

¡Actúa!

Cuéntaselo a alguien:
Puede que no seas la única

Habla claro:
*Al hacerlo el problema se
visibiliza*

Toma conciencia:
*Confía en tu instinto acerca
de un posible peligro*

Informa y documenta:
*A la persona adecuada.
anota acontecimientos, fechas,
testigos, etc.*

Según la OIT, "En sectores, empleos u ocupaciones, mayoritariamente femeninos o masculinos, se incrementa el riesgo de exposición a la violencia de género ejercida por empleadores, compañeros o público"

¿Cómo se manifiesta la violencia de género en el ámbito laboral?

Violencia verbal
Intimidación, amenazas, ridiculización, castigo o sometimiento

Maltrato físico,
agresiones, golpes, palizas

Acoso por maternidad

Maltrato Psicológico

Violencia sexual
(violación y abuso sexual)

Acoso sexual

Discriminación profesional

Techo de cristal

Abuso económico y financiero

Según la OIT, "En sectores, empleos u ocupaciones, mayoritariamente femeninos o masculinos, se incrementa el riesgo de exposición a la violencia de género ejercida por empleadores, compañeros o público"



Solo se vive una vez

Hoy después de ocho años, he decidido contar mi vivencia por si pueda ayudar a todas y todos que sufran (maltrato), aquí lo llaman violencia de genero.

Hace ocho años conocí al que iba a ser mi pareja. Al principio todo era maravilloso muy atento, cariñoso... un amor de hombre.

Cuando llevábamos un año decidimos irnos a vivir juntos (lo peor que hice en mi vida) ahí empezó mi calvario.

Recuerdo mi primera bofetada, había ido a comprar pescado para él, pero había mucha gente y tarde, se engado y me pego.

Los demas golpes eran por lo mismo o se inventaba para pegarme, tenia cardenales unos encima de otros y me decia "no sé donde pegarte, estas llena de cardenales pero no aprendes"...

Una de mis peores pesadillas es cuando me viola, me hacia mucho daño y no le importaba, era ouya, me hacia gotos porque se sentia Orgulloso.

A consecuencia de eso empecé a gumar, él olió mi pelo y me preguntó, le dije que sí, me obligó a desnudarme, me sentó en la cama y con una barra de hierro empezó a pegarme, contaba los golpes setenta en la planta de los pies, treinta y cinco en las manos, puñetazos en la cara, golpes en los oídos, patadas...

A consecuencia de eso, me rompió la mano, la nariz, me perforó los oídos, me rompió costillas, la clavícula, el cuello... Le pedí por favor que me llevara al hospital y me dijo "que qué iba a decir", le contesté que diría me había caído, él me dijo "primero te rompo y luego te curo".

En la calle era un ángel pero en la casa era un demonio, le cambiaba hasta la cara, yo no era nada para él, eso no es amor, me decía que no valía nada, que dejara mi trabajo porque había hombres malos, que él me quería, que sin mí se moría (mentiras), que sin él yo iba a ser una desgraciada, que me echarían de mi trabajo, que no tendría donde vivir...

Estaba harta de tantos golpes, no era yo, me miraba en el espejo y no me reconocía y cuando me preguntaban que me había pasado, yo mentía, decía que me habían robado el bolso, otras veces, que me había caído por la escalera.

El último día de mi calvario, me robo el telegono, me empujó en la cocina y me volcó a romper la nariz y las costillas, entonces decidíirme, porque sabía que esa noche me iba a matar, en un despiste suyo, cogí mi bolso, mi telegono y salí corriendo. Cuando se dio cuenta me persiguió por una calle oscura, me dijo "recuerda que he venido a por ti y eso tiene sus consecuencias".

Pero yo había decidido denunciarle, me fui a un hospital y me dieron el parte de lesiones, que no era poco, tarde cuatro meses en poder leerlo, fui a Comisaría y fueron a por él, encima a mí me dio pena y el comisario me dijo "señora, ¿ha visto usted lo que él le ha echo?"

Le metieron en prisión, ha estado cinco años, yo pedí el traslado en mi empresa, porque me entro el miedo y me gui a otra ciudad.

Cuando me entere que ya estaba libre a través de la policía, me volvió el miedo y entonces conocí a Eva de Multianau, le pedí por favor que me trasladara otra vez y no tuve ningún problema, al contrario, me facilitó un montón de ciudades donde podía ir con toda mi antigüedad.

Multianau me a demostrado que cuando te pasa algo así, te ayuda, no como decía él, solo tengo que levantar el teléfono.

Hoy sigo teniendo control de la policía que me llama habitualmente y viene a verme a ver qué tal estoy.

No tengáis miedo, no os vais a quedar sin trabajo y os aseguro que se sale, de donde no se sale es de un caja de pino.

Sólo he contado una parte, es mucho más pero todavía me pongo nerviosa y mala cuando lo recuerdo, perdonar mi letra pero como os dije, me pongo nerviosa.

Hoy en día soy feliz, no tengo miedo, no consentiré ser sumisa,
SÓLO SE VIVE UNA VEZ
y la vida es muy bonita.

Posdata: Gracias a mi Psicólogo,
a la policía y a Mutianav, sobre todo
gracias Eva gracia Leticia.