

Existe un Punto Municipal de **Violencia de Género** en Paracuellos de Jarama

Si sospechas que tú o alguna amiga, hermana... o mujer cercana a ti, está sufriendo una relación tóxica o violenta puedes acudir o contactar:

PMORVG

C/Algete nº7

 912684948 / 626306673

 mujer@paracuellosdejarama.es

Atenderán cualquier consulta de forma confidencial respetando tus decisiones en cada momento.



Comunidad de Madrid



Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género



Pacto de Estado contra la violencia de género



Ayuntamiento de PARACUELLOS DE JARAMA

Para más información, escanea el código QR



hablemos de...

relaciones

¿SABES EN QUÉ SE DIFERENCIA UNA PAREJA **SANA** DE UNA TÓXICA O VIOLENTA?

Marca cuáles de estos ingredientes forman parte de una relación sana y una tóxica

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Celos | <input type="checkbox"/> Dependencia |
| <input type="checkbox"/> Control | <input type="checkbox"/> Dos personas que no tienen el mismo valor |
| <input type="checkbox"/> Dos personas que se tienen en cuenta la una a la otra | <input type="checkbox"/> Egoísmo |
| <input type="checkbox"/> Respeto a tus decisiones | <input type="checkbox"/> Acuerdos |
| <input type="checkbox"/> Valora lo que dices y haces | <input type="checkbox"/> Miedo a que se enfade |
| <input type="checkbox"/> No le gusta que salgas con tus amistades | <input type="checkbox"/> Comunicación |
| | <input type="checkbox"/> Límites |

SOLUCIÓN:

Dependencia, celos, control, dos personas que no tienen el mismo valor, egoísmo, miedo a que se enfade, no le gusta que salgas con tus amistades SON INGREDIENTES DE RELACIONES TÓXICAS Y VIOLENTAS.

Acuerdos, comunicación, límites, dos personas que se tienen en cuenta la una a la otra, respeto a tus decisiones, valora lo que dices y haces SON INGREDIENTES DE RELACIONES SANAS Y MOLONAS.

PISTAS para detectar la violencia **sexista**

EL CONTROL: controla tus espacios, tu tiempo, tu móvil, tu forma de vestir, tus opiniones, tus amistades... **NO SON UN SIGNO DE AMOR.**

LA OBEDIENCIA: si en el sexo tratan de convencerte para hacer algo que no quieres, si se niega a usar preservativo... no respeta **TU CONSENTIMIENTO.**

LA LUNA DE MIEL: las promesas de cambio cuando luego no cambia nada, la última vez que se portó así de mal contigo... forman parte del **CICLO DE LA VIOLENCIA.**

EL MALTRATO: los desprecios, los chantajes, los celos, las acusaciones sobre si has coqueteado con alguien no forman parte de **NINGUNA RELACIÓN SANA.**

LA TENSIÓN: alguien que se enfada y arrasa con todo agresivamente, golpea muebles, lanza objetos, insulta, humilla, amenaza **ES UNA PERSONA TÓXICA.**

Este tipo de situaciones se dan entre parejas de cualquier edad, también entre parejas de jóvenes y adolescentes como tú.



INGREDIENTES PARA UNA RELACIÓN **SANA**

