



INDARKERIA MATXISTA ETXEALDIAN GOGORATU... ZABALDU...

Koronabirusaren krisian etxealdian gertatzen ari den indarkeria matxistaren aurrean, gogoratu nahi dizuegu tratu txarrak jasaten dituztenentzako eta herritarrentzako arreta- eta informazio-zerbitzu guztiak martxan daudela.

Larrialdietarako telefono zenbakiak

- 112 (24 ordu)
- Elorrioko **Udaltzaingoa** 946 82 02 18 / 657 79 23 83 (07:00-21:00 lanegunetan; 08:00-20.00 asteburuetan)
- **Gizarte Larrialdietako Foru Zerbitzua:** 94 4025050 (24ordu)

Informazioa

- **900840111** (24 ordu). Hizkuntza desberdinetan erantzun dezakete, baita ezgaitasuna duten pertsonen kasuetan jarraibide espezifikoak eman ere.
- www.emakunde.eus Informazioa sei hizkuntzatan dago.
- **Elorrioko Gizarte Zerbitzuekin** kontaktatzeko: 946 58 27 12 (9:00-14:00 errekadua pasatuko dute)
- **Elorrioko Berdintasunerako Saila:** 946 57 08 09 (8:00-15:00) edo berdintasuna@elorrio.eus

Bestelako laguntza

- **Maskara-19:** Bizkaiko Foru Aldundiak, Bizkaiko Farmazialarien Elkargo Ofizialarekin lankidetzan, "Mascarilla 19" kanpainarekin bat egin du. Arriskua duten emakumeak gure Lurraldeko edozein farmaziatara joan daitezke laguntza eske, modu diskretuan, eta nahiko da botikako langileei hau esatea: "Maskara 19".

TRATU TXARRA JASATEN BAZAUDE...

- Erabaki bat hartu baino lehen, ahal den neurrian, **lasaitasunez pentsatu zer egin**, zure bizi arriskuan ez jartzeko
- Ezer gertatu baino lehen, **informazioa edo laguntza behar baduzu**, aurreko telefonoetara deitu.
- **Telefono mugikorra beti prest** eta eskura izan; eta ezer gertatu baino lehen, une larri batean nora deituko zenukeen aurreikusitu.
- Ezer gertatu baino lehen, **etxetik zelan aterako zinatekeen pentsatu**, baita ea inguruko norbaitek lagundu ahal zaituen ere.
- Arriskuan bazaude, **etxeko gela batean ezkutatu** eta larrialdietara deitu, edota "sua" oihukatzen hasi, auzokideek entzun dezaten: zure burua babestu.

NIRE INGURUAN TRATU TXARRAK DAUDELA SUSMATZEN BADUT...

Emakumearekin bazaude...

- Egoera larria bada, **aurretik pentsatu** zer egin daitekeen inoren bizi arriskuan ez jartzeko.
- **Erabaki** zer egin, baina berarekin erabaki.
- Ahal bada, denbora osoan **emakumearekin egon**, ez utzi bakarrik

Emakumearekin EZ bazaude...

- Baina zerbait gertatzen dela susmatzen baduzu, **berarekin harremanetan jarri** (Whatsapp, telefonoa, email, facebook, leihoa...), posible bada egunean birritan, gutxienez.
- **Arriskuan** dagoela pentsatzen baduzu, 112ra edo udaltzaingora deitu (anonimoa da). **Baina** kontuan hartu indarkeria kasuak oso konplexuak direla, eta batzuetan intentzio onek ez dute laguntzen, arazoa areagotzen dute; horregatik...
- Ez badakizu zer egin, informazio-telefonoren batera deitu eta **aholkuak eskatu** (anonimoa da), baina aktiboa izan! Zalantzan deitu!
- Aktiboa izateko zure leihoan edo nonbait **puntu morea** jar dezakezu, ingurukoei laguntza eskaintzen diezula iragartzeko.