¿DÓNDE ME PUEDEN AYUDAR?

- **Punto Municipal ORGV - Mancomunidad de "Las Cañadas"**

Atiende a mujeres víctimas de violencia de género.
Dirección: C/ La Paloma, 1, Soto Del Real.
Teléfono: 91 848 00 70.
Email:
puntoviolencia@mancomunidadlascanadas.es
Horario: Mañanas: 9:00 - 15:00 h.
Tardes: lunes y martes 14:00 - 19:00h.

- **Centro de crisis 24h - Comunidad de Madrid**

Atención a mujeres víctimas de agresiones sexuales recientes.
Teléfono gratuito: 900 599 316.
El servicio ofrece acompañamiento jurídico, psicológico, psicosocial y alojamiento temporal si es necesario.

- **Punto Municipal del observatorio Regional de Violencia de Género (PMORVG)**

Atención, orientación y acompañamiento a víctimas de violencia de género, incluida la sexual.
Dirección: C/ Isla del Rey, 3. 28770 Colmenar Viejo.
Teléfono: 91 846 73 59.

SI QUIERO DENUNCIAR

- **Guardia civil - Puesto de Manzanares El Real**

Dirección: Av. Madrid, 24. 28410 Manzanares El Real.
Urgencias (062) y atención con cita previa: 91 853 00 35.
Email: manzanareselreal@guardiacivil.org

- **Policía Local de Manzanares El Real**

Dirección: Plaza del Pueblo, 1.
Teléfono operativo: 606 96 87 65.
Participa en el Sistema VIOGEN.

- **Protección Civil de Manzanares El Real**

Teléfono: 650 934 444.

- **Centro de salud - Servicio de Urgencias**

Centro de Salud de Manzanares El Real.
Dirección: C/ Cañada de Toros, 8.

- **Juzgado. Asistencia jurídica y órdenes de protección. Juzgados de Primera Instancia e Instrucción de Colmenar Viejo**

Dirección: C/ Padre Claret, 13.

- **Teléfonos y Servicios de Emergencia**

112 - Emergencias generales.
016 - Atención telefónica y asesoramiento en situaciones de violencia de género. No deja rastro en la factura.
012 - Unidad de atención a víctimas con discapacidad intelectual: apoyo integral.

¿CÓMO ACTUAR SI SE SUFRE O SI SE PRESENCIA UNA AGRESIÓN?

1. **Llamar al 016 si se trata de violencia en entorno íntimo.**
2. **Ir a una comisaría o al cuartel de la Guardia Civil.**
3. **Presentarse en el Juzgado de Guardia de Colmenar Viejo.**
4. **Contactar con el Punto PMORVG para apoyo técnico, psicológico o social antes o después de la denuncia.**

Ayuntamiento
Manzanares El Real

LIBRE!

DISFRUTA DE LAS FIESTAS CON RESPETO

Ayuntamiento
Manzanares El Real

Pacto de Estado
contra la violencia de género

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE IGUALDAD

LIBRE!

La violencia sexual es cualquier acto de naturaleza sexual tanto físico, psicológico o verbal, en el que se obliga a otra persona a participar sin su consentimiento. Quien ejerce la violencia sexual busca su satisfacción personal a través del dominio, el control y el sometimiento de la víctima.

La violencia sexual es una de las manifestaciones de la violencia machista.
Tal y como sucede con el resto de las violencias contra las mujeres, hay aspectos que contribuyen a normalizarla y invisibilizarla.

Quien sufre una agresión sexual siente: rabia, indignación, asco, culpa, vergüenza, miedo, depresión o ansiedad... teniendo consecuencias para su salud física y mental.

ESTAR POR LA CALLE Y SER LIBRE DE HACERLO ES UN DERECHO DE TODAS Y TODOS Y PARA TODAS Y TODOS!

NI AGRESORES NI CÓMPLICES

- Respeta cuando te dicen que NO.
- No insistas o hagas tocamientos si no te dan permiso para hacerlo.
- No realices comentarios obscenos, silbidos o miradas intimidatorias.
- Una mujer puede decidir parar en cualquier momento de la relación sexual y tiene que ser respetada, aunque sea tu pareja.
- No tomes el silencio como un sí. Si no estás seguro si la otra persona quiere tener sexo pregúntale como se siente antes de seguir.

TIPOS DE VIOLENCIA SEXUAL

- **Acoso sexual**
- **Abuso sexual**
- **Agresión sexual**
- **Ciberviolencia sexual**
  - *Sexting*
  - *Sextorsión*
  - *Ciberbulling o Ciberacoso*
  - *Grooming o Engatusamiento*

RESPETO!

Una relación sexual sana implica mutuo acuerdo y deseo de ambas partes, respeto hacia una misma y uno mismo y hacia la otra persona: párate a pensar y disfruta de una sexualidad sana, divertida y responsable.

- Si la otra persona está muy borracha o inconsciente NO hay consentimiento.
- Fomenta relaciones de buenos tratos. Construye relaciones en igualdad, respetando la diversidad.

¿CÓMO PODEMOS AYUDAR?

¿QUÉ HACER SI SABES QUE UNA PERSONA SUFRIÓ VIOLENCIA SEXUAL O PIDE AYUDA?

- **Pregúntale cómo se encuentra y si necesita ayuda.**
- **Escúchala con respeto. Cree en ella y no hagas juicios.**
- **No la dejes sola y trata de crear un espacio de seguridad.**
- **Ayúdale a contactar con alguien de su confianza que la pueda acompañar.**
- **Contacta con la Policía Nacional o Policía Municipal**