

BALIABIDEEN
ETA ZERBITZUEN
GIDA
**EMAKUMEENGANAKO
INDARKERIA ETA
SEXU-ERASOAK**

<https://www.emakumeenetxea.zarautz.eus>



ZARAUZKO *Udala*
PAREKIDETASUN DEPARTAMENTUA

Babeslea:



Pacto de Estado
contra la violencia de género

Tratu txarrak
edo indarkeria matxista
jasaten ari bazara,
eman bukaera egoera horri!

Sexu-eraso baten biktima bazara,
eskatu lehenbailehen laguntza!

**Gida honetan
adierazitako zerbitzuak
eta profesionalak prest dituzu
zuri laguntzeko.**

Tratu txarrek eta sexu-erasoek,
kalte fisikoez gain,
ondorio psikologiko larriak
eragin ditzakete, eta horiek gainditzeko
laguntza espezializatua
behar izaten da normalean.

**NON
ESKATU DEZAKEZU
LAGUNTZA?**

Zarauzko Udala:

Gizarte Zerbitzuak:

Tel.: **943 00 51 11**

Helbidea:

Zigordia kalea 33

Ordutegia:

8:30-14:30

astelehenetik ostiralera

Parekidetasun

Departamentua

(Emakumeen * Etxea):

Tel.: **943 00 51 36**

Helbidea:

Nafarroa kalea 3

Ordutegia:

9:00-12:30 / 16:00-20:00

astelehenetik ostiralera.

Zarauzko Ertzainetxea:

Tel.: **943 53 89 00**

Helbidea:

Gipuzkoa kalea 46

Zarauzko anbulatorioa:

Tel.: **943 00 79 99**

Helbidea:

Salbide kalea 10

Donostiako ospitalea:

Larrialdiak:

Tel.: **943 00 70 53**

Zentralita:

Tel.: **943 00 70 00**

SOS Deiak:

Tel.: **112**

**Etxeko tratu txarren
eta/edo sexu-erasoen
biktima diren
emakumeentzako
telefono bidezko
arreta-zerbitzua**

Tel.: **900 840 111**

Doako telefono zerbitzua.

**Tratu txarren
biktimentzako
larrialdiko telefonoa**

Tel.: **016**

LAGUNTZA ZENBAT ETA LEHENAGO ESKATU, HOBE!

INDARKERIA MOTAK

Honako hauek indarkeria dira:

Tratu txar fisikoa, psikologikoa, ekonomikoa;
sexu-abusuak eta -erasoak; sexu-jazarpena;
emakumeak eta neskatilak eskean ibiltzeko edo
sexu-esplotaziorako erabiltzea.

Emakumeen duintasuna edo osotasuna kaltetzen
duen edozein jarduera edo jokabide.

Tratu txar fisikoa:

Zure bikoteak, bikote ohiak, familiarrak, zurekin bizi den pertsonak zu bultzatzea, zauritzea, jotzea, erretzea, iletik tiratzea...

Tratu txar psikologikoa:

Iraintzea, gutxiestea, mespretxatzea, beldurraraztea, mehatxatzea...

Zure harreman sozialak eta familiarrak, lagunekin irteten zarenean, zure posta, deiak... kontrolatzea.

Tratu txar ekonomikoa:

Dirua eskuratzen ez uztea edo etengabe kontuak ematera behartzea, diru-sarrerak ezkutatzea, eta zure eta zure seme-alaben ongizate fisikorako baliabideak kentzea.

Sexu-indarkeria eta -abusua:

Zure borondatearen aurka edozein sexu-kontaktu edo -harreman edukitzera behartzea.

Hauak izan daitezke: exhibizionismoa, hitz lizunak, ukituak, laneko sexu-jazarpena, etab. Bortxaketa da horrelako jokabideen aldaera larriena.

ZER EGIN DEZAKEZU?

Zer egin tratu txarren egoera baten aurrean?

Joan edo deitu Zarauzko Udalaren zerbitzu hauetako batera:

- Gizarte Zerbitzuak.
- Parekidetasun Departamentua (Emakumeen * Etxea).

Deitu edo joan Ertzaintzara.

Lesio fisikoak edo psikikoak badituzu, edo halakorik duzula uste baduzu, joan zaitetz:

- Osasun Zentrora (ambulatorioa).
- Donostia ospitalera.

Azaldu zer gertatu zaizun, eta azterketa oso bat eskatu.

Garrantzitsua:

ez ahaztu Mediku Txostenaren kopia bat eskatzea.

Zoaz konfiantzazko pertsona batengana,
eta eskatu laguntza.

Arriskuan bazaude eta babesa behar baduzu:

Zure osotasun pertsonala edo zure seme-alabena arriskuan baldin badago:

- Deitu edo joan poliziarengana: Ertzaintza, Udaltzaingoa.
- Ahal duzun zaratarik handiena atera, atearik eta leihoak ireki, laguntza eskatu...
- Erasoaren froga guztiak gorde: puskatutako objektuak, puskatutako edo odoldutako arropa; ez zaitez garbitu...
- Irten etxetik, ez izan zure eskubideak galtzeko beldurrik. Dena dela, etxetik irten eta 30 egun pasatu baino lehen komeni da banantze-demanda bat aurkeztea eta tratu txarren salaketa bat jartzea.
- Ez eman erasotzailea alerta dezakeen informaziorik edo pistarik.
- Nora joanik ez baduzu, larrialdiko bizilekua emango dizute zuri eta zure seme-alabei.

Zure gauzak eta beharrezko dokumentazioa hartzeko denborarik izan ez baduzu, eskatu poliziarri laguntza etxera joateko horiek jasotzera.

Larrialdi egoera pasatzen denean eta babes-neurriak jarri direnean, lasaiago zaudenean, Gizarte Zerbitzuetara joan zaitezke; han banakako aholkularitza eta laguntza eskainiko dizute, eta zure egoerarako baliabide egokienak jaso ahal izango dituzu.

Zer egin sexu-eraso batean?

Aukera hauek dituzu:

- 112 zenbakira deitu (SOS Deiak).
- Ertzaintzari deitu edo haiengana joan. Eskatu zu babesteko eta ospitalera edo hurbilen dagoen osasun zerbitzura laguntzeko.
- Osasun Zentrora (ambulatorioa) edo Donostia ospitalera deitu edo bertara joan.
- Ahal baduzu, eskatu konfiantzazko pertsona bati zuri laguntzeko.

Eskatu Mediku txostenaren kopia bat.

* * *

Garrantzitsua:

Ez zaitetz garbitu, eta ez ezazu arropa aldatu. Erasoa aho bidez jasan baduzu, saiatu ezer ez jaten edo edaten, erasotzailea identifikatzeko funtsezko frogak suntsitu ahal ditzakezulako.

Sexu-erasoek kalte fisikoez gain, ondorio psikologiko larriak eragiten dituzte (antsietatea, amesgaiztoak, depresioa, sexu-desira gutxitzea...), eta horiek denbora luzean iraun dezakete.

Egoera horiek gainditzeko, orokorrean, laguntza psikologiko espezializatua behar izaten da.

Lehen arreta jaso ondoren, Gizarte Zerbitzuetara joan zaitetzke laguntza psikologikoa jasotzeko, konfidentzialki eta dohainik, eta zure egoera pertsonalerako baliabide egokienak eskuratzeko.

BALIABIDEAK ETA ZERBITZUAK

Zarauzko Udalak indarkeria matxistaren eta/edo sexu-erasoen biktimei eskaintzen dizkien baliabideak:

GIZARTE ZERBITZUAK:

- Informazioa, arreta eta baliabideen tramitazioa.
- Laguntza psikologikoa, konfidentziala eta doakoa, gai horietan adituak diren profesionalekin.
- Talde-terapia, antzeko egoeran dauden beste emakume batzuekin.
- Aholkularitza juridikoa doakoa eta konfidentziala, abokatu adituekin.
- Babes-agindua tramitatzeko aholkularitza.
- Laguntza ekonomikoak, beharren arabera.

EMAKUMEEN* ETXEA/ BERDINTASUN DEPARTAMENTUA:

- Informazioa, aholkularitza eta deribazioa, behar bada.
- Aholkularitza psikologikoa.
- Aholkularitza juridikoa.
- Emakumeentzako jabetze eskola.
- Beste emakume batzuk ezagutzeko eta esperientziak partekatzeko leku bat.

ZUK ERE ESKUBIDEA DUZU:

EMAKUME ATZERRITARRAK:

Eskubidea duzu zerbitzu horietan arreta eta laguntza jasotzeko, zure jatorria edo zirkunstantzia soziala eta pertsonala edozein izanda ere.

- Berdin da zure egoera juridikoa zein den (paperak dituzun ala ez).
- Berdin da erroldatuta edo erroldatu gabe zauden.

Gaztelaniaz edo euskaraz komunikatzeko zailtasunak badituzu, interprete-zerbitzua eska dezakezu.

DESGAITASUNA DUTEN EMAKUMEAK:

Zailtasunak badituzu ahoz komunikatzeko, entzuteko, mugitzeko, edo beste desgaitasunen bat baduzu, adierazi zirkunstantzia hori dei, fax, e-mail... baten bidez, joan nahi duzun zerbitzuari.

Eskatu joan-etorrian laguntzea, alboan norbait izatea, zeinu-hizkuntzako interprete bat jartzea, etab.

SALAKETARI BURUZ HAU JAKIN BEHAR DUZU:

Edozein eraso edo tratu txar fisiko, psikologiko edo sexual salatuz dezakezu.

Salaketa **leku hauetan** jar dezakezu:

- Ertzaintzaren edozein komisaldegitan.
- Epaitegian.

Salaketa jartzea **garrantzitsua da**:

- Estamentu judizial eta polizialek zure babes-neurriak aktibatu ahal izateko eta erasotzailea jarraitzeko.
- Jasan duzun tratu txar egoera balizko banantze-judizio edo prozesu batean dokumentatzeko.

Salaketa jarri behar baduzu, **gogoan izan:**

- Salaketa jarri aurretik, eskatu prozesuari buruzko informazio guztia zuri emateko. Eskatu bertan egon dadila indarkeria-biktimentzako txanda bereziko ofizioko abokatu bat , aholka zaitzan (eskubidea duzu lehen kontsulta dohainik jasotzeko).
- Salaketa jartzera zoazenean, saiatu alboan konfiantzazko pertsona bat edukitzen. Lagunduko dizun inor ez badaukazu, Udalaren Gizarte Zerbitzuetan eska dezakezu laguntza hori.
- Konta ezazu xehetasun osoz zer gertatu zaizun: bizi izan dituzun indarkeria-egoerak, datak, xehetasunak, balizko lekukoak...
- Aurkeztu jaso dituzun frogak: puskatutako edo odoldutako arropa, objektuak, etab.
- Azal ezazu ea aurretik ere tratu txarrik jaso duzun.
- Lesioak eduki badituzu, eraman ezazu arreta eskaini dizun osasun zentroko Mediku Txostena.
- Irakurri eta frogatu salaketaren edukia, sinatu aurretik.
- Poliziaren komisaldegian hartu zaituen pertsonaren identifikazio-zenbakia edo datuak eskatu.
- **Eskatu salaketaren kopia bat.**

**EZ DA BEHARREZKOA SALAKETA BAT JARTZEA,
TRATU TXARRAK JASAN DITUEN EMAKUME BATI HARRERA
EGITEKO ETA BALIABIDE ETA LAGUNTZAK ESKURATZEKO.**

BABES-AGINDUA

Babes-agindua tresna legal bat da; tresna horren helburua da biktimak babestea eta izaera penal eta zibileko babes eta segurtasun neurriak presaz hartzea.

Leku hauetan eska dezakezu Babes-agindua:

- Ertzaintzan edo Udaltzaingoan.
- Udalaren Gizarte Zerbitzuetan.
- Epaitegian.

Leku horietako edozeinetan informazioa eta formulario bat emango dizute; hori betetzen duzunean berehala bidaliko da Epaitegira.

Eskaera jaso ondoren, Epaitegiak entzunaldi bat deituko du, gehienez ere 72 ordutan, eta zurekin harremanetan jarriko da deklaratzera joan zaitezten.

Zer neurri har ditzake?

- Neurri penalak, erasotzailearen aurka; adibidez, behin-behineko espetxeratzea edo urruntze-agindu bat.
- Neurri zibilak: familiaren etxebizitzaren erabilera ematea, adingabeko seme-alaben zaintzaren araubidea erregulatzea, elikagaiak ematea, etab.
- Neurri sozialak: larrialdiko etxebizitza, prestazio ekonomikoak, laguntza psikologikoa eta aholkularitza juridikoa.