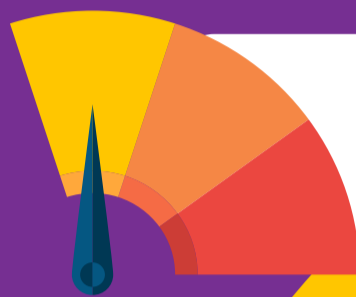


Vall d'Hebron actua contra la violència masclista



El violentòmetre



Pren mesures contra la
violència masclista

**Això és
violència,
estigues
alerta**

- Bromes feridores
- Manipular
- Mentir/enganyar
- Ignorar
- Culpabilitzar
- Intimidar
- Ridiculitzar/humiliar en públic
- Desqualificar/ofendre/insultar
- Fer xantatge
- Intimidar/amenaçar
- Controlar/prohibir
- Tenir gelosia

**Demana
ajuda o denúncia**

- Control d'amistats o familiars
- Revisar el mòbil (whatsapp, xarxes socials...)
- Controlar diners i documents
- Destruir objectes personals (fotos)
- Grapejar
- Colpejar jugant
- Pessigar/esgarrapar
- Empènyer
- No deixar usar anticonceptius
- Espiar obsessivament
- Perseguir
- Carícies agressives

**La teva vida està
en perill**

- Assetjament permanent
- Maltractament psicològic
- Lesió física
- Tancament
- Aïllament
- Amenaça amb objectes i armes
- Amenaça de mort
- Forçar relació sexual
- Abús sexual
- Violació
- Mutilació
- Feminicidi

Actua tu també! NO ESTÀS SOLA

Si tens preguntes, dubtes i/o necessites ajuda, pots contactar telefònicament o adreçar-te als serveis que atenen situacions de violència masclista:

En cas d'urgència

 **112**

Informació per víctimes de violència de gènere

 **016**

Telèfon contra la violència masclista

 **900 900 120**

ALTRES SERVEIS D'ASSISTÈNCIA

Servei d'Informació i d'Atenció a les Dones (SARA / PIAD)

 **900 922 357**

Centre d'Urgències i Emergències Socials de Barcelona (CUESB)

Atenció psicosocial permanent en qualsevol situació d'urgència i d'emergència social.

Llacuna 25, Barcelona (Sant Martí)

 **900 703 030**