

# Ayuda y apoyo en caso de violencia

EN EL MATRIMONIO, EN LA PAREJA  
Y EN LA FAMILIA

## ¿SE SIENTE INSEGURO/A CON SU PAREJA O EN SU FAMILIA?

¿Es una víctima de la violencia?

¿Sufre amenazas?

Atrévase y busque ayuda.

Cuanto antes, mejor.

No está solo/a.

La violencia doméstica no es un asunto  
privado.

## ¿HAY VIOLENCIA EN SU VIDA?

En caso de emergencia llame a la **POLICÍA (117)**. La violencia doméstica es un delito. Puede presentar una denuncia en cualquier puesto de policía (ubicaciones en [www.kapo.gr.ch](http://www.kapo.gr.ch)).

La Policía proporciona protección y ayuda. Puede impedir a una persona violenta la entrada al domicilio durante un máximo de 14 días.



### **Policía**

117 (24h), [www.kapo.gr.ch](http://www.kapo.gr.ch)

### **Urgencias médicas**

144 (24h)

**Ayuda a las Víctimas en los Grisones** 081 257 31 50,  
[www.soa.gr.ch](http://www.soa.gr.ch)

**Casa de Acogida de Mujeres de los Grisones**  
081 252 38 02 (24h),  
[www.frauenhaus-graubuenden.ch](http://www.frauenhaus-graubuenden.ch)

# ¿Dónde puedo encontrar ayuda y apoyo?

## **AYUDA A LAS VÍCTIMAS:**

En caso de dudas personales o jurídicas, Ayuda a las Víctimas apoya y asesora a mujeres, hombres, niños y adolescentes que sufren la violencia. **El asesoramiento es gratuito y confidencial.**

## **CASA DE ACOGIDA DE MUJERES:**

Si no se siente segura en casa, la Casa de Acogida de Mujeres ofrece alojamiento protegido, ayuda y asesoramiento gratuito y anónimo a mujeres víctimas de violencia y a sus hijos.

## **MÉDICOS / HOSPITAL:**

Si ha sufrido violencia física o sexual puede solicitar un **examen médico** y el **informe de las lesiones**. Diríjase a su médico de familia, preséntese en el servicio de urgencias hospitalarias o llame al servicio de **emergencias médicas (144)**.

**En casos críticos no pierda ni un minuto, ¡llame!**  
**Asesoramiento para personas en situaciones de vida difíciles**

143 (24h), [www.143.ch](http://www.143.ch)

---

**Asesoramiento para niños y adolescentes**

147 (24h), [www.147.ch](http://www.147.ch)

---

**Teléfono de emergencias para padres: ayuda y asesoramiento para padres, familias y allegados**

0848 35 45 55 (24h), [elternnotruf.ch](http://elternnotruf.ch)

---

**Vejez sin Violencia: asesoramiento para personas mayores víctimas de malos tratos**

0848 00 13 13, [www.alterohnegewalt.ch](http://www.alterohnegewalt.ch)

# ¿Qué es la violencia doméstica?

Cualquier acto de violencia física, sexual, psíquica o económica en el ámbito familiar o doméstico o entre cónyuges o parejas anteriores o actuales, independientemente de que el autor o la autora conviva o haya convivido con la víctima o no.

- **Física:** por ej. golpear, empujar, sacudir, morder, atar, lanzar objetos, ataques físicos hasta llegar al homicidio
- **Sexual:** cualquier práctica sexual no consentida
- **Síquica:** por ej. amenazas, coacción, privación de libertad, hostigamiento y acoso por internet, violencia en el hogar familiar
- **Social:** Limitaciones en la vida social, por ej. machismo, prohibición o control estricto de contactos familiares o extrafamiliares, encierro, prohibición de aprender la lengua del país
- **Económica:** por ej. prohibición u obligación de trabajar y entregar el salario
- **Matrimonio forzoso**

## **Autoridad de protección de menores y adultos KESB**

Puede encontrar la KESB competente para su región en [www.kesb.gr.ch](http://www.kesb.gr.ch). Fuera de los horarios de oficina puede contactar con la KESB a través del centro operativo de la Policía cantonal (117).

---

## **Servicios sociales cantonales**

Asesoramiento personal en situaciones de vida difíciles (por ej. relación, familia, economía, adicción, migración, crisis). Puede encontrar los servicios sociales competentes para su región en [www.soa.gr.ch](http://www.soa.gr.ch).

# ¿Tiene predisposición a la violencia?

¿O AMENAZA CON USARLA?

**CENTRO DE ASESORAMIENTO PARA PERSONAS VIOLENTAS:**

**¿TEME PERDER EL CONTROL?** Tenga valor y ponga remedio antes de que sea demasiado tarde. Puede dirigirse de manera gratuita y confidencial al Centro de Asesoramiento para Personas violentas.



**PUEDE OBTENER MÁS EJEMPLARES EN:**



Koordinationsstelle Häusliche Gewalt  
Post da coordinaziun violenza a chasa  
Servizio di coordinamento violenza domestica

ES, 1ª edición: mayo de 2020

**Centro de Asesoramiento para Personas violentas en los Grisones**

079 544 38 63, [www.gewaltberatungsstelle.gr.ch](http://www.gewaltberatungsstelle.gr.ch)



Mayor información sobre  
violencia doméstica, asistencia  
y apoyo en los Grisones