

FEMEIE...

- Dacă te-au lovit, insultat sau amenințat
- Dacă ți-i frică, trăiești cu frică și ești reprimată
- Dacă te fac să te simți că nu ești bună de nimic, că faci totul greșit
- Dacă decid alții întotdeauna în locul tău și părerea ta nu este luată în considerare
- Dacă casa ta s-a transformat într-o închisoare
- Dacă te simți fără puteri și crezi că nu ai scăpare
- Dacă te simți singură deși ești înconjurată de lume și nu știi cui să-i povestești ceea ce ți se întâmplă

Sună la 900 101 555

Este gratuit și vei fi ascultată de o profesionistă de formă anonimă

- îți va spune cât de grav este maltrato care îl suferi
- te va orienta astfel încât să ieși din situație
- te va sfătui despre drepturile tale și despre locurile unde poți apela ca să le folosești
- te va informa despre resursele și ajutoare care îți pot veni de folos

MUJER...

- Si te han golpeado, insultado o amenazado
- Si tienes miedo, vives asustada y cohibida
- Si te hacen sentir que no sirves para nada, que todo lo haces mal
- Si otros deciden continuamente por ti y lo que tu opines no se tiene en cuenta
- Si tu casa se ha convertido en una cárcel
- Si te sientes sin fuerzas y crees que no tienes salida
- Si te sientes sola aunque estés rodeada de gente y no sabes a quién contar lo que te pasa...

Llama al 900 101 555

Es un teléfono gratuito en el que una profesional te escuchará de manera anónima

- valorará la gravedad del maltrato que sufres
- te dará orientaciones para salir de la situación
- te asesorará sobre tus derechos y los lugares dónde acudir para ejercerlos
- te informará de los recursos y ayudas que te pueden servir de apoyo



ÎN CAZ DE URGENȚĂ:

Dacă te-au lovit sau ți-i frică că o vor face, dacă te-au amenințat sau ți-i frică pentru viața ta:

Deasemenea poți să suni la **112**

EN CASO DE URGENCIA:

Si te acaban de agredir o temes recibir una agresión, si te han amenazado o temes por tu vida:

También puedes llamar al **112**



**Ayuntamiento
de Logroño**

NON STOP 24 ORE

900 101 555

ATENCIÓN 24 HORAS

SĂ NU ÎȚI RUPĂ VIAȚA

QUE NO TE ROMPAN LA VIDA



TELEFON DE CONTACT
PENTRU FEMEI MALTRATATE

900 101 555

TELÉFONO DE ATENCIÓN A MUJERES MALTRATADAS

 Ayuntamiento
de Logroño