



ESPAÑA

MONIKA-NAISET LIITTO RY

## VOIMAVARAKESKUS MONIKA CENTRO DE ASISTENCIA

Nuestro teléfono de ayuda te atiende  
24 horas.  
(09) 692 2 304  
info@monikanaiset.fi  
www.monikanaiset.fi

### ¡ Mujer Inmigrante! ¿Conoces tus derechos en Finlandia?

¿Has sido maltratada o amenazada en casa o en otro lugar?

¿Temes los actos de violencia empleados por tu pareja o por algún familiar cercano?

¿Te han impedido encontrarte con amigos o familiares, o que puedas ponerte en contacto con ellos? ¿Tienes que pedir permiso para salir de casa, por ejemplo para ir de compras, al correo, para asistir a cursos, ir al médico o a algún otro sitio?

¿Reconoces que estas circunstancias forman parte de tu vida? A eso se le llama empleo de la violencia. La violencia ofende tus derechos humanos. Según las leyes finlandesas, el uso de la violencia es un delito.

Existen muchas formas de usar la violencia contra la mujer. Cuando alguien te tira objetos, golpea, pateo, trata de ahorcarte o retuerce el brazo, está haciendo uso de **violencia física**. Cuando alguien te amenaza, culpa, insulta, persigue, vigila, infravalora o desprecia, está haciendo uso de **violencia psíquica o mental**. Se considera violencia el hecho de que no te permitan dormir, cuidar a tus niños o utilizar el teléfono.

Cuando no se te permite ganar dinero, se abusa de tí económicamente, cuando te controlan, te engañan o chantajean con el dinero, estás siendo objeto de **violencia económica**.

Cuando te obligan a realizar el acto sexual, te violan o tocan en contra de tu voluntad, estás siendo víctima de **violencia sexual**.

Tú tienes derecho a llevar una vida sin violencia. Tienes derecho a recibir ayuda.

Puedes llamarnos anónimamente a los teléfonos  
**(09) 692 2304 (Nacional y Helsinki) 24 h**  
**(09) 839 35013 (Vantaa)**

Nuestro teléfono de guardia funciona 24 horas al día todos los días de la semana. El horario de apertura del Centro de Asistencia (Voimavarakeskus) es de lunes a viernes de 9:00 a 17:00.

Quienes respondemos al teléfono somos profesionales dispuestas a ayudarte. Puedes conversar con nosotras sobre tu situación y juntas analizaremos dónde puedes buscar más ayuda para resolver tu problema.

**Monika-Naiset liitto ry, Asociación Multicultural de Mujeres en Finlandia**, es una asociación registrada que fue fundada en 1999. Su objetivo es ayudar tanto a las mujeres que han sufrido violencia como a sus hijos. La asociación hace además estudios preventivos e intenta promover con sus actividades la adaptación de las mujeres inmigrantes a la vida y cultura finlandesas.