE DE A SE APROPIA ȘI DE A COMUNICA CU TINE.**

În cazul în care agresorul nu recunoaște faptele comise, Judecătorul te va cita pentru proces la Judecătoria penală care va avea loc în următoarele 15 zile.

Proces pentru infracțiuni minore

Când faptele sunt șicanări și insulte, va avea loc procesul pentru infracțiuni minore corespunzător, în prezența ta și a agresorului, asistați de apărarea juridică. Vei fi audiată cu privire la fapte și se vor administra toate probele, în special dacă există martori ai faptelor reclamate.

Pentru acest proces vei fi citat de Poliție sau de Judecătoria Competentă în Materie de Violență împotriva Femeii, în funcție de locul în care ai depus plângerea.

Judecătoria va dicta sentința și va fi responsabilă de punerea sa în aplicare.

Sentința îl va absolvi sau îl va condamna pe agresorul tău.

Dacă îl condamnă i se pot impune și interzicerile de apropiere de tine și de comunicare cu tine pentru o perioadă de până la șase luni.

Dacă nu ești mulțumită de sentință poți face Recurs, lucru pe care trebuie să-l comunicîi avocatului tău.

Măsuri prealabile

În cazul în care nu se judecă ca procedură de accelerare a judecării cauzei penale și dacă este necesară administrarea de noi probe, sau leziunile și faptele comise sunt mai grave, Judecătoria Competentă în Materie de Violență împotriva Femeii va duce la capăt investigarea faptelor, prin urmare, vei fi citată pentru a da declarații, pentru a fi examinată de medicul legist dacă există leziuni și orice altă diligentă de investigare necesară pentru clarificarea faptelor.

Odată terminată investigarea de către Judecătoria Competentă în Materie de Violență împotriva Femeii, se va trimite procedura Judecătoriei Penale corespunzătoare, care te va cita pentru audieri.

IMPORTANT

Judecătoria îți va comunica personal sau prin intermediul avocatului/avocatei toate rezoluțiile care se dictează în proces – ordine, hotărâri, sentințe...și în special cele care afectează:

- siguranța ta și cea a copiilor tăi,
- situația procesuală și personală a agresorului (libertatea sau închisoarea)
- măsurile de siguranță sau Ordinul de protecție,
- situația penitenciară a agresorului condamnat (eliberarea condiționată, permisele etc.).

Inițierea unui proces de dreptul familiei

Minori, folosirea domiciliului familial și pensia alimentară

Trebuie să știi că în cazul în care ai de partea ta dictat un Ordin de Protecție și măsurile civile legate de custodia minorilor, folosirea domiciliului familial și pensia alimentară **au o durată de doar 30 de zile**. În acest termen trebuie să depui o cerere de separare, divorț, anulare sau de măsuri de custodie a copiilor comuni, regim de vizită și pensie alimentară.

Nu uita că Judecătoria Competentă în Materie de Violență împotriva Femeii este cea de pe raza domiciliului tău și că această cerere civilă va fi instrumentată de aceeași Judecătorie care a instrumentat cauza penală reclamată.

De asemenea poți depune aceste cereri civile chiar dacă nu ai acordate măsuri civile în Ordinul de Protecție și întotdeauna când ești victima violenței, ai făcut plângerea și se instrumentează procedurile penale în Judecătoria Competentă în Materie de Violență împotriva Femeii.

Pentru oricare din procedurile de familie, vei avea nevoie de asistența avocatului/avocatei și a procurorului.

Dacă nu ești de acord cu oricare dintre rezoluții, solicită informații avocatei tale sau avocatului tău precum și la Judecătoria cu privire la posibilitatea de a face recurs, odată ce ți s-a notificat Sentința sau Hotărârea pe care vrei să o ataci.

Barourile au un Avocat din oficiu pentru Violența de Gen care oferă consultanță femeilor care, datorită sexului lor, se află într-o situație de violență fizică și/sau psihică, în materie Civilă, Penală și de Contencios Administrativ.

De asemenea, se vor ocupa de instrumentarea procedurii de Consultanță Gratuită când solicitanta nu are mijloace economice pentru a-și plăti apărarea.

În toate procedurile de dreptul familiei trebuie să soliciți avocatului tău să solicite tot ce este legat de **măsurile definitive** precum:

- **tutela și custodia** copiilor tăi minori,
- regimul de **vizite și vacanțe**, după caz,
- **pensia alimentară** pentru toți copiii minori și majori aflați în întreținere,
- folosirea **domiciliului familial**,
- **pensia compensatorie**,
- **administrarea bunurilor** în regimul de bunuri comune,
- orice altceva consideri adecvat.

Informațiile prezentate aici sunt supuse posibilelor modificări.

Trebuie să vizitezi în continuare Centrele pentru Femei pentru a cunoaște actualitatea și aplicarea acestor proceduri în funcție de circumstanțele tale specifice.

ATENȚIE !!!

Dacă ai deja avocată sau avocat din oficiu pentru procedura penală, **se va ocupa de asemenea de apărarea ta în procedura de familie** și acest lucru se va face cu procuratorul.

În același moment în care ai început procedura de familie pe care o dorești (nulitate, separare sau divorț, sau măsurile cu privire la custodia minorilor și pensia alimentară) și dacă ai de partea ta dictat un Ordin de Protecție în care se stabilesc măsurile civile, **trebuie să soliciți confirmarea acestora, sau se vor stabili altele** de conformitate cu circumstanțele momentului.

Judecătoria trebuie să rezolve prelungind măsurile stabilite sau stabilind altele adecvate circumstanțelor de conformitate cu probele care se administrează în fața instanței, la care **trebuie să asişti cu apărătorul tău și procuratorul tău.**

Adresează-te Centrelor pentru Femei din zona ta cu scopul de a primi ajutorul de care ai nevoie atât pentru tine, cât și pentru copiii tăi (inclusiv primirea într-un adăpost pentru victimele violenței) De asemenea te poți adresa **Serviciilor Sociale** din zona ta.

Termenele:

Termenul pentru primirea de îngrijiri de la Centrele pentru Femei –Serviciile Sociale este imediat.

Nu trebuie să te descurajezi. De la Centrele pentru Femei vei primi informații de ordin juridic într-un limbaj simplu și colocvial, pentru a nu avea dificultăți în înțelegerea termenilor tehnici.

Ai drepturi pe care trebuie să le cunoști pentru a lua măsurile care să te ajute să ieși din relația violentă.

Procesele sunt uneori lungi și plictisitoare, de aceea trebuie să fii informată cu privire la fiecare pas pe care trebuie să-l faci și consecințele acestuia.

Când relatezi cazul...

Încearcă să fii clară și directă, povestind hărțuirile, atacurile, amenințările și agresiunile.

Pentru a evita ca emoțiile să te împiedice să te exprimi, folosește o listă cu aspectele importante și grave pe care trebuie să le cunoască agenții care intervin.

Dacă este o audiere comună cu partenerul tău în fața unui judecător sau secretar al Judecătoriei, nu te certa, nu discuta și nu întrerupe.

Cere cuvântul și clarifică lucrurile cu fermitate. Trebuie să învingi senzația că agresorul se descurcă mai bine.

Demască-i minciunile.

Este foarte posibil să încerce să te intimideze și să facă gesturi și grimase, să te amenințe sau să te ridiculizeze când te întâlnești cu el la judecătorie.

Nu te emoționa și nu te speria de expresii precum:

„Din cauza ta suntem aici”;

„Nenorocito, deja ți-o tragi cu altul?”

„De aici nu ieși vie”;

„Cine crezi că o să te creadă?”;

„O să mi-o plătești, o să-ți amintești de mine”;

„O să-ți iau copiii”.

Solicită să dai declarații separat

Dacă încearcă să te intimideze:

Trebuie să-ți anunți cu calm avocatul de acest fapt:

- Fără să-și dea seama ceilalți că ești intimidată.
- Cere să fii protejată în acest joc murdar.

Astfel, demonstrezi că nu ești dispusă să fii pasivă și tolerantă cu șiretlicurile lui.

Poate să dea senzația că se simte foarte rău, că este nefericit și îngrijorat pentru tine și pentru copiii tăi.

Dacă te afli acolo, este tocmai pentru că aceste atitudini sunt false.

Este puțin probabil să regreti că nu ai încredere în el.

Nu trebuie să îți fie rușine să povestești violența suferită la poliție, avocaților, medicilor sau judecătorilor.

Trebuie să le povestești **TOATE** cele întâmplate, chiar dacă unele detalii îți provoacă rușine.

Este nevoie ca ei să știe în ce măsură ai fost victima acțiunilor violente și degradante.

Dacă îți este teamă că partenerul tău îi va răpi pe copiii, va fi violent cu aceștia sau îi va abuza sexual, explică-i judecătorului motivele temerilor tale, astfel nu îți va părea rău că ai tăcut de rușine sau pentru că te-ai gândit că nu te vor crede.

**NU TREBUIE SĂ ÎȚI
FIE FRICĂ SĂ ÎNTREBI
CE ÎNSEAMNĂ TERMENII
SAU ASPECTELE
JURIDICE EXPUSE
DACĂ NU LE
ÎNȚEGI**

O femeie aflată într-o situație de violență este confuză, foarte emotivă și speriată în mediile nefamiliare din judecătorii și comisariate.

Tu nu ai de ce să cunoști termenii tehnici juridici. Specialiștii au obligația de a traduce sensul și consecințele aspectelor juridice discutate.

Citește cu atenție și acordând suficient timp toate documentele înainte de a semna .

Explică întotdeauna personalului sanitar originea leziunilor.

Dacă leziunile sunt grave, este foarte important să te prezinți la centrul medical de câte ori este nevoie și solicită întotdeauna un raport al leziunilor.

Trebuie să păstrezi aceste rapoarte într-un loc sigur, la care nu poate avea acces agresorul.

Specialiștii

Trebuie să acorzi atenție rănilor și loviturilor.

Ai grijă cu loviturile primite în zona capului, acestea pot produce comotie cerebrală și alte sechele.

Poți avea oase fracturate sau fisuri fără să le observi de la început.

Este bine să te vadă medicii pentru a evita hemoragiile, infecții sau complicații mai grave.

**Cere cuiva de încredere
să te însoțească**

**AI GRIJĂ DACĂ
EL INSISTĂ SĂ TE DUCĂ
LA CENTRUL MEDICAL!**

**Încearcă să te faci
să nu povestești nimănui
nimic sau va vorbi
cu medicii ca tu să treci
drept agitată sau
dezechilibrată.**

Trebuie să ai mereu la îndemână numerele de telefon de care ai nevoie.

Provoacă un scandal cât mai mare posibil, aceasta este salvarea ta.

Învață-ți copiii să obțină ajutor când încep episoadele violente.

Obişnuiește-te să nu porți bijuterii precum lanțuri sau coliere care pot fi folosite pentru a te strangula.

Înregistrează situațiile de violență trăite, cu date și detalii.

Notează-ți datele plângerilor depuse și, dacă este posibil, numele și numărul de identificare a agentului care a făcut demersurile.

Reține datele tuturor persoanelor martore la fiecare agresiune și ale medicilor care te-au îngrijit.

Păstrează toate dovezile violenței: haine rupte sau pătate de sânge, arme, obiecte distruse etc.

Fotografiază-ți rănille, semnele sau vânătăile pe un film pe care să apară data și notează datele studioului foto la care ai dezvoltat materialul.

Acțiunile în cazul unui atac violent

Dacă poți ieși din casă, mergi la secția de poliție sau la postul de jandarmerie cel mai apropiat și depune plângerea.

Dacă atacul este inevitabil, încearcă să te faci mică. Protejează-ți cu brațele fața și capul.

Stabilește cu vecinii tăi un semnal pentru ca ei să sune la poliție când ai nevoie de ajutor.

**DACĂ NU POȚI
SUNA LA POLIȚIE SAU
NU POȚI IEȘI,
DESCHIDE UȘILE
ȘI GEAMURILE,
ȚIPĂ, CERE AJUTOR
ȘI CHEAMĂ-ȚI VECINII.**

...

NU STA TĂCUTĂ !!!

2 Planificarea fugii

Dacă te-ai decis să ieși din casă înainte de a se produce alt atac, alege un moment în care situația este calmă.

Asigură-te că agresorul tău nu este acasă și, dacă este, caută motive verosimile pentru a putea părăsi casa fără a trezi suspiciuni.

Nu oferi informații sau indicii despre planurile tale pentru a evita controlul.

Nu lua tranchilizante sau pastile pentru dormit, cu excepția cazurilor în care ți-au fost prescrise de medic.

Trebuie să fii în alertă și lucidă pentru a gândi, decide și a te apăra.

Trebuie să cunoști dinainte locurile în care poți primi ajutor sau unde poți conta pe cineva de încredere.

Vizitează centrele publice existente și află resursele de ajutor de care poți dispune.

Pregătește o listă cu numerele de telefon ale prietenilor, părinților, medicilor, școlilor și ține la îndemână documentele tale cele mai importante.

Lista de verificare

- Livretul de familie.
- Contractul de închiriere.
- Documentele de proprietate.
- Actele de asigurări.
- Actele de studii (ale tale și ale copiilor).
- Permisul de muncă dacă nu ai naționalitate spaniolă.
- Haine.
- Agenda cu adrese.
- Certificatele de naștere.
- Certificatele medicale.
- Cardul de sănătate.
- Permisul de conducere.
- Documentul național de identitate și pașaportul.
- Cardul de credit .
- Toți banii pe care îi poți pune deoparte.
- Cheile.
- Medicamente, rapoarte medicale despre bolile pe care le ai tu sau copiii tăi.
- Fotografii.
- Bijuterii.

la-le, nu vei avea altă șansă de a le recupera și vei avea nevoie de ele pentru a-ți apăra drepturile.

Dă-le unei persoane de încredere pentru a le păstra.

Realizează fotocopii ale documentelor importante, înscrisuri, chitanțe de la bancă sau de salariu, investiții etc.

Notează tot ce poți afla, numerele de conturi bancare, numerele de înmatriculare ale mașinilor, adrese etc. care ți-ar putea fi utile dacă se deschide un proces.

Fă un inventar al tuturor bunurilor, proprietăților și obiectelor pe care le ai în casă.

Deschide un cont bancar de care doar tu să știi și depune acolo toți banii pe care îi poți strânge.

Nu uita că el nu-ți va mai da bani pentru a te ține sub control.

Dacă nu lucrezi, începe să-ți cauți cât mai repede un loc de muncă. Adună certificatele de studii și documente de la slujbele anterioare (te vor ajuta pentru CV) Înscric-te, dacă situația psihologică îți permite, la un curs de formare.

Nu te descuraja. Oricât de mici ar fi șansele de a-ți găsi un loc de muncă, decide-te să îl cauți; te va ajuta să îți depășești temerile și vei începe să lupți pentru tine.

Nu tolera violența de frică să nu pierzi televizorul sau frigiderul.

Obiectele le poți recupera sau reface, dar sănătatea și viața le poți pierde ireversibil. Nu acorda mai multă importanță bunurilor materiale decât propriei vieți, oricât de greu ți-ar fi fost să le achiziționezi.

G. Ferreira

Măsurile de securitate (după divorț sau separare)

Bărbații violenți aproape întotdeauna își urmăresc fosta parteneră, nu se pot resemna că pierd puterea și dominarea în familie. Fii pregătită pentru asta.

Dacă reușești să îl faci pe el să plece și obținut o rezoluție judiciară în acest sens:

Schimbă imediat yalele.

Solicită schimbarea numărului tău de telefon.

Stabilește un interviu cu compania ta de telefonie pentru a-i solicita confidențialitatea datelor tale. Depune o cerere și în scris în acest sens.

Povestește situația ta.

Prietenilor, familiei și colegilor de la locul de muncă.

Cere-le colegilor de la locul de muncă să îți filtreze apelurile.

Nu trebuie să îți fie rușine să îi implici în protecția ta.

Sună la poliție dacă simți că ești hărțuită. Cere copia plângerii.

Ai grijă cu adresa pe care o dai în plângeri și alte documente la care poate avea acces agresorul.

Ar fi bine să primești corespondența acasă la cineva de absolută încredere. De asemenea poți solicita asociațiilor de sprijin pentru femei să primească corespondența ta.

Nu frecvența locurile cunoscute de agresor.

Schimbă supermarketul, farmacia, benzinăria etc.

Nu uita că nu trebuie să faci public locul în care ai de gând să te refugiezi.

Când decizi să evadezi, aceasta este una dintre premisele fundamentale pe care trebuie să o urmezi. Una dintre tacticile obișnuite este să arate că îți pare rău făcându-te să crezi că încearcă să își recupereze familia. Este foarte posibil ca terțe persoane să înceapă să îl creadă și să îi furnizeze date pentru a te putea localiza. Acest lucru este foarte periculos pentru tine.

În cazul în care copiii tăi sunt mici, asigură-te că știi numele lor complete, adresa, numărul de telefon de acasă și al familiei (bunici, unchi etc.) Scrie pentru ei un bilet cu aceste date și cu numărul de la poliție, numărul al avocatului sau al unei persoane la care pot recurge în cazul unei probleme.

Dacă ești funcționară sau ai mobilitate în firma ta solicită o schimbare confidențială a destinației Când este posibil schimbă-ți programul de lucru.

Un bărbat violent care nu mai locuiește cu partenera sa și cu copiii **nu are dreptul de a-și vizita copiii în casa în care în care aceștia locuiesc.** Acesta are dreptul de a-i vizita în afara casei, atunci când există un ordin judecătoresc în acest sens.

Nu trebuie să între.

Există bărbați care își reclamă drepturile de tată pentru a petrece mai multe ore în casa fostei partener. Este doar o încercare de a profita de timpul și spațiul care nu le mai aparțin și de a-și continua comportamentul lor dominant, arbitrar și violent.

Copiii sunt luați din afara casei, de la ușa de la stradă, de la colț sau dintr-un loc stabilit anterior. Încearcă să faci în așa fel încât copilul să fie predat și adus de o persoană de încredere, **evită s-o faci tu.**

Plata pensiei alimentare este în general **o scuză pentru întâlniri** sau agresiuni din partea fostului tău partener.

Deschide un cont bancar unde să transfere banii și să rămână înregistrate operațiunile.

NICIODATĂ NU ACCEPTA SĂ VORBEȘTI CU FOSTUL TĂU PARTENER VIOLENT ÎNTRE PATRU OCHI

Dacă este necesară
întâlnirea,
organizeaz-o în biroul
avocatului rău.

Povestește problema ta cât mai multor persoane din familia ta, la locul de muncă sau în mediul tău.

Fii în permanență în alertă. Dacă se întâmplă din nou, agresiunea va fi mai violentă.

Dacă te ia prin surprindere, îndepărtează-te cât mai repede; evită agresiunea. Nu aștepta ca lucrurile să se agraveze.

Dacă este posibil, mergi într-un loc sigur.

ATENȚIE !!!!!

Casa rudelor sau a prietenilor este doar un refugiu provizoriu deoarece agresorul va începe, cu absolută siguranță, un proces de hărțuire; te va urmări, va încerca să rămână cu tine pentru un pretext oarecare, va inventa orice scuză pentru a se apropia din nou de tine pentru a continua să-și impună autoritatea sa nejustificată.

El știe că frica ta se concretizează în supunere și în dependențe pe care tu nu le controlezi.

Dacă te sună pentru a te amenința și insulta, închide telefonul. Nu-ți irosi energia pentru a-i răspunde.

Dacă poți, conectează un aparat de înregistrare la telefon, pentru a înregistra convorbirile.

Comunică situația ta avocatului tău.

Dacă se repetă, cere o intervenție telefonică, avocatul tău trebuie să-l înștiințeze pe judecător pentru a pune capăt acestor comportamente de intimidare. Orice limitare a comportamentului său abuziv îi scade puterea.

Nu trebuie să te întâlnești niciodată singură cu el.

Trebuie să știi că pe măsură ce îți recuperezi autonomia, el va deveni și mai periculos.

Familia

Nu fi descurajată de rudele sau prietenii care se poziționează de partea partenerului tău. De multe ori acest lucru este inevitabil, chiar dacă te surprinde.

Dacă se întâmplă, va fi dureros și te vei simți trădată.

Poate că persoanelor respective le este frică sau au alte interese care le determină să păstreze tăcerea sau să fie împotriva ta. Poate nu înțeleg sau nu vor să înțeleagă ce ți se întâmplă. Uneori poate că vor să fugă de o problemă care îi apasă, o situație care îi depășește sau pentru care nu sunt pregătiți, deoarece sunt puse sub semnul întrebării multe dintre comportamentele lor.

Nu-ți pierde timpul sau energia încercând să-ți convingi membrii prin alianță ai familiei că fiul, fratele sau ruda lor este un om violent. Vor deveni dușmanii tăi doar auzind ceva ce ei nu vor să accepte.

Ei înșiși se vor simți vinovați și afectați în multe cazuri și acest lucru îi va face să nege faptele și să-l sprijine.

Trebuie să accepți această realitate, chiar dacă este foarte dură.

Dacă membrii familiei nu te sprijină, nu te obosi încercând să-i determini să-și schimbe atitudinea și să-ți înțeleagă motivele. Chiar este vorba de familia ta, nu te aștepta la mai mult decât îți poate da.

Dacă ai copii minori învață-i să nu deschidă ușa și să nu dea date prin telefon nici străinilor, nici tatălui lor, dacă acesta se prezintă la ușă sau sună la telefon. Trebuie să le explici foarte clar că te afli într-o situație limită de supraviețuire și că toți sunteți într-un mare pericol.

Trebuie să le explici că nu pot să meargă nicăieri cu el fără să te anunțe mai întâi pe tine.

La școală trebuie să explici situația ta conducerii pentru ca doar tu sau o persoană autorizată de tine să poată lua copiii. Este bine să faci această solicitare în scris.

Anunță-ți vecinii, colegele și colegii de la locul de muncă, copiii și părinții. Spune-le să sune la poliție dacă are loc un atac.

Cere ca soțului tău să i se interzică să se apropie de tine. Acest lucru îți va oferi marje de protecție foarte eficiente.

Analizează care sunt resursele reale care îți sunt la îndemână, limitează-te la acestea, fără a-ți face iluzii și fără a avea așteptări false cu privire la familie și prieteni.

Apreciază și profită de sprijinul femeilor și specialiștilor care îți oferă acest sprijin, cărora le pasă de tine și care doresc să te ajute.

Pentru moment aceștia vor fi forța și protecția ta.

**Protejează-te de tendința membrilor
familiei de a te manipula și de
a genera dependență.**

Dacă membrii familiei îți oferă refugiu, aceștia pot crede că au dreptul să îți da ordine, să te înlocuiască în educația copiilor tăi și astfel poți ajunge din nou la un comportament supus.

Dacă doresc să te sprijine și să îți ofere ajutorul pe care trudele și-l oferă între ele este foarte bine, dar acest lucru nu înseamnă că membrii familiei dispun de viața ta, de timpul tău sau că pot să îți ceară să faci ceea ce vor ei. Dacă te iubesc cu adevărat, te vor ajuta fără condiții inacceptabile.

Dacă prietenii tăi sau membrii familiei vor să îl caute pe partenerul tău pentru a-l bate, pentru a se răzbuna, oprește-i.

Aceste acțiuni vor genera doar mai multe probleme și mai multă violență.

Este mai eficient să te protejeze, să îți ofere un loc ție și copiilor tăi și să fie alături de tine.

Copiii

Este posibil să aibă probleme la învățătură sau de comportament sau inclusiv să devină foarte bolnăvicioși.

Vor avea un șoc când își vor vedea mama insultată și lovită.

Când vor vedea că nu te poți apăra și nu îi poți apăra nici pe ei este foarte posibil să își piardă încrederea în tine și să se întoarcă împotriva ta... Te-au auzit de atâtea ori spunând că nu mai suportți, încât acum le e greu să creadă!

Dacă nu îi protejezi de modelul violent reprezentat de tată, este posibil să învețe să maltrateze sau să devină ei înșiși victime ale violenței în viitor.

Responsabilizează-ți și implică-ți copiii pentru ca aceștia să ajute în mod egal la activitățile din casă. Explică-le că tu nu poți face totul singură. Renunță la rolul tău de servitoare.

Toate persoanele care locuiesc într-o casă trebuie să coopereze la îngrijirea acesteia. Chiar și cei mici pot duce, aduce și pune lucruri la locul lor și pot învăța încetul cu încetul să îndeplinească sarcinile casei.

Respectă-te și fă-ți timp pentru nevoile sau hobby-uri-le tale.

Copiii vor învăța să fie independenți, să se simtă utili, capabili și responsabili.

Vor aprecia efortul depus de ceilalți dacă îl cunosc.

Explică-le copiilor tăi clar ce se întâmplă fără a dramatiza situația.

Fă-i să înțeleagă de ce este necesară separarea și de ce, pentru un timp, nu-l vor vedea pe tatăl lor.

Nu te prefacă că nu există un pericol. Demonstrează-le că înțelegi că sunt speriați și confuzi. Explică-le că și ție îți este frică, dar că vei face eforturi pentru ca toți să aveți o viață mai bună.

Nu te îndoii de iubirea lor pentru tată, dar explică-le clar că acesta are un comportament inadmisibil și periculos, că lucrurile nu pot continua așa, că violența trebuie să se încheie urgent și definitiv.

Nu le vorbi supărată, iritată și nici nu folosi insulte atunci când te referi la tatăl lor. Copiii sunt speriați, se vor neliniști și mai tare și pentru a evita conflictul îi vor lua apărarea, trecând peste faptul că tu și ei sunteți victimele, că suferiți și că sunteți în pericol.

Describe obiectiv comportamentul tău și copiii tăi vor înțelege, chiar dacă nu le place.

Exprimă-ți sentimentele față de ei:

Îmi este foarte frică atunci când mă amenință.

Este periculos să mă întâlnesc cu el.

Nu vreau să învățați să vă simțiți ca mine sau să ajungeți să vă purtați ca el.

Am greșit când am așteptat să se schimbe.

Împărtășește-le deciziile pe care le iei:

Nu vreau să continuați să vedeți și să suferiți când mă maltratează.

No vreau să mai aud insulte.

Nu merit să fiu tratată așa și nici voi nu meritați asta.

Nu pot permite să vă mai faceți rău.

Nu voi mai accepta violența.

Ce înseamnă răpirea copiilor de către unul dintre părinți?

Este o infracțiune comisă de un părinte când pune stăpânire pe un minor ținându-l departe de celălalt părinte, pentru a-l folosi ca depozitar al conflictelor sale interne și ca instrument de șantaj și constrângere asupra celuilalt părinte.

Victimele imediate ale acestor situații sunt minorul sechestrat și părintele care nu cunoaște unde se află copilul său.

Băieții și fetele sunt la fel de vulnerabili în cazul răpirii de către un părinte; riscul fiind cu atât mai mare, cu cât copilul este mai mic.

Majoritatea răpirilor se petrec atunci când are loc separarea sau divorțul.

Cauza principală care stă la baza răpirii minorului este dorința de pedepsire și răzbunare a celui care răpește minorul față de celălalt părinte. Acest tip de răpiri se folosește pentru a obliga femeia să-și retragă acțiunile legale, presând-o să accepte condiții patrimoniale sau economice abuzive și în primul rând pentru a relua conviețuirea.

Răpirea este o acțiune violentă și agresivă asupra copilului. Răpitorul este total indiferent și lipsit de sentimente de vinovăție cu privire la răul provocat copilului.

Indicatori cu privire la profilul răpitorului.

- Vârsta medie a răpitorului este între 28 și 40 de ani.
- Folosește diverse mijloace de transport pentru răpire.
- În general răpește copilul în timpul programului de vizită sau în timpul vacanțelor stabilite de Judecătoria.
- În general comunică cu celălalt părinte odată ce a răpit copilul pentru a-l anunța că nu-l va mai vedea.
- În general nu folosește forța fizică.
- Sunt incapabili să se identifice cu emoțiilor celorlalți (nu empatizează cu ei)
- În 50% din cazuri răpitorul are complici. Complicii sunt membri ai familiei, prieteni sau colegi actuale.

Punctele de întâlnire

- Răpitorul obișnuiește să amenințe celălalt părinte cu răpirea minorului cu mult înainte de a o face, punând condiții abuzive ca să nu facă acest lucru.
- În general femeile victime ale acestui tip de răpire obișnuiesc să anunțe în înscrisuri către Judecătoria acest tip de amenințări.
- Obișnuiesc să se considere deasupra legii, subestimând deciziile judecătorești.
- Planifică minuțios răpirea, luându-și timpul necesar pentru acest lucru.
- În mod strategic, răpitorul începe prin întârzierea predării minorului după vizite, cu scopul ca victima să creadă că așa va face tot timpul și să întârzie în anunțarea poliției, atunci când se produce răpirea.

TREBUIE SĂ ȘTII

Punctele de Întâlnire Familială
**nu constituie un serviciu orientat
în exclusivitate către cazurile
de maltratare.**

Accesul la Punctele de Întâlnire (PEF) se bazează pe decizie judiciară, prin trimitere de la serviciile judiciare judiciară, prin trimitere de la Serviciile Sociale sau de la alte servicii specializate în cazul regimurilor de vizită în care există conflicte.

Judecătoria Competentă în Materie de Dreptul Familiei stabilește folosirea acestora, când detectează situațiile de risc sau când părintele care nu are custodia întâmpină dificultăți în respectarea regimului de vizită.

Când există un Ordin de Protecție, judecătorul adoptă măsuri civile între care se numără cele menționate în regimul de vizită.

Există două tipuri de prestații din partea PEF:

1

PREDAREA ȘI PRELUAREA

Vizitele minorului cu părintele care nu deține custodia când se folosește Punctul de Întâlnire se transformă în singura garanție pentru respectarea regimului de vizită stabilit.

2

VIZITA/VIZITA SUPRAVEGHEATĂ

Vizita se desfășoară la Punctul de Întâlnire cu scopul de a menține relația între tată, mamă și fii, între minor și părintele care nu deține custodia, cu sau fără supraveghere.

După primirea ordinului judecătoresc trebuie să urmezi pașii următori:

- Tu sau avocatul tău luați legătura cu Punctul de Întâlnire Familial.
- Trebuie să te prezinți personal la întâlnirea de la Punctul de Întâlnire familială. La fel și fostul tău partener și copiii.

Acolo ți se vor aduce la cunoștință normele pe care trebuie să le respecti pe perioada vizitei.

Trebuie să știi:

Chiar dacă această metodă nu este specifică pentru situațiile de violență, Punctele de Întâlnire Familială sunt folosite de către judecătorii ca spațiu pentru a atenua conflictul. Există îndoieli rezonabile cu privire la utilitatea folosirii Punctelor de Întâlnire Familială în cazurile de violență de gen, dar trebuie să știi că aceste spații, în afară de faptul că asigură respectarea regimului de vizită și oferă posibilitatea întâlnirii între minori și părintele care nu deține custodia, emit rapoarte cu privire la atitudinile și aptitudinile parentale care pot fi folosite de serviciile sociale, de echipele psihosociale sau de judecătorii, pentru a lua decizii cu privire la regimul de vizită sau custodie.

Femeile care sunt victime ale violenței de gen în Punctele de Întâlnire Familială

Femeile victime obișnuiesc să aibă un comportament de protecție care implică respingerea agresorului și care poate fi interpretat fals ca fiind un obstacol în procesul de normalizare a relațiilor cu minorii. Aceste atitudini pot fi evaluate de echipe ca fiind unele de „necolaborare” sau „obstructive” pentru relația cu părintele violent. Astfel de evaluări constituie de multe ori argumentul multor agresori cu privire la inexistentul „sindrom al alienării parentale” (SAP).

Terapia amenințării Sindromul alienării parentale (SAP)

„Știința ne spune că motivul cel mai probabil pentru care un copil respinge un părinte este propriul comportament al părintelui respectiv. Etichete precum 'SAP' servesc doar pentru a abate atenția de la aceste comportamente.”

Dr. Fink

SAP este o teorie sexistă, care a apărut în Statele Unite promovată de mișcarea anti-feministă ca reacție a progresului în materie de drepturi ale femeilor.

Această mișcare folosește sistemul judiciar pentru a păstra legătura cu victimele și copiii acestora prin litigii asociate custodiei împărțite impuse sau regulii de vizită.

Termenul a fost propus de Richard Gardner în 1985 pentru a descrie impresiile sale cu privire la cazurile pe care el le credea false acuzații de abuz sexual asupra minorilor. A fost o teorie care a încurajat pedofilia.

Gardner susținea că minorul elabora o campanie de denigrare împotriva tatălui ca o consecință a unei presupuse „spălări de creier” exercitate asupra copilului de către mamă. Gardner a propus un tratament constând în transferarea custodiei minorului către părintele respins, interzicând orice contact cu părintele custod pe o perioadă limitată.

Acest fapt a dus la denumirea acestui sindrom al alienării parentale ca fiind TERAPIA AMENINȚĂRII, având în vedere că menține femeile incapabile să acționeze în fața atacurilor și abuzurilor agresorului și este de facto o constrângere legală atunci când încearcă să impună și să forțeze o legătură de afecțiune pozitivă cu agresorul, plasează mama în mediul psihopatologic și pedepsește reacțiile de apărare sau neutre față de tatăl agresor.

*Resurse
și drepturi
în cazul
violenței
de gen*

Legea organică nr. 1/2004

Din anul 2004 există în țara noastră Legea Organică nr. 1/2004 din 28 Decembrie, cu Privire la Măsurile de Protecție Integrală împotriva Violenței de Gen, care conferă drepturi victimelor violenței de gen, drepturi pe care trebuie să le cunoști.

Conform acestei Legi, dacă ești femeie victimă a violenței de gen, **INDIFERENT DE ORIGINEA TA, RELIGIA SAU ORICE ALTĂ CONDIȚIE SAU CIRCUMSTANȚĂ PERSONALĂ SAU SOCIALĂ, drepturile pe care le ai sunt:**

1°.- Să primești **toate informațiile și consultanța** adecvată situației tale personale.

2°.- Dreptul la **asistență socială integrală**, prin serviciile sociale din Comunitatea ta Autonomă, de îngrijire, urgență, sprijin și recuperare integrală.

3°.- **Copiii** care sunt în custodia ta de asemenea au dreptul la asistență socială integrală, prin intermediul aceluiași servicii sociale.

4°.- Dreptul la **asistență juridică gratuită**, însemnând apărare și reprezentare (avocat și/sau procuror) în toate procesele și procedurile, pe care nu trebuie să le plătești dacă faci dovada că nu ai mijloace economice.

5°.- Dacă lucrezi și ești victimă a violenței de gen, ai dreptul:

Legea nr. 4/2018 din 8 octombrie pentru o societate fără violență de gen în Castilla-La Mancha

Legea **pentru o societate fără violență de gen** își extinde sfera de aplicare asupra tuturor manifestărilor violenței de gen în orice domeniu, privat sau public, cuprinzând în mod extins toate formele de violență care se exercită asupra femeilor.

Protecția, atenția integrală și repararea răului se vor aplica tuturor femeilor victime ale violenței de gen care au locuința pe raza unuia dintre municipiile din Castilla-La Mancha.

- a) la **reducerea sau reorganizarea** timpului tău de lucru;
- b) la **mobilitate geografică**, schimbarea punctului de lucru;
- c) la **suspendarea contractului tău de muncă cu păstrarea postului** considerându-se ca stagiu de cotizare efectiv la prestațiile de asigurări sociale și șomaj. În acest caz vei avea dreptul la șomaj.

6°.- Dreptul de a intra într-un program de acțiune specifică de **angajare**, dacă ești înscrisă ca solicitant al unui loc de muncă.

7°.- **Dreptul de a primi un ajutor, ca plată unică**, dacă ai venituri lunare mai mici de 75% din salariul minim interprofesional (exclusă partea proporțională din două plăți extraordinare) și dificultăți speciale în găsirea unui loc de muncă, suma respectivă fiind echivalentă cu:

- 6 luni ajutor de șomaj, ca regulă generală;
- 12 luni de ajutor de șomaj, dacă ai un handicap recunoscut oficial cu un grad egal sau mai mare de 33%;
- 18 luni de ajutor de șomaj, dacă ai responsabilități familiale;
- 24 de luni de ajutor de șomaj, dacă tu sau oricare dintre membrii familiei tale care locuiește cu tine aveți un handicap recunoscut oficial cu grad egal sau mai mare de 33%.

8°.- Dreptul de **preferință în accesul la locuințe** protejate și **spații rezidențiale publice pentru adulți**.

3 Căror forme de violență de gen le răspunde legea din Castilla-La Mancha?

Violența fizică: orice acțiune violentă asupra corpului femeii, cu rezultat sau risc de a produce leziuni sau vătămări fizice.

Violența psihologică: Orice comportament, verbal sau non-verbal, precum amenințările, constrângerea, umilirea sau terorizarea, controlul, supunerea, hărțuirea, intimidarea sau insultele care îi produc femeii orice tip de suferință, devalorizare, izolare sau limitare a mediului său de libertate.

Violența economică: Privarea intenționată și nejustificată legal, de resursele pentru bunăstarea fizică sau psihologică a femeii și a copiilor săi, fie că se produce în timpul conviețuirii, fie după despărțire sau discriminarea în cheltuirea resurselor împărțite în mediul conviețuirii de cuplu.

Violența sexuală: Orice act de natură sexuală neconsimțit, în care intervine violența, intimidarea, dominarea sau manipularea emoțională, inclusiv expunerea, observarea și impunerea relațiilor sexuale.

Violența în mediu: Orice act sau comportament neaccidental care provoacă un prejudiciu în mediul victimei, inclusiv animalelor de companie, cu scopul de a maltrata psihologic și emoțional.

Violența simbolică: folosirea pictogramelor, reprezentărilor, relatărilor sau imaginilor care reproduc sau transmit relații de dominare între bărbați și femei, care legitimează violența și prezintă ca naturală supunerea femeii, oricare ar fi formatul folosit și tipul relației la care se face referire.

Violența instituțională: acțiunile sau omisiunile autorităților, funcționarilor, specialiștilor, personalului și agenților oricărui organism sau oricărei instituții publice, care au scopul de a întârzia, împiedica femeile să aibă acces la politicile publice și să își exercite drepturile prevăzute de lege pentru a-și asigura o viață fără violență.

Cine sunt beneficiarii drepturilor recunoscute?

Tuturor femeilor victime ale violenței de gen care se află pe teritoriul Castilla-La Mancha, indiferent de domiciliul lor administrativ, li se garantează îngrijirea în cazuri de urgență, fără a aduce atingere prevederilor legislației de stat și ale Convențiilor naționale și internaționale aplicabile.

Mamele de minori care au fost uciși de tată, sau de bărbatul cu care au sau au avut o relație de cuplu, cu sau fără conviețuire, crimă care a avut ca obiectiv maltratarea psihologică și emoțională a mamei.

Ce tipuri de violență sunt incluse în lege?

- Violența în cuplu și în fostul cuplu.
- Feminicidul: uciderea sau asasinarea unei femei din motive de gen.
- Diferitele manifestări ale violenței sexuale.
- Traficul de femei.
- Exploatarea sexuală.
- Căsătoria sau logodna aranjată sau forțată, la vârste mici.
- Mutilarea genitală a femeilor.
- Manifestările de violență exercitată prin folosirea tehnologiilor și rețelelor de socializare.
- Hărțuirea sexuală sau pe criterii de sex în mediul profesional.
- Orice comportament care, prin folosirea intimidării sau violenței limitează libertatea în exercitarea drepturilor sexuale și reproductive ale femeilor.
- Orice altă manifestare de violență care lezează sau este susceptibilă că lezează libertatea femeilor care este prevăzută în tratatele internaționale sau în sistemul juridic de stat sau autonom.

Cum am acces la prestațiile și ajutoarele la care am dreptul ca victimă?

Prin așa-numitul Titlu de autorizare.

Legea prevede că poți accesa măsurile pe care le prevede prin intermediul Titlului de autorizare. Această abilitare îți permite să ai acces la toate prestațiile prevăzute de lege.

Titlul de autorizare este recunoscut prin:

- Raportul Institutului de Femei din Castilla-La Mancha sau, după caz, al organismului competent în materie de egalitate care îl înlocuiește.
- Sentința sau hotărârea judiciară care declară existența unei situații de violență de gen.
- Raportul Parchetului General cu privire la existența indiciilor unei situații de violență de gen.
- Ordinul de protecție sau rezoluția care stabilește adoptarea măsurilor preventive de protecție.

Legea prevede determinarea altor titluri de autorizare pentru identificarea situațiilor de violență de gen pentru accesul la diferite drepturi și prestații prevăzute.

Trebuie să știi că în orice moment...

Vei participa la alegerea resursei sau serviciului mai adecvat nevoilor și cererilor tale.

Este garantată confidențialitatea și discreția din partea specialiștilor care desfășoară intervenția.

Vei beneficia de consultanță juridică prealabilă, precum și de apărare asigurată de un avocat în cadrul procesului (inclusiv executarea sentinței).

În Castilla-La Mancha există centre de asistență de urgență care oferă cazare și protecție în situații de urgență și centre de primire pe perioadă îndelungată pentru o recuperare totală.

Copiii tăi minori au dreptul la asistență psihologică specializată adaptată nevoilor lor.

Copiii tăi minori au dreptul la școlarizare imediată când se produce o schimbare de reședință.

Drepturi profesionale

Este esențial să cunoști drepturile care îți revin pentru a le putea exercita efectiv.

Pe lângă drepturile generale recunoscute de Legea Organică nr. 1/2004 cu privire la informarea, asistența juridică imediată și gratuită, **îți revin drepturile profesionale și legate de asigurări sociale** în funcție de situația în care ești, respectiv angajată, persoană fizică autorizată sau dacă ești funcționar public și care variază de la reducere a normei de lucru, reorganizarea timpului de lucru, dreptul preferențial de schimbare a punctului de lucru cu păstrarea postului de lucru pe perioada primelor șase luni, suspendarea relației profesionale cu păstrarea postului de lucru, în legătură cu absențele motivate, mobilitate sau concediul fără plată.

Dacă ești înregistrată la Serviciile Publice de Ocupare a Forței de Muncă, vei putea beneficia de programul de inserție socioprofesională. Acest program de inserție individualizată include formarea și stimulentele pe care trebuie să ți le detalieze Serviciile Publice de Ocupare a Forței de Muncă.

Stimulentul activ de inserție (RAI)

Durata maximă a acestui ajutor economic în fiecare Program este de **11 luni**.

Pentru încurajarea autonomiei tale personale și sociale

Drepturile care ți se recunosc prin **Legea nr. 4/2018 pentru o societate fără violență de gen în Castilla-La Mancha** sunt menite să te ajute să îți recuperezi controlul asupra propriei vieți. Pentru aceasta, ești ajutat să îți recuperezi autonomia personală și socială prin sprijin pentru accesul la o locuință decentă și adecvată, prin acces preferențial la alocarea locuințelor în cadrul inițiativelor publice regionale și, dacă ai o dizabilitate, dreptul la o locuință adaptată nevoilor tale.

Pentru a-ți sprijini autonomia economică, Guvernul din Castilla-La Mancha adoptă parcursuri personalizate pentru inserție profesională și acțiuni de formare cu angajamente de contractare și vei avea parte de diferite ajutoare economice.

Pentru a cunoaște suma, durata și cerințele pentru recunoaștere informează-te la Centrele pentru Femei.

Este un ajutor economic care se recunoaște persoanelor șomere. Pentru a fi beneficiară, trebuie să:

- a) Faci dovada condiției tale de victimă a violenței de gen, printr-un Ordin de Protecție sau o hotărâre judiciară de măsură preventivă penală.
- b) Raportul Parchetului General pe baza căruia se dictează ordinul de protecție.
- c) Sentința prin care se condamnă agresorul.
- d) Adeverința de la serviciile sociale ale Administrației Autonome, de la Primărie sau de la Centrului de Primire în care se indică situația ta.
- e) Să fii solicitanta unui loc de muncă.
- f) Să nu ai dreptul la indemnizații pentru șomaj sau rentă agrară.
- g) Să nu ai venituri proprii, de orice natură, care totalizează luna mai mult de 75% din salariul minim interprofesional în vigoare.

Există alte nuanțe care condiționează prestația și care au legătură cu suma veniturilor lunare ale unității familiale și alte aspecte pe care este impor-

tant să le cunoști. Poți avea acces la informații detaliate în legătură cu această prestație prin intermediul avocatului sau avocatei tale, asistentul social sau prin ghidul specific publicat de administrație, pe care îl poți găsi pe pagina ministerului.

Alte drepturi

Ai dreptul la **drepturi de indemnizație pentru șomaj** în anumite condiții legate de sarcinile familiale sau de minori aflați în plasament. Aceste drepturi fluctuează în funcție de anumite situații precum recunoașterea gradului de dizabilitate.

De asemenea, poți solicita ca măsură urgentă sau prioritară **recunoașterea avansurilor de la Fondul de Garanție a Plății Pensiei Alimentare**, recunoașterea pensiei de urmaș, accesul la locuințele protejate și centrelor rezidențiale publice pentru adulți, școlarizarea imediată a copiilor tăi în cazul schimbării reședinței din cauza violenței de gen.

Femeile de naționalitate străină

Dacă ești de naționalitate străină, ai drepturile specifice pe care este important să le cunoști, precum cele legate de autorizația de muncă și ședere independent de soțul tău. De asemenea ai dreptul de ședere temporară și muncă, dreptul la reînnoirea autorizației de ședere și muncă după expirarea acesteia sau dreptul de azil în anumite situații.

Guvernul din Castilla-La Mancha consolidează sprijinul

Când decizi să faci pasul pentru a ieși din situația de violență, te ajută pentru a-ți îmbunătăți capacitatea de inserție profesională și conciliere personală, familială și profesională și îți oferă ajutoare economice directe de plată unică dacă ai suferit leziuni, sechele sau vătămări fizice sau psihologice grave.

Îți oferă adăposturi în regim de urgență sau pe perioade îndelungate, precum și locuințe comunitare la încheierea perioadei de ședere în adăpost.

Îți oferă un „ajutor de subzistență” pe perioada șederii în adăpost și un ajutor la ieșirea din acestea. Pentru a cunoaște sumele, durata și cerințele acestora și ale altor ajutoare informează-te la Centrele pentru Femei din municipiul tău.

Te sprijină cu măsuri precum accesul preferențial la locuințele construite din inițiativa publică regională sau prioritatea în accesarea ajutoarelor în materie de închiriere.

<http://institutomujer.castillalamancha.es/>



Serviciul Telefonic de Îngrijire și Protecție pentru victimele violenței de gen (ATENPRO)

Prin intermediul Primăriei tale și a Centrelor pentru Femei, vei putea gestiona un telefon mobil de telelocalizare care să-ți permită să fii conectată la centrele de răspuns și siguranță 24 de ore pe zi, 365 zile pe an, oricare ar fi locul în care te-ai afla.

Pentru a solicita serviciul trebuie să îndeplinești următoarele cerințe:

- Să nu locuiești cu persoana care te-a supus maltratării.
- Să participi la programele de îngrijire specializată existente în Castilla-La Mancha.
- Să accepți normele de funcționare a serviciului și să cooperezi pentru buna sa funcționare.

Este un serviciu accesibil pentru persoanele cu dizabilități auditive (Modulul SOTA).

**TE PO I INFORMA de asemenea la numărul
de telefon**

900 100 114

sau prin e-mail

teleproteccion-violencia@igualdad.mspi.es

DIRECȚIILE REGIONALE ALE INSTITUTULUI PENTRU FEMEI DIN CASTILLA-LA MANCHA

DIRECȚIA REGIONALĂ DIN ALBACETE

Adresa: C/ Feria, 7-9 - 02071 Albacete

Telefon: 967 55 72 19

Fax: 967 19 57 53

e-mail: abmujer@jccm.es

DIRECȚIA REGIONALĂ DIN CIUDAD REAL

Adresa: C/ Paloma, n° 9 - 13071 Ciudad Real

Telefon: 926 27 7 288

Fax: 926 27 93 10

e-mail: institutomujercr@jccm.es

DIRECȚIA REGIONALĂ DIN CUENCA

Adresa: C/ Hervas y Panduro, n° 1 - 16071 Cuenca

Telefon: 969 17 87 95

Fax: 969 17 68 95

e-mail: instituto.mujercu@jccm.es

DIRECȚIA REGIONALĂ DIN GUADALAJARA

Adresa: C/ Bautista Topete, 1 y 3 - 19071 Guadalajara

Telefon: 949 88 87 05

Fax: 949 88 88 61

e-mail: institutomujerguadalajara@jccm.es

DIRECȚIA REGIONALĂ DIN TOLEDO

Adresa: Pza. Santiago de los Caballeros, 5
45071 Toledo

Telefon: 925 26 79 56

Fax: 925 26 5 684

e-mail: institutomujertoledo@jccm.es

Programele specializate ale Adunării Comunităților (Junta de Comunidades) din Castilla-La Mancha

LINIA DE ASISTENȚĂ PERMANENTĂ
PENTRU VICTIMELE VIOLENȚEI DE GEN
ȘI AGRESIUNILOR SEXUALE

900 10 01 14

Telefon regional gratuit 24 de ore

PROGRAMUL DE ASISTENȚĂ PSIHOLAGICĂ A
MINORILOR VICTIME ALE VIOLENȚEI DE GEN.

PROGRAMUL *CONTIGO* DE PREVENIRE ȘI
INTERVENȚIE INTEGRALĂ ÎN MATERIE DE
AGRESIUNI ȘI ABUZURI SEXUALE

**Poți accesa aceste
programe de la
Centrele pentru
Femei**

ALBACETE

**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LA MANCHUELA
(SEDIUL ALATOZ)**

Adresa: C/ Los Barrancos, 22 - 02152

Telefon: 967 40 21 11

Fax: 967 40 21 67

e-mail: cmanchuela2@dipualba.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALBACETE

Adresa: C/ Cruz Norte, 2 - 02001

Telefon: 967 24 69 04

Fax: 967 24 59 21

e-mail: centromujer@ayto-albacete.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALCARAZ

Adresa: Pza. Mayor, 1 - 02300

Telefon: 967 38 02 17

Fax: 967 38 02 13

e-mail: centromujeralcaraz@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALMANSA

Adresa: C/ Nueva, 10 - 02640

Telefon: 967 34 50 57

Fax: 967 31 23 39

e-mail: centromujer@ayto-almansa.es

**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LA MANCHUELA
(SEDIUL CASAS IBAÑEZ)**

Centrul pentru Femei din La Manchuela

Adresa: Pza. Constitución, 3, 1B - 02200

Telefon: 967 46 20 81

Fax: 967 46 06 40

e-mail: mademanchuela@dipualba.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CAUDETE

Adresa: C/ Paracuellos de la Vega, 3 - 02660

Telefon: 965 82 55 17

Fax: 965 82 55 17

e-mail:

administracion@centrodelamujer.caudete.org

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN BONILLO

Adresa: Pza. Mayor, 1 - 02610

Telefon: 967 37 00 01

e-mail: cmujerbonillo@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN HELLÍN

Adresa: C/ Fortunato Arias, 4 - 02400

Telefon: 967 54 15 10

Fax: 967 30 29 47

e-mail: centromujer@hellin.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LA RODA

Adresa: C/ Alfredo Atienza, 105 - 02630

Telefon: 967 44 14 03 interior 5

Fax: 967 44 32 72

emailU: centromujer@laroda.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MOLINICOS**

Adresa: Calle Mayor, 35 - 02440

Telefon: 967 11 10 06

e-mail: cmujermolinicos@gmail.com**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN SAN PEDRO**

Adresa: Avda. Castilla-La Mancha, nº 1 - 02326

Telefon: 967 35 80 01

Fax: 967 35 80 01

e-mail: centromujersanpedrog@gmail.com**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TARAZONA DE LA MANCHA**

Adresa: C/ Villanueva, 6 - 02100

Telefon: 967 54 40 47, 967 48 00 02 interior 4

Fax: 967 48 13 66

e-mail: cmujertarazona@gmail.com**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TOBARRA**

Adresa: C/ Asunción, 6 - 02500

Telefon: 967 54 35 04

Fax: 967 32 88 91

e-mail: cmujertob@hotmail.com**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN VILLAROBLEDO**

Adresa: C/ Alfonso XIII, 31 - 02600

Telefon: 967 14 50 79

Fax: 967 14 51 82

e-mail: centromujer@villarobledo.com**CIUDAD REAL****CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALCAZAR DE SAN JUAN**

Adresa: C/ Santo Domingo, 2 - 13600

Telefon: 926 57 91 53

Fax: 926 55 01 05

e-mail: centromujeralcazar@aytoalcazar.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALMADÉN**

Adresa: C/ Antonio Blázquez, 22 - 13400

Telefon: 926 26 45 00

Fax: 926 71 20 77

e-mail: almaden.ciem@local.jccm.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALMAGRO**

Adresa: C/ Mercado s/n, 1ª planta - 13270

Telefon: 926 26 14 26

Fax: 926 26 14 62

e-mail: centrodela mujer@almagro.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALMODOVAR DEL CAMPO**

Adresa: C/ Jardines, s/n, 1ª Planta - 13580

Telefon: 926 44 20 27

Fax: 926 48 31 82

e-mail:

centromujer@almodovardelcampo.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ARGAMASILLA DE ALBA**

Adresa: C/ León Felipe s/n, - 13710

Telefon: 926 52 19 27, 926 52 11 83

Fax: 926 52 19 27, 926 52 34 48

e-mail: centromujer@argamasilladealba.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ARGAMASILLA DE CALATRAVA

Adresa: Plaza Santos Mártires s/n- 13440
Telefon: 926 46 01 06
Fax: 926 46 03 28
e-mail: centromujer6@hotmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN BOLAÑOS DE CALATRAVA

Adresa: C/ Plaza de España, 1 2ª planta - 13260
Telefon: 926 87 00 48
Fax: 926 87 01 69
e-mail:
centrodelamujer@bolanosdecalatrava.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CALZADA DE CALATRAVA

Adresa: C/ Plaza de España, 1- 13370
Telefon: 926 87 50 01
Fax: 926 87 51 10
e-mail:
centrodelamujer@calzadadecalatrava.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CAMPO DE CRIPTANA

Adresa: C/ Fernández Calzuelas, 11 - 13610
Telefon: 926 56 31 25
Fax: 926 56 31 25
e-mail: centromujer@campodecriptana.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CIUDAD REAL

Adresa: C/ Lentejuela, 7 - 13001
Telefon: 926 21 10 03
Fax: 926 21 75 97
e-mail: cmujer@ayto-ciudadreal.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN DAIMIEL

Adresa: Travesía de las Tercias, 4, 1ª Planta - 13250
Telefon: 926 26 06 52
Fax: 926 26 06 52
e-mail: centromujer@aytodaimiel.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN HERENCIA

Adresa: C/ Convento, 2 - 13640
Telefon: 926 57 32 72
Fax: 926 57 36 57
e-mail: centromujer@herencia.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN HORCAJO DE LOS MONTES

Adresa: C/ Real, 5 B - 13110
Telefon: 926 77 50 82
e-mail: cmujer@entreparkes.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LA SOLANA

Adresa: C/ Pozo Ermita, 4, 1ª Planta - 13240
Telefon: 926 63 11 03
Fax: 926 63 40 45
e-mail: centrodelamujer@hotmail.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MALAGÓN

Asociația de Dezvoltare Entreparkes

Adresa: Pza. Ayuntamiento 1 - Malagón - 13420
Telefon: 926 800 600
Fax: 926 800 600
e-mail: cmujermalagon@entreparkes.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MANZANARES

Adresa: C/ María Zambrano, s/n - 13200
Telefon: 926 61 11 58
Fax: 926 61 11 58
e-mail: centromujer@manzanares.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MEMBRILLA

Adresa: C/ Capitán Meléndez Arias, s/n - 13230

Telefon: 926 63 73 17

Fax: 926 63 73 17

e-mail: centromujer@aytomembrilla.org**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MIGUELTURRA**

Adresa: C/ Lentejuela, 7 - 13170

Telefon: 926 27 20 08, 926 16 06 17

Fax: 926 24 20 30

e-mail: centromujer_miguelturra@yahoo.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN PEDRO MUÑOZ**

Adresa: C/ Goya, 7, 2º A

Telefon: 926 58 63 30

e-mail: centromujer@pedro-munoz.com**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN PUERTOLLANO**

Adresa: C/ Gran Capitán, 1 - 13500

Telefon: 926 43 23 26

Fax: 926 43 28 05

e-mail: cmujer@puertollano.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN SOCUÉLLAMOS**

Adresa: C/ Pedro Arias, 87, 1ª Planta - 13630

Telefon: 926 53 94 34

Fax: 926 53 94 34

e-mail: cmujersocuellamos@yahoo.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TERRINCHES**

Adresa: Avda. Castilla-La Mancha, 29 - 13341

Telefon: 926 35 81 09

e-mail: centromujerterrinches@gmail.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TOMELLOSO**

Adresa: C/ Felipe Novillo, 88 - 13700

Telefon: 926 52 88 01

Fax: 926 50 66 49

e-mail: centromujer@aytotomelloso.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN VALDEPEÑAS**

Adresa: C/ Manuel León, 3 - 13300

Telefon: 926 31 25 04

Fax: 926 32 44 00

e-mail: centromujer@valdepenas.es**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN VILLANUEVA DE LOS INFANTES**

Adresa: C/ Monjas y Honda, 4 - 13320

Telefon: 926 35 02 83

Fax: 926 36 08 60

e-mail: centromujer@infantes.org**CENTRUL PENTRU FEMEI DIN VILLARRUBIA DE LOS OJOS****Centrul pentru Femei „Ojos del Guadiana”**

Adresa: C/ Tirante, 18 - 13670

Telefon: 926 26 68 88

Fax: 926 26 68 90

e-mail:

centrodela mujer@villarrubiadelosojos.es**CUENCA****CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CUENCA**

Adresa: Pza. de España, s/n Edif. Mercado 3ª pla.

Dreapta. - 16001

Telefon: 969 23 56 07, 900 70 71 70

e-mail: centromujer@cuenca.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN HUETE

Adresa: Pza. de la Merced, 1, Planta 1ª - 16500
Telefon: 969 37 20 78
Fax: 969 37 11 48
e-mail: ayhuede-mujer@local.jccm.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN INIESTA

Adresa: Plaza Mayor 1 - 16235
Telefon: 967 49 00 02, 967 49 12 10
Fax: 967 49 12 20
e-mail: centromujeriniesta@telefonica.net

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LANDETE

Adresa: Pza. Nicanor Grande, 1 - 16330
Telefon: 969 36 80 15
Fax: 969 36 12 09
e-mail: cm.landete@hotmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LAS PEDROÑERAS

Adresa: Pza. Constitución, 10 -16660
Telefon: 967 16 14 41
Fax: 967 16 12 59
e-mail: centromujerlaspedroneras@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LAS VALERAS

Adresa: C/ Samuel Baltés, Nº 4 -16120
Telefon: 969 20 80 01
Fax: 969 20 81 35
e-mail: cmujerlasvaleras@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MOTA DEL CUERVO

Adresa: Plaza de Santa Rita, 2-3 - 16630
Telefon: 967 18 03 69
Fax: 967 18 23 20
e-mail: centromujer@motadelcuervo.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MOTILLA DEL PALANCAR

Adresa: C/ San Gil Abad, 3 -2º - 16200
Telefon: 969 18 00 94
Fax: 969 33 10 25
e-mail: centro.mujer@motilla.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN PRIEGO

Adresa: Pza. Conde de Priego, 1-16800
Telefon: 969 31 21 08
Fax: 969 31 20 67
e-mail: centromujerpriego@hotmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN QUINTANAR DEL REY

Adresa: Ayuntamiento de Quintanar del Rey.
Pza. Mayor, s/n - 16220
Telefon: 967 49 58 14
Fax: 967 49 58 15
e-mail: centromujer@quintanardelrey.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN SAN CLEMENTE

C.M. San Clemente
Adresa: C/ Clemente Pérez de Rus, 1 - 16600
Telefon: 969 30 06 44
Fax: 969 12 51
e-mail: centromujer@sanclemente.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TARANCÓN

Adresa: Avda. Juan Carlos I, 67, 1ª Planta -16400

Telefon: 969 32 11 73

Fax: 969 32 59 69

e-mail: centromujer@tarancon.es

GUADALAJARA

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ALOVERA

Adresa: Avda. de las Mercedes, 3. Local 11 D. Alovera

Telefon: 949 25 77 46, 682 34 36 48

e-mail:

centromujeralovera@amo.org.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN AZUQUECA DE HENARES

Adresa: C/ Peña Francia, 4 - 19200

Telefon: 949 27 73 46

Fax: 949 27 73 47

e-mail: centrodelamujer@azuqueca.net

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CABANILLAS DEL CAMPO

Adresa: Glorieta Mariano Pozo, s/n-19171

Telefon: 949 33 76 26

Fax: 949 33 71 43

e-mail: centromujer@aytocabanillas.org

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CIFUENTES

Adresa: Pza. San Francisco s/n, Planta 1ª - 19420

Telefon: 949 81 08 53

e-mail: centromujercifuentes@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN EL CASAR

Adresa: Pza. La Constitución, 2 -19170

Telefon: 949 33 55 30

Fax: 949 33 55 57

e-mail:

centrodelamujer@ayuntamientoelcasar.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN GUADALAJARA

Adresa: C/ Julián Besteiro, 2, -19004

Telefon: 949 22 07 88

Fax: 949 22 04 12

e-mail: centromujerguadalajara@yahoo.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MOLINA DE ARAGÓN

Adresa: Paseo de los Adarves, 29 4º Planta 19300

Telefon: 673 39 34 78, 673 39 34 80

e-mail: centromujermolina@cepaim.org

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MONDÉJAR

Adresa: Plaza Mayor, 1 -19110

Telefon: 949 38 77 20

Fax: 949 38 77 37

e-mail: centromujer@mondejar.org

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN SIGÜENZA

Adresa: Edificio Sociocultural El Torreón. C/ Valencia, s/n, 5-7 -19250

Telefon: 949 34 70 41

Fax: 949 34 70 76

e-mail: cmujer@siguenza.es

TOLEDO

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN BARGAS

Adresa: Barrio Alto, 8, 1º Dcha.- 45593

Telefon: 925 49 60 63

e-mail: centrodelamujer@bargas.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CALERA Y CHOZAS

Adresa: C/ Miguel de Cervantes, 2 - 45686
 Telefon: 925 84 71 54
 e-mail: centromujer@caleraychozas.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CAMARENA

Adresa: C/ Salud, 1 - 45180
 Telefon: 91 817 41 80
 e-mail: centromujer@ayto-camarena.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CONSUEGRA

Adresa: C/ Don Vidal, 1 - 45700
 Telefon: 925 46 75 71
 Fax: 925 46 75 77
 e-mail: centromujerconsuegra@hotmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN CORRAL DE ALMAGUER

Adresa: C/ Caños, 1 - 45880
 Telefon: 925 19 11 72
 Fax: 925 19 03 32
 e-mail: centromujer_ca@hotmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN ILLESCAS

Adresa: Pza. Manuel de Falla, 4 - 45200
 Telefon: 925 54 02 85
 Fax: 925 54 07 75
 e-mail: centrodela mujer@illescas.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LA PUEBLA DE ALMORADIEL

Adresa: C/ Manuel Girón-Bellón S/N -45840
 Telefon: 634 738 349, 925 20 54 23
 Fax: 925 20 53 38
 e-mail:
cmujerpalmoradiel@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LA PUEBLA DE MONTALBÁN

Adresa: Paseo Santo y Soledad S/N - 45516
 Telefon: 925 745793
 Fax: 925 77 66 01
 e-mail:
centromujer@pueblademontalban.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN LOS YÉBENES

Adresa: C/ San Juan nº 9 - 45470
 Telefon: 925 32 14 55
 Fax: 925 32 14 24
 Web: Blog
 e-mail: cmujeryebenes@yahoo.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MADRIDEJOS

Adresa: C/ Cruces, 9 - 45710
 Telefon: 925 46 00 16
 Fax: 925 46 70 22
 e-mail: centrodela mujer@madridejos.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MENASALBAS

Adresa: C/ Barquillo, 6 - 45128
 Telefon: 627 54 88 61, 925 11 00 08
 e-mail: centromujermenasalbas@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MIGUEL ESTEBAN

Adresa: Pza. de los Mártires, s/n, 1ª planta
 (Ayuntamiento) 45830
 Telefon: 925 17 25 83 interior 5
 Fax: 925 17 25 83 interior 5
 e-mail:
centrodela mujer.miguelesteban@centrodela mujer.org

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN MORA

Adresa: C/ Orgaz, 70 - 45400
 Telefon: 925 30 14 86
 Fax: 925 32 20 39
 e-mail: centromujermora@gmail.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN NOBLEJAS

Adresa: C/ José Bono, 1 - 45350
 Telefon: 925 14 09 84, 628 165 517
 Fax: 925 14 03 09
 e-mail: centromujer@noblejas.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN OCAÑA

Adresa: C/ La Rosa, 13 - 45300
 Telefon: 925 13 16 11
 Fax: 925 13 16 11
 e-mail: cmujer@ocana.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN OLÍAS DEL REY

Adresa: Plaza Constitución, 13 - 45280
 Telefon: 925 49 19 23
 Fax: 925 49 09 12
 e-mail: centromujer.olias@aytoolias.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN SESEÑA

Adresa: Plaza Mayor, 4 - 45224 (Seseña Nuevo)
 Telefon: 91 801 23 46
 Fax: 91 801 33 26
 e-mail: centromujer@ayto-sesena.org

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN SONSECA

Adresa: C/ Mazarambroz, 7 bajo - 45100
 Telefon: 925 38 21 00, 925 38 38 45
 Fax: 925 38 22 34
 e-mail: mujer@sonseca.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TALAVERA DE LA REINA

Adresa: C/ Segurilla, 35 - 45600
 Telefon: 925 72 13 19, 902 07 88 87
 Fax: 925 83 02 13, 925 81 90 69
 e-mail:
centromujer@aytotalaveradelareina.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TOLEDO

Adresa: C/ Alemania, 139 bis - 45005
 Telefon: 925 33 03 99
 Fax: 925 33 03 93
 e-mail: centromujer@toledo.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN TORRIJOS

Adresa: Plaza de España, 1 - 45500
 Telefon: 925 76 22 50
 Fax: 925 77 20 25
 e-mail: centro-mujer@torrijos.es

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN VILLACAÑAS

Adresa: C/ Mayor, 39 - 45860
 Telefon: 925 20 10 12
 Fax: 925 16 04 16
 e-mail: centromujer@aytovillacanas.com

CENTRUL PENTRU FEMEI DIN VILAFRANCA DE LOS CABALLEROS

Adresa: C/ Nueva s/n Casa de la Cultura.
 1ª Planta - 45730
 Telefon: 926 58 18 33
 Fax: 926 55 85 46
 e-mail: centromujervillafranca@jccm.es

*Pentru mine,
fericirea
constă într-o
sănătate bună,
într-un
somm liniștit
și în a mă trezi
fără teamă.*

*Françoise Sagan
(născută Françoise Quoirez)*

Resemnarea este doar obiceiul de a suferi.

Concepción Arenal.

Resemnarea este un suicid cotidian.

Honoré de Balzac.

**Mai bine sau mai rău, era același lucru;
bocancul care ne calcă tot bocanc este.**

Bertolt Brecht.

**Vrei să nu mai fii unul dintre sclavi? Rupe-ți
lanțurile și orice teamă și orice furie.**

Epictet.

**Nimeni nu poate iubi lanțurile, chiar dacă sunt
din aur pur.**

John Heywood.

**Nimeni nu ni se va urca în cap dacă noi înșine
nu-l vom pleca.**

Martin Luther King.

**Pe stradă soțul meu este un gentleman iar
când ajunge acasă e un demon.**

Popular.

Tirania este implacabilă și crudă pentru că este lașă și slabă.

Romain Rolland.

Americanul alb îl reduce pe negru la condiția de ștergător de cizme și deduce din aceasta că este bun doar pentru a șterge cizmele.

George Bernard Shaw.

Violența naște violență.

Eschil

Violența provoacă violența și o justifică.

Teófilo Gautier.

Puterea nu corupe; puterea demască.

Rubén Baldes.

Să dai înapoi în fața pericolului înseamnă să-l mărești.

Gustave Le Bon.

Frica în fața pericolului este de zece ori mai terifiantă decât pericolul în sine.

Daniel Defoe.

Când se iartă prea mult celor care comit greșeli, se face o nedreptate celor care nu le comit.

Baltasar de Castiglione.

Clemența care iartă criminalii este asasină.

William Shakespeare.

Beția nu creează vicii; nu face decât să le scoată în evidență.

Seneca

Femeie nu te naști, devii.

Simone de Beauvoir.

Femeia singură vrea nuntă pentru a se bucura de libertate și în schimb o mai mare captivitate o așteaptă.

Manuel Bretón de los Herreros.

Bărbatul se distinge de celelalte animale fiind singurul care își maltratează partenera.

Jack London.

Când toată ura a ieșit la suprafață, toate împăcărilor sunt false.

Anonim.

Oamenii îi urăsc pe cei care îi fac să își simtă propria inferioritate.

Lord Chesterfield.

Ceea ce li se face copiilor, copiii vor face societății.

Karl Mannheim.

Pentru afecțiunile grave, remediile sunt pe măsură.

Hipocrate

A încerca să te îmbunătățești pe tine este un demers cu un rezultat mai bun decât a încerca să-i faci mai buni pe ceilalți.

Noel Clarasó.

Iubirea este capacitatea de a râde împreună.

Françoise Sagan (născută Françoise Quoirez).

Bărbatului îi place să aibă propria voință, dar nu-i place ca soția lui să aibă o voință diferită de a lui.

John Stuart Mill.

O parte importantă în vindecare este să vrei să fii vindecat.

Seneca

Câteodată pentru a fugi ai nevoie de mult curaj.

Mary Edgeworth.

Bărbați fără minte care acuzați femeia fără motiv, fără să vedeți că voi sunteți vinovați pentru ceea ce acuzați.

Sora Juana Inés de la Cruz.

Bibliografie

AZPEITIA, BLANCA Y OTRAS.

Violencia Contra la Mujer (Violența împotriva femeii) Ed. Ministerio de Interior / Instituto para Femei, 1988

B. FERREIRA, GRACIELA.

Hombres violentos: mujeres maltratadas: aportes a la investigación y tratamiento de un problema social (Bărbați violenți: femei maltratate: contribuții la cercetarea și tratarea unei probleme sociale) Buenos Aires. Ed. Sudamericana, 1989

BUNH, CHARLOTTE Y CARRILLO, ROXANA.

Violencia de Género. Un Problema De Desarrollo y derechos Humanos (Violența de Gen. O problemă de dezvoltare și drepturile omului)

CÁCERES, ANA Y OTRAS.

Abordări feministe ale politicii împotriva violenței. Documentele Cecym, Buenos Aires, 1993

CAÑO, XAVIER.

Maltratadas (Femeile maltratate) Ed. TEMAS DE HOY. MADRID 1995

COBO J.A.

Valoración Médico Forense de algunos aspectos de la violencia contra la mujer (Evaluare medico-legală a unor aspecte ale violenței împotriva femeii) Teză de doctorat 1990/Aspectos Médico Forense (Aspecte de medicină legală) În: *Violencia Contra la Mujer (Violența împotriva femeii)* Ministerul de Interne 1991. 121-135./ *Asistență Integrală acordată femeii victimă a agresiunii sexuale (Asistență integrală acordată femeii victimă a agresiunii sexuale)* Ed. Masson. Barcelona. În curs de tipărire.

ECHEBURUA, ENRIQUE.

Personalidades violentas (Personalități violente)
Ed. Psicología Pirámide. Madrid 1996.

FALCÓN, LIDIA.

Violencia Contra la Mujer (Violența împotriva femeii)
Madrid. Ed. Vindicación Feminista, 1991

FERNÁNDEZ VILLANUEVA Y OTRAS.

La Mujer Ante La Administración de Justicia: El Caso de Parricidio (Femeia în fața administrării justiției: cazul paricidului) Ed. Instituto de la Mujer, 1988

FORWARD, SUSAN.

Cuando el amor es odio (Când iubirea este ură) Ed. Grijalbo. Mexic 1986

LÓPEZ SÁNCHEZ, FELIX.

Prevención de los abusos sexuales de menores y educación sexual (Prevenirea abuzurilor sexuale asupra minorilor și educația sexuală). Ed. Amaru Ediciones. Salamanca. 1995

MAQUIEIRA, V./SÁNCHEZ, C. (COMP.)

Violencia y Sociedad Patriarcal (Violența și societatea patriarhală) Madrid. Ed. Pablo Iglesias, 1990

NORWOOD, ROBIN.

Las mujeres que aman demasiado (Femeile care iubesc prea mult) Buenos Aires. Javier Vergara, 1987

PÉREZ DEL CAMPO NORIEGA, ANA M^a.

Una Cuestión Incomprendida: El Maltrato a la Mujer (O problemă neînțeleasă: maltratarea femeii) Madrid. Ed. Horas y Horas, 1996

ROJAS MARCOS.

Las semillas de la violencia (Semințele violenței)
Ed. Espasa ensayo. Madrid 1995

RUFFA, B.

Mujeres Maltratadas, Casas Refugio y sus alternativas (Femei maltratate, adăposturi și alternativele acestora)
Buenos Aires. Ed. Senda, 1990

SALVADOR DEL BARRIO, A. Y VARIOS.

La violencia en las familias: origen, causas, consecuencias y recursos para erradicarla (Violența în familie: origine, cauze, consecințe și măsuri de eradicare), Madrid, Ed. Unión de Asociaciones Familiares, 1981

SAU, VICTORIA.

Un diccionario ideológico feminista (Un dicționar de ideologie feministă) Ed. Icaria. Barcelona. 1981.

ZAMBRANO MIRNA, M.

Mejor sola que mal acompañada: Para la mujer golpeada (Mai bine singură decât în companie proastă. Pentru femeia lovită) Ed. The Seal Press, 1985
Washington.

MIGUEL LORENTE ACOSTA Y JOSÉ ANTONIO LORENTE ACOSTA

Agresión a la Mujer: Maltrato, violación y acoso
(*Agresiunea asupra femeii: maltratarea, violul și hărțuirea*) Ed. Comares

MARIA-FRANCE IRIGOYEN

El acoso moral: El maltrato psicológico en la vida cotidiana (*Hărțuirea morală: maltratarea psihologică în viața de zi cu zi*) Ed. Paidós

LINIA TELEFONICĂ
DE ASISTENȚĂ PERMANENTĂ
ÎN CAZURI DE AGRESIUNE
SEXUALĂ SAU
VIOLENȚĂ DE GEN

900 100 114

m

Instituto de la Mujer
CASTILLA-LA MANCHA



Castilla-La Mancha

