

**Somos tu Red**  
Nous sommes ton Réseau  
We are your Safety Net



# Guía breve para la prevención y actuación frente a las violencias contra las mujeres

**Guide succinct pour la  
prévention et l'action contre les  
violences faites aux femmes**

**A brief guide for preventing  
and responding to violence  
against women**



[igualdad.uca.es/  
somostured](http://igualdad.uca.es/somostured)

ESPAÑOL

FRANÇAIS

ENGLISH

# Somos tu Red

## Guía breve para la prevención y actuación frente a las violencias contra las mujeres

### Definiciones y ejemplos

#### ACOSO SEXUAL:

Comportamiento verbal o físico de naturaleza sexual que tenga el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

- ▶ *Ej.: Presión para actividad sexual, mensajes sexuales ofensivos, contacto físico deliberado y no solicitado.*

#### ACOSO POR RAZÓN DE SEXO:

Comportamiento realizado en función del sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

- ▶ *Ej.: Ridiculizar o despreciar capacidades, trato desfavorable por embarazo o maternidad, humor sexista.*

#### SUMISIÓN O VULNERABILIDAD QUÍMICA:

Suministro de sustancias para anular la capacidad de consentimiento y libertad sexual.

- ▶ *Ej.: Poner drogas o exceso de alcohol en la bebida de alguien sin que lo sepa, o utilizar su estado de intoxicación para abusar sexualmente o robarle.*

#### VIOLENCIA SEXUAL:

Comportamiento de naturaleza sexual no consentido, incluyendo el uso de la fuerza, coerción o aprovechando situaciones de vulnerabilidad.

- ▶ *Ej.: Violación, exhibicionismo, tocamientos forzados.*

#### CIBERVIOLENCIA:

Agresión, hostigamiento o control por medios digitales.

- ▶ *Ej.: Difundir imágenes íntimas sin permiso, amenazar por redes sociales o suplantar la identidad para humillar.*



## ¿Qué hago si sufro o soy testigo de violencia?

### SITUACIÓN DE EMERGENCIA:

- Busca un lugar seguro y pide ayuda a personas cercanas. Si sucede en la UCA, ve a Conserjería y pregunta por el Punto Violeta de tu Centro.



- Llama al 112 (Emergencias), 091 (Policía Nacional), 062 (Guardia Civil), 016 (Atención inmediata a víctimas de violencia contra las mujeres), o 900 200 999.
- Si hay agresión física: acude a un Hospital para un parte médico (evita cambiarte de ropa y lavarte).

### RESTO DE SITUACIONES:

- Busca apoyo institucional en la UCA (Unidad de Igualdad o Red de Enlaces) o externo (SAVA, IAM, CMIM).
- Recopila pruebas.
- Infórmate sobre cauce de denuncia: en la UCA consulta el Protocolo antiacoso.

## Mapa de recursos e instrumentos

### RECURSOS UCA:

- **Unidad de Igualdad:** Servicio central en materia de igualdad y contra las violencias.
- **Red Enlaces de Igualdad:** Personal en cada centro/campus que colabora como intermediarias entre la comunidad UCA y la Unidad de Igualdad.

- **Puntos Violeta:** Espacios seguros / identificados para acogida y primera atención.

- **Red Ciudadana contra la violencia de género:** Formación para colaborar en la prevención del acoso y la violencia.

- **Instrumentos UCA:** Protocolo antiacoso.

### RECURSOS EXTERNOS A LA UCA:



- Teléfonos y app: **112 / 016 / 900 200 999 / App Alertcops.**

- Denuncia: Policía, Guardia Civil o Juzgado de guardia

- Denuncia: Inspección de Trabajo (para casos de acoso en el ámbito laboral).



- Servicios de Igualdad y atención a víctimas: [SAVA](#), [IAM](#), [CMIM](#).



- [Servicios sanitarios.](#)

### Consejos:

Para evitar situaciones de acoso o violencia:

- ▶ Respetar / Sé el límite / Fórmate

Para prevenir y actuar en situaciones de acoso o violencia:

- ▶ Siempre que no suponga un riesgo, di NO claramente.

▶ Escribe lo sucedido lo más detalladamente posible a la mayor brevedad.

▶ Recopila las pruebas: emails, whatsapp, capturas de pantalla, audios, posibles testigos...

▶ Busca apoyo en tu entorno (personal y profesional).

# Nous sommes ton Réseau

## Guide succinct pour la prévention et l'action contre les violences faites aux femmes

### Définitions et exemples

#### HARCÈLEMENT SEXUEL :

Comportement verbal ou physique de nature sexuelle ayant pour objet ou pour effet de porter atteinte à la dignité d'une personne, en particulier lorsque cela crée un environnement intimidant, dégradant ou offensant.

- ▶ *Ex : pression pour obtenir des rapports sexuels, messages sexuels offensants, contact physique délibéré et non sollicité.*

#### HARCÈLEMENT FONDÉ SUR LE SEXE :

Comportement lié au sexe d'une personne, ayant pour objet ou pour effet de porter atteinte à sa dignité et de créer un environnement intimidant, dégradant ou offensant.

- ▶ *Ex : ridiculiser ou dénigrer les compétences, traitement défavorable en raison de la grossesse ou de la maternité, humour sexiste.*

#### SOUMISSION OU VULNÉRABILITÉ CHIMIQUE :

Administration de substances pour annuler la capacité de consentement et la liberté sexuelle.

- ▶ *Ex : verser des drogues ou une quantité excessive d'alcool dans la boisson de quelqu'un à son insu, ou profiter de son état d'ivresse pour commettre une agression sexuelle ou un vol.*

#### VIOLENCE SEXUELLE :

Comportement de nature sexuelle non consenti, incluant l'usage de la force, la coercition ou l'exploitation de situations de vulnérabilité.

- ▶ *Ex : viol, exhibitionnisme, attouchements forcés.*

#### CYBERVIOLENCE :

Agression, harcèlement ou contrôle par des moyens numériques.

- ▶ *Ex : diffuser des images intimes sans autorisation, menacer sur les réseaux sociaux ou usurper l'identité pour humilier.*



## Que faire si je suis victime ou témoin de violences ?

### SITUATION D'URGENCE :

- Cherche un endroit sûr et demande de l'aide aux personnes à proximité. Si cela se produit à l'UCA, rends-toi à la Conciergerie (Conserjería) et demande le Point Violet (Punto Violeta) du Centre correspondant.

- Appelle le 112 (Urgences), le 091 (Police Nationale), le 062 (Guardia Civil) ou le 016 (Attention immédiate aux victimes de violences faites aux femmes), ou le 900 200 999 (Information générale et attention aux victimes).
- En cas d'agression physique : rends-toi dans un hôpital pour obtenir un rapport médical (évite de te changer et de te laver).

### AUTRES SITUATIONS :

- Cherche un soutien institutionnel auprès de l'UCA (Unité pour l'égalité ou Réseau de liaison) ou externe (SAVA, IAM, CMIM).
- Rassemble des preuves.
- Renseigne-toi sur la procédure de plainte : à l'UCA, consulte le protocole anti-harcèlement.

## Cartographie des ressources et des outils

### RESSOURCES UCA :

- **Unité pour l'égalité (Unidad de Igualdad)** : service central en matière d'égalité et de lutte contre les violences.
- **Réseau de liaison pour l'égalité (Red Enlaces de Igualdad)** : Personnel dans chaque centre/campus qui intervient comme intermédiaire entre la communauté de l'UCA et l'Unité d'égalité.

- **Points violets (Puntos Violeta)** : espaces sûrs et identifiés pour l'accueil et la première prise en charge.
- **Réseau citoyen contre la violence sexiste** : formation pour collaborer à la prévention du harcèlement et de la violence.
- **Outils UCA** : Protocole anti-harcèlement.

### RESSOURCES EXTERNES À L'UCA :

- Téléphones et application : **112 / 016 / 900 200 999 / App Alertcops.**
- Pour porter plainte : Police, Guardia Civil ou Tribunal de permanence
- Pour porter plainte : Inspection du travail (pour les cas de harcèlement en milieu professionnel)
- Services d'égalité et d'aide aux victimes : [SAVA](#), [IAM](#), [CMIM](#).
- [Services de santé.](#)

## Conseils

Pour éviter les situations de harcèlement ou de violence :

- ▶ Respecte autrui / Sois la limite / Forme-toi

Pour prévenir et agir face aux situations de harcèlement ou de violence :

- ▶ Tant que cela ne présente pas de risque, dis NON clairement

▶ Rédige par écrit ce qui s'est passé de la manière la plus détaillée possible et dès que possible.

▶ Rassemble les preuves : courriels, WhatsApp, captures d'écran, audios, témoins potentiels...

▶ Cherche du soutien auprès de ton entourage (personnel et professionnel)

# We are your Safety Net

## A brief guide for preventing and responding to violence against women

### Definitions and examples

#### SEXUAL HARASSMENT:

Verbal or physical behaviour of a sexual nature that has the intent or effect of violating a person's dignity, particularly when it creates an intimidating, degrading or offensive environment.

- ▶ *E.g.: pressure to engage in sexual activity, offensive sexual messages, deliberate and unsolicited physical contact.*

#### GENDER-BASED HARASSMENT:

Behaviour carried out based on a person's sex, with the purpose or effect of violating their dignity and creating an intimidating, degrading, or offensive environment.

- ▶ *E.g.: ridiculing or belittling capabilities, unfavourable treatment due to pregnancy or maternity, sexist humour.*

#### CHEMICAL SUBMISSION OR VULNERABILITY:

Administering substances to nullify a person's capacity for consent and sexual freedom.

- ▶ *E.g.: to slip drugs or excessive amounts of alcohol into someone's drink without their knowledge, or to take advantage of their intoxicated state to sexually abuse or rob them.*

#### SEXUAL VIOLENCE:

Behaviour of a sexual nature that is non-consensual, including the use of force, coercion or taking advantage of situations of vulnerability.

- ▶ *E.g.: rape, exhibitionism, forced touching.*

#### CYBERVIOLENCE:

Aggression, harassment, or control through digital means.

*E.g.: sharing intimate images without permission, making threats on social media, or impersonating someone to*

- ▶ *humiliate them.*



## What should I do if I experience or witness violence?

### EMERGENCY SITUATIONS:

- Find a safe place and ask people nearby for help. If it happens at UCA, go to the concierge desk (Conserjería) and ask for the Purple Point (Punto Violeta) of your Centre.

- Call 112 (Emergencies), 091 (National Police), 062 (Civil Guard), or 016 (Immediate assistance for victims of violence against women). 900 200 999 (General information and victim assistance)

- In case of physical assault: go to a hospital for a medical report (avoid changing clothes and washing yourself).

### OTHER SITUATIONS:

- Seek institutional support at UCA (Equality Unit or Liaison Network) or external support (SAVA, IAM, CMIM).

- Gather evidence.

- Find information on reporting procedures. At UCA, check the Anti-Harassment Protocol.

## Overview of internal and external resources

### UCA RESOURCES:

- **Equality Unit (Unidad de Igualdad):** Central service for equality and combating violence.

- **Equality Liaison Network (Red Enlaces de Igualdad):** Staff at each centre/campus who act as intermediaries between the UCA community and the Equality Unit.

- **Purple Points (Puntos Violeta):** Safe, clearly identified spaces for reception and initial care.

- **Citizens' Network Against Gender Violence:** Training to collaborate in the prevention of harassment and violence.

- **UCA Instruments:** Anti-Harassment Protocol.

### EXTERNAL RESOURCES TO THE UCA:

- Phone numbers and app: **112 / 016 / 900 200 999 / App Alertcops.**

- Reporting: Police, Civil Guard, or Court on duty (Juzgado de guardia).

- Reporting: Labor Inspection (for cases of workplace harassment).

- Equality and Support for victims services: [SAVA](#), [IAM](#), [CMIM](#).

- [Health services](#).

### General advice

To avoid situations of harassment or violence:

- ▶ Respect others / Set clear boundaries / Get trained

To prevent and act in situations of harassment or violence:

- ▶ As long as it does not pose a risk, say NO clearly.

- ▶ Write down what happened in as much detail as possible as soon as you can.

- ▶ Gather evidence: emails, WhatsApp messages, screenshots, audios, potential witnesses...

- ▶ Seek support from your network (both personal and professional).

# Guía breve para la prevención y actuación frente a las violencias contra las mujeres

**Guide succinct pour la prévention et l'action contre les violences faites aux femmes**

**A brief guide for preventing and responding to violence against women**



Edita: Unidad de Igualdad UCA. Coordinación y Autoría: Paqui Bernal Santamaría y Ana Belén Menéndez Baena. Diseño & maquetación: Rebombo Estudio. Financiación: Instituto Andaluz de la Mujer, Junta de Andalucía.