

## INSTITUCIONES DE PROTECCIÓN

Si ya no se siente en seguridad en su casa, puede buscar refugio en las siguientes instituciones.

### PARA MUJERES

**Frauenhaus Zürich Violetta**  
044 350 04 04 • [www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

**Frauenhaus Winterthur**  
052 213 08 78 • [www.frauenhaus-winterthur.ch](http://www.frauenhaus-winterthur.ch)

**Frauenhaus und Beratungsstelle Zürcher Oberland**  
044 994 40 94 • [www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch](http://www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch)

### PARA NIÑOS Y JÓVENES

**Schlupfhuus**  
043 268 22 66 • [www.schlupfhuus.ch](http://www.schlupfhuus.ch)

**Mädchenhaus**  
044 341 49 45 • [www.maedchenhaus.ch](http://www.maedchenhaus.ch)

### PARA HOMBRES

**ZwüscheHalt**  
079 558 85 79 • [www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

## CENTROS POLICIALES ESPECIALIZADOS

**Kantonspolizei Zürich • Fachstelle Häusliche Gewalt**  
044 295 98 60 • [fachstelle.hg@kapo.zh.ch](mailto:fachstelle.hg@kapo.zh.ch)

**Stadtpolizei Zürich • Fachstelle Häusliche Gewalt**  
044 411 64 12 • [fachstelle.hg@zuerich.ch](mailto:fachstelle.hg@zuerich.ch)

**Stadtpolizei Winterthur • Fachstelle Häusliche Gewalt**  
052 267 64 69 • [fachstelle.hg@win.ch](mailto:fachstelle.hg@win.ch)

## OFICINAS DE ASISTENCIA

Las oficinas de asistencia informan y brindan apoyo en cuanto a cuestiones personales y legales. El asesoramiento es confidencial y, para las víctimas de violencia, gratuito.

### PARA VÍCTIMAS DE VIOLENCIA

**Opferberatung Zürich, für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder**  
044 299 40 50 • [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)

**BIF Beratungsstelle für Frauen, gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft**  
044 278 99 99 • [www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)

**Frauenberatung sexuelle Gewalt**  
044 291 46 46 • [www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)

**Beratungsstelle Frauen-Notteléfono, Opferhilfe für Frauen und weibliche Jugendliche**  
052 213 61 61 • [www.frauennottelefon.ch](http://www.frauennottelefon.ch)

**Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich**  
044 266 76 46 • [www.kinderschutzgruppe.ch](http://www.kinderschutzgruppe.ch)

**Verein KOKON - Fachstelle KidsCare, Krisenintervention und Opferhilfe für Kinder und Jugendliche**  
044 545 45 40 • [www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)

**Fachstelle OKey & KidsPunkt, Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche**  
052 245 04 04 • [www.okeywinterthur.ch](http://www.okeywinterthur.ch)

### PARA PERSONAS VIOLENTAS

**mannebüro züri**  
044 242 08 88 • [www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)

**Fachberatung Häusliche Gewalt**  
079 741 17 00 • [www.fbhg.ch](http://www.fbhg.ch)

**KONFLIKT.GEWALT.**  
078 778 77 80 • [www.konflikt-gewalt.ch](http://www.konflikt-gewalt.ch)

**ESTAMOS AQUÍ PARA USTED. CONTACTÉNNOS Y LE AYUDAREMOS. EN EL ACTO Y TAMBIÉN EN LO SUCESIVO.**

**EN EL PUESTO DE POLICÍA MÁS PRÓXIMO O EN CASO DE EMERGENCIA LLAMANDO AL ☎117**

## KANTONSPOLIZEI ZÜRICH

Präventionsabteilung  
IST - Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt  
Postfach  
8021 Zürich  
[www.stopp-haeusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-haeusliche-gewalt.ch)

044 295 98 25  
[ist@kapo.zh.ch](mailto:ist@kapo.zh.ch)



# ALTO A LA VIOLENCIA DOMÉSTICA



**LLÁMENOS. BRINDAMOS AYUDA. EN EL ACTO Y TAMBIÉN EN LO SUCESIVO. ☎117**

[stopp-haeusliche-gewalt.ch](http://stopp-haeusliche-gewalt.ch)



# ¿LA VIOLENCIA DOMÉSTICA ESTÁ PROHIBIDA!

La violencia doméstica tiene muchas caras. No solo abarca la violencia y el acoso en una relación de pareja vigente o disuelta, sino también dentro de la familia y con los parientes. La convivencia no es imprescindible.

Ejemplos de violencia doméstica:

- insultar, amenazar, intimidar o denigrar;
- perseguir, hostigar o acechar;
- golpear, patear, estrangular o lanzar objetos;
- los actos sexuales forzados;
- encerrar en la casa;
- controlar o prohibir el contacto con la familia o los amigos;
- el matrimonio forzado;
- no dar dinero para los gastos domésticos o retirar el salario.

## Medidas preventivas de la Ley de Protección contra la Violencia

Para proteger a la víctima de la persona violenta, la policía puede ordenar que se apliquen, de inmediato y durante 14 días, las siguientes medidas preventivas:

- expulsión del apartamento o de la casa;
- prohibición de contactar a la víctima y a los allegados;
- prohibición de acceder a ciertos lugares del entorno de la víctima (p. ej. al domicilio, al trabajo y al camino del trabajo o de la escuela, respectivamente).

Si el peligro persiste después de dicho plazo, la víctima puede solicitar ante el juzgado la prolongación de las medidas preventivas hasta por un máximo de 3 meses. Los centros de asistencia a las víctimas le brindarán ayuda.

# ¿ES USTED VÍCTIMA DE VIOLENCIA?

Toda persona tiene derecho a vivir sin violencia, usted también.

Si usted es víctima de la violencia doméstica, es importante que busque ayuda, aunque le cueste romper el silencio. A menudo, se requiere de mucho valor para acudir a una oficina de asistencia o a la policía. Sin embargo, ¡hágalo! Es la oportunidad de que le ofrezcan comprensión, seguridad y una salida a su situación. Mientras más pronto sea, mejor.

## ¿Qué puedo hacer si soy víctima de la violencia doméstica?

- En caso de emergencia, llame a la policía (☎117) o presente una denuncia en el puesto de policía más cercano. La policía le brindará ayuda y protección de inmediato.
- Póngase en contacto con un centro de asistencia a las víctimas. Recibirá apoyo en cuanto a cuestiones personales y legales. La asistencia es gratuita y confidencial.
- Cuente su situación a una persona de confianza. Esta puede brindarle apoyo y, en caso de emergencia, pedir ayuda.
- Guarde sus objetos personales (p. ej. cédula de identidad, permiso de residencia y tarjetas bancarias) en un lugar seguro.
- Indique a sus hijos cómo deben comportarse en caso de emergencia.
- Encontrará direcciones e informaciones bajo [www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch).

# ¿HA EJERCIDO LA VIOLENCIA?

¿Teme perder el control y gritar, golpear o amenazar a otra persona? ¿A veces no sabe qué hacer con su ira?

Nada justifica la violencia, ni en el seno de la pareja o ni en la familia. Demuestre valor y asuma responsabilidad, antes de que sea demasiado tarde.

## ¿Qué puedo hacer si amenazo con violencia o la ejerzo?

- Busque ayuda y apoyo en una oficina de asistencia a personas violentas.
- Hable con una persona de confianza sobre sus emociones y problemas de violencia.
- En caso de conflictos y estrés, alejarse ayuda. Si siente que está perdiendo el control, salga del apartamento, por ejemplo. Haga un paseo o llame por teléfono a un amigo o a una amiga.
- Acuda a un especialista para obtener ayuda médica o psicológica.
- Encontrará direcciones e informaciones bajo [www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch).

# AYUDE A LAS PERSONAS AFECTADAS

¿Ha presenciado actos de violencia doméstica o percibido sus señales? ¿Una persona afectada le ha pedido ayuda? ¿Le inquietan las peleas, a menudo fuertes, de sus vecinos? ¿No sabe cómo debe reaccionar? Estas situaciones pueden ser abrumadoras. Se requiere de mucho valor para meterse en los asuntos privados de otras personas. No obstante, es importante actuar. Demuestre su civismo. Mientras más pronto, mejor.

## ¿Qué puedo hacer en calidad de tercero?

- Tome en serio a la víctima y demuestre comprensión y solidaridad, y sobre todo, tenga paciencia.
- No tome riesgos innecesarios. En caso de emergencia, dé parte a la policía (☎117).
- Aborde a la persona afectada únicamente cuando esta esté sola.
- Informe a la víctima que la violencia doméstica está prohibida y que existe ayuda.
- Indique a la víctima las opciones de ayuda y apoyo disponibles.
- Los centros de asistencia a las víctimas también brindan orientación sobre cómo tratar a las personas afectadas por la violencia.
- Encontrará direcciones e informaciones bajo [www.stopp-häusliche-gewalt.ch](http://www.stopp-häusliche-gewalt.ch).