



# VIOLENCIA DE GÉNERO

## PIDE AYUDA SI >

- ✓ Él controla tus horarios, tu ropa, tu dinero
- ✓ Es celoso y posesivo, controla con quién vas, con quién hablas...
- ✓ Controla tu móvil, tus redes sociales
- ✓ Te insulta, te humilla, te desprecia
- ✓ Te empuja, tira del pelo, da bofetadas, patadas...
- ✓ Te ves forzada/obligada a mantener relaciones sexuales por miedo o para evitar problemas

## DÓNDE PEDIR AYUDA >

- 1 Si has sufrido agresión física acude al Centro de Salud más cercano o al Hospital y no olvides pedir copia del parte de lesiones
- 2 Para solicitar protección:
  - Policía Local
  - Policía Nacional, puedes interponer denuncia
- 3 Recibirás información, atención social y psicológica, además de orientación jurídica en el PMORVG

## PLAN DE SEGURIDAD >

- Si necesitas salir de tu domicilio porque peligra tu integridad o la de tus hijos o hijas:
  - Acude o llama a la Policía
  - Acude o llama al PMORVG
- Procura tener contigo:
  - DNI, pasaporte o permiso de residencia
  - Llaves de casa
  - Informes médicos y medicamentos (tuyos y de tus hijos e hijas)
- Habla y pide ayuda a familiares, amistades, personas de tu entorno que pueden apoyarte. **¡¡NO TE AISLES!!!**

**Si sufres violencia física o psicológica por parte de tu pareja, acude al Punto Municipal del Observatorio Regional de Violencia de Género (PMORVG).**

**Si conoces a alguna mujer que está sufriendo violencia de género, infórmale de este recurso donde podrá recibir información y apoyo de modo totalmente confidencial y gratuito**

## RECURSOS

Punto Municipal del Observatorio Regional de Violencia de Género (PMORVG)	Policía
Información Apoyo social y psicológico a ti y a tus hijos e hijas menores Orientación jurídica Horario: lunes a viernes de 9:00 a 14:00 y lunes a jueves de 16:30 a 19:00 Teléfono: 918797380/91 877 17 20 Dirección: C/ Siete esquinas, nº 2 <a href="mailto:observatorioalcala@ayto-alcaladehenares.es">observatorioalcala@ayto-alcaladehenares.es</a>	Para denunciar (también en Juzgado de Guardia) y solicitar protección Tel. Policía Local: 092/91 830 68 14 Tel. Policía Nacional: 091/91 879 63 90 Emergencia: 112 Lunes a domingo 24 horas