



Ayuntamiento de Logroño



Delegación Gobierno en la Rioja

VIOLENCIA DE GÉNERO

Guía para protegerte de la agresión

SI HAY ORDEN DE ALEJAMIENTO, DÍSELO A AMIGOS, FAMILIARES O VECINOS QUE TE PUEDAN AYUDAR.

NO CEDAS AL CHANTAJE: NO ACEPTES HABLAR A SOLAS CON ÉL.

NO REANUDES LA CONVIVENCIA: EL MALTRATO SE REPETIRÁ

NO TE AVERGUENCES DE TU SITUACIÓN: INFORMA A ALGUNAS PERSONAS QUE TE PUEDAN AYUDAR

- Habla con familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo.... Podéis concretar qué hacer y cómo te pueden ayudar en caso de peligro
- Pide a algún vecino de tu confianza que llame a la Policía cuando oiga algún suceso violento en tu hogar.

SI TIENES HIJOS

- Informa a los Profesores de la situación.
- Informa de quién tiene permiso para recoger a los niños
- Procura que sean personas de confianza quienes se encarguen de acompañarles a las citas de entrega y recogida con el padre.

PREPÁRATE PARA REACCIONAR EN CASO DE NECESIDAD: PIENSA CÓMO PROTEGERTE

- Piensa cómo y a quién pedirás ayuda: Acuerda con tus vecinos una señal.
- Grita y haz todo el ruido posible para pedir ayuda
- Si estás en casa acércate a la puerta para huir. Si puedes, refúgiate en casa de algún vecino.
- Si estás en la calle busca lugares públicos con gente
- Prepara una habitación con cerrojo, teléfono, ventana... condiciones que te permitan protegerte y pedir ayuda.
- Retira cuchillos, armas, objetos peligrosos que puedan utilizar para agredirte.
- Piensa y acuerda un lugar al que acudirás si tienes que huir.
- Ten preparada ropa, dinero, llaves y documentos

EN LAS ACTIVIDADES COTIDIANAS

Cambia las rutinas

- Evita las rutinas habituales al ir a la compra, al parque, etc.
- No utilices siempre la misma ruta para ir al trabajo.
- No frecuentes los lugares habituales conocidos por el agresor.
- Procura no llegar a casa siempre a la misma hora y, si es posible que alguien te acompañe hasta el portal.

Toma precauciones

- Cambia la cerradura de tu casa.
- Cambia el número de teléfono.
- Si no vives en tu domicilio habitual, evita dar innecesariamente tu dirección a personas en quien no confíes.
- Indica a tus hijos, hijas y personas a tu cargo que no abran la puerta.
- No abras nunca el portero automático ni la puerta de tu casa sin saber de quién se trata.

Protégete

- Presta atención en las entradas y salidas del trabajo y del colegio de tus hijos.
- Si llama por teléfono con amenazas o insultos, cuelga el teléfono.
- Informa en tu trabajo al responsable de lo que ocurre.
- Pide ayuda a tus compañeros de trabajo para que te acompañen al coche o al autobús.

SI CREES QUE VAS A SUFRIR UNA AGRESIÓN.....

- Intenta escapar si crees que estás en peligro, llévate a tus hijos.
- Busca refugio donde haya gente.
- Llama a la P. Local, P. Nacional o al 112 y di dónde te encuentras
- Pide ayuda a vecinos o a personas con quien lo hayas acordado. Concierta con ellos una señal para que llamen a la Policía.
- Abre puertas y ventanas, grita y pide auxilio. Haz todo el ruido que puedas.
- Mantente alejada de la cocina.

SI LA AGRESIÓN SE HA PRODUCIDO.....

- No dejes de gritar y pedir auxilio
- Protege el rostro y cabeza con los brazos .
- Abandona el domicilio si crees que el agresor puede regresar
- Conserva todas las pruebas: ropa rota, utensilios que haya utilizado para la agresión... etc.
- Si puedes avisa a algún vecino que pueda presenciar y luego declarar en el proceso judicial.
- Acude a un Centro Médico: solicita el parte de lesiones.
- Acude a la Policía y formula una denuncia.

TELÉFONOS DE EMERGENCIAS

- | | |
|--|-------------------|
| • POLICÍA NACIONAL | 091 |
| • POLICÍA LOCAL | 092 |
| • UNIDAD CONVIVENCIA POLICÍA LOCAL..... | 941-235255 |
| • SERVICIO URGENCIAS SOCIALES | 900101555 |
| • EMERGENCIAS | 112 |

INDICACIONES A SITUACIONES EN LAS QUE TE PUEDES ENCONTRAR

SITUACION	QUÉ PUEDO HACER
Si necesitas apoyo y asesoramiento porque la situación te desborda, te sientes culpable, te planteas erróneamente darle otra oportunidad	Acude al Centro de S. Sociales de tu zona. Llama al Servicio de Urgencias Sociales
Si necesitas información sobre qué recursos de ayuda puedes utilizar.	Acude al Centro de S. Sociales de tu zona. Llama al Servicio de Urgencias Sociales
Si requieres orientación y asesoramiento en relación a tus hijos	Acude al Centro de S. Sociales de tu zona. Llama al Servicio de Urgencias Sociales
Si requieres acompañamiento social en actuaciones de carácter, asistencial o administrativo.	Llama al Servicio de Urgencias Sociales
Si te encuentras casualmente con tu agresor .	No te angusties. Aléjate. Piensa que ha sido una casualidad.
Si intenta quedar contigo para hablar	No lo hagas nunca a solas. Si hay algo que aclarar hazlo en presencia de tu Abogado.
Si tu expareja te llama por teléfono con cualquier disculpa o amenazándote	Cuelga el teléfono. Ponlo en conocimiento de la Unidad de Convivencia Policía Local.
Si requieres acompañamiento en interposición denuncia, atención médica o proceso judicial.	Llama a la Unidad Convivencia P. Local
Si tienes riesgo de sufrir una agresión	Llama a la Unidad Convivencia P. Local Llama al 091, 092 o 112
Si necesitas salir de tu casa con urgencia	Llama al Servicio de Urgencias Sociales
SI SUFRES UNA AGRESIÓN	Acude a un Centro Sanitario Llama a la Unidad Convivencia P. Local Llama al 091 o 092 y denuncia

NO ESTÁS SOLA

El Ayuntamiento de Logroño y la Delegación de Gobierno en La Rioja tienen un Acuerdo de colaboración para que la Policía Nacional y la Policía Local coordinen toda la información y actuaciones para que tu protección sea más efectiva.

- **La Policía Nacional (SAF)** evaluará el riesgo de tu situación cuando interpongas la denuncia.
- **La Policía Nacional (UPAP) y la Unidad de Convivencia de Policía Local** en colaboración, revisarán periódicamente tu situación para adoptar las medidas necesarias para tu protección.
- Cuando tengas medidas judiciales de protección un Agente de la **Unidad de Convivencia de Policía Local** se encargará de forma más directa de tu protección policial y realizará el seguimiento de tu situación.
- **El Servicio de Urgencias Sociales del Ayuntamiento** está disponible las 24 horas del día y todos los días del año para ofrecerte información y asesoramiento telefónico sobre derechos, recursos y ayudas, y en caso de agresión o riesgo de agresión: apoyo emocional, acompañamiento a servicios médicos e interposición de denuncia y alojamiento de emergencia.
- A los **Centros de Servicios Sociales** podrás acudir previa petición de cita para informarte sobre prestaciones económicas y para recibir orientación y asesoramiento social, educativo y psicológico sobre los aspectos que te preocupen de tu situación personal y familiar

Ante una emergencia a cualquier hora llama a la Policía Nacional (091), a la Policía Local (092) o al 112. En todo momento y de forma inmediata intervendrán para protegerte.

CUERPO NACIONAL POLICÍA

Servicio Atención Familia (SAF)

C/ Dres. Castroviejo nº 9 Tfo. 272054-71

Unidad Prevención Asistencia y Protección (UPAP)

Avda. Viana nº 3. Tfo. 941272109

DIRECCIONES Y TELÉFONOS DE LOS RECURSOS

MUNICIPALES

UNIDAD DE CONVIVENCIA DE LA POLICÍA LOCAL

Unidad Policial de protección para mujeres víctimas de
Violencia de Género

Tfo. 941-235255

C/ Villegas nº 14
LOGRONO

SERVICIO DE URGENCIAS SOCIALES

SUS

900 101 555

Atención social continuada telefónica y presencial
las 24 horas del día, todos los días del año

CENTROS DE SERVICIOS SOCIALES

Horario de atención: De Lunes a Viernes de 9,00 a 14,00, previa
Petición de cita en el Centro de Servicios Sociales de su zona

Centro de Servicios Sociales “Casa Farias”. C/ Mayor 35

Teléfono: 941 225587

- **Centro de Servicios Sociales “La Ribera”. C/ Beatos Mena y Navarrete 29-31 (entrada por Plaza Maestro Lope)**
Teléfono: 941 235733
- **Centro de Servicios Sociales “Lobete”. C/ Obispo Blanco Nájera 2 (entrada por C/ Obispo Rubio Montiel).**
Teléfono: 941 247704
- **Centro de Servicios Sociales “El Parque”. C/ Santa Isabel 6, bajo.**
Teléfono 941 262859
- **Centro de Servicios Sociales “Las Fontanillas”. C/ Poniente 14, bajo**
Teléfono: 941 204828