

# TODOS Y TODAS HEMOS PENSADO O DICHO COSAS ASÍ ALGUNA VEZ...

En todas  
las parejas  
hay peleas

¡Claro!...  
Es que no  
había denunciado

No hay  
tanto como dicen.  
Las feministas  
exageran

Esto no va conmigo.  
Yo nunca he pegado  
a una mujer

Eso sólo pasa en familias  
desestructuradas y sin recursos.  
Y entre los inmigrantes

A mí eso  
nunca  
me pasaría.

Son los celos  
y el alcohol que  
les hacen perder  
el control.  
Son enfermos  
mentales

Todas  
las violencias  
son iguales

La culpa  
es de ella  
por aguantar tanto

Sólo pasa  
en mujeres mayores.  
Las jóvenes  
ya no permitimos tanto.

También hay  
mujeres que maltratan  
a los hombres.

## DEBERÍAS SABER QUE...



**LA VIOLENCIA MACHISTA** no es sólo la ejercida hacia las mujeres por parejas o exparejas, sino también la que se produce en cualquiera de los ámbitos cotidianos: laboral, familiar, escolar, ocio, instituciones...

**NO ES UNA VIOLENCIA MÁS. ES UNA MANIFESTACIÓN DEL MACHISMO**, la desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres.



El objetivo del agresor es **CONTROLAR**. No tiene por qué ser un enfermo mental o un adicto a drogas. Lo único que tienen en común todos ellos es su machismo y no considerar a las mujeres como iguales.

Todas las violencias machistas son graves: menosprecio, amenazas, intimidaciones, agresión física, sexual, asesinato... **TODAS NOS ESTÁN IMPIDIENDO LLEGAR A UNA IGUALDAD REAL.**



No importa la clase social, la cultura ni el nivel educativo. **PUEDE PASARLE A CUALQUIER MUJER**, en cualquier parte del mundo. Tampoco es una cuestión doméstica ni un problema de las mujeres, sino de toda la sociedad. **ES UNA CUESTION DE DERECHOS HUMANOS.**

**ES DIFÍCIL SALIR DE UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA.** Siempre hay un maltrato psicológico continuado. El maltratador va forjando una trampa, manipulando, aislando, anulando y destrozando la autoestima de la mujer, haciendo que esta se sienta responsable.

Parte de la complejidad del problema está en el **CÍRCULO DE LA VIOLENCIA**. Él no siempre se muestra agresivo y tras episodios de violencia se producen fases de calma. **EL MALTRATADOR TEJE UNA TELA DE ARAÑA DE LA QUE CADA VEZ RESULTA MÁS DIFÍCIL SALIR.**



## Y YO... ¿QUÉ PUEDO HACER?



Las violencias machistas son un problema social que tiene su origen en las desigualdades de género impuestas por un sistema patriarcal. **TÚ PUEDES HACER MUCHO POR LA IGUALDAD.**

**DESMÁRCATE DE COMENTARIOS Y ACTITUDES MACHISTAS** que perpetúan el sexismo y presentan a las mujeres como personas débiles y sometidas. **INTERVIENE CUANDO ALGUIEN JUSTIFIQUE LAS VIOLENCIAS CONTRA LAS MUJERES O LES quite importancia.** Nunca justifiques una agresión.



Cualquier persona (familiar, del vecindario, amistad...) que tenga constancia de un caso de violencia de género puede llamar al teléfono contra el maltrato.

Si sospechas que una mujer está siendo agredida, llama directamente a la policía o al teléfono de emergencias.



Si presencias una agresión **NO MIRES PARA OTRO LADO**, ofrécete como testigo. Recuerda que denunciar no es responsabilidad única de la que sufre la violencia. **ES RESPONSABILIDAD DE TODO EL MUNDO.**



Recuerda que la mujer se siente muy angustiada, con miedo y bloqueada para salir de la situación. **NO LE PRESIONES.** La denuncia es importante, pero no lo es todo y ella tiene la última palabra.

Lo que sí es muy importante es que le escuches sin juzgarla, que creas lo que te explica y le hagas sentir que no está sola y que ella no es la culpable de la situación.

**EMPATIZA CON LA VÍCTIMA. ACOMPÁÑALA**, ofrécete para ir con ella a gestiones que tenga que hacer o para darle apoyo en lo que más necesite: darle la dirección de un servicio de ayuda, echarle una mano con los hijos e hijas, acompañarla cuando sale a la calle para que se sienta más segura...



**ÚNETE A ALGÚN GRUPO** en la lucha contra la Violencia de Género. Hay muchos colectivos de mujeres y de hombres que lo están haciendo.

## **COLABORA CON LA ASOCIACIÓN VIOLETA.**

Puedes hacerlo participando en nuestras actividades, haciéndote socia o realizando un donativo a esta cuenta

**ES54 2100 0291 31 0200233149**

**CONOCE LOS SIAD's Y LOS CENTROS DE INFORMACIÓN, ASESORAMIENTO Y ATENCIÓN A LAS MUJERES.**



### **SANT JOAN DESPÍ**

Av. Barcelona 41 **Teléfono 93 477 00 51**



### **CORNELLÀ DE LLOBREGAT**

C. Jacint Verdaguer, 16 – 18 **Teléfono 93 474 28 41**



### **ESPLUGUES DE LOBREGAT**

C. San Francesc Xavier, 1 **Teléfono 93 371 33 50**



### **SANT FELIU DE LLOBREGAT**

Pl. Lluís Companys, 2 **Teléfono 93 685 80 02**



### **SIAD DEL BAIX LLOBREGAT**

Parc Torreblanca,s/n ST FELIU DE LL. **TI 93 557 24 20**

# ALGUNAS ASOCIACIONES QUE TRABAJAMOS POR LA IGUALDAD Y CONTRA LA VIOLENCIA MACHISTA



## ASOCIACIÓN VIOLETA

[www.violeta.despientitats.cat](http://www.violeta.despientitats.cat)

Passatge Maluquer, 2. 08970 Sant Joan Despí  
Tf: 625 836 971



## PLATAFORMA UNITARIA CONTRA LES VIOLÈNCIES DE GÈNERE

[www.violenciadegenere.org/contacte](http://www.violenciadegenere.org/contacte)

Via Laietana, 16, 1r 08003 – Barcelona  
Tf: 627 398 316



## HÈLIA DONES

<http://heliadones.org/es>

Padilla 208-210 Baixos 08013 Barcelona  
Tf: 691 069 629



## HOMES IGUALITARIS – AHIGE CATALUNYA

[www.homesigualitaris.cat](http://www.homesigualitaris.cat)

Providència, 42, 3r despatx 3.3  
Hotel d'Entitats - 08024 BARCELONA. Tf: 640 058 961



## LUCHANDO POR LA IGUALDAD

## DERROTAMOS AL MACHISMO



[www.violeta.despientitats.cat](http://www.violeta.despientitats.cat)  
[violeta.asoc@gmail.com](mailto:violeta.asoc@gmail.com)

*Paremos la violencia  
machista*

