

Protección contra la violencia de género en Países Bajos

Lo que tú puedes hacer

Protección contra la violencia de género.

La violencia surge en todas partes: en el hogar, en el trabajo y en la calle. La violencia se presenta en todas las culturas. Tanto mujeres como hombres y niños pueden verse afectados por la violencia como víctimas o como testigos. La mayoría de los casos de violencia contra las mujeres tiene lugar en el entorno doméstico o, lo que es lo mismo en su propia casa. Se presenta en todas las categorías sociales, en personas de cualquier edad, profesión o clase económica, en el campo y en las grandes ciudades.

La violencia no debe considerarse algo natural ni admitirse como tal. Se pueden tomar medidas para impedirla, aunque te encuentres en una posición de dependencia, porque por ejemplo no tienes ingresos propios o un permiso de residencia. En este folleto puedes averiguar lo que puedes hacer contra la violencia.

¿A quién va dirigido?

Este folleto va dirigido a mujeres que se enfrentan a la violencia, particularmente mujeres extranjeras. Aquí puedes leer cómo defenderte.

¿Qué es la violencia?

Hay muchas formas distintas de violencia.

La violencia corporal: como escupir, pegar, dar patadas, pisotear, echar aceite o agua caliente y tirar por las escaleras;

La violencia sexual: como obligar a practicar sexo, violar, practicar la ablación genital, abortar fetos de sexo femenino u obligar a presenciar actos sexuales de terceros;

La violencia psíquica: como humillar, insultar, retener el dinero ganado, prohibir telefonar, retirar el pasaporte o el permiso de residencia. Secuestrar encerrar o prohibir actividades y contactos fuera de casa. Amenazar con violencia a ti o tus hijos, destruir objetos que aprecias, amenazas de suicidio. Y también discriminar u ofender por razones impropias como tu procedencia (“apestas, robas”).

A menudo las víctimas se deben enfrentar a diversas formas de violencia. Todas ellas pueden ser peligrosas y tener consecuencias para las víctimas.

¿Quién practica la violencia?

En la mayoría de los casos son los hombres los que ejercen la violencia y las mujeres y los niños quienes la padecen. Pero las mujeres también pueden ser las maltratadoras y los hombres las víctimas. Los estudios demuestran que la mayoría de las víctimas conocen a su maltratador de alguna manera. Puede ser un amigo, un familiar, (marido, suegro/suegra), un conocido, un vecino o el jefe. Esto no debe impedir que busques ayuda o que lo denuncies, por duro que pudiera parecer tomar estas medidas.

Prejuicios

Existen numerosos prejuicios acerca de la violencia contra las mujeres. Estos prejuicios influyen en la manera que las mujeres se plantean la violencia que han sufrido y en el modo en que se ven a sí mismas.

Prejuicios más comunes:

“Las mujeres se lo buscan.” Nadie pide ser maltratado o violado. Son crímenes brutales que ocurren, independientemente de la forma que tengan las mujeres de vestirse, de mirar, cuál sea su profesión, su edad o dónde vayan.

“Los hombres violan porque no pueden dominar su deseo sexual.” Los hombres pueden dominar su deseo sexual. Ningún deseo le concede a nadie el derecho a maltratar a otro. Esta violencia generalmente proviene de las ansias de controlar, dominar y humillar, y no del deseo sexual.

“Es normal que un hombre se valga de la violencia para mantener el control sobre su familia, para mandar o para imponer su autoridad.” El hombre es un miembro más de la familia. El uso de la violencia es inadmisibles en cualquier caso. Las diferencias deben solventarse dialogando y no a través de la violencia.

“En todas las familias ocurre algo, es mi destino y tengo que aceptarlo, por religión o por la cultura de mi país.” La violencia no te sobreviene por haber nacido en una familia determinada o por causas del destino o de la cultura de la que procedes.

“Si sales con alguien estás obligada a mantener relaciones sexuales.” No estas obligada a mantener relaciones sexuales con aquella persona que salgas, o cuando esa persona te invite a tomar algo. Tampoco con alguien que has invitado a tu casa. Si alguien te obliga a ello, es un crimen y por lo tanto legalmente punible.

Consecuencias

Sufrir maltrato es doloroso y humillante. Las víctimas a menudo se sienten confundidas. Todos reaccionamos de distinta manera.

• Debido a todas las historias que se escuchan sobre las mujeres maltratadas, muchas piensan que son ellas las culpables y no el maltratador. Si hubiera.... quizás no habría ocurrido. Pero nadie tiene derecho a maltratar o abusar de otro. La culpa es del maltratador.

- Algunas mujeres se avergüenzan de que precisamente les haya ocurrido a ellas.
- Muchas se ven paralizadas por el miedo. Miedo de ir a la calle, miedo de que les peguen de nuevo, miedo a que las toquen, miedo a los hombres. • Te puedes enfadar muchísimo con el maltratador o con otras personas que no te hayan protegido.
- Puedes tener pesadillas y problemas de sueño, perder las ganas de comer, sentirte sucia o enferma. O llegar a pensar que te estás volviendo loca.

¿Qué puedes hacer contra la violencia?

La violencia a menudo es muy traumática. Es difícil salir de tal situación una sola. Si hablas de ello con otra persona tienes miedo a las consecuencias que pueda haber. O te avergüenzas y piensas que la culpa es tuya. Si te das cuenta de que no puedes resolverlo tú sola, intenta hablar con alguien. Alguien en quien confíes y que te pueda entender. Puede ser un amigo/a, un familiar, o alguien de tu comunidad que sabes que escucha los problemas de los demás.

También puedes telefonar a asistentes sociales que te presten su apoyo. El hablar a menudo desahoga y te ayuda a ver con claridad lo que puedes hacer. Hay muchas mujeres que sufren violencia doméstica. Los asistentes sociales están para ayudar a estas mujeres. Si tienes miedo de que un familiar, por ejemplo tu marido, te pueda maltratar, es importante preparar un plan de emergencia. La policía también te puede ayudar; ¡está ahí para protegerte!

1.- Ayuda

Es muy importante decidir lo que vas a hacer y al mismo tiempo muy difícil. Hablar con un asistente social te puede ayudar a ver claro lo que quieres y lo que puedes hacer. Hay personas y también instituciones para ayudarte en estos casos. Estas personas te pueden explicar las posibilidades que existen. Te pueden proporcionar direcciones donde puedes ir y sentirte segura. Les puedes pedir que traten con discreción tu información (expedientes confidenciales). Si decides ir a una de estas instituciones asistenciales, puede ser buena idea ir acompañada de una amiga.

En todos los ayuntamientos existen servicios de asistencia social. Se trata de instituciones de ayuda a la sociedad donde trabajan personas que te escuchan y aconsejan en lo referente a tus problemas. Su teléfono aparece en la guía telefónica. También puedes comunicarte con el centro de apoyo a víctimas de la violencia doméstica de tu región. Si necesitas un lugar seguro donde ocultarte durante algún tiempo, puedes dirigirte a un centro de acogida para mujeres maltratadas.

Si deseas ayuda, puedes consultar los enlaces que te proponemos en nuestra web:

[*Igualdad y violencia de género.. Oficinas Trabajo, Migraciones y Seguridad Social en Países Bajos*](#)

Si tu marido o compañero es una persona violenta, puede integrarse en un grupo de terapia para cambiar de conducta, donde puede aprender a controlar su agresividad. Algunas mujeres han experimentado que cuando su marido está en uno de estos grupos disminuye la violencia dentro del hogar. Las direcciones de dichos grupos de terapia y autoayuda se pueden conseguir en instituciones locales, en los servicios sociales o en los centros de acogida y de mujeres refugiadas, además de poder ponerse en contacto con el personal de asistencia a refugiados.

2.- Crea tu propio plan de emergencia

Un plan de emergencia te puede facilitar la salida de tu entorno de violencia. Te aumenta la posibilidad de valerte por ti misma fuera de tu ambiente familiar.

Pasos a seguir para un plan de emergencia:

1. Forma a tu alrededor un círculo de amigos y asistentes sociales a los que puedas acudir en busca de ayuda financiera, emocional y práctica en el momento preciso de tu marcha. Existen grupos de autoayuda e instituciones que te proporcionarán información sobre centros de acogida.

2. Busca un lugar de acogida para ti y para tus hijos que desconozca el maltratador. En caso de que en un principio no pudierais estar todos juntos en la misma dirección, procura tener otras direcciones alternativas.

3. Prepara una maleta con ropa y objetos de primera necesidad por si tienes que marcharte precipitadamente. En ese momento es posible que ni tú ni tus hijos tengáis tiempo a vestiros adecuadamente. Esconde bien esta maleta en casa pero en un lugar estratégico de fácil acceso.

4. Reúne todos los documentos oficiales importantes que creas necesarios, como pasaporte, libro de familia, partidas de nacimiento de tus hijos, permiso de residencia, tarjetas del banco, extractos del banco, títulos académicos, lista de teléfonos y direcciones importantes etc., y déjalos en un lugar de fácil acceso por si tienes que abandonar la casa rápidamente. O guárdalos fuera de casa en un lugar donde puedas recogerlos una vez te hayas marchado.

5. Haz lo mismo con tus pertenencias personales más preciadas e importantes.

6. Redacta un informe o lleva un diario con todo lo que tenga que ver con tu situación de maltrato. Guarda cartas, cintas, recetas médicas, copias de denuncias en la policía, informes de juzgados, fotografías, y haz copias de todos los documentos importantes. Podrías necesitar todo lo anterior más adelante para demostrar tu maltrato. Guarda todas estas pruebas en una caja fuerte o entrégaselas a alguien de toda confianza.

7. Antes de decidirte a abandonar la casa, consulta con un abogado o un asistente social tus derechos y obligaciones legales, especialmente los relacionados con los hijos y la vivienda. Eventualmente, elige un intermediario con prestigio dentro de tu propia comunidad.

8. Bajo ningún concepto debes comunicar al maltratador el lugar adónde vas. *Extrema las medidas de precaución. Pero informa siempre a una amiga de adónde vas y cuándo piensas volver. Toma también todas las medidas posibles de seguridad. Compra un sistema de alarma, instala cerraduras adicionales en puertas y ventanas, un perro guardián y un teléfono móvil que te permita ver quien te llama.*

9. Utiliza las leyes y normas para protegerte. *Pide, si es necesario, una orden de alejamiento (straatverbod) o denuncia el maltrato. Si se llegase a un juicio, pide la asistencia de un abogado en todas las vistas. Llega hasta el final de los procedimientos legales para dejar patente al maltratador de la responsabilidad de sus actos y para protegerte a ti misma. No te dejes intimidar.*

10. Si no hablas neerlandés o lo hablas mal, dirígete a un organismo dónde hablen tu idioma o dispongan de un traductor gratuito. *Lleva un número de teléfono de un centro de interpretación de tu zona o lleva a alguien de tu confianza, que pueda hablar por ti.*

3.- Llama a la policía

*Si necesitas ayuda inmediata, si corres peligro, llama a la **policía** al **número 112**. La policía está para garantizar la seguridad, también en los casos de violencia doméstica. Si vienen porque tu o tus vecinos la han llamado, llamarán la atención al maltratador por su comportamiento y le hablarán de las consecuencias. En algunas situaciones, se puede aplicar una orden de alejamiento temporal a alguien que amenaza con violencia. Esto quiere decir que esta persona no podrá entrar en el domicilio durante algún tiempo. Si se trata de violencia grave, la policía también puede proceder judicialmente, y lo más probable es que tenga que comparecer ante el juez. También puedes ir personalmente a la policía. La policía te escuchará y te explicará lo que pueden hacer por ti. Si quieres presentar una denuncia, puedes hacerlo, pero también puedes relatar simplemente los hechos. Si pones una denuncia te pedirán pruebas; lesiones que tengas, informes del médico de atención primaria y también de las personas de tu entorno que hayan visto u oído algo.*

Hoy en día, como mujer, si te vas a divorciar a causa del maltrato de tu marido, tienes derecho a un permiso de residencia personal. No estás obligada a marcharte de los Países Bajos.

NÚMEROS DE TELÉFONO • El centro de asistencia y apoyo contra la violencia doméstica (Adviespunt en Steunpunt Huiselijk geweld) tiene un número de teléfono nacional: 0800 2000.

Consulta las páginas de Internet:

www.vooreenveiligthuis.nl

www.huiselijkgeweld.nl

Fuentes: www.rijksoverheid.nl, www.minvws.nl y www.minjus.nl