

EN STAT DE CONFINAMENT: SI CONEC UNA SITUACIÓ DE VIOLÈNCIA MASCLISTA, QUÈ PUC FER?

- La convivència perllongada amb l'agressor pot incrementar el **risc de patir violències masclistes**.
- Les dones i les seves filles i fills pateixen l'agreujant de tenir-ho més difícil per trobar **el suport de familiars, professionals i altres recursos**.

Per això, cal la **implicació de l'entorn proper tant en el cas d'aquelles dones i nenes i nens que sabem que estan en una situació de violència masclista**, com en el d'aquelles amigues de les associacions de pares i mares, conegudes o familiars de les quals no sabem res fa un temps, i que **sospitem que podrien també estar patint violència**.

POTS:

- Mantenir un contacte telefònic amb qualsevol excusa
- Mostrar que no estan soles i que poden demanar ajuda en cas de necessitar-ho

TAMBÉ POTS:

Fer-li arribar la següent informació amb la màxima prudència.

• TELÈFON 900 900 120

Atén les preguntes relacionades amb qualsevol forma de violència masclista. És un servei gratuït i confidencial, que atén trucades 24 hores al dia els 365 dies de l'any. També **pots contactar per correu electrònic 900900120@gencat.cat** (es recomana esborrar el rastre que deixen els correus a l'ordinador i al mòbil), o **través de Whatsapp enviant un missatge al 671778540**.

• OFICINES DE L' INSTITUT CATALÀ DE LES DONES

Pot dirigir-se, per telèfon o correu electrònic, a qualsevol de les **5 oficines de l'Institut Català de les Dones**. Les professionals que estan atenent podran orientar-la i si cal, derivar-la a un dels serveis per a casos d'urgència. Les 5 oficines funcionen de 9 a 14h, de DL a DV:

- **Barcelona:** 93 495 16 00
- **Girona:** 872 97 58 74
- **Lleida:** 973 70 36 58
- **Tarragona:** 977 24 13 04
- **Terres de l'Ebre:** 977 44 12 34

• MÉS SERVEIS:

A tot el territori trobaràs els **SIAD** (Serveis d'Informació i Atenció a les dones), els **SIE** (Serveis d'Intervenció Especialitzada), i les **entitats especialitzades en l'atenció a les violències masclistes**, que també poden donar-te un cop de mà, assessorant-te a tu o la dona en situació de violència.

QUÈ MÉS POTS FER?

- Si sospites que alguna veïna i/o les seves filles i fills poden estar patint violència, recorda que tu també pots trucar a la **línia 900 900 120**, les professionals t'indicaran com actuar de la forma més segura.
- Si en aquell moment s'està produint un episodi de violència, **truca al 112**, el telèfon d'emergències.

Totes i tots podem tenir un paper actiu en l'erradicació de les violències masclistes

- Pots col·laborar en la **difusió de la iniciativa Establiment segur contra la violència masclista**. Els serveis bàsics, com ara farmàcies o botigues d'alimentació, que tenen aquest distintiu, són un espai segur per aquelles dones en situació de violència que volen demanar ajuda.