



POR UNAS FIESTAS LIBRES DE
AGRESIONES SEXISTAS

Información y atención:

EMERGENCIAS
Región de Murcia



112

POLICÍA LOCAL
Murcia



092
Las 24 horas

EMAVI (Equipo Municipal de Atención a la
Violencia contra las Mujeres)
C/ Eulogio Soriano Nº 6. Murcia



968 35 86 00

Ext.: 50716 - 50717 - 50720 - 50721
Horario: 8'00 a 15'00 horas.

CAVAX (Servicio Regional de Atención
a Víctimas de Agresiones Sexuales)
C/ Jabonerías Nº 10, 1ºB Murcia



901 101 332





POR UNAS **FIESTAS LIBRES** DE
AGRESIONES SEXISTAS

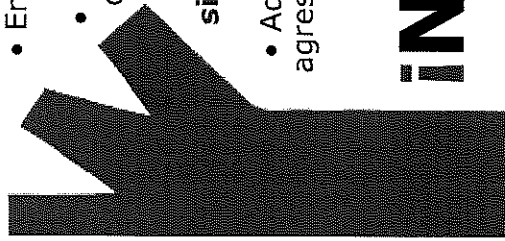


Ayuntamiento
de Murcia



Por unas fiestas libres de agresiones sexistas

- Las fiestas son para que disfrutemos todas las personas.
- En fiestas **NO todo vale**.
- Ni el uso ni el abuso de ninguna droga justifica una agresión.
- En fiestas también, el **NO sigue siendo NO**.
- Adopta una actitud activa frente a las agresiones sexistas



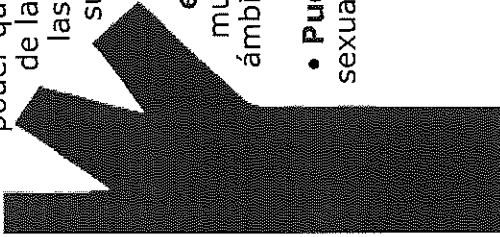
¡NO las permitas!

¿Para quién? es esta guía?

- Si alguna vez te fuiste de un espacio público (un bar, un autobús, la calle...) porque te estabas sintiendo agredida y no sabías qué hacer.
- Si alguna vez sentiste miedo al escuchar pasos detrás de ti y aceleraste la marcha.
- Si por miedo has dejado de hacer cosas sola como ir a tomar un café, ir a un concierto...
- Si te has sentido humillada o controlada por tu pareja.
- Si te has sentido presionada o forzada a mantener relaciones sexuales.
- Si te harta tanto baboseo, si te avergüenzas de los comportamientos machistas, si no te hacen gracia las "supuestas" bromas y piropos.

Si te reconoces en alguno de estos casos, o te hacen pensar en alguien que conoces, esta guía es para ti, seas hombre o mujer.

¿Qué es la violencia sexista ?



- **Una violencia que se basa en las relaciones jerárquicas**, en las relaciones de poder que sitúan a los hombres por encima de las mujeres, cuya finalidad es que las mujeres vivan en una situación de sumisión.

- **Es una violencia con carácter estructural**, ya que la sufren mujeres de todo el mundo en todos los ámbitos de sus vidas.

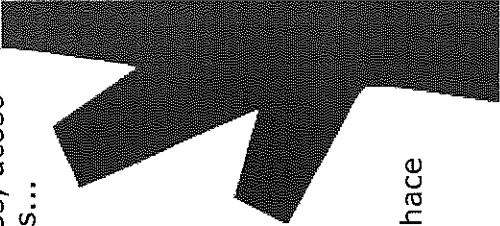
- **Puede ser física, psicológica, afectiva, sexual o económica.**

- **Puede tener diferentes formas:** insultos, supuestos "piropos", desprecios, humillaciones, celos, chantaje emocional, tocamientos, acoso sexual, golpes, violaciones, asesinatos...

- **Es la violencia a través de la cual se construye el miedo** en las mujeres.

Las mujeres no nacen con miedo, se les enseña a tenerlo.

No se les muestran los mecanismos ni se les dota de las herramientas necesarias para hacerle frente y esto es lo que realmente las hace vulnerables.



Pistas para detectar la violencia sexista:

Las actitudes machistas son la base para que un hombre se crea con el "derecho" de agredir a una mujer.

Dentro de los mecanismos de control y chantaje destacan los celos.

Los celos no son indicadores de amor, sino de posesión y control.

¡NO te dejes engañar!

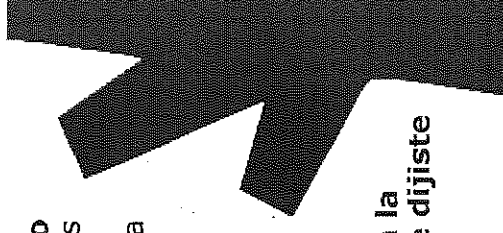
Estos son los casos que te pueden ayudar a detectar situaciones de violencia sexista:

- Si tu pareja controla tu tiempo, tu móvil, tu forma de vestir, tus amistades, te ha vigilado o perseguido alguna vez y te acusa constantemente de serle infiel o de coquetear.

- Si tu pareja te trata como si no tuvieras criterio, infravalorando tus opiniones. No quiere que salgas con tus colegas. No quiere que en tu vida haya nadie más.

- Obligarte a tener relaciones sexuales cuando tú no quieres u obligarte a tenerlas sin condón.

- Cuando los desconocidos te tocan el culo en los bares, te dan la chapa, te agobian a pesar de que dijiste que te dejaran en paz.

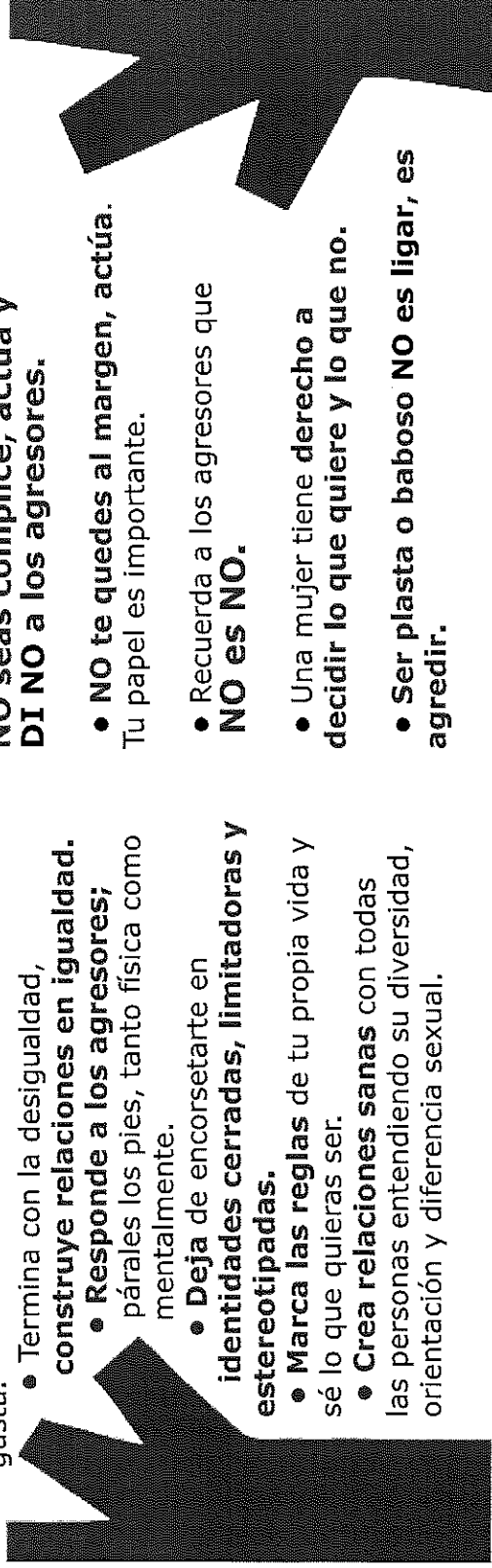


Combate la violencia sexista:

- Sé dueña de tu propia vida.
- **No limites tu vida**, pon límites a lo que no te gusta.
 - Termina con la desigualdad, **construye relaciones en igualdad.**
 - **Responde a los agresores;** párales los pies, tanto física como mentalmente.
 - **Deja de encorsetarte en identidades cerradas, limitadoras y estereotipadas.**
 - **Marca las reglas** de tu propia vida y sé lo que quieras ser.
 - **Crea relaciones sanas** con todas las personas entendiendo su diversidad, orientación y diferencia sexual.

Recursos generales para prevenir agresiones:

- La calle, la noche, el día, las fiestas, son para el disfrute de todas las personas.
NO seas cómplice, actúa y DI NO a los agresores.
- **NO te quedes al margen, actúa.** Tu papel es importante.
- Recuerda a los agresores que **NO es NO.**
- Una mujer tiene **derecho a decidir lo que quiere y lo que no.**
- **Ser plasta o baboso NO es ligar, es agredir.**

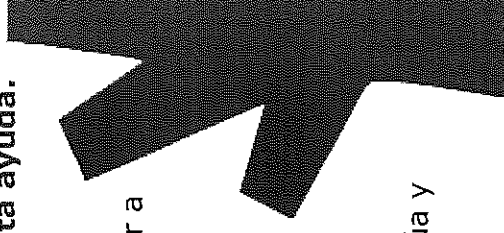


Mujer! Empodérate! Tú lo vales!

- **Camina con seguridad**, cuanto más insegura vayas más vulnerable te verán. Ocupa tu espacio vital.
- **Confía en tu propio criterio**. Si sientes que algo va mal "Actúa". Solo tú sabes si algo te gusta, te molesta o te agrede. ¡Tú decides!
- **Recuerda tu derecho a decir 'NO'**. Nadie tiene derecho a imponerte nada que no quieras. Tu cuerpo es tuyo.
- Quien bien te quiere, te quiere bien, te tratará con respeto. **No admitas malos tratos.**

¿qué hacer SI VES una agresión?

- Si piensas que una mujer está en una situación de agresión, dirígete a ella. **Pregúntale si está bien, si necesita ayuda.**
- **Haz saber al agresor que rechazas la situación**, que no te parece ni divertido, ni normal agredir a las mujeres.
- Si a una amiga tuya su pareja la maltrata, **hazle saber que eso no es normal**, que no está sola y dale información o acompañala a buscar ayuda.
- **No toleres las agresiones**, actúa y denuncia este tipo de situaciones.

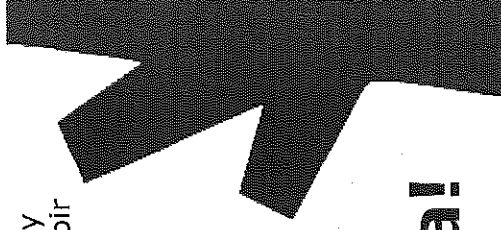


MUJERES

¿Qué hacer ? ante una agresión ?

- Ante una situación de agresión **grita "fuego"** para llamar la atención de la gente.
- Si una situación no te gusta, aunque sea un conocido quien la provoca, házselo saber.
Dilo claro y contundentemente. ¡NO es NO!
- Si te acosan o maltratan, **respáldate en tus colegas**, cuenta lo que te pasa. Busca ayuda. **¡NO estás sola!**
- Recuerda que **tu mirada, voz y cuerpo son armas** para enfrentarte a los agresores.


- Si has sufrido maltrato o una agresión sexual y, aunque todavía no quieras denunciar, recuerda que **si te lavas el cuerpo se pierden pruebas que te pueden ayudar de cara a un juicio.**
- **Llama a alguien de confianza**, amistades o familiares para que te acompañen.
- **Acude a un hospital o juzgado** y cuenta lo que te ha pasado para recibir atención forense.
- Si lo necesitas, **busca ayuda profesional**, acude a los servicios públicos especializados.



¡NO estás sola!

Aquí encontrarás teléfonos y recursos de utilidad:


EMERGENCIAS  **112**
Región de Murcia

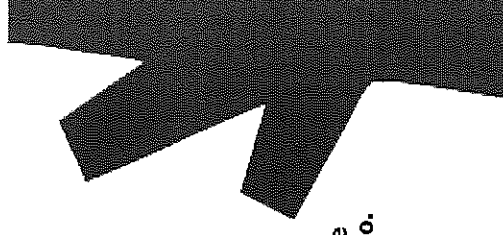
POLICÍA LOCAL  **092**
Murcia Las 24 horas

EMAVI (Equipo Municipal de Atención a la
Violencia contra las Mujeres)
C/ Eulogio Soriano nº 6. Murcia.

 **968 35 86 00**
Ext.: **50716 - 50717 - 50720 - 50721.**
Horario: 8'00 a 15'00 horas.

CAVAX (Servicio Regional de Atención
a Víctimas de Agresiones Sexuales)
C/ Jabonerías nº 10, 1ºB Murcia.

 **901 101 332**



Edita: Ayuntamiento de Murcia. Concejalía de
Derechos Sociales y Cooperación al Desarrollo.
Elaborado y autorizada la publicación por
Berdinsarea y Ayuntamiento de Pamplona.
Deposito legal: MU 682-2018

**NO ES
NO** 



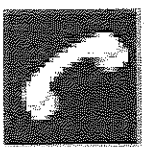
**POR UNAS FIESTAS LIBRES DE
AGRESIONES SEXISTAS**






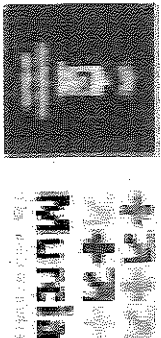
Teléfonos de utilidad:

EMERGENCIAS  **112**
Región de Murcia

POLICÍA LOCAL  **092**
Murcia 24 horas

EMAVI (Equipo Municipal de Atención a la
Violencia contra las Mujeres)
c/ Eugenio Soriano Nº 8, Murcia.
968 35 86 00
EAL: 50716 - 50717 - 50720 - 50721.
Horario: 8:00 a 15:00 horas.

CAWAX (Servicio Regional de Atención
a Víctimas de Agresiones Sexuales)
c/ Jabonerías nº 10, 1ºD Murcia.
 **901 101 332**



NONOES

Teléfonos de utilidad:

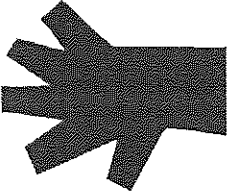
EMERGENCIAS 112
Región de Murcia

POLICÍA LOCAL 092
Las 24 horas
Murcia

EMAVI 968 35 86 00
Violencia contra las Mujeres)
C/ Eulogio Soriano Nº 6, Murcia.
Ext.: 50716 - 50717 - 50720 - 50721.
Horario: 8:00 a 15:00 horas.

CAVAX 901 101 332
(Servicio Regional de Atención a Víctimas de Agresiones Sexuales)
C/ Jaboneras nº 10, 1ºB Murcia.



NOES
NO 

Ayuntamiento de Murcia

Concejalía de Derechos Sociales y
Cooperación al Desarrollo

Plaza Beato Andrés Hibernón,6
30001 Murcia
T: 968 35 86 00
(C.I.F. P-3003000 A)



FIESTAS LIBRES DE AGRESIONES SEXISTAS "Puntos violeta"

Junta Municipal / Distrito de:

Presidencia:

Teléfono de contacto:

Email:

Fechas de las fiestas:

Días en los que se colocarán el Punto Violeta:

Día	Horario	Lugar	Responsable	Contacto

Voluntariado del Punto Violeta:

Nombre y apellidos	Sexo	Edad

AUTORIZO al Ayuntamiento de Murcia al tratamiento de mis datos personales conforme al Reglamento de Protección de datos de la Unión Europea 2016/679 a los efectos de su ámbito de competencia.

La presentación de este escrito implica mi consentimiento para el tratamiento de los datos contenidos en el mismo, de conformidad con el Reglamento General de Protección de Datos de la Unión Europea 2016/679.

Ayuntamiento de Murcia

Concejalía de Derechos Sociales y
Cooperación al Desarrollo

Plaza Beato Andrés Hibernón,6
30001 Murcia
T: 968 35 86 00
(C.I.F. P-3003000 A)



Responsable del tratamiento	Ayuntamiento de Murcia. Dirección postal: Glorieta de España, n.º 1 30004. Murcia. Teléfono: 968 35 86 00.
Datos del Delegado de P. de Datos	dpd@ayto-murcia.es
Gestión de servicios públicos.	Los datos facilitados se conservarán mientras no se solicite su supresión por el interesado o hasta el plazo que indique la ley
Legitimación	El consentimiento del interesado. Art. 6-1-a Rgto. GPD
Destinatarios	No se cederán datos a terceros salvo obligación legal
Derechos	El interesado tiene derecho a: Solicitar el acceso a sus datos personales. Solicitar su rectificación o supresión. Derecho a solicitar la limitación del tratamiento. Derecho a la portabilidad de los datos.
Información adicional	Puede consultar información adicional y detallada sobre Protección de Datos en el Portal de Transparencia, www.murcia.es y en el portal de AEPD www.aepd.es