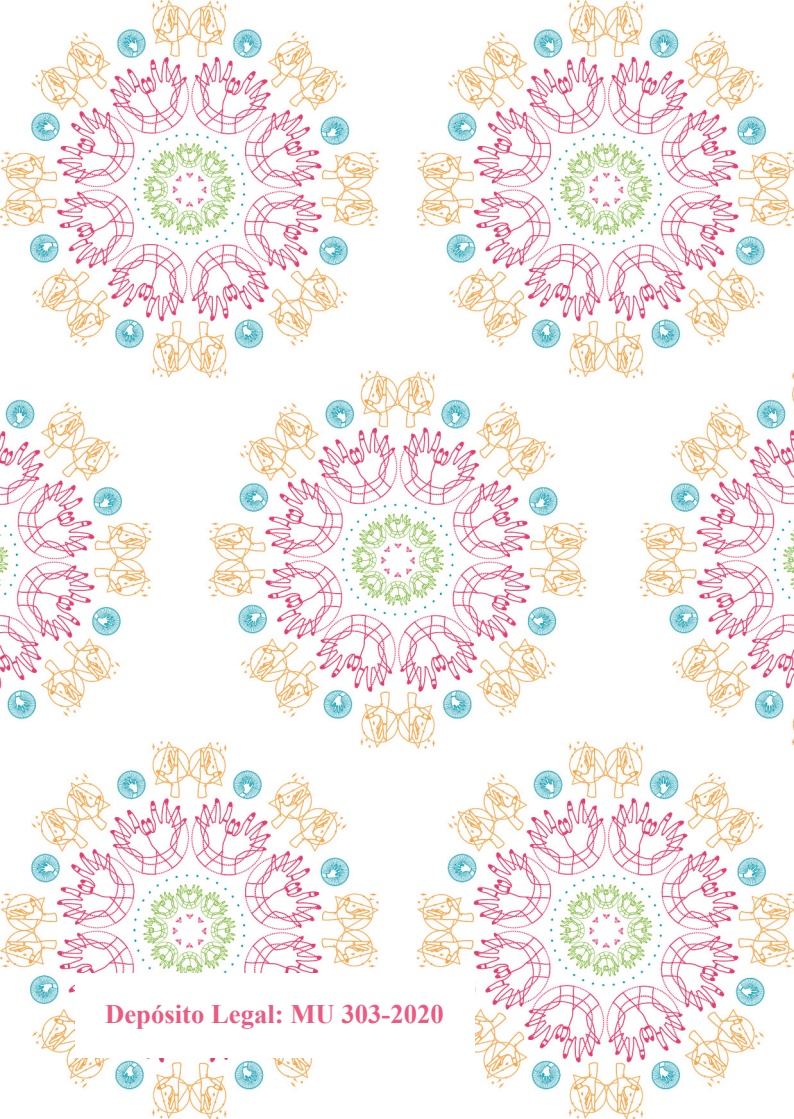


Ръководство за  
специализираните  
ресурси относими  
към имигрантските  
популации



**En  
Buenas  
Manos**

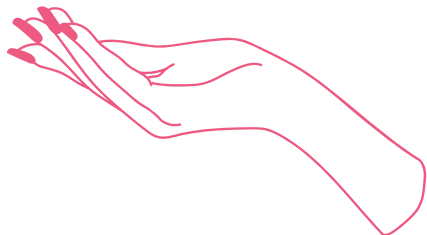


Depósito Legal: MU 303-2020

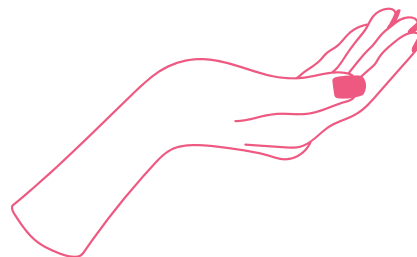


1. **Що е насилие, основаващо се на пола, насилие срещу жени или насилие от мъже шовинисти**
2. **Как да разберете дали се случва с вас**
3. **Как да разберете дали се случва с вас**
4. **S рискови ситуации**
5. **Важно е да знаете че не сте сама**
6. **Важно е да знаете какво трябва да направите, ако смятате да съобщите/подадете оплакване за това**
7. **Как да действате преди възникване на рисковата ситуация**
8. **Как да действате ако имате нужда от съвет във връзка със ситуацията, в която се намирате**

1.



**Що е насилие,  
основаващо се на  
пола, насилие срещу  
жени или насилие от  
мъже шовинисти**



**Насилието  
между половете  
засяга жените  
просто защото  
са жени.**

Този вид насилие засяга жените, независимо от тяхната култура, държава, възраст, дали имат, или не, образование и независимо дали имат, или не, финансови ресурси.

Този вид насилие застрашава интегритета, достойнството и свободата на жените. Насилие, което води до нараняване, физическо, сексуално или психическо страдание, както и заплахи, принуда или лишаване от свобода, независимо дали те се случват в обществения или личния им живот.

Рискът от този тип насилие може да се увеличи при жени, които са в ситуация на уязвимост: имащи различни функции, йерархична подчиненост, мигранти, с ниски икономически доходи, бездомни, непълнолетни или принадлежащи към различни етнически групи.  
nencia a diferentes etnias.

2.

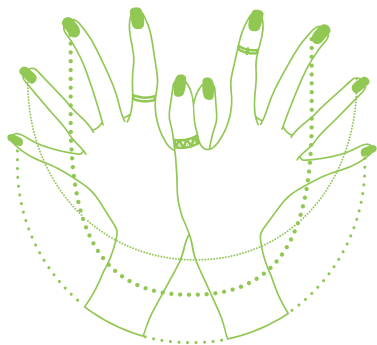
## КАК ДА РАЗБЕРЕТЕ ДАЛИ СЕ СЛУЧВА С ВАС



**Най-добрият показател за това какъв е партньорът ни е да се замислим дали ни кара да се чувстваме добре или зле**

- Лесно се дразни и/или чупи неща когато е ядосан
- Е прекомерно ревнив или с чувство за собственост
- Критикува и иска да промени начина ви на обличане
- Иска винаги да знае къде сте и с кого
- Наказва ви с мълчание и безразличие
- Критикува и ви отделя от семейството и приятелите ви
- Обвинява ви за нещата, които са се провалили, или за споровете ви, карайки ви по този начин да се чувствате виновни
- Принуждава ви да имате сексуални отношения с него, дори и да не искате
- Всички пари, които вие имате, се изразходват, дори и ако това е необходимо за дома
- Контролира парите ви

3.



## какво се случва при насилие, основаващо се на пола

Насилието, основаващо се на пола, ескалира постепенно, в началото започва по един почти незабележим начин и с прогресирането на връзката случаите на насилие стават все по-тежки.

Епизодите на насилие, основаващо се на пола, имат тенденция за цикличност, прекъсвани от периоди на спокойствие и привързаност до настъпването на животозастрашаващи ситуации. Подобна динамика има за резултат установяването на връзка на емоционална зависимост и притежание, която е трудна за прекъсване, както за агресора, така и за жертвата.

I.  
Ва ФАЗА  
натрупване на  
напрежение

II.  
Ра ФАЗА  
агресия

III.  
Та фаза  
меден месец или  
помирение

**I.**  
**Ва ФАЗА**  
**натрупване**  
**на**  
**напрежение**

**Агресор**

- Внезапни промени в настроението
- Неразбираемо поведение
- Словесно насилие

**Жертва**

- безпокойство
- Чувство на вина
- Поведение на послушание

**II.**  
**Ра ФАЗА**  
**агресия**

- Физическо насилие
- Психологическо насилие
- Сексуално насилие  
(Не е задължително да са налице и трите вида насилие)

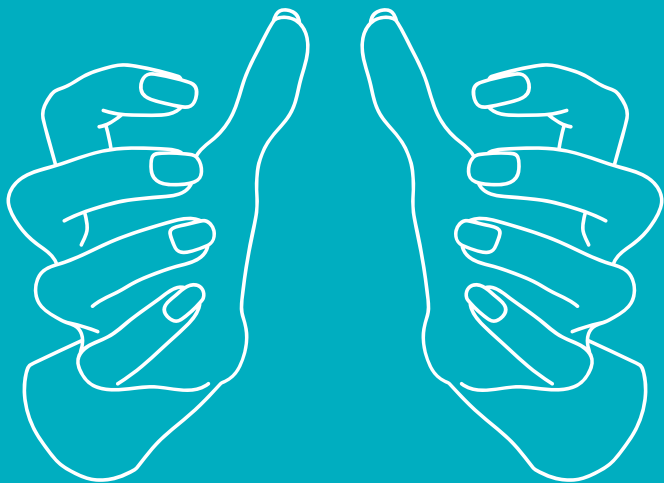
- Страх
- Самота
- Вземане на решения

**III.**  
**Та фаза**  
**меден месец или**  
**помирение**

- Съжаление (не във всички случаи)
- Обещания за промяна
- Поведение на ухажване

- Вярва на съжалението изразено от агресора
- Самозалъгване и надежда в обещаната промяна
- Има нужда да даде нов шанс

## Рискови ситуации

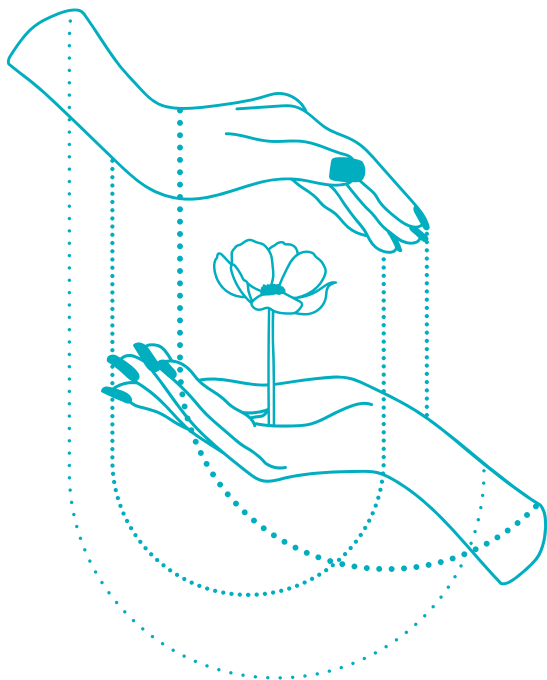


### Наблюдавайте дали вашият настоящ или бивш партньор:

- Малтретира други жени
- Ви преследва и ви тормози
- Заплашва да ви наврани или да ви нарани, ако го напуснете
- Блъска ви, разтърсва ви и ви удря
- Рита ви, удря ви шамари или ви удря с юмруци
- Стиска ви силно, скубе ви или ви щипе и т.н
- Ви напада и/или заплашва с нож, огнестрелно оръжие и т.н.

5.

## Важно е да знаете...



...че не сте сама

### „Вие сте най-важното лице във вашия живот”

В тези ситуации не си мълчете, говорете, обсъждайте го с някой, на когото имате доверие.

Искайте и търсете помощ защото изход има.

Излизането от ситуация на насилие не е лесен процес. Може да се нуждаете от няколко опита, но не се обезкуражавайте, защото с всеки път ще бъдете все по-силни. Трябва да вземете живота си в собствените си ръце, оценявайки положително всеки напредък, който преживявате, колкото и да е малък.

Невежеството и липсата на информация водят до СТРАХ за предприемане на акта на напускане, така че е необходимо да познаваме ресурсите в нашето обкръжение.

Насилието срещу жени е престъпление в Испания и са налични ресурси за справяне с подобни ситуации. Дори ако сте нередовни, без разрешение за пребиваване или ако вашето разрешение е за събиране със семейството на вашия партньор, можете да поискате помощ и да съобщите за ситуацията си, без това да стане автоматично причина за експулсирането ви.

Жалбата не е единствения начин да се измъкнем от това положение на насилие, потърсете съвет и подкрепа в специализираните служби, те са безплатни.



6.



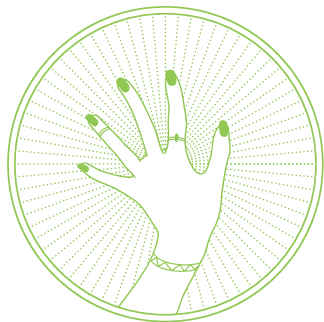
## Какво трябва да направите, ако смятате да съобщите/ подадете оплакване

Важно е да знаете законните права, които имате при справяне с насилието, основаващо се на пола. Правата, признати от закона на жени, жертви на насилие, основано на пола, са права преди всичко насочени към информация, на всеобхватна социална помощ, както и безплатна правна помощ; трудови и икономически права. Те са права за защита на жертвата.

Можете да подадете жалба в Националната полиция, Местните полицейски служби, Националната гвардия или в съдилищата за защита.

Трябва да знаете че имате право на безплатен адвокат, който да ви придружава, когато подавате жалбата, кйто да ви информира за всички ваши права и декларацията, която ще трябва да направите, което е много важно за последващия процес, заедно с всички доказателства, които можете да предоставите (снимки, имейли, запазени мобилни съобщения, медицински свидетелства, удостоверения от психолог и т.н.).

Цялата тази информация ще ви бъде предадена и преведена от преводач. Когато подавате жалбата може да сте придружени от член на семейството или от човек, на когото имате доверие.



За ваша безопасност поискайте заповед за защита в момента на подаване на жалбата. В заповедта за защита могат да бъдат предприети наказателни и граждански мерки във ваша полза и в полза на вашите синове и дъщери, ако имате такива.

Криминалните мерки може да включват:

- Забрана на агресора да се приближава до, и да общува по всякакъв начин с, жертвата.
- Забрана на агресора да пребивава на определени места
- Ако агресорът е имал право да носи или използва оръжие, прекратяването на това право
- В случай, че е уговорено временно задържане, лишаването от свобода

Гражданските мерки, които ще действат за 30 дни, и е важно, че ако искате да ги запазите, трябва да уведомите представителите си да започнат граждански процес в Семейния съд

Тези мерки могат да се състоят в:

- Използване на семейното жилище, което агресорът ще трябва да напусне
- Родителски права, настойничество и попечителство на деца и непълнолетни лица, които са инвалиди или с увреждания.
- Пенсия за храна за синовете и дъщерите ви
- Определяне на режим за посещения
- Отнемане на родителските права
- Преустановяване на режима за посещения

Ако сте в нередовно положение, санкциониращата административна процедура, за това че пребивавате нередовно на испанска територия, няма да започне и ще бъдат прекратени санкциониращата административна процедура, ако има такава, или изпълнението на заповеди за експулсиране или за евентуално договорено доброволно връщане.

7.

## Как да действате преди възникване на рискова

### Позвънете на телефон 112

112 е телефонен ресурс, който осигурява бърза и ефективна реакция при спешни ситуации на насилие, основащо се на пола.

Чрез телефон 112 се мобилизират необходимите ресурси за справяне с конкретната ситуация: полиция, здравни услуги, психологически грижи, специализирана правна помощ, спешно настаняване и насочване към други ресурси.

Можат да се обадят на жената, която е малтретирана от от своя настоящ или бивш партньор, или на някой неин близък.

24-часов безплатен телефон  
Оперира на 51 езика



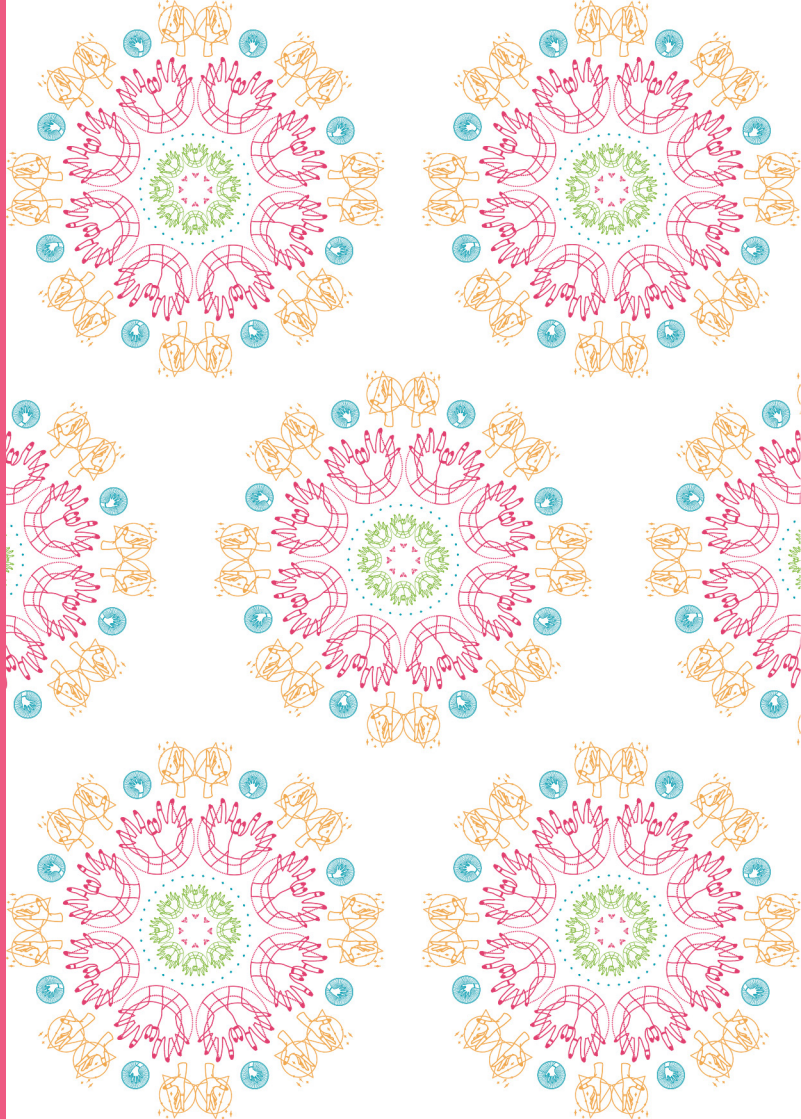
8.

## Ако имате нужда от съвет във връзка със ситуацията, в която се намирате

### Специализирани центрове за жени жертви на насилие (CAVI)

Това са услуги, които предлагат всеобхватно, персонализирано и безплатно внимание, през времето, необходимо за да се прекрати и да се излезе от ситуацията на насилие.

- За да си уговорите среща не е необходимо да сте подали жалба.
- Услугите са безплатни
- Те предлагат цялостна грижа за толкова време, колкото е нужно за конкретната жена.
- Екипът се състои от социални работници, психолози, юридически съветници
- Достъпът до тях се извършва с предварително уговорена среща на телефон 901 101 332.



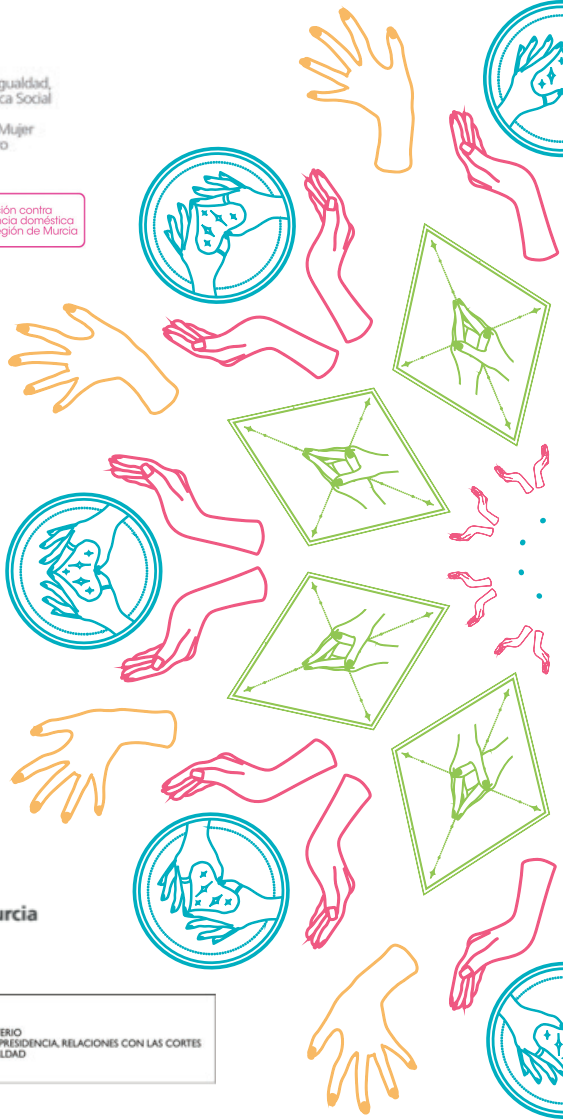


Región de Murcia  
Consejería de Mujer, Igualdad,  
LGTBI, Familias y Política Social

Dirección General de Mujer  
y Diversidad de Género



Asociación contra  
la violencia doméstica  
de la Región de Murcia



Región de Murcia



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES  
E IGUALDAD