

# Zer egin emakumeen kontrako indarkeriaren aurrean?

BALIABIDEEN ETA ZERBITZUEN GIDALIBURUA

deitu  
**900 840 111**  
zenbakira  
eta informa  
zaitez



EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

Lan honen bibliografia-erregistroa  
Eusko Jaurilaritzaren Bibliotekak  
sarearen katalogoan aurki daiteke:  
<http://www.bibliotekak.euskadi.net/WebOpac>

Argitaraldia: 1.a, 2015eko urtarrila

Ale-kopura: 54.000 ale

© Euskal Autonomia Erkidegoko  
Administrazioa

Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila

Internet: [www.euskadi.eus](http://www.euskadi.eus)

Argitaratzailea: Eusko Jaurilaritzaren  
Argitalpen Zerbitzu Nagusia  
Servicio Central de Publicaciones del  
Gobierno Vasco  
Donostia-San Sebastián, 1 – 01010  
Vitoria-Gasteiz

Diseinua: didart ([www.didart.eu](http://www.didart.eu))

Inprimaketa:

L.G.:

# Emakumeen kontrako indarkeria sufritzen ari bazara edo susmo hori baduzu...

- Gogoan izan **ez zaude bakarrik!** 4
- **Zer egin** emakumeen kontrako indarkeria sufritzen ari bazara edo susmo hori baduzu? 5
- **Arriskuan** bazaude deitu 112 zenbakira edo joan zaitez hurbilen duzun Ertzaintzaren komisariara! 6
- **Lesiorik** baduzu, joan zure zentro medikora edo deitu 112 zenbakira! 7
- **Informazioa** nahi baduzu deitu 900 840 111 telefonora berehala, konfidentzialki eta anonimotasunean 8
- **Aurrez aurreko arreta** behar baduzu, hitzordua egin dezakezu **Biktimari Laguntzeko Zerbitzuan (BLZ)** 9
- **Zerbitzu eta baliabideak** (laguntza ekonomikoak, etxebizitza, lana eta prestakuntza eta hezkuntza) 11

... deitu **900 840 111** zenbakira eta informa zaitez

**GIZARTE ZERBITZUEN ZUZENDARITZA**  
(Enplegu eta Gizarte Politiketako Saila)  
**EUSKO JAURLARITZA**  
Donostia-San Sebastián, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Aholkularitza teknikoa  
945 019 327 / 945 019 316  
[violenciacontramujeres@euskadi.eus](mailto:violenciacontramujeres@euskadi.eus)



<http://www.gizartelan.ejgv.euskadi.eus/r45-servsoci/eu/>

# Emakumeen kontrako indarkeria jasaten ari zara, baldin eta...

- **Zure bikotekideak edo bikotekide ohiak indarkeriaz tratatzen bazaitu edo hala tratatu izan bazaitu.** Indarkeriak ez du zertan eraso fisikoak edo sexualak egitea bakarrik izan behar. Jakin behar duzu mota horretako indarkeria jasaten ari zarela baldin eta, zure ustez, zure bikotekideak edo bikotekide ohiak:

**KONTROLATU EGITEN BAZAITU:** behin eta berriro telefonoz deitzen badizu, SMSak bidaltzen badizkizu, posta elektronikoz idazten badizu, WhatsApp bidez kontrolatzen bazaitu edo sare sozialetan zure profilak berrikusten baditu; azalpenak eskatzen badizkizu (nora zoazen, norekin, zer esaten edo egiten duzun); dirua kontrolatzen badizu, edo nola jantzen zaren kontrolatzen badu, eta jantzitakoa gustuko ez duenean arropa aldatzeko eskatzen badizu; edo

**ISOLATU EGITEN BAZAITU:** zuk lagunak izatea gustuko ez badu, zuk zure familia ikustea nahi ez badu, edo beste batzuen aurrean mespretxatu egiten bazaitu, etengabe garrasi edo agiraka egiten badizu, errua zurea dela esanez eta beti erratu egiten zarela esanez, edo

**IZUTU EGITEN BAZAITU:** lbeldurra badiozu, iraindu egiten bazaitu edo umiliatu, mehatxatu egiten bazaitu (bere buruaz beste egingo duela, seme-alabekin geratuko dela...), garrantzizko dokumentuak hartzen badizkizu (pasaporte, banketxeko libretak...), hertsatu egiten bazaitu, xantaia egiten badizu, etab.

- **Zure familiako gizonen batek —zure bikotekidea edo bikotekide ohi ez den batek—** indarkeria fisikoa, psikologikoa edo sexuala jasanarazi badizu.
- **Sexu-askatasunaren kontrako delituren baten biktima** bazara edo izan bazara: sexu-erasoa, sexu-abusua, behartutako prostituzioa, sexu-esplotaziorako gizaki-salerosketa, exhibizionismoa, sexu-probokazioa, etab., edo zure lan-inguruan sexu-jazarpena egiten dizutela uste baduzu.
- **Edo emakume izateagatik jazartzen bazaituzte**



## Gogoan izan...

- **Emakume guztion eskubidea da** indarkeriarik gabe bizitzea, ez izan beldur egoera irregularrean bazaude.
- **Zu zara** zure bizitzaren **jabe**, zure gorputzaren jabe, eta zuk erabakitzen duzu zer egin nahi duzun.
- **Seme-alabak** askoz hobeto egongo dira zu hobeto bazaude.
- Ez egin kasurik klixeei, ezta besteek zugandik espero duten horri ere.
- **EZ esateko eskubidea** duzu; horretarako, izan konfiantza zure sentimenduetan; zerbaitek betetzen ez bazaitu, ez izan zalantzarik: esan **EZ!**
- Garrantzitsua da pertsona zaugarri gisa ikus ez zaitzaten. **Egin aurre** egoerari. Hori da zure burua **babesteko** modua.
- Konfiantzako norbaiti zer gertatzen zaizun esatea modu ona da aurrera egiteko. **Hartu babesa** lagun batengan (neska edo mutil), zure familiako norbaitengan, auzokide batengan, edo profesional batengan.
- Gogoan izan prozesua gogorra izan daitekeela hasieran, baina gerora poztu egingo zara zure **bizitza aldatzeko** hartu duzun **erabakia** dela eta.
- Emakume asko daude edo egon izan dira zure egoeran: edozein adin, gizarte-egoera edo nazionalitatetako emakumeak.

**Ez zaude  
bakarrik!**

# Zer egin emakumeen kontrako indarkeria sufritzen ari bazara edo susmo hori baduzu?

- **Arriskuan bazaude, DEITU 112 ZENBAKIRA!** ERTZAINZA berehala joango zaizu, eta zure kasurako egokiak diren babes-neurriak abiaraziko ditu. (6. or.)
- **Entzumen- edo mintzamen-urritasunen** bat baduzu, bidali **SMS** bat zenbaki honetara: **600 123 112**; nor zaren eta non zauden esan, **“genero-indarkeria”** jarrita. (6. or.)
- **Lesio fisiko edo psikikoren bat baduzu edo horren susmoa baduzu**, joan zaitetz **OSASUN-ZENTRO EDO OSPITALE BATERA**, eta azaldu zerk eragin dizkizun lesio horiek. Mediku-txostenaren kopia bat emateko eskatu. Horretaz gainera, zentro edo ospitale horretatik dagokion epaitegira bidaliko dute lesio-partea. (7. or.)
- Zure kasuaren berri **profesionalei KONFIDENTZIALKI eman nahi badiezu**, gertatzen zaizuna indarkeria den ziur ez bazaude edo arazoa konpontzeko dauden alternatibei buruzko aholkua jaso nahi baduzu, deitu zenbaki honetara: **900 840 111** (24 orduko zerbitzua). Zerbitzu horretan entzun egingo dizute, aholku emango dizute eta informazioa emango dizute dituzun eskubide guztiei buruz eta baliatu ditzakezun zerbitzu guztiei buruz. Beste zerbitzu batzuetara ere bideratuko zaituzte, beharrezkoa izanez gero; eta, nahi baduzu, telefono bidez zure alboan egongo dira prozesu osoan. (8. or.)
- **Zure kasuaren berri emateko, profesionalekin AURREZ AURRE egon nahi baduzu**, jo Biktimari Laguntzeko Zerbitzura (BLZ), zure lurralde historikoan (**ARABA 900 180 414**, **BIZKAIA 900 400 028** eta **GIPUZKOA 900 100 928**). Eusko Jaurlaritzaren Zerbitzua da: behar duzun informazioa eta laguntza emango dizute (gizarte-laguntza, juridikoa eta psikologikoa), eta beste zerbitzu eta baliabide batzuetara ere bideratuko zaituzte. (9. or.)
- **Zure udaleko oinarrizko gizarte-zerbitzuan** ere hitzordua eska dezakezu. Hor esango dizute eskubidez zer baliabide eta zerbitzu erabil ditzakezun (aldi baterako ostalua —beharrezko izanez gero—, laguntza psikologikoa, aholkularitza juridikoa, etab.); halaber, laguntza eta aholkularitza emango dizute, zure bizi-kalitatea hobetzeko hartu beharreko erabakiei buruz. (10. or.)

Eusko Jaurlaritzak eta beste erakunde batzuek eskuragarri jartzen dizkizute zerbitzu eta baliabide hauek.

# Arriskuan bazaude...

edo joan zaitez hurbilen duzun  
Ertzaintzaren komisariara!

Deitu\*  
112  
zenbakira

- Atenditu egingo zaitu, larrialdiren bat denean.
- Salaketak jasotzen ditu, egunaren **24 orduetan**.
- Nahi baduzu, **abokatu** bati deituko dio, orientabidea eman diezazun **salaketa** jarri baino lehen eta jartzen duzun bitartean, bai eta **babes-agindua** eskatzeko ere, bai zigor-neurrietarako (behin-behineko espetxealdia, urruntze-agindua, komunikatzeko debekua, etab. ), bai behin-behineko neurri zibiletarako (familia-etxebizitzaren erabilera, seme-alaben zaintza eta bisita-erregimena, elikagai-pentsioa, etab.).
- Harremanetan jarriko da **gizarte-zerbitzuekin**, hala nahi baduzu; batez ere, ostatu baten premia duzunean.
- Jarraipen pertsonalizatua eskainiko dizu, eta daukazun arrisku-mailaren araberako **babes-neurriak** hartuko ditu.
- **Telefono mugikor** bat eskainiko dizu (Bortxa), arriskuan zaudenean zuzenean kontaktatzeko zure erreferentzia-ertzainarekin eta 24 orduko Telefono-arretako Zerbitzu Espezializatuarekin. Horretaz gainera, mugikor horrek **GPS** zerbitzua du, zu non zauden hobeto jakiteko.

**Arriskuan bazaude, ez izan zalantzarik, atera laguntza bila:**

# Arriskuan bazaude...

edo joan zure zentro medikora!

Deitu\*  
112  
zenbakira

- **Lesio fisikorik baduzu** —bai eraso fisikoengatik, bai sexu-eraso edo -abusuengatik— **edo lesio psikikorik baduzu**, edo hala duzula uste baduzu, joan zaitetz **OSASUN-ZENTRO EDO OSPITALE batera**, eta azaldu zerk eragin dizkizun lesioak.
- Eskatu **mediku-txostenaren kopia bat**: baliagarri izango duzu epaiketari, salaketariki egonez gero.
- Handik **dagokion epaitegira bidaliko dute lesio-partea**.
- Behar baduzu, **harremanetan jarriko zaituzte gizarte-zerbitzuekin**.
- Zure osotasun fisikoa arriskuan bada, **Ertzaintza etortzeko** eskatuko da.



Entzumen- edo mintzamen-urritasunen bat baduzu, bidali **SMS** bat **600 123 112** zenbakira; esan nor zaren eta non zauden, **“genero-indarkeria”** jarrita.



joan auzokideengana edo kalean dabilen jendearengana.

24  
ordu

# Informazioa nahi baduzu...

Deitu **900 840 111** telefonora, baldin eta profesionalekin hitz egiteko beharra baduzu, **berehala**, **konfidentzialki** eta **anonimotasunean**; eguneko 24 orduetan dei dezakezu.

**Genero Indarkeriaren Biktimei  
Laguntzeko Telefono Bidezko Zerbitzu  
Especializatura jo dezakezu (S.A.TE.VI.)  
24 ordutan, baldin eta:**

- **Informazioa** behar baduzu zerbitzuei eta baliabideei buruz (berezi, lanorduetatik kanpo eta/edo jaiegunetan), bai maila sozialean, bai osasun-arloan, judizialean, polizialean, etab.
- **Blokeatuta** edo **beldurtuta** bazaude.
- **Zalantzak** badituzu, **lotsatuta** edo ikararuta bazaude, edo seguru sentitzen ez bazara.
- Norbaitek zuri **entzutea nahi** baduzu, isiltasuna haustea behar duzulako.
- Beste erabaki batzuk hartu nahi badituzu.
- Zure egungo egoera dela eta, zure premietara ondoen egokitzen den aurrez aurreko baliabidera bideratu zaitzaten nahi duzulako.

**Eusko Jaurlaritzako Gizarte Zerbitzuen  
Zuzendaritzak eskuragarri jartzen dizu telefono-  
zerbitzu espezializatu hau:**

- Berehalakoa da, anonimoa, konfidentziala eta doakoa, eta **ez du arrastorik uzten** telefono-fakturan.
- Eguneko **24 orduetan** erabil daiteke, urteko 365 egunetan.
- Especializatutako **profesionalek** atentiduko zaituzte.
- **51 hizkuntzatan** erantzuten du; **entzumen- eta/edo mintzamen-urritasunen** bat dutenei, Telesor tresnaren bidez erantzuten die.
- Bikotekideak edo bikotekide ohiak eragindako genero-indarkeriaren biktima diren emakumez gain, emakume hauek ere artatzen ditu: familia barruko genero-indarkeriaren biktimak, sexu-jazarpenaren eta/edo sexuan oinarritutako jazarpenaren biktimak, sexu-erasoen biktimak, behartutako prostituzioaren biktimak eta sexu-esplotazioarako gizaki-salerosketaren biktimak.
- Emakume **biktimak** ez ezik, emakume horien **ingurukoak** eta informazioa edo aholkua eskatzen duten profesionalak ere **atentitzen ditu**.
- **Edozein emakume atentitzen du**, edozein dela eta emakumearen administrazio-egoera.

<http://www.gizartelan.ejgv.euskadi.eus/r45-servsoci/eu/>





# Informazioa nahi baduzu...

**Aurrez aurreko** arreta behar baduzu, **hitzordua** egin dezakezu **Biktimari Laguntzeko Zerbitzuan (BLZ)**. Justizia jauregietan dago, Gasteizen, Bilbon, Barakaldon eta Donostian.

Eusko Jaurlaritzako Justizia Zuzendaritzak eskuragarri jartzen dizu zerbitzu hau (**doakoa, konfidentziala, banakakoa eta pertsonalizatua**), salatu duzun edo ez kontuan hartu gabe. BLZ zerbitzuan, hau egin dezakezu:

- Orientabidea jaso salaketa jarri baino lehen, eta salaketaren jarraipena egin prozesua bukatu arte.
- Orientabidea jaso, delituak eragindako ondorioak ondoen nola konpondu jakiteko.
- Informazioa jaso prozesuko tramiteei buruz, tramite horietan dituzun eskubideei buruz, doako laguntza juridikorako eskubideari buruz, laguntza ekonomikoei buruz eta baliatu ditzakezun baliabide sozialei buruz.
- Laguntza psikologikoa eta soziala jaso, hala behar baldin baduzu.
- Osasun- edo gizarte-zerbitzu eskudun eta egokietara bideratua izan.
- Laguntza ematea prozesu horietan guztietan, eta, batez ere, judizialetan.

Informazio gehiago, hemen:

<http://www.justizia.net/biktimari-laguntza>



## Hitzordu bat egiteko:

### ARABA:

**900 180 414** (doakoa)  
945 00 48 95

Justizia Jauregia  
Gasteiz hiribidea, 18  
01008 Vitoria-Gasteiz

### BIZKAIA:

**900 400 028** (doakoa)  
94 401 64 87

Justizia Jauregia  
Ibáñez de Bilbao, 3-5  
48001 BILBAO

94 400 10 31 (Barakaldo)

Justizia Jauregia  
Bide Onera, z.g.  
48901 Barakaldo

### GIPUZKOA:

**900 100 928** (doakoa)  
943 00 07 68

Justizia Jauregia  
Kalkutako Teresa plaza, 1  
20012 Donostia-San Sebastián

## Ordutegiak:

Astelehenetik ostiralera:  
9:00etatik 14:00etara.

Astearte eta ostegunetan:  
16:00etatik 18:30era.

Uztailen eta abuztuan:  
9:00etatik 14:30era.

# Informazioa nahi baduzu...

Aurrez aurreko arreta behar baduzu, **zure udaleko Oinarrizko Gizarte-Zerbitzuarekin** ere egin dezakezu hitzordua. Zerbitzu horretan:

- **Laguntza eta aholkua** emango dizute zer gertatzen zaizun aztertzeko, eta orientabidea emango dizute zure bizi-kalitatea hobetzeko hartu beharreko erabakiei buruz.
- Behar izanez gero, **zerbitzu espezializatuagoak** baliatu ditzakezu (aldi baterako ostatua, zerbitzu juridikoak, psikologikoak, gizarte-eta hezkuntza-arlokoak, enplegu-arlokoak, etab.).
- Beste baliabide batzuetara **lagunduko** dizute, behar izanez gero.
- **Informazioa** emango dizute baliatu ditzakezun eskubideei buruz.

Indarkeriaren biktima izan diren emakumeei laguntzeko eta indarkeria hori prebenitzeko lan egiten duen **ELKARTEEN** laguntza ere izan dezakezu. Elkarteetan lagundu egingo dizute, dituzun eskubideei buruzko informazioa emango dizute, eta alboan izango dituzu zure burua sendotzeko prozesuan.

Horretaz gainera, elkarteen bidez, zure eskaerak entzun egingo dituzte **EMAKUNDE-Emakumearen Euskal Erakundearen**\* aholku batzordean eta beste solasaldi-gune batzuetan.

Ahalduntze-prozesuak bizitza osoa irauten du; beraz, elkarte-mugimenduarekin batera, udaletako **BERDINTASUN ARLOEK** tailerrak eman ohi dituzte: autodefentsa feminista, ahalduntzea eta beste gai batzuk; tailer horiek zure bizitza hobetzeko erabakiak hartzen lagunduko dizute.

**Ahalduntze-  
prozesuak bizitza  
osoa irauten du**



**EMAKUNDE**  
EMAKUMEAREN EUSKAL ERAKUNDEA  
INSTITUTO VASCO DE LA MUJER  
Basque Gender Equality Institute  
Organismo Autonomo (E)G Euzkoaren Emakumeak

**945 016 700**

**emakunde@euskadi.eus**



**www.emakunde.euskadi.eus**



# Zerbitzu eta baliabide hauek erabil ditzakezu:

## € LAGUNTZA EKONOMIKOAK

Eskubidea duzu **ordainketa bakarreko laguntza ekonomikoa** jasotzeko (Eusko Jaurlaritzako Gizarte Zerbitzuen Zuzendaritzak tramitatzen duena), baldin eta:

- Zure bikotekideak edo bikotekide ohiak eraso bazaitu ,
- horrekiko harremana behin betiko amaitu baduzu,
- genero-indarkeriaren biktima izatearen egiaztatzea baduzu, indarrean eta urtebete baino gutxiagoz epaitegiak emana,
- EAEko erroldan gutxienez 6 hileko antzintasuna baduzu,
- diru-sarrera jakin batzuk gainditzen ez badituzu, eta
- ez baduzu lanik egiten, eta genero-indarkeria dela-eta Laneratzeko Errenta Aktiboa jasotzen ez baduzu eta jaso ez baduzu.

**Diru-sarrerak Bermatzeko Errenta** (DBE) Lanbide-Euskal Enplegu Zerbitzuak tramitatzen du, espezifikotasun batzuk beteta, baldin eta genero-indarkeriaren biktima izatearen egiaztatzea baduzu:

- Urtebetez egotea erroldan eta bertan benetan bizitzen.
- 18 urte izatea.
- Ez zaizu eskatuko bizikidetzaren unitate bat urtebete lehenago osatuta izatea.
- Indarkeria-egoeraren ondorioz, zure ohiko bizilekua aldatu behar izan baduzu eta familiako baten, lagunaren edo beste norbaiten etxera joan behar izan baduzu, pertsona horien diru-sarrerak ez dira joko zure diru-sarreratzat.
- Genero-indarkeria dela eta beste laguntzaren bat jasotzen baduzu (ordainketa bakarreko laguntza edo LEA, genero-indarkeriagatik), ez da sarreratzat zenbatuko Diru-sarrerak Bermatzeko Errenta kalkulatzeko.
- Lanerako gertu ez bazaude, ez duzu zertan lanerako lotu.

## **ETXEBIZITZA**

- Etxebide-Etxebizitzen Euskal Zerbitzuan eman dezakezu izena, genero-indarkeriaren biktima izateagatik etxebizitza errentan hartzeko eskatzaile gisa; horrek 10 puntu gehiago emango dizkizu baremazio orokorrean, gutxienez 2 urtez, eta, gainera, ez duzu gutxienero diru-sarrerarik egiaztatu beharko, eta ez duzu erroldatuta egon beharko eskatzen dituzun udalerrietan. Horretaz gainera, kasu batzuetan ez zara etxebizitzarik gabekoa izan beharko.
- Harrera-baliabide batean bizi bazara eta etxebizitzarik lortzen ez baduzu, zure gizarte-langileak, salbuespenez, errentako etxebizitza bat eska dezake zuretzat, baldin eta betekizun espezifikoki batzuk betetzen badituzu.
- Eusko Jaurlaritzaren programaren baten barruan, errentako etxebizitza batean bizi bazara, aldatzeko eska dezakezu, baldin eta arriskua dagoela uste bada.
- Indarkeriaren ondorioz familia-etxebizitza utzi behar izanez gero, harrera-baliabidea eska daiteke, bai zuzenean (udalen eta aldundien oinarrizko gizarte-zerbitzuetan), bai zeharka (Ertzaintzaren, osasun-etxearen .... bidez).

## **LANA ETA PRESTAKUNTZA**

- Lana bilatzeko laguntza eta aholkua behar duzunean, genero-indarkeriaren kasuetarako tutore bat izango duzu Lanbide-Euskal Enplegu Zerbitzuaren bulego guztietan. Galdetu tutore horrengatik.
- Ibilbide pertsonalizatu bat eskainiko dizu, lan-merkatuan sartzen eta prestakuntza-ikastaroetan sartzen laguntzeko.

## **HEZKUNTZA**

- Hezkuntza, Hizkuntza Politika eta Kultura Sailak unibertsitate-ikasketetarako eta unibertsitatez kanpoko ikasketetarako beka jasotzeko aukera ematen dizu, bai zuretzat, bai zure seme-alabentzat.
- Seme-alaben ikasketxea aldatuz gero, espediente akademikoak lekualdatzeko tramiteak egingo dizkizute.