

## Actúa contra la Violencia de Género

**No mires para otro lado, una sociedad sin violencia es tarea de tod@s. Cada vez hay más casos entre los jóvenes, víctimas y maltratadores. Es básico detectarla desde las primeras señales.**

El próximo sábado, día 25 de noviembre, tod@s celebramos el Día Internacional contra la Violencia de Género. Por desgracia, cada año se superan las cifras de muertes por este tipo de violencia y cada vez hay más casos entre los jóvenes, tanto víctimas como maltratadores.

La ley española garantiza a las mujeres víctimas de violencia de género que puedan poner fin a la relación violenta y recuperar su proyecto de vida con independencia de su origen, religión o cualquier otra circunstancia personal o social.

“La manada” somos nosotras



*Cartel en apoyo de la joven madrileña de 18 años víctima de una presunta violación múltiple en los Sanfermines de 2016 por un grupo autodenominado “La manada”, actualmente en fase de juicio.*

### ¿Qué hacer si pensamos que estamos sufriendo violencia de género?

Existen servicios de apoyo y prevención -policiales y judiciales- de información, atención y asesoramiento para situaciones de violencia de género a disposición de la ciudadanía y las víctimas. Se puede estar sufriendo maltrato y no ser consciente de ello. Por eso es primordial detectar los comentarios, comportamientos, actitudes u omisiones que también son manifestaciones de la violencia de género. Actúa si en una relación aparece alguna de las actitudes que muestra [este enlace](#).

Cuenta tu situación, pide ayuda, busca el apoyo de personas de confianza y profesionales especializados. Ten presente que no estás sola, que siempre hay salida. Existen toda una serie de recursos que tienen el único objetivo de mejorar los mecanismos de protección, seguridad y asistencia a las mujeres víctimas, a sus hijos e hijas. El teléfono gratuito de información y asesoramiento jurídico es el **016**, servicio confidencial las 24 horas del día y en 51 idiomas. Si alguien menor de edad cree que una persona de su entorno sufre violencia de género, debe llamar a ANAR (**900 20 20 10**).

### ¿Qué hacer si creemos que alguien de nuestro entorno puede estar sufriendo violencia de género?

En la mayoría de casos, las propias víctimas se oponen a denunciar a su agresor, por miedo, culpabilidad, vergüenza, falta de apoyo social o familiar, la dependencia económica del agresor... Por ello, la ayuda de personas cercanas es fundamental. Es esencial comprender y no juzgar, hablar con ella de sus sentimientos y de las oportunidades que tiene de salir de esa situación.

### ¿Qué hacer si presenciamos un acto de violencia de género?

Construir una sociedad y sin violencia es tarea de tod@s. Por eso, es obligación de tod@s denunciar para que se puedan activar los diferentes mecanismos de protección a la víctima y para que los hechos no queden impunes. La violencia de género es un problema social y un delito público. No mires para otro lado. Actúa. Ponte en contacto con el **112**, teléfono gratuito de asistencia inmediata, indicando con precisión el lugar de los hechos para que la policía acuda lo antes posible.