

# Recursos a los que acudir

¿Qué hacer si nos encontramos en una relación violenta de cualquier tipo? ¿Qué podemos hacer si sabemos que alguien está pasando por ello?

1. Si me pasa a mi

Pedir ayuda, quizá al principio sea más fácil hablar con colegas. No debes tener vergüenza, ¡nada de lo que haya pasado es tu culpa!

HELP!

Familia, profesorado, equipo de orientación, o cualquiera con quien tengas confianza, ellos/as sabrán qué hacer

2.

Hablar con personas adultas responsables



1.

Si le pasa a otra persona

Preguntar qué necesita, qué quiere hacer y ofrecerle ayuda. A veces solo hablarlo ayuda a procesar lo que haya pasado.



Acompañar, ofrecer recursos disponibles, hablar con adultos responsables, así como grabar o tomar fotografías del incidente, si la persona lo desea

2.

NO JUZGAR



Recursos a nuestra disposición

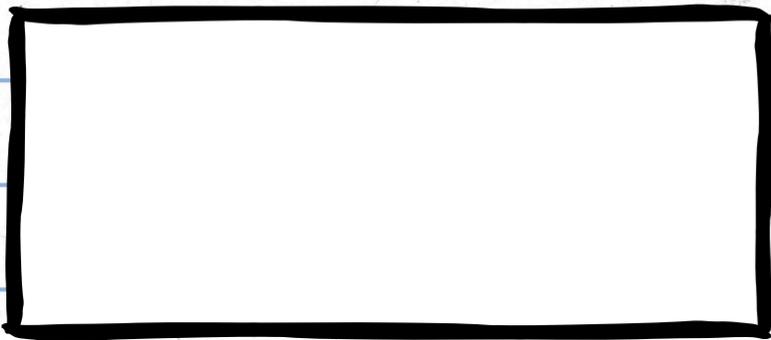


[www.educarenigualdad.org](http://www.educarenigualdad.org)  
<https://fundacionmujeres.es/>  
<https://www.igualdad.gob.es/>

112 / 016 / 024  
927 010 868

Alertcops

Otros recursos disponibles



# GUÍA DE ACTUACIÓN ANTE EL ACOSO CALLEJERO



Cómo intervenir ante la presencia de una situación de acoso callejero

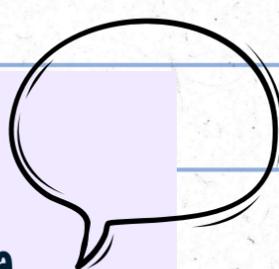


## TÉCNICA DE LAS 5D

Las 5D se tratan de técnicas o herramientas que pueden ayudar para intervenir ante la presencia de una situación de acoso callejero.

### 1. DISTRAER

Empieza una conversación con la persona que está siendo acosada o encuentra una manera de desviar la atención.



### 2. DELEGAR

Pide ayuda a otra persona, si es necesario alerta de la situación a un cuerpo de seguridad



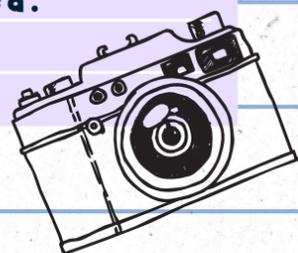
### 3. DIRIGIRSE

Puedes hablar con la persona que está siendo acosada. Pregunta: ¿Estás bien? ¿Te ayudo en algo?



### 4. DOCUMENTAR

Puedes grabar o tomar fotografías del incidente, puede ser de ayuda para la persona. Pregunta si así lo desea.



### 5. DAR ASISTENCIA

Cuando acabe el incidente comprueba que la persona esté bien.

