

NO hi ha espai per al **MASCLISME**

Què puc fer davant les violències?
no hi ha espai per al masclisme 

01 **Presentació**

02 **Aprendre a identificar les violències masclistes**

03 **Reaccionar davant les violències masclistes**

04 **Informa't més!**

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? (Ministeri Igualtat, 2020). I que **1 de cada 3 al món sencer ha patit violència física o sexual almenys una vegada?** Són dades de la ONU (2024). Ens trobem davant un greu problema social, que afecta un gran nombre de persones i comporta conseqüències tant per qui ho pateix com per l'entorn pròxim.

Com a societat, no podem tolerar cap mena de violència masclista. En aquesta guia breu trobaràs la informació bàsica que necessites per identificar-la i per saber com respondre davant ella, tant si ets víctima, observador/a o possible agressor/a.

A continuació, llegiràs:

- 01 Informació per aprendre a identificar violències masclistes.**
- 02 Fluxos d'actuacions en cas de violència de gènere, en diferents rols** (observador/a, víctima/supervivent, persona agressora i altres).
- 03 Més recursos de prevenció, atenció i apoderament feminista** disponibles per la Mancomunitat 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. Té el seu origen en la desigualtat de gènere, l'abús de poder i la socialització diferencial de gènere que es produeix dintre de la societat patriarcal. Aquest tipus de violència es produeix més cap a les dones i nines. Pot generar conseqüències com un sofriment físic, sexual o mental per a la víctima, 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. Cal recordar que la violència masclista és també el **conjunt de totes les formes de discriminació motivades pel sexe o gènere**, incloses aquelles més subtils que no es consideren delictes, però que també causen sofriment a qui les pateix.

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, sexting sense consentiment...), inclosa la publicitat sexista més simbòlica.



D'altra banda, la **violència de gènere**, en síntesi, és una manifestació de les relacions de poder masculines, que s'exerceix sobre les dones per part d'homes qui estiguin 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 **LGTBIQ-fòbia** troba la seva base a la ideologia masculinista, per aquesta raó, també podem incloure com una forma de violència masculinista: 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 violències.

Quins tipus de violència de gènere existeixen?



Violència física: Causar sofriment físic (i que també té un efecte 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 drogues i altres.



Violència psicològica: Consisteix a provocar sofriment o por, mitjançant diferents estratègies no físiques o psicològiques. 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.



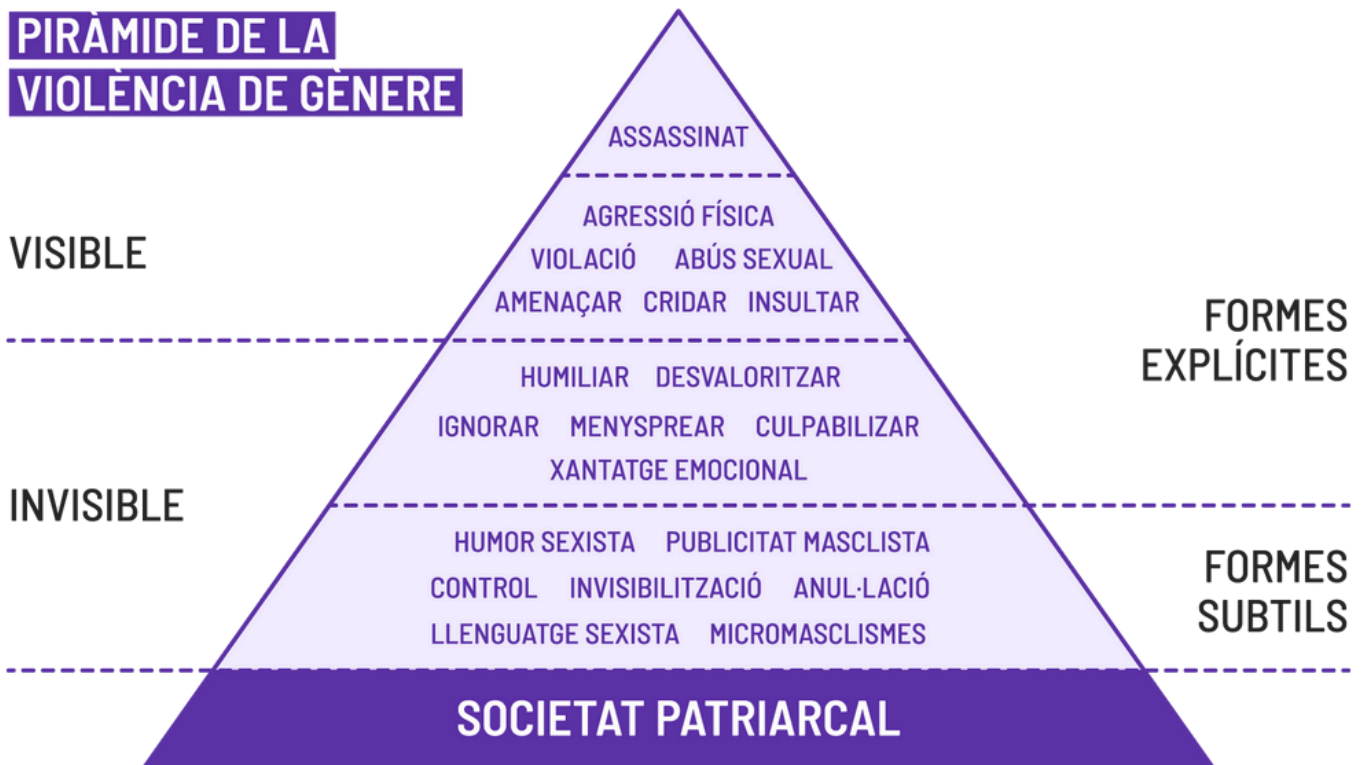
Violència sexual: Les violències sexuals són qualsevol acte sense consentiment de naturalesa sexual cap a una persona víctima, des d'agressions sexuals i assetjament, fins a conductes més invisibles i/o freqüents com tirar floretes, persecucions al carrer, xiular, intimidacions sexuals subtils, mirades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



Violència digital: S'exerceix a través de les tecnologies digitals, de les xarxes socials o d'Internet. 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, entre d'altres.



Violència econòmica: Consisteix a aconseguir o intentar aconseguir la dependència financera de la persona víctima, mantenint un control total sobre els seus recursos financers, impedit-li accedir a ells i prohibint-li treballar. Robar o llevar diners també és violència econòmica.



La piràmide de la violència masclista

Sovint, quan pensam en violència masclista o de gènere, el primer que arriba a la nostra ment és la idea de l'assassinat o l'agressió física. Aquestes formes de violència són més explícites i visibles, per tant, més fàcils d'identificar com a tal. Però realment **existeixen altres formes més subtils, l'aparició de les quals augmenta la probabilitat d'ocurrència de les més explícites.**

El masclisme és com un iceberg, de manera que la violència visible és només una petita part del problema. Per això, **resoldre el problema de la violència masclista requereix l'actuació davant tots els tipus que la conformen:**

- La **violència directa** és més explícita, es concreta amb comportaments físics i verbals: agressions físiques, amenaces, xantatge emocional, violació i altres.
- La **violència cultural** és més subtil i invisible. Crea un marc legitimador de la violència i es conforma per actituds. Correspon amb el sistema cultural masclista: estereotips, rols de gènere, tradicions sexistes, micromasclismes, llenguatge sexista, bromes masclistes, etc.).
- La **violència estructural**, a la base de la piràmide, és tot el conjunt d'estructures que no permeten la consecució real de la igualtat de gènere i que fomenten la perpetuació del masclisme (societat patriarcal).

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? (Està en risc la teva integritat física)

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:

> **016 / 600 000 016** (WhatsApp) chat online 016 en

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/> i 016-online@igualdad.gob.es

amb **adaptació per discapacitat sensorial**

<https://www.telesor.es> i <http://www.svisual.org> o telèfon de text (DTS)

mitjançant el número **900 116 016**

> **Telèfon 24 hores IBDONA:** 971 17 89 89 / 639 83 74 76 (Whatsapp) i

[S-VISUAL](#) (dones sordes)

> **Serveis Socials del teu municipi** - ssocials@mancomunitatplademallorca.

> **CID** (Centre d'Informació de la Dona - Consell Insular Mallorca): **971 59 82 05**

o cid@conselldemallorca.net

> També pots aproximar-te al teu **centre de salut** o a les **dependències policials**.



Recorda!

- **En cas d'abandonar ràpidament el teu domicili**, a Mallorca hi ha cases d'acolliment. Totes les cases són allotjaments adaptats a fills i filles. Pots contactar amb serveis socials, policia local del teu ajuntament o el servei 24 hores (971 59 82 05 / 639 837 476). I aquí trobaràs informació sobre espais segurs pels teus animals: 673 76 53 30 (VIOPET).
- Es recomanable tenir un **pla de fugida** i **portar sempre el més imprescindible damunt**: 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 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 per conèixer més.

→ Si has sofert violència sexual

Et trobes a una situació d'emergència?

112 EMERGÈNCIES

091 POLICIA NACIONAL 062 GUÀRDIA CIVIL

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

CENTRE LIBERTAS D'ATENCIÓ EN VIOLÈNCIA SEXUAL: 900 842 310

(centrelibertas@conselldemallorca.net)

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, CID (Centre Informació Dona)** al 971 59 82 05 o **Centre Libertas (900 842 310)**, especialitzat en violència sexual.



→ **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

028 Servei Emergència LGTBIQA+

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

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

- > Servei d'**atenció Integral LGTBI**: 682388969 sailgtbi@conselldemallorca.net
- > **Assistència LGTBI del Ministeri**: asistencia.ondod@interior.es
- > **Xarxes contra l'odi**: 913604605 o whatsapp 676 78 58 30
- > **Informació Federació Estatal LGTBIQA+**: info@felgtb.org
- > **"Relacions sanes"** (violència intragènere) de Fundació IRES a Mallorca: 615867331 / relacionsanes@fundacioires.org
- > 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 informar-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 retirar els continguts i recaptar més proves i informació que pugui ser important.



→ Si ets testimoni (observador/a) de violència masclista

1. Tracta de diferenciar si la vida de la víctima corre perill imminent o no.
2. Si **corre perill la vida de la víctima**: contacta immediatament amb **112 Emergències**. O bé, 091 Policia Nacional 062 Guàrdia Civil.
3. L'objectiu principal és traslladar-la a un **espai segur**, on pugui sentir-se tranquil·la.
4. Si ets testimoni directe, **la teva seguretat també és important**. Espera que arribin els serveis d'emergències.
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 demanar ajuda davant 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 persona que sigui observadora 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, **016**).
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 espai íntim i segur**, en el qual ella estigui sola o en el qual es trobi lluny del seu agressor i di-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 ets un home i creus que tens comportaments masclistes en parella i vols canviar-ho:**

- **Informa't** per conèixer quins serveis d'atenció i assessorament existeixen i apropa't per rebre l'ajuda necessària.
- En els **serveis socials** del teu municipi, poden comunicar-te els recursos disponibles per la Mancomunitat Pla de Mallorca.
- Hi ha entitats **socials** que et poden ajudar a aprendre nous comportaments saludables i alternatius al masclisme. Per exemple, el projecte **Relacions sanes** (IRES) ajuda a homes que resideixen a la part forana.
- En cas d'haver estat denunciat per agressió sexual o VG, existeixen serveis per derivació judicial, com el **programa Atura't** (Menors amb mesures 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
Serveis d'emergències	112 (Emergències) 091 (Policia Nacional) 062 (Guardia Civil) App Alertcops
016 - Servei d'atenció a víctimes de violències masclistes (Atenció social, judicial, psicològic, informatiu).	016 - 016 Telesor - 016 Visual WhatsApp: 600 000 016 016-online@igualdad.gob.es Menors/adolescents: 900 202 010 Tracta de persones i explotació sexual: 900105090
028 - Emergència delictes d'odi LGTBI	028 - 028-online@igualdad.gob.es

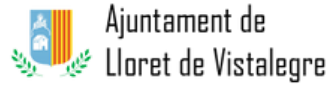


Recurs/Servei	Informació de contacte
ATENPRO Servei Telefònic d'Atenció i Protecció per a víctimes de la violència de gènere 24 hores.	900 22 22 92 atempro-sei@igualdad.gob.es atenpro@femp.es
Servei d'atenció a víctimes de violències masclistes - 24 hores (Balears)	971 17 89 89 i whatsapp: 639 83 74 76
Centre Libertas - Atenció en violència sexual per a dones	Torre Asima, planta 13. Gran Via Asima, 2, 07009. Palma 900 842 310 centrelibertas@conselldemallorca
Centre d'Informació de la Dona (Consell Insular de Mallorca)	C/ dels Foners, 38 - 07006 Palma De dilluns a divendres, de 8:30 a 15:00h 971 59 82 05 cid@conselldemallorca.net
Servei atenció psicològica a dones víctimes de violència de gènere	971 22 74 08 - 639 32 00 00 (whatsapp) atenciopsicologica@conselldemallorca.net
Servei atenció psicològica a dones adolescents i joves víctimes de violència de gènere	639 32 00 00 (whatsapp) 971 22 74 08
Servei d'atenció jurídica a dones en situació de violència de gènere	Atenció jurídica: 673 787 601 atenciojuridica@conselldemallorca.net
Departament de Serveis socials comunitaris de la Mancomunitat Pla de Mallorca - Atenció local en violències masclistes	971830441 Serveis Socials del teu ajuntament Espai web aquí ssocials@mancomunitatplademallorca.net



Recurs/Servei	Informació de contacte
<p>Servei d'atenció psicològica per a la promoció de relacions de parella intragènere no violenta: "Relacions sanes"</p>	<p>relacionsanes@fundacioires.org 615 867 331 /971 722 856 Seus de Fundació IRES (Palma de Mallorca i Manacor).</p>
<p>Xarxa d'associacions del Moviment feminista que intervenen en el Pla de Mallorca</p>	<p>Dones d'arrel (Sineu) Moviment feminista de Sencelles (Sencelles) Veus feministes (Porreres) Asso. de dones porrerenques (Porreres) Associació Feminista Daira (Llubí) Associació de dones Montuïreres (Montuïri) Coordinadora transfeminista de Mallorca (Mallorca) Moviment Feminista de Mallorca (Mallorca)</p>
<p>Punts de prevenció de violències sexuals i masclistes en festes de Mallorca</p>	<p>Programa "No i Punt" (Consell de Mallorca) Projecte "Fes-ta bé", de reducció de riscos en consum de substàncies amb perspectiva de gènere. Punts informatius NHHEPAM en mercats i fires del Pla de Mallorca.</p>
<p>WRAP - Cercador de recursos en violència de gènere</p>	<p>https://wrap.igualdad.gob.es/recursos-vg/search/SearchLocation.action</p>
<p>WRLGTBI - Cercador de recursos per LGTBI-fòbia</p>	<p>https://wrlgtbi.igualdad.gob.es/recursos-igtbi/search/SearchForm.action;jsessionid=29E3FBD16800DEF1B3CAC71DE60ABAA9.worker1</p>
<p>ACCES - Cercador de recursos per dones migrants</p>	<p>https://www.we-access.eu/es/mapa</p>
<p>Espai especialitzat d'informació i denúncia en delictes digitals (Canal Prioritari)</p>	<p>Sede Electrónica - Agencia Española de Protección de Datos (sedeagpd.gob.es) Denunciar o i formar-se a Canal Prioritari: https://www.aepd.es/canalprioritario/</p>





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

Actualització: desembre 24