

Tratu txarren lehenengo seinaleak

TRATU TXARRAK JASOTZEN ARI ZAITEZKE ZURE BIKOTEAK EDO BIKOTE OIHAK...

- Barregarri uzten bazaitu, gutxiago sentiarazten bazaitu edo gauzaez sentiarazten bazaitu.
- Isolatzen bazaitu, senideekin edo lagunekin erlazionatzea galarazten badizu, jeloskor jartzen bada edo borroka sortzen badu.
- Mehatxu, garrasi edo irain egiten badizu, pribatuan edo jendaurrean.
- Errudun sentiarazten badizu.
- Zuri edo zure senideei min egitearekin mehatxu egiten badizu.
- Bere begiradak edo keinuek beldurra ematen dizutenean.
- Dirua edo janzteko modua kontrolatzen badizu, eta zure telefono mugikorra eta sare sozialak berrikusten badizu.
- Noizbait eraso fisikoren bat egin badizu.
- Zuk nahi ez bazenuen ere sexu harremanak izatera behartu bazaitu.
- Hura utziz gero seme-alabak kenduko dizkizulako mehatxua egin badizu.



GENERO INDARKERIAREN AURKA

Zer egin?

Eman dezakezun lehenengo urratsa zure egoera norbaiti azaldu eta laguntza eskatzea da. Senideei eta lagunei laguntza eskatzea gomendatzen dizugu, une zail horietan lagundu eta babesa eman diezazuten.

ZUREKIN GAUDE



Deitu 016 zenbakira: informatzeko eta aholku juridikoak jasotzeko doako telefono konfidentziala, eguneko 24 orduetan eta 53 hizkuntzatan.



Idatzi **WhatsApp** bidez **600 000 016** zenbakira.



Bidali posta 016-online@igualdad.gob.es helbidera.



Kontsultatu WRAP, **laguntza baliabideen webgunea Genero indarkeriaren aurkako kasuen aurrean prebentziokoa**, zeinari esker polizia, baliabide judizialak eta informaziokoak, arretakoak eta aholkularitzakoak, etxetik gertu kokatzen lagunduko ditu.



Adin txikikoa bazara eta inguruan norbaitek genero indarkeria jasaten ari dela uste baduzu, **ANAR** era deitu dezakezu, hurrengo telefono-zenbakira: **900 20 20 10**.



Fida zaituz zure osasun zentroko langileengan eta haiei kontatu.

Nola lagun zaitzaket?

**Aholkua eskatu 016 telefonora deituta
(doakoa eta konfidentziala)**

Ikus **HEMEN** genero indarkeriaren biktimen eskubideen gida:




#ESKUBIDEGIDA

Jarrai gaitzazu hemen:

 @delgovbg

 @delgovbg

 Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género



Berehalako eta doako aholkularitza juridikoa



Barneratze soziolaborala errazteko programak



Sendatze integraleko prozesuan laguntza



Diru-laguntzak



Zure seme-alabentzako arreta espezializatua



Etxebizitza arloan laguntza



Larrialdietan eta aldi baterako bizitokia



Bizitzeko eta lan egiteko baimena lortzeko aukera emakume atzerritarren kasuan



Indarkeria egoera lege-eskakizunekin bateratzeko eskubide espezifikoak



Arrisku egoeran babes neurriak



016 EMAKUMEEN AURKAKO
INDARKERIA BIKTIMEN ARRETA