

# Consells de seguretat

estat d'alarma per la COVID-19

**VIOLÈNCIA MASCLISTA,  
DOMÈSTICA, PERSONES  
AMB DISCAPACITAT,  
MENORS I PERSONES  
GRANS EN SITUACIÓ DE  
CONFINAMENT  
DOMICILIARI**

Guia d'actuació

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

### SITUACIONS D'EMERGÈNCIA

- Per a situacions d'emergència cal trucar al 112 i activaran els Mossos d'Esquadra i/o els altres serveis que siguin necessaris.
- Davant una situació de perill, en cas que no puguis realitzar una trucada, intenta comunicar-te per missatgeria instantània amb familiars, amistats, company/es de feina que puguin alertar la policia per tu. Confia en ells, el teu entorn pot ajudar-te i la policia també pot ajudar-te.
- Si tens oportunitat crida per demanar ajut, surt del domicili.
- Has de saber que tot i en estat d'alarma, sí que pots sortir del domicili per demanar ajuda; la teva seguretat i la dels teus fills/es és la nostra prioritat.

### DONES, MENORS D'EDAT I JOVES

- Tot i el confinament, els serveis d'emergència continuen actius. En el moment que ho necessitis hi serem per acompanyar-te en la denúncia i el seguiment del teu cas.
- No t'aïllis, mantingues el contacte virtual amb el teu entorn de confiança.
- Identifica una o dues persones de confiança i estableix-hi unes rutines de contacte. Si aquesta rutina no es compleix voldrà dir que han de trucar al 112.
- Pacteu amb aquestes persones de confiança una paraula o frase tipus contrasenya per demanar ajuda.
- Si no ho has explicat a ningú, ara és el moment de buscar una persona de confiança per explicar-ho i, en cas que ho necessitis, que ens pugui avisar, trucant al 112. No cal que li expliquis tota la situació, només que sigui conscient que en un moment determinat, els pots activar perquè t'ajudin.
- Si necessites atenció i/o assessorament per a situacions de violència masclista, l'Institut Català de les dones posa a la teva disposició la línia telefònica 900 900 120. És un servei d'atenció permanent, gratuït i confidencial que funciona cada dia de l'any, durant les 24 hores del dia i atén en diferents idiomes. Disposa de professionals, advocades i psicòlogues que poden contactar amb serveis d'emergència, si és necessari.

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

- L'Institut Català de les Dones, també tenen un servei de WhatsApp al mòbil 671 778 540. Si és una urgència, es posaran en contacte amb la policia.
- Si creus que estàs patint algun tipus d'abús o de maltractament, però dubtes i necessites informació i/o assessorament sobre la teva situació, envia un correu a l'adreça electrònica [mossos.atenciovictimes@gencat.cat](mailto:mossos.atenciovictimes@gencat.cat) dels Mossos d'Esquadra.
- Si ets menor, *infància Respon* no s'atura. Pots trucar al 116 111.
- Desconfia de les persones desconegudes a les xarxes socials. Si no coneixes la persona és millor no mantenir el contacte perquè et poden enganyar.
- Sobretot, NO ENVÏIS IMATGES compromeses (ni fotografies ni vídeos) perquè després les poden enviar a més persones i fer-te xantatge a canvi de més imatges.

## PERSONES GRANS

- Si saps de persones grans que estan aïllades amb els seus maltractadors/es, o bé sentis directament crits o baralles dels teus veïns, no ho dubtis, truca al 112.
- Si coneixes persones grans que estan passant per una situació difícil, contacta-hi i pregunta'ls com es troben i si necessiten res. Dona'ls l'opció d'explicar-te què els passa i, si es troben en risc, truca al 112.
- Si sospites d'algun cas de maltractament a persones grans, n'ets víctima o no saps si ho ets per la situació que vius, pots enviar un correu electrònic a l'adreça habilitada per a aquests casos durant el confinament: [mossos.atenciovictimes@gencat.cat](mailto:mossos.atenciovictimes@gencat.cat).

## PERSONES AMB DISCAPACITAT

- Cal estar alerta als espais on viu població amb especial vulnerabilitat: pensem a tenir especial cura i atenció amb persones amb discapacitat o amb problemàtiques de salut mental que viuen en pisos tutelats o residencials.
- En situació de confinament, pot augmentar el risc de ser víctimes d'abusos, però també el risc de ser causants de violència. Per tant, cal tenir present aquesta realitat durant el confinament, augmentar la supervisió i evitar situacions d'aïllament.

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

- Si ets una persona amb discapacitat i ets a casa i et trobes en una situació de perill, truca al 112. Si no pots, demana ajuda a alguna persona de confiança, com un familiar, educador, amigats, veïnatge... perquè truquin al telèfon d'emergències 112 i els Mossos d'Esquadra et puguem venir a ajudar.
- Recorda que l'app my112 és gratuïta i pot geolocalitzar la trucada (saber on ets en aquell moment de manera automàtica) i és accessible per a persones sordes.
- Si creus que estàs patint algun tipus d'abús o de maltractament, però dubtes i necessites informació i/o assessorament sobre la teva situació envia un correu a l'adreça electrònica [mossos.atenciovictimes@gencat.cat](mailto:mossos.atenciovictimes@gencat.cat) de Mossos d'Esquadra.
- Si coneixes alguna persona amb discapacitat que pugui estar patint abusos o violència durant aquesta situació de confinament, truca al 112.
- No deixis la persona sola, sigues solidari/aria tu també ets responsable de la seva seguretat.
- Si ets una persona amb discapacitat que necessites sortir de casa, pots portar la teva targeta de discapacitat, o bé un informe mèdic on consti que has de sortir a caminar per prescripció mèdica.

## ORDRES DE PROTECCIÓ

Si el teu agressor/la teva agressora té una ordre d'allunyament i de no comunicació per qualsevol mitjà o qualsevol altra mesura de seguretat, i tot i així et continua molestant:

- En cas d'urgència, truca a Mossos d'Esquadra a través del 112.
- En cas de no urgència, truca al telèfon de contacte del Grup d'Atenció a la Víctima que realitza el seguiment del teu cas.
- Informa el teu lletrat que porta o ha portat el teu procediment judicial. Si tens dubtes de qui és o no tens les seves dades de contacte pots preguntar al col·legi d'advocats del teu municipi o als serveis d'orientació jurídica dels serveis d'informació a la dona del teu ajuntament.
- Guarda en el teu dispositiu mòbil el registre de trucades, missatges de WhatsApp, correus electrònics o fotografies com a prova de l'incompliment de l'ordre de no apropament i de no comunicació.
- Qualsevol contacte de la persona agressora amb tu o si utilitza terceres persones per saber de tu, és un delictes i ho pots denunciar.

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

### ABUSOS SEXUALS A MENORS

- El confinament pot augmentar el risc de violència sexual infantil. Per reduir-los cal introduir mesures de seguretat preventives adequades al moment i la situació de convivència actual.
- És convenient identificar a quines persones adultes de confiança poden recórrer els infants i adolescents si es troben situacions de risc de patir violència sexual o maltractaments.
- Per prevenir tots aquests riscos us aconsellem que parleu amb els vostres fills/es sobre els riscos que pot tenir internet i que evitin el contacte amb persones desconegudes i compartir imatges compromeses.
- També us recomanem que tingueu coneixement de les pàgines i dels continguts online que visiten els vostres fills/es amb mesures senzilles, com són:
  - Mantenir els dispositius d'accés en llocs visibles.
  - Establir uns horaris d'accés en què les persones adultes de referència puguin mantenir-se properes i atentes.
  - Parlar de les similituds dels perills entre la vida *online* i la vida *offline* perquè entenguin quines són les situacions de risc amb què es poden trobar a través de la xarxes socials i Internet.
- Famílies on hi ha antecedents de violència sexual infantil: Si hi ha experiències de violència sexual amb anterioritat, és imprescindible la creació d'un mínim pla de seguretat específic, que prevegi tant els riscos *online* (dins les xarxes socials i internet) com *offline*.(convivència del dia a dia).

El pla de seguretat ha de donar resposta principalment a quatre preguntes:

1. Quines són les situacions potencials de risc a casa?
2. Quins són els potencials autors de la violència?
3. Quin és l'adult responsable d'actuar?
4. Com actuarà davant d'una situació de risc greu?

Si en la resposta a aquestes preguntes s'anticipa que no es pot protegir adequadament l'infant o l'adolescent, convé organitzar un canvi de domicili durant el confinament.

- Per a informació i assessorament podeu fer la consulta a través del correu electrònic [mossos.atenciovictimes@gencat.cat](mailto:mossos.atenciovictimes@gencat.cat) de Mossos d'Esquadra.
- També podeu contactar amb el Grup d'atenció a la Victima de Mossos d'Esquadra que trobareu en la comissaria del vostre municipi o comissaria de referència. En l'enllaç següent podeu consultar quina és la vostra comissaria:  
[https://mossos.gencat.cat/ca/serveis\\_i\\_tramits/localitzacio\\_de\\_comissaries/](https://mossos.gencat.cat/ca/serveis_i_tramits/localitzacio_de_comissaries/)

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

### VIOLÈNCIA FILIO-PARENTAL

- Quan s'iniciï un conflicte, marxeu a una altra zona del domicili.
- Si comença una situació de tensió, no segueixis el teu fill o filla per parlar, el més recomanable és esperar que la tensió baixi per poder començar un diàleg.
- Si et trobes en una situació de violència truca al telèfon d'emergències 112.
- Si creus que et pots trobar en una situació complicada i necessites assessorament, envia un correu a l'adreça electrònica habilitada per a aquestes moments: [mossos.atenciovictimes@gencat.cat](mailto:mossos.atenciovictimes@gencat.cat) de Mossos d'Esquadra.
- Des de l'entitat **Raices** treballen en l'atenció i l'orientació dels conflictes filioparentals i estan oferint assistència gratuïta a les famílies o persones amb fills, que es vegin desbordades pels conflictes que puguin sorgir de la convivència. La manera de contactar-hi és via xat de WhatsApp al telèfon 622 095 577.

### PER A L'ENTORN

- En cas que desaparegui un familiar o conegut/da, pots anar-ho a denunciar 24 hores a Mossos d'Esquadra.
- Estigues pendent del teu entorn de confiança i, si detectes situacions d'abús o violència, comunica-ho al 112.
- Evidencia el teu compromís amb la cura de les persones grans o amb algun tipus de discapacitat que viuen soles o en situació de vulnerabilitat. Ara és moment de comprometre's.
- No cal saber exactament què passa en aquell domicili o relació, establir uns hàbits per comunicar-nos és suficient per donar seguretat i activar la policia si és necessari.
- La informació que t'arribi, cal que sigui tractada de manera acurada i diligent. Traspassa-la als serveis d'emergències o, en casos de sospita, envia'ns un correu a [mossos.atenciovictimes@gencat.cat](mailto:mossos.atenciovictimes@gencat.cat)

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

### PER A PERSONES AGRESSORES

- El confinament no significa impunitat.
- L'únic/a responsable de la violència ets tu, si veus que pots perdre el control, tanca't en una habitació i espera fins que la ira desaparegui.
- La policia continua donant servei 24 hores els 365 dies. Si creus que no et pots controlar i que acabaràs fent mal a algú, anticipa't i truca al 112.
- La violència masclista en línia o qualsevol altra forma de violència que s'exerceixi a través de les xarxes socials i Internet es persegueix de forma activa. Si exerceixes violència seràs denunciat/da.
- Durant el confinament, i com a conseqüència del canvi d'hàbits o de l'augment de temps lliure no ocupat, hi ha persones que poden viure dificultats per gestionar adequadament els seus pensaments, impulsos o fantasies. Aquest fet pot augmentar el risc d'aparició de conductes sexuals inadequades o, fins i tot, de l'exercici de la violència sexual infantil.
  - Si et trobes en aquesta situació és imprescindible que et responsabilitzis d'aquest risc i truquis als serveis que et poden ajudar per prevenir qualsevol acte en què puguis danyar un infant o adolescent.
  - Hi ha un recurs disponible per persones en aquests circumstàncies que necessiten ajuda anomenat **PrevenSI**. És una entitat que ofereix informació i assessorament gratuïts, atén consultes i facilita altres serveis preventius per a diferents col·lectius (educació, socials, sanitaris, etc.). Formes de contacte: De dilluns a divendres, de 9h a 20h per telèfon 900 440 443 / Xat online [www.prevensi.es/ca](http://www.prevensi.es/ca) i correu electrònic [info@prevensi.es](mailto:info@prevensi.es).

# CONSELLS DE SEGURETAT

## estat d'alarma per la COVID-19

### PER A MARES I PARES AMB FILLS/ES EN COMÚ

Si tens la custòdia es pot sol·licitar la suspensió de les visites amb motiu de l'estat d'alarma, sempre valorant el contagi derivat de la mobilitat de la nena o el nen. Es recomana però que tinguis en compte:

- Que el teu advocat/da faci un escrit al jutjat on demani expressament que amb motiu de l'estat d'alarma i el risc per a la salut de la nena/nen, mentre no hi hagi resposta judicial, es doni per suspès el règim de visites fins que finalitzi l'estat d'alarma. Cal preveure les possibles compensacions de visites que no hagin estat gaudides per l'altre progenitor.
- Que el teu advocat/da informi a l'altre progenitor mitjançant una còpia de l'escrit presentat al jutjat.
- En cas de no tenir una resolució judicial sobre quin és el domicili legal on ha d'estar el vostre fill/a durant l'estat d'alarma, el domicili, per norma general, és el del pare o mare que té la guarda i custòdia.
- En cas de custòdia compartida, no hi ha un únic domicili, sinó dos. Donada la situació de risc que suposa el trasllat dels fills/es d'un domicili a un altre i les limitacions vigents sobre la llibertat de circulació, s'aconsella que en aquests casos el fill/a estigui en el domicili de quan es va declarar l'estat d'alarma, l'últim domicili o bé el que acordin els dos progenitors. Cal preveure la possible compensació un cop hagi finalitzat l'estat d'alarma, bé de mutu acord o per resolució judicial.

Et poden denunciar per incompliment de les visites tot i que estem en estat d'alarma? Sí. Els incompliments dels règims de visites és possible denunciar-los, cal que sigui en seu judicial i mitjançant un/a advocat/da, ja que es tracta d'un tema civil.

**Durant aquest temps de confinament, tu pots ser la clau. La teva col·laboració és indispensable per aturar la violència. L'abús no es pot permetre.**