



# GUÍA CIUDADANA CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN LECTURA FÁCIL



La violencia de género es un problema muy grave contra el que todas las personas debemos luchar.

Por eso, la Junta de Castilla y León quiere que todos nos unamos y trabajemos en equipo contra la violencia con un mismo objetivo: “Objetivo Violencia Cero”

Para luchar contra la violencia de género todas las personas debemos conocer bien este problema. También es necesario saber qué debemos hacer si tenemos cerca alguna mujer (tu misma, familiar, amiga, vecina, compañera de trabajo, ...) que esté viviendo este problema. Esta guía te ayudará a las dos cosas.

Para hacer esta guía han colaborado muchas personas de todas estas organizaciones:

- Universidad de Valladolid.
- Consejo de la Juventud de Castilla y León.
- Casa Escuela Santiago Uno de Salamanca.
- Asociación Mujeres en Igualdad de Palencia.
- Cáritas Diocesana de Castilla y León.
- Diputación de Valladolid.
- Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León.
- Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de la Junta de Castilla y León.

Muchas gracias a todas por luchar contra la violencia de género.

**Milagros Marcos Ortega**  
**Consejera de Familia e Igualdad de Oportunidades**



# Introducción

La Junta de Castilla y León sabe que existen muchos casos de violencia de género que no se conocen. Para poder ayudar a todas las mujeres que lo necesitan es importante que ellas reconozcan su situación, que pidan ayuda y que todos las ayudemos a salir de la violencia.

A veces, una persona cercana puede ayudar a una mujer que está viviendo una situación de violencia de género.

En esta guía encontrarás información sobre la violencia de género y orientaciones por si conoces una situación de violencia de género. En ese caso, es mejor actuar pronto.

# ¿Qué es la Violencia de Género?



La violencia es hacer daño a una persona o a sus cosas. Cuando un hombre ejerce esta violencia contra una mujer, es decir, hace daño a una mujer solo por ser mujer, se llama **violencia de género**.

## ¿Quiénes son las víctimas?

Las víctimas son todas aquellas mujeres que se encuentran en una situación de violencia de género. También son víctimas las hijas e hijos de estas mujeres y otras personas, como sus padres o hermanos, que dependen de ellas.

## ¿Quién puede conocer un caso de violencia?

Cualquier persona puede tener cerca un caso de violencia contra una mujer (una compañera de trabajo, familiar, amiga o vecina). Muchas veces pensamos que esto siempre pasa lejos, en otros países y a personas que no conocemos. Por eso es más difícil que nos demos cuenta cuando ocurre a nuestro lado.

*“Cualquier persona puede tener cerca un caso de violencia contra una mujer”*

# ¿Qué formas de Violencia de Género existen?

Hay muchos tipos de violencia de género.

Los más frecuentes son:

## **Violencia física:**

cuando se produce daño en alguna parte del cuerpo, por ejemplo, patadas, mordiscos, heridas con cuchillos ,,

## **Violencia psicológica:**

cuando hay un daño emocional grave.

Puede hacerse de muchas formas:

hablando mal de la mujer, con gritos e insultos

diciendo que no vale para nada,

riéndose de ella en público y en privado.

## **Violencia sexual:**

cuando se obliga a la mujer

a realizar actos sexuales sin su permiso.

## **Violencia económica:**

cuando el hombre controla los ingresos de la casa

y no da dinero a la mujer ni a sus hijos,

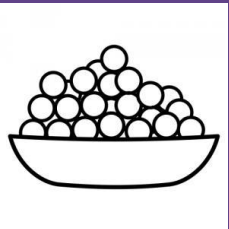
para poder llevar una vida normal.

## **Acoso laboral por razón de género,**

cuando en el trabajo se trata peor

a las mujeres que a los hombres.

“Muchas de estas formas de violencia suelen aparecer juntas.”





## ¿Conoces la realidad de la violencia de género?

A veces es difícil darnos cuenta de que tenemos cerca una situación de violencia de género.

Para comenzar **es necesario un cambio en nuestras ideas y en nuestra forma de actuar.**

Cada persona tiene que rechazar la desigualdad entre hombres y mujeres.

En la sociedad todavía hay muchas ideas equivocadas sobre la violencia de género.

La violencia de género es cuando un hombre controla y **somete** a una mujer y esto es un delito.

**Someter:** humillar, poner por debajo, obligar a hacer algo.

*“Hay que cambiar nuestra actitud y rechazar siempre la desigualdad. Mujeres y hombres somos iguales.”*

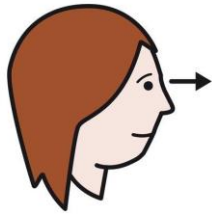
¿Cuáles son tus ideas? Compruébalo.



IDEAS EQUIVOCADAS	REALIDAD
<b>Hay menos violencia de género de lo que parece.</b>	Todavía muchos casos no se conocen. Hasta hace poco tiempo era un problema oculto.
<b>La violencia en el hogar es un asunto de la pareja y no debe salir fuera.</b>	La violencia de género es un problema social que nos afecta a todas las personas y la sociedad debe conocerlo.
<b>Las agresiones solo se dan en parejas sin dinero y sin estudios</b>	Las agresiones se dan en parejas de todo tipo, pobres y ricos, españolas y extranjeras, con estudios o sin ellos.
<b>El alcohol y las drogas son la causa de las agresiones.</b>	Muchos agresores no consumen ni drogas ni alcohol.
<b>Los hombres tienen una forma de ser violenta.</b>	Muchos agresores parecen buenos y se portan bien con sus conocidos. Sólo hacen daño a las mujeres cuando otras personas no les ven.
<b>El comportamiento de algunas mujeres provoca las agresiones.</b>	Nada justifica la violencia. El agresor es el único responsable.

IDEAS EQUIVOCADAS	REALIDAD
<b>La mujer maltratada no se va porque no quiere.</b>	La mujer maltratada siente miedo, culpa, vergüenza... y por eso no se atreve a pedir ayuda ni a abandonar al agresor.
<b>Los niños y las niñas necesitan a su padre, aunque sea violento.</b>	Los niños y las niñas no deben crecer creyendo que la violencia es normal. Después, cuando sean mayores a lo mejor ellos hacen lo mismo.
<b>Si la mujer se aguanta, él hombre cambiará.</b>	La violencia siempre se repite y es cada vez más fuerte. Si no se para a tiempo, pasa del grito a los golpes y puede llegar hasta la muerte.
<b>La violencia física es más grave que la violencia psicológica.</b>	La violencia psicológica provoca desequilibrios y daño emocional, que pueden ser tan graves como el daño físico.
<b>Quien bien te quiere te hará llorar.</b>	Este refrán no tiene razón. Cuando alguien te quiere, busca tu felicidad y tiene en cuenta tus sentimientos, necesidades y opiniones.
<b>La mayoría de las denuncias por violencia de género son falsas</b>	Hay muy pocas denuncias falsas Según datos oficiales, en los últimos 5 años estas denuncias falsas no llegan a una por cada 10.000.





## ¿Cómo reconocer la violencia de género?

¿Estos comportamientos te resultan familiares?

¿Alguna vez los has visto

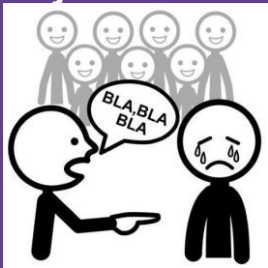
o te han pasado a ti?

A veces pueden esconder violencia de género.

Por eso, debemos estar atentos y reconocerlos y, si podemos, pararlos a tiempo.

- El hombre no hace caso a la mujer y actúa como si ella no está presente.
- El hombre se burla de ella delante de otras personas.
- El hombre grita a menudo a la mujer.
- El hombre acusa a la mujer de cosas que no ha hecho. como por ejemplo irse con otros hombres.
- El hombre insulta y amenaza a la mujer.
- Él hombre mira el móvil de la mujer, y lee sus mensajes y sus correos electrónicos.
- El hombre no la deja ver a su familia y amigos y no la deja salir de casa.
- Él hombre discute con ella y la empuja de vez en cuando.
- El hombre controla el dinero de la familia y no da dinero a la mujer para sus gastos.

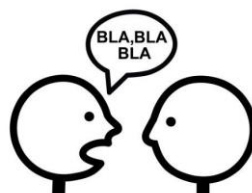
**“Las mujeres asesinadas por sus parejas, solo son una pequeña parte de la violencia que sufren las mujeres”**



- El hombre pega a la mujer o le hace daño de otra manera (arañazos, pellizcos, tirones de pelo, ....)
- El hombre obliga a la mujer tener relaciones sexuales aunque ella no quiera
- El hombre pone en peligro la vida de la mujer

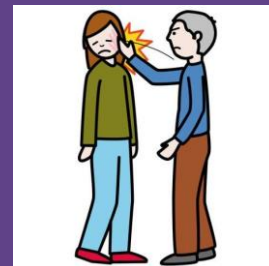
No hay ninguna razón para hacer daño a otras personas.

Si sospechas que alguno de estos hechos está pasando puedes tener cerca una situación de violencia de género.



No te calles, cuéntalo.  
Ponte en contacto con un profesional.

***“Las mujeres asesinadas por sus parejas, solo son una pequeña parte de la violencia que sufren las mujeres”***





## ¿Cómo ayudar a una víctima de violencia de género?

Cuando tengas cerca una mujer que necesita ayuda:

- **Cree a la mujer.**

Para ella es más fácil contarlo si confiamos en ella y creemos lo que nos cuenta

- **Ofrécele tu ayuda.**

La mejor ayuda que podemos ofrecer es escucharla y comprenderla, respetar sus decisiones y apoyarla en lo que ella decida y ofrecerle apoyo. A veces necesita que le guardes algo suyo, o que la acompañes a algún servicio de asistencia. Puedes llamar al teléfono 012 para pedir información y ayuda.

- **Ella nunca tiene la culpa.**

El único responsable es siempre el agresor. Las mujeres víctimas a veces piensan que ellas han hecho algo mal y que tienen la culpa, pero no es así

- En caso de urgencia, **llama a los servicios de emergencias.**

Cuando la mujer está en peligro hay que llamar a la policía o al número 112 de Emergencias

*“Tenemos que creer a la mujer, ofrecerle ayuda, y llamar a los servicios de asistencia”*



# ¿Dónde puedes acudir?

En Castilla y León existe una Red de Atención a la mujer víctima de violencia de género con servicios especializados para apoyar y acompañar a las víctimas. Para conocer y solicitar estos servicios y también para comunicar una situación de violencia, puedes dirigirte a:

## 1. Teléfono 012 Mujer.

Ofrece información general para la mujer y también especializada sobre los servicios destinados a las víctimas de violencia de género.

## 2. Teléfono 016.

Es el servicio telefónico sobre violencia de género del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Presta servicio en 51 idiomas.

## 3. Teléfono 112

Es para llamar en los casos de emergencia, cuando la mujer está en peligro.

## 4. Teléfono 091.

Es el número de emergencias de la Policía Nacional.

*“La Red de Atención Apoyará y acompañará en todo momento a la mujer”*



## 5. Centros de Acción Social – CEAS.

Están en todo el territorio de Castilla y León.  
Dan información sobre los servicios sociales  
y también sobre violencia de género.

## 6. Secciones de Mujer

Hay una en cada capital de provincia de Castilla y León  
y están especializadas en violencia de género.  
Cualquier persona puede ir allí  
para recibir información y atención.

Para más información  
puedes llamar al teléfono de **información 012**



o consultar la web [www.jcyl.es/vg](http://www.jcyl.es/vg)



*Este texto sigue las directrices internacionales de la IFLA para materiales de Lectura Fácil dirigidos a personas con dificultades de comprensión lectora. Tiene la aprobación de la Asociación de Lectura Fácil de Castilla y León.*

*Esta Guía ha sido revisada y trabajada con las alumnas del I Curso “Violencia de género y discapacidad intelectual” que se celebró en Palencia en el año 2015.*

*Pictogramas:*

*Son obra de Sergio Palau*

*Para ARASAAC <http://www.arasaac.org/index.php>  
que los publica bajo licencia Creative Commons*



**“La Red de  
Atención  
Apoyará y  
acompañará  
en todo  
momento a  
la mujer”**