



**LA VIOLENCE
MACHISTE
NOUS Y METTONS FIN
EN ÉTANT UNIES**

GUIDE D'ACTION FACE À LA VIOLENCE SEXISTE



**GOBIERNO
DE ESPAÑA**

**MINISTERIO
DE IGUALDAD**

SECRETARÍA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Ce guide est disponible dans les langues suivantes:

[Castellano](#)

[Català](#)

[Euskara](#)

[Valencià](#)

[Galego](#)

[English](#)

[Deutsch](#)

[Português](#)

[Italiano](#)

[العربية](#)



Ce guide se veut un outil utile pour la société dans son ensemble, mais surtout pour l'entourage des victimes de la violence sexiste. Peut-être avez-vous connaissance qu'une femme de votre entourage est confrontée à la violence. Peut-être avez-vous été témoin d'une agression dans la rue ou l'avez-vous entendue de l'autre côté du mur, et vous ne savez pas comment procéder. Vous pouvez même être vous-même victime de violence.

Avec cet outil, nous voulons vous aider à savoir ce qu'il faut faire, à comprendre ce qu'est la violence sexiste et pourquoi elle se produit. Chaque personne peut être un acteur clé, un punto violeta (point violet), dans l'accompagnement et la prise en charge des victimes. En téléchargeant ce guide vous faites déjà un grand pas, non seulement pour pouvoir aider quelqu'un, mais aussi pour mettre fin à la discrimination à l'égard des femmes dans notre société.

**MERCI
DE VOUS
JOINDRE
À NOUS**



Nous avons besoin que vous vous posiez les questions suivantes:

Que puis-je faire si je suis témoin ou si j'ai connaissance d'un cas de violence sexiste ?

Que dois-je faire si je suis victime de violence sexiste ?

Ce guide est pour vous.

#PuntoVioleta

Contenus

Liens directs vers les contenus du guide:

- | | |
|--|----|
| ▶ J'ai été témoin d'une agression | 6 |
| ▶ Quelqu'un que je connais en est victime | 18 |
| ▶ Une personne de mon entourage en est victime | 24 |
| ▶ Je suis la victime | 36 |
| ▶ Ressources disponibles | 42 |
| ▶ Parlons de la violence masculine | 50 |

**J'AI ÉTÉ
TÉMOIN D'UNE
AGRESSION**



Vous ne connaissez peut-être pas la victime. Vous l'avez peut-être rencontrée dans un parc, au supermarché, à la pharmacie ou dans n'importe quel espace public.

Si vous vous trouvez dans une situation de violence sexiste... posez-vous la question:

Qu'est-ce que je peux faire ?



La vie de la victime est-elle en danger ?

APPELEZ IMMÉDIATEMENT



- 112** Urgences
- 091** Police nationale
- 062** Garde civile

TÉLÉCHARGEZ ALERTCOPS



L' **application** **ALERTCOPS** vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.

NE VOUS METTEZ PAS EN DANGER

Votre sécurité est importante si vous voulez aider. Attendez l'arrivée des services d'urgence et de sécurité.



Il ne s'agit pas d'une situation extrêmement risquée et la vie de la victime n'est pas en danger imminent ?

Dans ce cas, si vous êtes témoin d'une agression, nous vous recommandons ce qui suit: appelez et agissez.



091 Police nationale

062 Garde civile

112 Considérez la possibilité d'appeler les services d'urgence



L' **application** [ALERTCOPS](#) vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.

ESSAYEZ D'ENREGISTRER OU FILMER LA SITUATION AVEC VOTRE TÉLÉPHONE PORTABLE

Ce type de preuve est **très important** pour la déclaration. Mettez ces enregistrements à la disposition de la police et/ou de la garde civile. Ne les diffusez pas et ne les partagez pas sur les réseaux sociaux !!!



Êtes-vous en intérieur ou dans un établissement public ?

Vous êtes dans un supermarché, une pharmacie, un magasin, un bar ou une discothèque, par exemple ?

Demandez l'aide d'autres personnes présentes. **Mettez la victime à l'abri.** Demandez-lui ce dont elle a besoin, en respectant son rythme et ses décisions.

Examinez s'il est nécessaire d'appeler les services d'urgence, la police et/ou la garde civile.

Vous pouvez **prévenir la personne responsable du lieu**, lui dire ce qui se passe et ensemble, en gardant votre calme, accompagner la victime dans ce dont elle a besoin.



La police ou la garde civile sont-elles arrivées ?

PROPOSER DE COLLABORER AVEC VOTRE TÉMOIGNAGE

Contribuez en fournissant toutes les informations et preuves dont vous disposez. Cela est très important et contribuera à rendre la déclaration plus complète.

LA DÉCISION DE PORTER PLAINTÉ APPARTIENT À LA VICTIME

Vous devez savoir qu'il y a **beaucoup de femmes** qui, en raison des circonstances dans lesquelles elles se trouvent, **auront des difficultés à déposer une plainte, elles peuvent décider ou non de le faire à ce moment-là.**



Dans tous les cas, votre témoignage est très précieux.



PUIS-JE ÊTRE QUI DÉPOSE LA PLAINTE ?

Le dépôt d'une **plainte est la décision de la victime**, c'est une étape importante, mais aussi compliquée pour la victime.

Quoi qu'il en soit, si vous vous posez cette question, sachez que, **lorsque nous parlons de violence à l'égard des femmes dans le contexte d'un partenaire ou d'un ex-partenaire, dans ce cas, oui, d'autres personnes peuvent déposer une plainte.**



Ce sont des crimes publics, ils nous affectent tous en tant que société, c'est pourquoi ils peuvent être dénoncés par n'importe qui ou n'importe quelle institution qui en a connaissance.



Vous avez été témoin d'une agression sexuelle ?

APPELEZ IMMÉDIATEMENT



- 112** Urgences
- 091** Police nationale
- 062** Garde civile

TÉLÉCHARGEZ ALERTCOPS



L' **application** **ALERTCOPS** vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.



DEMANDEZ DE L'AIDE À CEUX QUI VOUS ENTOURENT

Si vous vous trouvez avec d'autres personnes ou si vous êtes à une fête, en intérieur ou dans un établissement, demandez de l'aide aux personnes qui vous entourent, dirigez-vous au **punto violeta** s'il existe (point violet, espaces sécurisés pour signaler les agressions sexistes) et/ou informez l'organisation.

NE VOUS METTEZ PAS EN DANGER

Votre sécurité est importante si vous voulez aider. Attendez l'arrivée des services d'urgence et de sécurité.

N'OUBLIEZ PAS QUE LA PREMIÈRE CHOSE À FAIRE EST D'ACCOMPAGNER ET DE S'OCCUPER DE LA VICTIME

Faites preuve d'empathie, d'écoute active et ne portez pas de jugement.



Avez-vous déjà rencontré une femme qui vous dit avoir été victime d'une agression sexuelle ?

RESTEZ CALME ET ÉVALUEZ LA SITUATION

Évaluez son état physique et émotionnel. Si vous remarquez qu'elle a besoin de soins médicaux ou de l'aide de la police, **appelez**:



112 Urgences

091 Police nationale

062 Garde civile

Essayez de parler calmement avec la victime.

Écoutez son histoire, sans juger ses paroles. Faites preuve d'une attitude d'empathie et d'écoute active.

Vous êtes dans une situation difficile. La victime peut être dans un état traumatique et son récit peut ne pas être linéaire ou congruent. N'oubliez pas que vous êtes avec une victime qui vient de vivre une expérience traumatisante, et que vous devez donc gérer ce moment avec beaucoup de calme. **Faites preuve d'empathie à son égard.**



VOUS PARLEZ AVEC ELLE ET ELLE NE VEUT PAS APPELER

Donnez-lui du temps et suggérez-lui d'appeler le 016

Demandez des informations à ce service, qui vous aidera à vous renseigner sur les services sociaux, sanitaires et juridiques auxquels vous pouvez faire appel.



016

24 h / 365 jours par an

Aucune trace sur la facture

Vous êtes peut-être à une fête ou dans un local, alors vous pouvez aller avec elle au **punto violeta** (point violet, espaces sécurisés où vous pouvez signaler les agressions sexistes) ou demandez à la **personne responsable du** local de vous aider.



L'essentiel est de l'emmener dans un espace où elle peut être en sécurité et calme.



PUIS-JE ÊTRE QUI DÉPOSE LA PLAINTÉ ?

Non, mais votre collaboration pour accompagner la victime, alerter les services d'urgence, la police et/ou la garde civile et offrir votre témoignage est essentielle.

Lorsque nous parlons de violence sexuelle, ce n'est pas les cas de violence basée sur le genre. Ce sont des crimes semi-publics, mais qu'est-ce que ça veut dire ? Pour être poursuivie pénalement par la partie civile, par le ministère public ou par l'accusation populaire, la **victime doit d'abord avoir déposé une plainte.**

MERCI
D'ÊTRE ARRIVÉ
JUSQU'ICI!

**QUELQU'UN QUE
JE CONNAIS EN
EST VICTIME**



Vous connaissez la victime ?

Par exemple, vous allez au même gymnase qu'elle ? Vous la connaissez peut-être de l'école que fréquente votre enfant ? Vous êtes un voisin ou voisine de la victime ?

Dans ce dernier cas, vous avez peut-être entendu des cris, voire des coups, de façon plus ou moins régulière.



Vous vous inquiétez pour la vie de la victime ?

APPELEZ IMMÉDIATEMENT

N'ayez pas peur ou honte. N'oubliez pas que votre appel est anonyme, la police se rendra sur les lieux sans avoir à dire qui a fourni l'information.



- 112** Urgences
- 091** Police nationale
- 062** Garde civile

TÉLÉCHARGEZ ALERTCOPS



L' **application** [ALERTCOPS](#) vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.

Si vous êtes en mesure de prévenir les autres, faites-le. Par exemple, si cela se passe dans votre communauté, **allez chercher d'autres voisins** pour vous accompagner, demandez-leur de s'impliquer avec vous et de vous aider à gérer la situation.



NE VOUS METTEZ PAS EN DANGER

Votre sécurité est importante si vous voulez aider. Attendez l'arrivée des services d'urgence et de sécurité.

QUE FAIRE QUAND LA POLICE ARRIVE ?

Partagez votre témoignage sur la situation avec la police ou la garde civile. Votre témoignage et celui des personnes qui ont pu, comme vous, être témoins de ce qui s'est passé, seront essentiels pour que les agents de police puissent réaliser le rapport de police.

N'oubliez pas que la décision de porter plainte est celle de la victime. Si elle ne veut pas porter plainte, que ce soit par peur, par honte ou pour toute autre raison, vous pouvez l'accompagner et être là pour elle. Dans tous les cas, vous pouvez déposer une plainte en tant que témoin d'un crime de violence sexiste.



Peut-être s'agit-il d'une situation qui ne présente pas de risque extrême

*Comment dois-je agir envers cette femme ?
Que dois-je lui dire ?*

JE LUI OFFRE MON SOUTIEN, JE PARLE AVEC ELLE ?

Oui. Il est très important qu'elle sache qu'elle peut compter sur vous, qu'elle n'est pas seule.

Pour ce faire, évitez toute situation à risque et **assurez-vous que l'agresseur n'est pas là.**

Lorsque vous en avez l'occasion, essayez de lui parler et faites-le de manière calme et posée pour qu'elle ne se sente pas jugée ou embarrassée.

EN PLUS DE LUI PARLER, COMMENT POUVEZ-VOUS L'AIDER ?

Lui faire savoir que **vous êtes là et** qu'elle peut compter sur vous est la meilleure façon de l'aider. Communiquer votre entière disponibilité est une excellente forme de soutien.



Vous pouvez demander des informations juridiques ou sociales en appelant le **016** (également par WhatsApp ou par courriel). Essayez de lui fournir ces ressources de manière sûre et rappelez-lui qu'elle peut contacter la police ou la garde civile. Vous aussi vous pouvez le faire.



016 (aucune trace sur la facture)



600 000 016 (WhatsApp)



016-online@igualdad.gob.es



091 Police nationale

062 Garde civile

Renseignez-vous sur **[services de soins spécialisés pour les victimes de violence sexiste](#)** dans votre région ou des associations de femmes.

Quand vous pensez que c'est le moment, transmettez ces informations à la victime de la manière la plus simple et la plus accessible pour elle, toujours dans un endroit sûr et en veillant à ce qu'elles n'atteignent pas l'agresseur.

**MERCI
D'ÊTRE ARRIVÉ
JUSQU'ICI !**

**UNE PERSONNE
DE MON
ENTOURAGE EN
EST VICTIME**



Vous connaissez et avez une relation avec la victime ?

Il s'agit peut-être de quelqu'un que vous aimez.

Est-ce votre ami, votre sœur, votre camarade de classe, votre collègue de travail ?



Est-ce que la vie de cette personne est en danger ?

APPELEZ IMMÉDIATEMENT



112 Urgences
091 Police nationale
062 Garde civile

TÉLÉCHARGEZ ALERTCOPS



L' **application** **ALERTCOPS** vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.

NE VOUS METTEZ PAS EN DANGER

Votre sécurité est importante si vous voulez aider. Attendez l'arrivée des services d'urgence et de sécurité.



La police est-elle arrivée ? ou la garde civile ?

CONTRIBUEZ EN APPORTANT VOTRE TÉMOIGNAGE

Contribuez en fournissant toutes les informations et preuves dont vous disposez. Cela est très important et contribuera à rendre la déclaration plus complète.

LA DÉCISION DE PORTER PLAINTÉ APPARTIENT À LA VICTIME

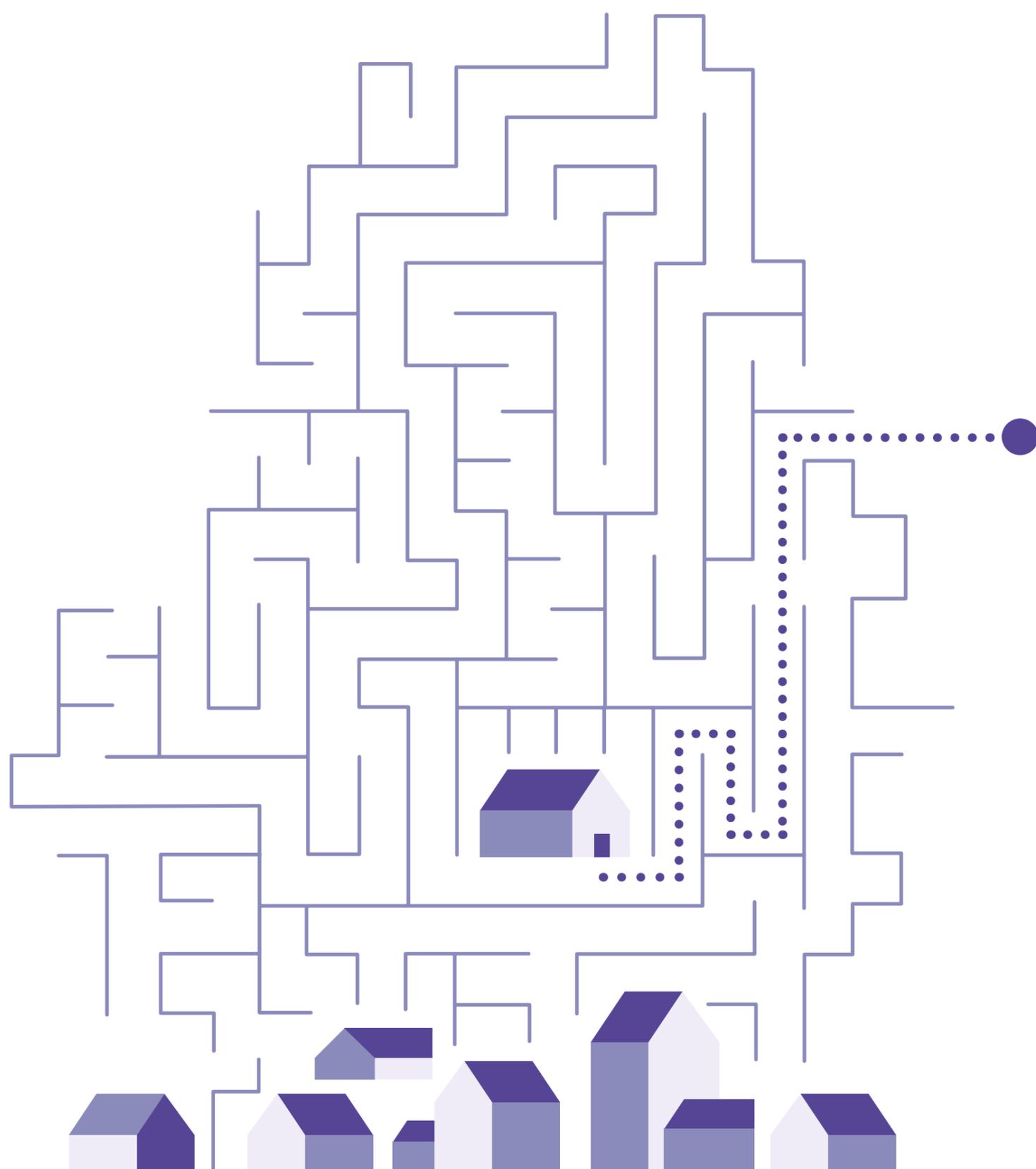
Vous devez savoir qu'il y a beaucoup de femmes qui, en raison des circonstances dans lesquelles elles se trouvent, auront des difficultés à déposer une plainte, elles peuvent décider ou non de le faire à ce moment-là. **Dans tous les cas, votre témoignage est très précieux.**

PUIS-JE ÊTRE QUI DÉPOSE LA PLAINTÉ ?

La décision de déposer une plainte appartient à la victime. C'est une étape importante mais aussi compliquée pour elle.



Quoi qu'il en soit, si vous vous posez cette question, sachez que, lorsque nous parlons de violence basée sur le genre, dans ce cas, oui, d'autres personnes peuvent déposer une plainte. Ce sont des crimes publics, ils nous affectent tous en tant que société, c'est pourquoi ils peuvent être dénoncés par n'importe qui ou n'importe quelle institution qui en a connaissance.





Il ne s'agit peut-être pas d'une situation extrêmement risquée, mais vous soupçonnez que cette femme est victime de violence sexiste

Vous ne savez pas comment agir ?

Il existe différentes ressources auxquelles vous pouvez avoir recours et où l'on vous informera, vous et elle :



016

Ce sont des **spécialistes de la violence à l'égard des femmes**. Ils et elles peuvent vous informer et vous conseiller, vous et la victime.



600 000 016 (WhatsApp)



016-online@igualdad.gob.es



RENDEZ-VOUS aux services de votre municipalité, province ou communauté autonome.

Il existe de nombreuses **ressources disponibles** et de proximité, comme les associations de femmes, les ONG, les services et entités sociales spécialisés, etc.



VOUS VOULEZ PARTAGER DES INFORMATIONS AVEC ELLE ?

Trouvez un moment où elle est seule ou éloignée de son agresseur et dites-lui calmement et avec empathie que vous êtes et serez avec elle.

ACCOMPAGNEZ LA VICTIME

Il est important qu'elle sache que vous serez là pour l'aider, quand elle en aura besoin, sans porter de jugement.

PARTAGEZ L'INFORMATION

Informez-la des ressources et des services auxquels elle peut avoir accès. Proposez-lui de l'accompagner. Faites-le d'une manière qui soit sûre pour elle.

PEUT-ÊTRE QU'ELLE NE VEUT PAS AGIR

C'est peut-être difficile à comprendre, mais continuez à montrer votre soutien. Cette situation peut être frustrante pour vous en tant qu'accompagnateur, mais il est important de comprendre la complexité de la violence sexiste. Vous êtes peut-être la seule personne vers qui elle peut se tourner.



Vous avez été témoin d'une agression sexuelle ?

APPELEZ IMMÉDIATEMENT



112 Urgences
091 Police nationale
062 Garde civile

TÉLÉCHARGEZ ALERTCOPS



L'application **ALERTCOPS** vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.



DEMANDEZ DE L'AIDE À CEUX QUI VOUS ENTOURENT

Si vous vous retrouvez avec d'autres personnes ou si vous êtes à une fête, en intérieur ou dans un établissement, demandez de l'aide aux personnes qui vous entourent, dirigez-vous au **punto violeta** s'il existe (point violet, espaces sécurisés pour signaler les agressions sexistes) et/ou informez l'organisation.

NE VOUS METTEZ PAS EN DANGER

Votre sécurité est importante si vous voulez aider. Attendez l'arrivée des services d'urgence et de sécurité.



La première chose est d'accompagner et de s'occuper de la victime.



Il ne s'agit peut-être pas d'une situation d'urgence.

Elle vous a dit qu'elle a été agressée sexuellement récemment ou dans le passé ?

Peut-être que cette personne est votre ami, votre collègue, votre camarade, ou un membre de votre famille. Que pouvez-vous faire pour l'aider ?

GARDEZ LE CALME

Écoutez-la calmement et demandez-lui ce dont elle a besoin, en respectant ses rythmes et ses décisions. Offrez-lui votre soutien et votre compagnie. Elle a trouvé en vous un espace sûr pour pouvoir parler de ce genre de choses. Évitez les questions inutiles ou qui impliquent un jugement de valeur. Ne posez pas de questions gênantes.



Il est également important de ne pas poser des questions qui leur font penser que vous ne les croyez pas. Conservez la confidentialité de la personne et des événements.

Informez-la qu'il existe des **ressources spécialisées** où elle peut être aidée. Elle a droit à des soins médicaux et psychologiques, ainsi qu'à des conseils et à un soutien juridiques.



S'il s'agit d'un événement récent, elle pourrait avoir besoin d'une assistance médicale. Cette étape est importante car elle permet de prélever des échantillons biologiques et de détecter d'éventuelles infections sexuellement transmissibles (IST). Pour cette raison, il est conseillé de ne pas se laver.



ELLE NE VEUT PAS AGIR MAINTENANT

Respectez-la. Ne la jugez pas. Ne montrez pas de désapprobation ou de reproche. Il peut être difficile de comprendre sa décision, cela peut même être frustrant pour vous, mais respectez-la. Montrez votre soutien et accompagnez-la dans sa démarche.

Dans tous les cas, les violences sexuelles peuvent être signalées pendant les 5 à 15 années suivantes, en fonction du délit. Si les **faits se sont produits dans le passé et que la victime était mineure**, le délai de prescription commence à partir de l'âge de 35 ans.

**MERCI DE
VOTRE
IMPLICATION !**

**JE SUIS
LA VICTIME**



Tu es dans une situation d'urgence ?

***Tu as peur parce que tu penses que
toi ou tes proches pouvez être en
danger ?***

N'oublie pas que, dans ce cas, **tu dois** contacter **immédiatement** le numéro de téléphone d'urgence. Tu peux aussi contacter la police nationale et la garde civile.

Si tu **n'es pas en mesure de passer un appel**, tu peux utiliser l'APPLICATION ALERTCOPS, qui enverra une alerte à la police en indiquant ta position.



112 Urgences

091 Police nationale

062 Garde civile



[Alertcops](#)



TU PEUX AUSSI TE RENDRE À TA PHARMACIE

Une initiative a récemment été lancée pour faire de la pharmacie de ton quartier ou de ton village un lieu sûr où tu peux obtenir des informations utiles, fournies par des professionnels.

TU VIS AVEC TON AGRESSEUR

Appelle le **016** pour connaître les services disponibles pour t'aider dans ta décision. Tu peux aussi communiquer par WhatsApp ou en envoyant un courriel.



016

Ce sont des **spécialistes de la violence à l'égard des femmes**. Cet appel ne laisse aucune trace sur la facture.



600 000 016 (WhatsApp)



016-online@igualdad.gob.es



Tu penses que le moment est venu de rompre avec la situation de violence ?

DEMANDE DE L'AIDE

Appelle le **016** ou écris un WhatsApp au numéro suivant **600 000 016**. Prends contact avec quelqu'un que tu connais, peut-être une amie, un ami, un membre de ta famille... Même ta voisine ou voisin peut t'aider à sortir d'une situation de violence sexiste.

N'oublie pas qu'en plus de t'adresser à la police et / ou à la garde civile, **il existe d'autres moyens de sortir d'une situation de violence**, comme les organisations de femmes et féministes, les ONG, les centres d'information pour les femmes de ta région.

Toutes les communautés autonomes disposent d'un réseau de services spécialisés **services spécialisés** les équipes d'avocats, de psychologues, de travailleurs sociaux, etc., s'occuperont de toi et t'accompagneront de manière confidentielle et sûre.



Tu as subi des violences sexuelles ?

SI TU ES EN DANGER

Appelle le **112 et** demande une protection policière.

Tu peux aussi appeler le **016**, qui t'informera sur les **ressources de soins et de conseils** (psychologiques, sociaux, juridiques) qui existent dans ta région et sur les démarches à entreprendre si tu souhaites déposer une **plainte**.



016

Attention et conseils psychologique, sociale et juridique

Ce type de crime n'est poursuivi que s'il y a une plainte de la victime. En même temps, tu as droit à une assistance sociale, psychologique et juridique fournie par les services ou ressources spécialisés de ta région.



SI TU AS ÉTÉ VICTIME D'UN VIOL

Rends-toi à l'hôpital le plus proche pour un examen gynécologique (y compris le dépistage des IST et du VIH) et le prélèvement d'échantillons biologiques. Si cela est nécessaire, demande que le traitement préventif de la grossesse et des IST soit effectué dès que possible. **Tu as le droit d'avoir une copie du rapport médical.**

N'oublie que **tu ne dois pas changer de vêtements ni te laver**, et en cas de viol oral, **ne mange pas et ne bois pas avant d'avoir qu'un examen médical soit réalisé à l'hôpital**, car cela pourrait faire disparaître des preuves essentielles à l'identification de l'agresseur.

Si **tu décides de le dénoncer, informes-en le personnel de santé** qui te soigne afin qu'il puisse appeler la police ou la garde civile, qui se rendra à l'hôpital où tu te trouves. **Une fois la plainte déposée, tu as le droit d'en avoir une copie.**

**RESSOURCES
DISPONIBLES**



Où puis-je aller ?

Les victimes disposent d'un certain nombre de ressources qui constituent autant de portes différentes pour quitter les situations de violence sexiste.



Des ressources pour tous

VOUS AVEZ BESOIN D'INFORMATIONS ET DE CONSEILS SPÉCIALISÉS ?



016 (aucune trace sur la facture)



600 000 016 (WhatsApp)



016-online@igualdad.gob.es



www.igualdad.gob.es

Le 016 fonctionne **24 heures** sur 24, **365 jours** par an. Ce sont des expertes en matière de violence sexiste, elles peuvent vous conseiller sur vos droits, sur les ressources disponibles à proximité.

Sur le [site web du ministère de l'Égalité](#) vous trouverez des informations sur les ressources existantes.



VOUS ÊTES DANS UNE SITUATION D'URGENCE ?



- 112** Urgences
- 091** Police nationale
- 062** Garde civile



L'application **ALERTCOPS** vous permet d'envoyer un signal d'alerte à la police via votre géolocalisation.



Ressources réservées aux victimes

TU AS BESOIN D'ASSISTANCE JURIDIQUE ?



016 (aucune trace sur la facture)

600 000 016 (WhatsApp)

016-online@igualdad.gob.es

Toutes les communautés autonomes disposent de services spécialisés gratuits et confidentiels, avec une équipe juridique. **Si vous appelez le 016**, tu recevras des informations sur la ressource la plus appropriée.

POUR LES FEMMES EN SITUATION DE HANDICAP



Service TELESOR

Service SVISUAL

De 8 h à 22 h (tous les jours)

Ce service est fourni en **52 langues** et avec un service de **vidéo-interprétation** adapté aux éventuelles situations de handicap.



IL EXISTE DES CENTRES D'URGENCE ET DES FOYERS D'ACCUEIL

Si tu dois abandonner ton domicile, tu peux t'y rendre dans toutes les communautés autonomes.

Lorsque tu demandes de l'aide, **indique que tu as besoin d'un logement temporaire sûr.**

Si tu as des mineurs à ta charge, toutes les Communautés autonomes disposent de logements adaptés pour tes enfants.

DES ESPACES SÛRS POUR LES ANIMAUX

En outre, **si tu as un animal à ta charge**, sache qu'il existe également un service pour eux.



673765330

Des espaces sûrs pour les animaux



SERVICE ATENPRO

(Attention et protection des victimes de la violence basée sur le genre)

Informations à la mairie de votre commune



ATENPRO
900 22 22 92

Tu peux également consulter le [« Guide des droits pour les victimes de violence sexiste »](#) préparé par la Délégation gouvernementale contre la violence basée sur le genre (DGVG) en 2021.



Délégation du gouvernementale contre la violence basée sur le genre Pour de plus amples informations, consulte leur [site web](#)



Ressources sur la violence sexuelle

Appelle le 016 et demande des informations sur le **service spécialisé pour les victimes et les survivantes de la violence sexuelle** dans ta communauté autonome ou ton conseil municipal.

Tu peux également demander ces informations par WhatsApp ou par e-mail.



016



600 000 016 (WhatsApp)



016-online@igualdad.gob.es

**PARLONS DE
LA VIOLENCE
MASCULINE**



En plus de savoir comment agir,
vous voulez en savoir plus **sur ce
qu'est la violence sexiste ?**



Que dois-je savoir sur la violence sexiste ?

Lorsque nous parlons de violence sexiste, nous faisons référence à un concept de violence qui va au-delà de la violence basée sur le genre dans le contexte d'un partenaire ou d'un ex-partenaire, nous parlons également de violence sexuelle.

La violence basée sur le genre est la manifestation d'une discrimination, d'une situation d'inégalité et de relations de pouvoir des hommes sur les femmes, elle est exercée sur celles-ci par ceux qui sont ou ont été leur conjoint ou par ceux qui sont ou ont été liés à celles-ci par une relation affective analogue, y compris en l'absence de cohabitation.

La violence sexuelle est tout acte de nature sexuelle qui n'est pas consenti ou qui conditionne le libre épanouissement de la vie sexuelle dans toute sphère publique ou privée, que ce soit au sein d'un partenaire ou d'un ex-partenaire et en dehors de celui-ci, y compris la sphère numérique.



Elle n'affecte pas uniquement les femmes !

Lorsque nous parlons de victimes de la violence basée sur le genre, nous faisons référence aux femmes qui la subissent de la part de leur partenaire ou ex-partenaire, mais aussi aux mineurs qui sont des parents ou des amis proches de ces femmes. Il s'agit de l'une des pires formes de violence à l'égard des femmes, appelée violence vicariante, dans laquelle les mineurs sont utilisés pour infliger le plus grand préjudice possible à la femme. Il s'agit d'un type de violence directe basée sur le genre.

La violence sexuelle est peut-être l'une des violations des droits de l'Homme les plus courantes et les plus cachées dans la société espagnole. Elle touche spécifiquement et de manière disproportionnée les femmes et les filles, mais aussi les garçons.



Vous pouvez penser qu'il s'agit d'un problème inhabituel, mais nous aimerions que vous sachiez que **sur toutes les femmes de plus de 16 ans vivant en Espagne :**

- ▶ **57,3%** **une femme sur deux a subi des violences au cours de sa vie parce qu'elle est une femme.**
- ▶ **2.905.489 femmes** **14,2% ont subi des violences physiques et/ou sexuelles** de la part d'un partenaire, actuel ou passé. à un moment donné de **leur vie.**
- ▶ **374.175 femmes** **1,8% ont subi des violences physiques et/ou sexuelles** de la part d'un partenaire, actuel ou passe, au cours des 12 derniers mois.
- ▶ **96,9%** **96,9% des femmes qui ont subi des violences physiques et/ou sexuelles de la part d'un partenaire, actuel ou passé, déclarent également avoir subi une forme de violence psychologique** (émotionnelle, contrôle, économique ou peur).



Quels sont les types de violence sexiste ?

Comment pouvez-vous les identifier ?

Il ne s'agit pas seulement d'agressions physiques

LA VIOLENCE PHYSIQUE*

Il consiste à causer ou à tenter de faire du mal à une femme en la frappant, en lui donnant des coups de pied, en la brûlant, en la saisissant, en la pinçant, en la poussant, en la giflant, en lui tirant les cheveux, en la mordant, en lui refusant des soins médicaux ou en la forçant à consommer de l'alcool ou des drogues, ou en utilisant tout autre type de force physique contre elle. Cela peut inclure des dommages à la propriété.

VIOLENCE SEXUELLE

La violence sexuelle est tout acte de nature sexuelle qui n'est pas consenti ou qui conditionne le libre épanouissement de la vie sexuelle dans toute sphère publique ou privée, y compris la numérique.



LA VIOLENCE ÉCONOMIQUE*

Il s'agit de rendre ou de tenter de rendre une autre personne financièrement dépendante en maintenant un contrôle total sur ses ressources financières, en l'empêchant d'y avoir accès et en lui interdisant de travailler ou de suivre des études.

VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE*

Elle consiste à provoquer la peur par l'intimidation; à menacer de causer des dommages physiques à une personne, à son partenaire ou à ses enfants, ou de détruire ses animaux domestiques et ses biens ; à soumettre une personne à des violences psychologiques ou à la forcer à s'isoler de ses amis, de sa famille, de son école ou de son travail. Elle peut avoir différentes variantes, comme la variante émotionnelle, qui consiste à miner l'estime de soi d'une personne en la critiquant constamment, en sous-évaluant ses capacités, en l'insultant...

VIOLENCE NUMÉRIQUE

Il s'agit d'une forme de violence sexiste qui est perpétrée par le biais des technologies numériques, des réseaux sociaux ou d'Internet.



Parmi elles, le cyberharcèlement est l'une des plus caractéristiques.

Il s'agit d'une forme de limitation de la liberté qui génère une domination et des relations inégales entre les hommes et les femmes qui ont ou ont eu une relation affective. Elle implique également la domination de la victime par des stratégies humiliantes qui affectent la vie privée et l'intimité, ainsi que l'atteinte à l'image publique de la victime.

VIOLENCE VICARIANTE

Il s'agit d'une forme de violence exercée par les agresseurs contre leurs enfants dans le seul but de blesser leur partenaire ou ex-partenaire. L'utilisation des enfants pour poursuivre la violence à l'encontre des ex-partenaires est l'une des formes les plus extrêmes de violence sexiste. Parfois, les agresseurs finissent par tuer leurs fils ou leurs filles. C'est une violence généralisée et cachée.

* Source: [ONU FEMMES](#)



***Pourquoi avons-nous besoin de vous ?
Pourquoi votre réponse est-elle
importante ?***

Parce que **la violence sexiste n'est pas une affaire privée**, mais une question qui nous interpelle. Tous et toutes, tant la société que les institutions.

Ce que nous voulons transmettre, c'est qu'en tant que société, nous ne tolérons aucune violence, quelle qu'elle soit. Nous ne nous soucions pas du type et de la sphère de vie dans laquelle il se produit. Ne **détournez pas le regard face à la violence sexiste**.

Il s'agit d'un **problème social de premier** ordre, d'une **violation des droits de l'Homme et**, en outre, d'un **crime public** qui est poursuivi d'office par les opérateurs de la police et de la justice, même sans plainte de la personne lésée.



***Pour vous, qui êtes arrivés jusqu'ici,
c'est très important***

Vous devez savoir que sortir d'une situation de violence sexiste est compliqué pour de nombreuses femmes. De nombreux facteurs font qu'il est difficile pour une victime de rompre le lien avec son agresseur. Dans la plupart des cas, vous aurez besoin d'une aide professionnelle ou d'un soutien émotionnel pour y parvenir.

La manière dont l'agresseur exerce la violence sexiste a un impact direct sur la victime, générant des sentiments et des émotions qui rendent difficile la prise de décisions, comme la honte, la culpabilité, la peur, la terreur, l'anxiété, l'impuissance apprise, le blocage, l'insécurité, la confusion, etc. **Il s'agit d'un processus de destruction qui génère de graves problèmes psychologiques à la suite d'un abus.**

D'autres fois, les femmes ne disposent pas d'informations suffisantes pour connaître les options de sortie et pensent que cela ne sera pas possible.



C'est pourquoi le fait **de croire et d'accompagner la victime peut être le facteur le plus important pour contribuer à** sa sécurité. Votre implication peut être cruciale pour qu'elle trouve la force de sortir de cette situation de violence. Certaines personnes pensent qu'il n'y a qu'une seule façon de sortir d'une situation de violence sexiste, à savoir déposer une plainte ou contacter la police et/ou la garde civile. Cependant, bien qu'il s'agisse d'une voie très importante, il existe également **de nombreuses ressources et professionnels** (psychologues, travailleuses sociales, éducatrices sociales, avocates, personnel de santé, etc.) dont le travail est essentiel pour soutenir et **accompagner le processus de rupture du lien et de rétablissement.**

Parfois, le processus de révélation et de réparation peut également être difficile et frustrant pour la personne qui accompagne la victime, mais **n'oubliez pas que votre réaction et votre engagement peuvent sauver des vies et créer un environnement exempt de violence sexiste.**



La violence sexiste n'est pas un problème privé, ce n'est pas quelque chose qui n'arrive qu'à certaines femmes ou qui ne se produit qu'à la maison. Elle touche une grande majorité de femmes dans notre pays et prend de nombreuses formes.

Il s'agit d'un problème structurel, d'une violation des droits de l'Homme. En tant que telle, elle nécessite, avant tout, des politiques publiques fortes qui mettent un frein à la violence, reconnaissent les droits des victimes, et se traduisent par des ressources.



Deuxièmement, **l'implication conjointe de la société** dans son ensemble : chaque personne doit être un agent actif dans la lutte contre la violence, en aidant à la détecter et en accompagnant les victimes.

Si vous êtes arrivés jusqu'ici, **merci d'avoir lu ce guide.**

**LA VIOLENCE
MACHISTE
NOUS Y METTONS FIN
EN ÉTANT UNIES**



#PuntoVioleta

NIPO 048-22-046-4