

ESCUCHATE

¿Has de tener cuidado con lo que dices o haces para que no se enfada?

Cuando se enfada ¿sólo piensas en como solucionar el problema?

¿Te mira el móvil, los correos y te pregunta donde fuisteo con quién?

¿Te acusa de infidelidad, de mentir o de que actúas deforma sospechosa?

¿Has perdido contacto con amigas, familiares, compañeras/os de trabajo para evitar que se moleste?

¿Te insulta, humilla o critica tu apariencia, tu forma de ser o tu forma de actuar?

¿Te escondes para hablar con él porque no sabes nunca como va a reaccionar?

¿Tiene cambios bruscos de humor, como si fuera otra persona?

¿Sientes que estás en permanente tensión y que, hagas lo que hagas, se va a enfadar?

¿Te ha golpeado con sus manos, con un objeto o te ha lanzado cosas cuando se enfada?

¿Te ha amenazado alguna vez con un objeto o arma, con matarse él, a ti o a algún miembro de la familia?

¿Sientes que cedes a sus requerimientos sexuales por temor o te ha forzado a tener relaciones sexuales?

¿Has buscado o has recibido ayuda por lesiones que él te ha causado?

¿Ha sido necesario llamar a la policía o lo has intentado al sentir que tu vida y la de los tuyos han sido puestas en peligro por tu pareja?

¿Controla el dinero que manejas o te pide recibos de lo que compras?

Todas las respuestas afirmativas son síntoma de maltrato.



TELÉFONOS DE INFORMACIÓN
GRATUITOS

112 016

091 900 116 016

#VAMOSACONTARLO

CCOO 
comisiones obreras Canarias

PORTAZO
A LA VIOLENCIA
DE GENERO

CCOO 
comisiones obreras Canarias

DERECHOS ECONÓMICOS

- Ayuda económica específica para víctimas de violencia de género con especial dificultad para obtener un empleo: es una ayuda económica que establece la Ley Orgánica 1/2004, para las mujeres víctimas de violencia de género, siempre que reúnan los requisitos que se especifican en la ley.

- RAI (Renta Activa de Inserción): para poderla solicitar y ser beneficiaria de esta ayuda la mujer víctima de violencia de género deberá cumplir con los siguientes requisitos :

*Acreditar su condición de víctima de violencia de género.

*Ser demandante de empleo.

*No tener derecho a las prestaciones o subsidios por desempleo, o a la renta agraria.

*Carecer de rentas, de cualquier naturaleza, superiores en cómputo mensual al 75 por ciento del salario mínimo interprofesional vigente, excluida la parte proporcional de dos pagas extraordinarias

- Ayuda suplementaria por cambio de residencia: es una ayuda para las mujeres víctimas de la violencia de género, que sean beneficiarias de la RAI y que se hayan visto obligadas a cambiar su residencia

- Fondo de emergencia social: es una ayuda económica de pago único para atender a una situación de emergencia social en que se encuentra la mujer víctima de violencia de género con escaso recurso económico.

- Prioridad en el acceso a viviendas protegidas y residencia pública para mayores.

DERECHOS LABORALES Y PRESTACIONES

- Reducción de la jornada de trabajo, con la disminución proporcional del salario, o la adaptación del horario.
- Movilidad geográfica o cambio de puesto de trabajo, teniendo derecho preferente a ocupar otro puesto, del mismo grupo profesional o categoría equivalente, que la empresa tenga vacante en cualquiera de sus centros de trabajo.
- Extinción o suspensión voluntaria del contrato de trabajo, que dará lugar al derecho a la situación legal de desempleo, pudiendo por tanto solicitar las prestaciones correspondientes.
- Las ausencias o faltas de puntualidad de la trabajadora motivadas por las situaciones físicas o psicológicas derivadas de la violencia de género se considerarán justificadas y serán remuneradas.

 
observatorio
de acoso sexual y por razón de sexo
www.observatorioacoso.ccoo.es



LA PALMA

Oficina Insular de Atención a las Mujeres Víctimas de Violencia de Género.

C/ Cuesta de la Encarnación, 24.

(Casa Rosada). Santa Cruz de La Palma

922 423 100 / 922 463 522 (Los Llanos)

mujer.intervencion@cablapalma.es

www.cabildodelapalma.es

EL HIERRO

Oficina Insular de Información y Atención para la Mujer

C/. San Francisco nº 17 A, Portal 1, Oficina 3 Valverde

922 554 483 / 637 471 083

demaehierro@hotmail.com

LA GOMERA

Centro Insular de Atención a la Mujer.

C/. Virgen de Guadalupe nº 28, bajo (junto al Juzgado), San Sebastián de La Gomera

648 429 692

camujer@lagomera.es

TENERIFE

Unidad Orgánica de Violencia de Género del Instituto de Atención Social y sociosanitaria (IASS)

C/ Diego Almagro, 1. Santa Cruz de Tenerife

922 84 31 42 / 25

mujer@iass.es

LANZAROTE

Centro Insular de Igualdad y Atención a la Mujer (CIAM)

Rambla Medular nº 46, Arrecife

928 824 970 / 928 598 529 / 928 81 01 00

serviciodeigualdad@cabildodelanzarote.com

www.infoigualdad.org

FUERTEVENTURA

Servicio Insular de Atención a la Mujer

C/ Doctor Fleming, 1, Puerto del Rosario

928 862 300 (centralita)

sam@cabildofuer.es

www.cabildofuer.es

GRAN CANARIA

Servicio Insular de intervención inmediata para mujeres víctimas de violencia de género

C/. Sor Brígida Castelló nº 1, 1º Centro Insular de San Antonio. Vegueta

Las Palmas de Gran Canaria

928 335 386 y 650 490 087

oficinavegueta@hotmail.com