



ESCRITO EN
LECTURA FÁCIL

GUÍA SOBRE VIOLENCIA DE GÉNERO



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	2
¿Qué es este documento?	2
¿Quién ha escrito esta guía?	3
VIOLENCIA DE GÉNERO	4
¿Qué es la violencia de género?	4
Tipos de violencia de género	5
SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO	7
¿Cómo empieza la violencia de género?	7
¿NECESITAS AYUDA?	8
¿CÓMO PUEDES AYUDAR?.....	14

INTRODUCCIÓN



¿Qué es este documento?

Este documento sirve para informar sobre la violencia de género.

Con esta guía queremos que sepas:

- Qué es la violencia de género.
- Los distintos tipos de violencia de género que hay.
- Como empieza la violencia de género.
- Los recursos donde ayudan a mujeres que sufren violencia de género.

¿Quién ha escrito esta guía?

Esta guía la ha escrito
Plena inclusión Aragón.

Plena inclusión Aragón quiere que
hombres y mujeres sean iguales en todo.

Plena inclusión Aragón
ha hecho esta guía
para ayudar a las mujeres que
sufren violencia de género.

VIOLENCIA DE GÉNERO



¿Qué es la violencia de género?

La violencia de género es el ataque de un hombre a una mujer.

Los hombres que cometen violencia de género atacan y hacen daño a una mujer que es o ha sido su pareja sentimental.

La violencia de género es uno de los peores problemas de nuestra sociedad.

Esta violencia es una consecuencia de la desigualdad entre hombres y mujeres. Es decir, aparece porque algunos hombres se creen mejores que las mujeres.

Estos hombres quieren que las mujeres hagan lo que ellos quieren.

Por eso, maltratan a las mujeres y usan el miedo para poder controlarlas.

Tipos de violencia de género

Los malos tratos en la violencia de género pueden ser de diferentes tipos:

- **Violencia física.**

Un hombre hace daño a una mujer en alguna parte del cuerpo.

Por ejemplo, cuando tu novio te pega, te empuja, te muerde o te tira del pelo.



- **Violencia psicológica.**

Un hombre hace sufrir a una mujer sin tocarla.

El hombre con su forma de actuar hace daño a la mujer.

La violencia psicológica no se ve, pero también puede hacer mucho daño.

Por ejemplo, cuando tu novio te insulta, se ríe de ti o te dice que no vales nada.

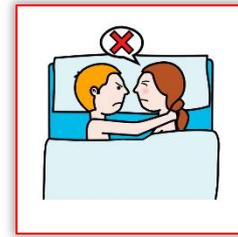
También cuando no te deja hablar con tu familia o tus amigos.



- **Violencia sexual.**

Un hombre obliga a una mujer a hacer algo relacionado con el sexo y ella no quiere.

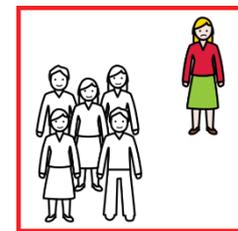
Por ejemplo, cuando tu novio te obliga a tener relaciones sexuales, te toca el cuerpo sin tu permiso o te obliga a tocar su cuerpo.



- **Violencia social.**

Es cuando un hombre quiere que la mujer este sola o solo hable con él.

Por ejemplo, no te deja hablar con tu familia o amigos.



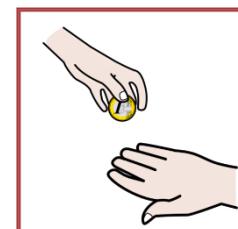
- **Violencia económica.**

La violencia económica es cuando un hombre controla todo tu dinero.

Por ejemplo, no te deja tener dinero.

No te deja ir al banco o

no te deja estudiar ni trabajar.



SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO



¿Cómo empieza la violencia de género?

La violencia de género aparece poco a poco.

- Primero, empieza haciendo cosas que no parecen importantes, pero poco a poco lo que él hace o lo que él dice se convierte en maltrato.

Por ejemplo, él quiere estar siempre contigo porque dice que te echa de menos.

Después de un tiempo, te das cuenta de que no te deja salir con tus amigos.

Esto es violencia de género.

- Después, él quiere controlar otras cosas de tu vida y hace cualquier cosa para conseguirlo. Por ejemplo, mira tú móvil para ver con quién hablas, te insulta cuando llevas una falda o se ríe de ti cuando dices que quieres trabajar.

¿NECESITAS AYUDA?



A continuación, te explicaremos algunos recursos que hay para ayudar a las mujeres que sufren violencia de género.

Números de teléfono de emergencias:

Si quieres avisar o denunciar una situación de violencia de género, puedes llamar por teléfono a los números de emergencias. También puedes llamar para pedir información.

Los **números de teléfono de emergencias** son:



016



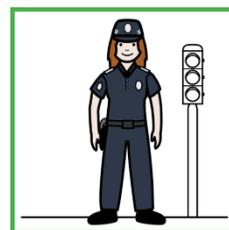
900 50 44 05

Si llamas a los teléfonos de emergencias es importante que sepas estas cosas:

- Llamar a estos números de teléfono es gratis.
- Si llamas a estos números, la llamada no queda registrada ni grabada en ningún sitio. Así, el maltratador no se entera de que has llamado.
- Puedes llamar cualquier día y a cualquier hora del día o de la noche.
- Si no hablas español, también puedes llamar: las personas atienden en diferentes idiomas.

Policía y Guardia Civil:

Si quieres denunciar una situación de violencia de género, puedes llamar o acudir a la Policía.



Los números de teléfono son:

 Teléfono	Policía Nacional 091
	Policía Local 092

Además, la Policía y la Guardia Civil tienen departamentos especiales que se encargan de atender los casos de violencia de género:

UFAM.

Es la Unidad Especial de la Policía que atiende casos de violencia de género.



976 34 75 97

976 34 76 02

EMUME.

Es la Unidad Especial de la Guardia Civil que atiende casos de violencia de género.



976 71 14 00

Casa de la Mujer:

Es un servicio del Ayuntamiento de Zaragoza.
Por eso se atiende a las mujeres
que viven en la ciudad de Zaragoza.



Si quieres pedir ayuda o pedir información
en la Casa de la Mujer, los datos son:



Dirección

La dirección es:

**Calle Don Juan de Aragón, 2
50.001 Zaragoza**



Teléfono

Si quieres llamar por teléfono:

976 72 60 40



Correo electrónico

Si quieres enviar un correo electrónico:

casamujer@zaragoza.es



Página web

La página de internet es:

<https://www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mujer/>



Horario

El horario de atención es:

De las 9 de la mañana a las 2 de la tarde.

De las 4 de la tarde a las 7 de la tarde.

Instituto Aragonés de la Mujer:

Es un servicio del Gobierno de Aragón.

Por eso se atiende a las mujeres

que viven en Aragón.



Si quieres pedir ayuda o pedir información

en el Instituto Aragonés de la Mujer,

los datos son estos:



La dirección es:

Paseo María Agustín 16, Planta 5

50.004 Zaragoza



Si quieres llamar por teléfono:

976 71 67 20

PIAM - Punto de información y atención a mujeres de Plena inclusión Aragón.



Es un servicio de Plena inclusión Aragón.

En este servicio,
te daremos información
sobre violencia de género.

También te diremos que puedes hacer
si tú o una persona que conoces,
sufre violencia de género.

Si quieres pedir ayuda o pedir información
a Plena inclusión Aragón,
los datos son estos:



Dirección

La dirección es:

**Calle Joaquina Zamora
Número 4, Bajos. (Barrio Actur)
Código Postal: 50.018**



Teléfono

Si quieres llamar por teléfono:
976 73 85 81

¿CÓMO PUEDES AYUDAR?



Todos podemos ayudar
a las mujeres que sufren violencia de género.

Si conoces a una mujer que
sufre violencia de género,
tienes que hablar con profesionales.

Las personas profesionales son
personas trabajadoras que saben
mucho sobre violencia de género.

Los profesionales sabrán que hay que hacer
y te darán consejos.

Los hombres que hacen violencia de género,
quieren que las mujeres
solo estén con ellos.

Por eso, muchas mujeres que
sufren violencia de género,
se sienten solas

Para que las mujeres que
sufren violencia de género,
no estén solas,
tenemos que ofrecerles nuestra compañía.

Cuando hablemos con mujeres que sufren violencia de género, tenemos que escucharlas. Tenemos que respetar la decisión de la mujer que sufre violencia de género. Ella es la única persona que puede decidir sobre su vida, su familia o su pareja.

Todas las personas pueden poner una denuncia por violencia de género.

La denuncia es un documento que sirve para avisar a la policía y a otros trabajadores de la justicia, de algo que no está permitido.



Para tener más información puedes:



Teléfono

Llamarnos por teléfono,
marcando: **976.73.85.81**



Correo electrónico

Enviarnos un correo electrónico
a la siguiente dirección:

piam@plenainclusionaragon.com



Dirección

Visita nuestro centro en la
Calle Joaquina Zamora
Número 4, Bajos. (Barrio Actur)
Código Postal: 50.018

También puedes tener más
información con este Código
QR:



Este código QR te llevará a
nuestra página web.