

PAMPLONA LIBRE DE AGRESIONES SEXISTAS



Ayuntamiento de
Pamplona | Iruñeko
Udala



DL NA 1129-2023



Pamplona **libre** de agresiones sexistas

- La violencia contra las mujeres es la expresión de un sustrato social y cultural que se basa en la desigualdad: hombres y mujeres no disfrutan de los mismos derechos y oportunidades en nuestras sociedades.
- La violencia contra las mujeres ni es ni un "fenómeno" ni es "inevitable". No "ocurre", sino que es ejercida por hombres y contra mujeres.
- Las instituciones de la ciudad y el movimiento social asumen como propia la tarea de hacer frente al sexismo en todos los ámbitos, a impedirlo, y a dar cauce, de forma conjunta, a la movilización ciudadana que denuncia estos hechos.
- Un contexto festivo no hace "inevitable" que ocurran agresiones sexistas y dentro de éstas, agresiones sexuales. Ninguna celebración debe tolerar que en su contexto queden suspendidos los derechos y las responsabilidades.



¿Para quién es esta guía?

- Si alguna vez te fuiste de un espacio público (un bar, un autobús, la calle...) porque te estabas sintiendo agredida y no sabías qué hacer.
- Si alguna vez sentiste miedo al escuchar pasos detrás de ti y aceleraste el paso.
- Si por miedo has dejado de hacer cosas sola como: ir a tomar un pote, a un concierto ...
- Si te has sentido humillada o controlada por tu pareja.
- Si te has sentido presionada o forzada a mantener relaciones sexuales.
- Si te harta tanto baboseo, si te avergüenzas de los comportamientos machistas, si no te hacen gracia las supuestas bromas y piropos.

¿Qué es la violencia sexista?

- Una violencia que se basa en las relaciones jerárquicas, en las relaciones de poder que sitúan al hombre en un lugar de dominio frente al lugar de sumisión, donde ese sistema sitúa a la mujer. Es una violencia con carácter estructural y universal, ya que la sufren mujeres de todo el mundo en todos los ámbitos de sus vidas.
- Puede ser física, psicológica, afectiva, sexual, económica...
- Puede tener diferentes formas: insultos, supuestos "piropos", desprecios, humillaciones, celos, chantaje emocional, tocamientos, acoso sexual, golpes, violaciones, asesinato...

• Es la violencia a través de la cual se construye el miedo en las mujeres y uno de los instrumentos para reproducir y perpetuar las desigualdades.

Pistas para detectar la violencia sexista

Las **actitudes machistas** son el primer elemento necesario para que un hombre se crea con el "derecho" de agredir a una mujer.

Dentro de los **mecanismos de control y chantaje** destacan los celos. No son indicadores de amor, sino de deseo de posesión y control. **¡No te dejes engañar!**

Estos son los casos que te pueden ayudar a **detectar situaciones** de violencia sexista:

- Si tu pareja o expareja controla tu tiempo, tu móvil, tu forma de

vestir, tus amistades, te ha vigilado o perseguido alguna vez, y te acusa constantemente de serle infiel o de coquetear. Si no quiere que salgas con tus colegas ni quiere que en tu vida haya nadie más.

- Si te trata como si no tuvieras criterio, infravalorando tus opiniones.
- Si te presiona para tener relaciones sexuales o te obliga a tenerlas sin condón.
- Si te tocan el culo en los bares, te dan la chapa, te agobian a pesar de que dijiste que te dejaran en paz.

Combatimos la violencia sexista

- Somos **dueñas** de nuestras propias vidas.
- No limitamos nuestras vidas. **Sabemos lo que no nos gusta.**
- Vivimos la sexualidad **libremente**, con quienes queremos y cuando queremos.
- **Confiamos en nuestro criterio:** sabemos cuándo estamos siendo agredidas
- Queremos y creamos relaciones construidas en **igualdad.**
- **Respondemos** a las agresiones.
- **No nos encorsetamos** en identidades cerradas, limitadoras y estereotipadas.
- **Marcamos las reglas** de nuestras propias vidas y sabemos lo que queremos ser, pasamos de los cánones que nos indican cómo deben ser las mujeres y los hombres.

Recursos generales para **prevenir** agresiones

La calle, la noche, el día, las fiestas, son para el disfrute de todas las personas.

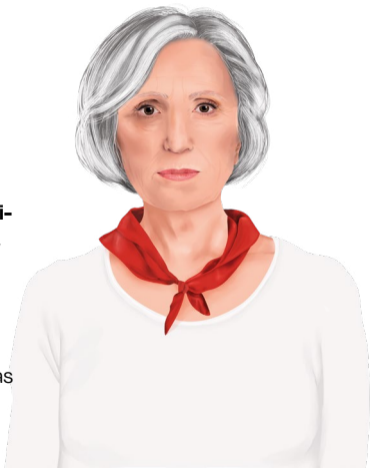
- **No te quedes al margen**, actúa. Tu papel es importante
- **No seas cómplice**, actúa y rechaza a los agresores, también en tus entornos más cercanos.
- Las mujeres tenemos **derecho a decidir lo que queremos y lo que no** en cualquier momento.

• Ser plasta o baboso no es ligar, es agredir.



Autodefensa feminista

- **Camina con libertad.** Ocupa tu espacio vital.
- **Confía en tu propio criterio.** Tú sabes si algo te gusta, te molesta o te agrada.
¡Tú decides!
- **Nadie tiene derecho a imponerte nada** que no quieras. Tu cuerpo es tuyo.
- **El empoderamiento individual y colectivo de las mujeres es fundamental** para, llegando a la raíz del porqué se dan este tipo de situaciones, proporcionarnos herramientas de análisis y respuesta colectivas, tanto en entornos festivos como en el resto de ámbitos de nuestras vidas.



¿Qué hacer si ves una agresión?

- Si piensas que una mujer está en una situación de violencia, **dirígete a ella**. Pregúntale si está bien, si necesita ayuda.
- **Manifiesta tu rechazo** hacia la actitud del agresor.
- Si a una amiga tuya su pareja le maltrata, **hazle saber que no está sola y dale información** o acompáñale a buscar ayuda.
- **Acude al punto de información** sobre agresiones sexistas o a cualquier otro punto dentro de la campaña de prevención municipal habilitado a tal fin y deja constancia de lo que has visto o recurre a otras vías de denuncia.



Mujeres, ¿qué hacer ante una agresión?

- Ante una situación de agresión **grita "fuego" para llamar la atención** de la gente.
- Si una situación no te gusta, **hazlo saber**.
- Si te acosan o te sientes agredida, respáldate en tus colegas, **cuenta lo que te pasa. Busca ayuda**.
- Recurre a los **recursos** que se indican en esta guía.

Si has sufrido una agresión sexual:

Tienes derecho a recibir apoyo y atención psicológica, sanitaria y legal, tanto si decides denunciar como si no.

Aunque en este momento no quieras denunciar, **recuerda que si te lavas**

se pierden pruebas que te pueden ayudar de cara a un juicio.

- **Llama a alguien de confianza**, amistades o familiares, para que te acompañen.
- **Acude a un hospital o juzgado** y cuenta lo que te ha pasado para recibir atención forense.
- Cuando te apetezca, **acude a grupos de mujeres y/o feministas**.
- Busca ayuda entre las personas profesionales. **¡No estás sola!**

**SI NO SOMOS
PARTE ACTIVA
EN LA RESPUESTA,
SEREMOS PARTE
PASIVA EN
LA TOLERANCIA**

Guarda esta tarjeta en tu cartera

Aquí encontrarás teléfonos y recursos de utilidad.

Emergencias: 112 SOS Navarra

Policía Municipal 092

Servicio de Atención a Víctimas del delito

- Servicio gratuito.
- Orientación y Atención a víctimas.
- Tel. 848 423376, 848 421387 y 848 427671
- ofidel@navarra.es

24 horas atención psicológica a través del

teléfono 112 de SOS Navarra

Servicio de Atención Jurídica a la Mujer-SAM:

- Servicio gratuito.
- Teléfonos y horarios de consulta:
- Sanfermines y verano:
De lunes a viernes de 10h a 12h.: 948 221475
- Resto del año:
De lunes a viernes de 16:30h a 18:30h.:
948 221475

24 horas en el **teléfono 112 de SOS Navarra.**

Servicio Municipal de Atención a la Mujer-

SMAM:

- Servicio gratuito.
- Teléfono: 948 420940
- smam@pamplona.es

Servicio de acompañamiento:

- Servicio gratuito.
- 24 H en sanfermines y fiestas de los barrios.
- Se activará solicitándolo en el 112
o en el punto de información.

**Teléfono de iniciativa ciudadana de atención
y orientación en caso de agresiones sexistas:
660 344 692.**

Elaborado por:
Grupo Sanfermines en Igualdad

Punto de información

de la campaña de prevención de agresiones sexistas
durante Sanfermines:

Plaza del Castillo.



