



SUFRICHES VIOLENCIA SEXUAL?

**CÓNTAO!
NON TES CULPA!
COÍDATE!**

INFORMACIÓN E ATENCIÓN NO CENTRO MUNICIPAL DE INFORMACIÓN DOS DEREITOS DA MULLER (CIM)

Atención psicolóxica, xurídica e social

Rúa Romil, 20 baixo

986 293 963

Consultas on-line: www.igualdadevigo.org/violencia

TELÉFONOS DE URXENCIA E INFORMACIÓN

016

Atención a vítimas de violencia de xénero

012

Emerxencias

061

Urxencias Sanitarias

092

Policía Municipal

091

Policía Nacional

RESPECTO!

POR UN OCIO LIBRE DE VIOLENCIAS MACHISTAS

QUEREMOS RESPECTO, IGUALDADE
E PODER CAMIÑAR LIBRES SEN MEDO.
É UN DEREITO DE TODOS E PARA TODAS!



PUNTO LILA

Punto de información
e atención especializada
para a prevención de situacións
de acoso e violencia sexual
en zonas de ocio

NON AGRIDAS, NON SEXAS CÓMPlice E REXEITA AOS AGRESORES

RESPECTO!



TIPOS DE VIOLENCIA SEXUAL

- Acoso sexual
- Abuso sexual
- Agresión sexual
- Ciberviolencia sexual
 - Sexting*
 - Sextorsión*
 - Cyberbullying* ou ciberacoso
 - Grooming* ou engatusamento

A violencia sexual é calquera acto de natureza sexual tanto físico, psicolóxico ou verbal no que se obrigue a outra persoa a participar sen o seu consentimento. Quen exerce a violencia sexual busca a súa satisfacción persoal a través do dominio, o control e o sometemento da vítima.

A violencia sexual é unha das manifestacións da violencia machista.

Tal e como acontece co resto das violencias contra as mulleres, hai aspectos que contribúen a normalizala e invisibilizala.

Quen sofre unha agresión sexual sente:

rabia, indignación, noxo... e tamén culpa, vergoña, medo, depresión ou ansiedade... tendo consecuencias para a súa saúde física e mental.

ESTAR POLA RÚA, E SER LIBRE DE FACELO É UN DEREITO DE TODOS E PARA TODAS!

NON AGRIDAMOS NIN SEXAMOS CÓMPLICES

- Respecta cando che din que NON.
- Non insistas ou fagas tocamientos se non che dan permiso para facelo.
- Non realices comentarios obscenos, asubíos e miradas intimidatorias.
- Unha muller pode decidir parar en calquera momento da relación sexual e ten que ser respectada, aínda que sexa a túa parella.
- Non tomes o silencio como un si. Se non estás seguro se a outra persoa quere ter sexo preguntalle como se sente antes de seguir.

- Se a outra persoa está moi bébeda ou inconsciente NON hai consentimento.
- Fomenta relacións de bos tratos. Constrúe relacións en igualdade respectando a diversidade.

Unha relación sexual sa implica mutuo acordo e desexo de ambas as dúas partes, **respecto cara unha mesma/un mesmo e cara a outra persoa:** párate a pensar e goza dunha sexualidade sa, divertida e responsable.

COMO PODEMOS AXUDAR? QUE FACER SE SABES QUE UNHA PERSOA SUFRIU VIOLENCIA SEXUAL OU PIDE AXUDA?

- Pregúntalle como se atopa e se necesita axuda.
- Escóitaa con respecto. Cre nela e non fagas xuízos.
- Non a deixes soa e trata de crear un espazo de seguridade.
- Axúdalle a contactar con alguén da súa confianza que a poida acompañar.
- Contacta coa Policía Nacional ou Policía Municipal.

