

# **NO** hi ha espai per al **MASCLISME**

Què puc fer davant les violències?  
nohihaespaiperalmasclisme 

01 **Presentació**

02 **Aprèn a identificar les violències  
masclistes per a reaccionar**

03 **Respondre davant les violències  
masclistes**

04 **Informa't!**

**Fes click  
als apartats** 

## 01 Presentació

**Sabies que 1 de cada 2 dones a Espanya ha sofert violència al llarg de la seva vida pel fet de ser dona? I 1 de cada 3 al món sencer?** Ens trobem davant un problema social de primer ordre, perquè afecta un gran nombre de persones i comporta greus conseqüències físiques, psicològiques, econòmiques i socials, tant per qui ho pateix com per l'entorn pròxim.

**Com a societat, no podem tolerar cap mena de violència masclista.** En aquest espai web trobaràs la informació que necessites per identificar la violència cap a les dones i per saber com respondre davant ella, tant si ets víctima, testimoni directe, persona que coneix un cas o persona que es reconeix possible agressora.

A continuació, exposem:

- 01 Informació per aprendre a identificar violències masclistes.**
- 02 Fluxos d'actuacions en cas de violència de gènere, en diferents rols** (observador/a, víctima, agressor/a, etc).
- 03 Més recursos de prevenció, atenció i apoderament feminista** disponibles per la Mancomunitat del Pla de Mallorca.

## 02 Aprèn a identificar-la

La **violència masclista** es refereix als actes nocius dirigits contra una persona o un grup de persones per raó del seu gènere o d'una ideologia masclista i sexista. Té el seu origen en la desigualtat de gènere, l'abús de poder i l'existència de normes nocives pròpies d'una societat patriarcal. La violència cap a les dones i les nines pot tenir com a resultat un sofriment físic, sexual o mental per a la dona, i pot adoptar forma d'amenaçes, de coacció o de privació arbitrària de la llibertat, tant en la vida pública com en la vida privada. També és el **conjunt de totes les formes de discriminació motivades pel sexe o gènere**, incloses aquelles que no es consideren delictes, però que també causen sofriment a qui les pateix, com els micromasclismes.

En resum, quan parlem de violència masclista, ens referim a un concepte que **va més enllà de l'àmbit de la parella o exparella**. També parlem, per exemple, de violència sexual per part de persones desconegudes (explotació sexual, violacions, assetjament sexual, prostitució, compartir contingut sexual sense consentiment, etc.), inclòs la publicitat sexista i el masclisme més simbòlic.



La **violència de gènere**, en síntesi, és una manifestació de les relacions de poder dels homes sobre les dones, que s'exerceix sobre aquestes per part d'homes qui siguin o hagin estat lligats a elles en relacions d'afectivitat (parella o vincle anàleg) tal com dicta la Llei Orgànica de 2004. En parelles homosexuals (gais o lesbianes) parlem de **violència intragènere**.

Finalment, cal aclarir que la LTBI-fòbia troba la seva base a la ideologia masclista, per aquesta raó, també podem incloure com una forma de violència masclista: la discriminació múltiple i els delictes d'odi per raó d'orientació sexual, expressió o identitat de gènere, com l'assetjament a dones lesbianes i la discriminació laboral a dones trans- entre altres exemples de violència.

### Quins tipus de violència de gènere existeixen?



**Violència física:** Causar sofriment físic (també psicològic) a la víctima mitjançant la força física o l'ús d'armes i objectes. Pot incloure danys a persones estimades, com fills i filles (violència vicària) i/o animals domèstics. L'assassinat, les pallisses, cremar, mossegar, denegar l'atenció mèdica, obligar a consumir alcohol i altres drogues són alguns exemples.



**Violència psicològica:** Consisteix a provocar sofriment o por, mitjançant diferents estratègies no físiques. La intimidació, les amenaces, l'aïllament, el xantatge, la manipulació emocional, les crítiques constants, humiliacions, culpabilitzacions, insults, gestos intimidatoris i mirades nocives, entre d'altres.



**Violència sexual:** Les violències sexuals són qualsevol acte sense consentiment de naturalesa sexual cap a una persona víctima, des d'agressions sexuals i l'assetjament, fins conductes més invisibles i/o freqüents com tirar floretes, persecucions al carrer, xiular, intimidacions sexuals subtils, mirades intimidatòries, etc.



**Violència digital:** S'exerceix a través de les tecnologies digitals, de les xarxes socials o d'Internet. Entre elles, el ciberassetjament és una de les més freqüents, mitjançant estratègies humiliants que afecten la privacitat i intimitat i la imatge pública: robatori d'identitat (phishing), pornorevenge, sexting, enviament de pornografia i imatges sexuals sense consentiment.



**Violència econòmica:** Consisteix a aconseguir o intentar aconseguir la dependència financera de la persona víctima, mantenint per això un control total sobre els seus recursos financers, impedit-li accedir a ells i prohibint-li treballar.

## 03 Reacciona davant la violència masclista

A continuació, trobaràs orientacions d'actuació en cas de:

- Si pateixes violència masclista.
- Si ets testimoni de violència masclista.
- Si coneixes una possible víctima de violència masclista.
- Si creus que tens comportaments agressius i/o masclistes.

→ **Si pateixes violència masclista**

**Et trobes a una situació d'emergència?**

**112 EMERGÈNCIES**

**091 POLICIA NACIONAL**

**062 GUÀRDIA CIVIL**

**APP ALERTCOPS** (s'enviarà l'alerta a la policia amb la teva localització)

**Si no estàs a una situació d'emergència**, però necessites ajuda o informació:

**016 / 600 000 016** (WhatsApp) i/o **016** - [online@igualdad.gob.es](mailto:online@igualdad.gob.es)

**Adaptació per discapacitat sensorial**

<https://www.telesor.es> i <http://www.svisual.org> o telèfon de text (DTS) mitjançant el número **900 116 016**

**Serveis Socials del teu municipi** - [ssocials@mancomunitatplademallorca](mailto:ssocials@mancomunitatplademallorca).

**CID** (Centre d'atenció de la Dona de Mallorca).

També pots aproximar-te al teu centre de salut, la policia local o la teva farmàcia més propera.



## Recorda!

- **En cas d'abandonar ràpidament el teu domicili**, existeixen centres d'emergència i cases d'acolliment. Totes són allotjaments adaptats a fills i filles. A Mallorca, pots contactar amb serveis socials, policia local del teu ajuntament o al servei 24 hores d'IBDona (971 59 82 05 / 639 837 476). I aquí trobaràs informació sobre espais segurs pels teus animals: 673 76 53 30.
- Es recomana **portar sempre el més imprescindible**: DNI, passaports, llibre de família, diners i targetes de debit/crèdit, permís de treball, medicaments i altra documentació adient. No et preocupis si deixes alguna cosa enrere, la Policia pot acompanyar-te en qualsevol moment al teu domicili.
- També existeixen **organitzacions de dones i persones feministes, ONG i centres d'Informació a la Dona** de la teva localitat (Serveis socials de la Mancomunitat), i altres recursos, als quals et pots apropar.

### → Si has sofert violència sexual

#### Et trobes a una situació d'emergència?

**112** EMERGÈNCIES

**091** POLICIA NACIONAL

**062** GUÀRDIA CIVIL

**APP** ALERTCOPS (s'enviarà l'alerta a la policia amb la teva localització)

En cas d'haver patit una **violació** o **agressió sexual**, les orientacions bàsiques a seguir són:

- Trucar als recursos d'emergència.
- Acudir a l'hospital més pròxim per realitzar un examen físic, psicològic i ginecològic i posar en marxa un tractament preventiu d'ITS i/o embaràs no desitjat.
- Evitar canviar-se, llevar-se la roba o rentar-se abans d'anar al departament mèdic per tal de no eliminar restes biològiques i proves essencials en cas d'interposar una denúncia.
- Rebre totes les còpies de comunicats mèdics o policials pertinents.
- Trucar al **016** per demanar informació per garantir el dret a una assistència social, psicològica i jurídica prestada pels serveis o recursos especialitzats del teu territori.
- Demanar a una persona de confiança que t'acompanyi durant tot el procés.

#### **Si no estàs a una situació d'emergència:**

Pots contactar amb el **016** o **Ibdona** (639 837 476).



→ **Si pateixes violència intragènere o has sofert algun tipus de delictes d'odi per ser LGTBIQA+**

### Estàs a una situació d'emergència?

**112** EMERGÈNCIES

**091** POLICIA NACIONAL

**062** GUÀRDIA CIVIL

**APP** ALERTCOPS (s'enviarà l'alerta a la policia amb la teva localització)

**Altres serveis especialitzats** per demanar més informació, assessorament i ajuda són:

> **Assistència LGTBI del Ministeri:** [asistencia.ondod@interior.es](mailto:asistencia.ondod@interior.es)

> **Xarxes contra l'odi:** 913604605 o whatsapp 676 78 58 30

> **Informació Federació Estatal LGTBIQA+:** [info@felgtb.org](mailto:info@felgtb.org)

> Atenció psicològica "**Relacions sanes**" de Fundació IRES a Mallorca: 615867331 / [relacionsanes@fundacioires.org](mailto:relacionsanes@fundacioires.org) / Seus de Fundació IRES (Palma de Mallorca i Manacor). Aquí trobaràs el mapa autonòmic i un geolocalitzador estatal de serveis i recursos.

→ **Si ets víctima d'algun tipus de violència masclista digital** (sexting, phishing o utilització d'informació teva personal sense consentiment)

### És recomanable:

- Contactar amb **091** Policia Nacional i/o **062** Guàrdia Civil i denunciar els fets.
- Denunciar o i formar-se a **Canal Prioritari:** <https://www.aepd.es/canalprioritario/>
- Recollir totes les proves possibles.
- També es recomana contactar amb les xarxes socials que hagin estat implicades com Facebook, Instagram, Twitter, etc. per tal de recavar més proves i informació que pugui ser important.



## → Si ets testimoni de violència masclista

1. Tracta de diferenciar si la vida de víctima corre perill imminent o no.
2. Si corre perill la vida de la víctima: **112** Emergències **091** Policia Nacional **062** Guàrdia Civil i Alertcops.
3. L'objectiu principal és traslladar-la a un espai on pugui sentir-se segura i tranquil·la.
4. Si ets testimoni directe, la teva seguretat és important. Espera que arribin els serveis d'emergències i de seguretat.
5. Grava la situació amb el mòbil i posa aquests enregistraments a disposició de la policia / guàrdia civil (no difonguis a xarxes).
6. Sé empàtic/a amb la víctima o víctimes, amb escolta activa i sense jutjar.
7. Acudeix al punt violeta si existeix (espais segurs per a denunciar agressions masclistes en discoteques i altres espais públics i privats) i/o avisa a les persones responsables de l'espai si aquest és de tipus privat (club, bar, restaurant...).
8. La violència de gènere és un delicte públic i qualsevol testimoni ho pot denunciar.

## → Si NO ets testimoni directe, però coneixes una persona que és víctima de violència masclista, aquestes són algunes recomanacions

1. Si tems per la seva vida, truca als serveis d'emergència (112, 062, Alertcops, 026).
2. Ofereix-li suport, parla amb ella: sense judicis, paternalismes, ni interrupcions. Amb empatia i màxim respecte.
3. Informa't dels serveis d'atenció especialitzats per a víctimes de violència masclista de la teva zona o de les associacions de dones més pròximes.
4. Trasllada-li aquesta informació a la víctima de la manera més fàcil i accessible per a ella, sempre en un lloc segur, sense dramatitzar ni banalitzar el que ella et conti.
5. Si arriba la Guàrdia Civil o policia, col·labora amb el teu testimoniatge.
6. Si no estàs segur/a, però sospites que és víctima: cerca un moment en el qual ella estigui sola o en el qual es trobi lluny del seu agressor i trasllada-li que estaràs amb ella si ho necessita.
7. Encara si ella no vol fer cap pas, continua mostrant el teu suport.
8. Trenca l'estigma vers les dones que han patit o pateixen violència.
9. Transmet interès, confiança, seguretat i confidencialitat.
10. Mai citis a l'agressor per contrastar informació.



## → Si creus que tens comportaments violents i vols rebre ajuda

Informa't per conèixer quins serveis d'atenció i assessorament existeixen i apropa't: **A Mallorca**, tens l'opció d'apropar-te al servei **Relaciones Sanes** de Fundació IRES dirigit a persones agressores en violència de gènere o intragènere (615 867 331 / 971 722 856 o [relacionsanes@fundacioires.org](mailto:relacionsanes@fundacioires.org)). **A Palma**, existeix el **Servei Municipal per l'atenció en Violència de Gènere (SAIVG)** que ofereix intervenció psicossocial gratuïta per persones agressores. Pots accedir directament o per derivació. El seu contacte és [violenciagenere@palma.es](mailto:violenciagenere@palma.es) o 971 773 478 / 654 062 602. A serveis socials del teu ajuntament també podran informar-te.

En cas d'haver estat denunciat per agressió sexual o violència de gènere, existeixen altres serveis per derivació judicial, com el programa **Atura't** (Menors i adolescents amb mesures judicials per violència sexual) entre d'altres.

## 04 Informa't

Aquests són els **principals recursos i serveis d'atenció i prevenció** especialitzats en violències masclistes que intervenen a la **Mancomunitat del Pla de Mallorca**:

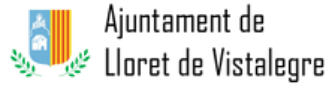
Recurs/Servei	Informació de contacte
<b>Serveis d'emergències en cas de perill imminent</b>	112 (Emergències) 091 (Policia Nacional) 062 (Guardia Civil) App Alertcops
<b>016 - Servei d'atenció a víctimes de violències masclistes</b> (Atenció social, judicial, psicològic, informatiu).	016 016 Telesor 016 Visual WhatsApp: 600 000 016 016 - <a href="mailto:oline@igualdad.gob.es">oline@igualdad.gob.es</a> Menors/adolescents: 900 202 010 Tracta de persones i explotació sexual: 900105090



Recurs/Servei	Informació de contacte
<b>ATENPRO Servei Telefònic d'Atenció i Protecció per a víctimes de la violència de gènere 24 hores.</b>	900 22 22 92 <a href="mailto:atenpro-sessi@msssi.es">atenpro-sessi@msssi.es</a> <a href="mailto:atenpro@femp.es">atenpro@femp.es</a>  *Es pot sol·licitar a serveis socials de l'ajuntament.
<b>Servei d'atenció a víctimes de violències masclistes - 24 hores (Balears)</b>	Mallorca Centro de Información a la Mujer C/ dels Foners, 38 - 07006 Palma 971 59 82 05 <a href="mailto:cid@conselldemallorca.net">cid@conselldemallorca.net</a> De lunes a viernes, de 8:30 a 15:00h 639 837 476
<b>Centre d'Informació de la Dona</b>	971 59 82 05 <i>WhatsApp</i> 639 837 476 <a href="mailto:cid@conselldemallorca.net">cid@conselldemallorca.net</a>
<b>Departament de Serveis socials comunitaris de la Mancomunitat Pla de Mallorca - Atenció local en violències masclistes</b>	971830441 Serveis Socials del teu ajuntament Espai web <a href="#">aquí</a> <a href="mailto:ssocials@mancomunitatplademallorca.net">ssocials@mancomunitatplademallorca.net</a>
<b>Servei d'atenció psicològica per a la promoció de relacions de parella no violenta: Relacions sanes"</b>	<a href="mailto:relacionsanes@fundacioires.org">relacionsanes@fundacioires.org</a> 615 867 331 971 722 856 Seus de Fundació IRES (Palma de Mallorca i Manacor).
<b>Espai especialitzat d'informació i denúncia en delictes digitals</b>	Sede Electrónica - Agencia Española de Protección de Datos ( <a href="http://sedeagpd.gob.es">sedeagpd.gob.es</a> ) Denunciar o i formar-se a Canal Prioritari: <a href="https://www.aepd.es/canalprioritario/">https://www.aepd.es/canalprioritario/</a>



Recurs/Servei	Informació de contacte
<p><b>Xarxa d'associacions del Moviment feminista que intervenen en el Pla de Mallorca</b></p>	<p>Col·lectiu Teranyines (Sant Joan)  Dones d'arrel (Sineu)  Moviment feminista de Sencelles (Sencelles)  Veus feministes (Porreres)  Moviment Feminista – Coordinadora d'entitats i activistes feministes de Mallorca (<a href="http://movimentfeministamallorca.org">movimentfeministamallorca.org</a>)</p>
<p><b>No i punt Prevenció - violències sexuals i sexistes en festes populars de Mallorca</b></p>	<p><a href="https://web.conselldemallorca.cat/-/no-i-punt">https://web.conselldemallorca.cat/-/no-i-punt</a></p>
<p><b>WRAP - Cercador de recursos pròxims en violència de gènere (geolocalització)</b></p>	<p><a href="https://wrap.igualdad.gob.es/recursos-vdg/search/SearchLocation.action">https://wrap.igualdad.gob.es/recursos-vdg/search/SearchLocation.action</a></p>
<p><b>WRLGTBI - Cercador de recursos pròxims en delictes d'odi per LGTBI per geolocalització</b></p>	<p><a href="https://wrlgtbi.igualdad.gob.es/recursos-lgtbi/search/SearchForm.action;jsessionid=29E3FBD16800DEF1B3CAC71DE60ABAA9.worker1">https://wrlgtbi.igualdad.gob.es/recursos-lgtbi/search/SearchForm.action;jsessionid=29E3FBD16800DEF1B3CAC71DE60ABAA9.worker1</a></p>
<p><b>ACCES - Cercador de recursos per dones migrants</b></p>	<p><a href="https://www.we-access.eu/es/mapa">https://www.we-access.eu/es/mapa</a></p>



**A la Mancomunitat del  
Pla de Mallorca  
NO HI HA ESPAI PER  
AL MASCLISME!**