



BCNantimasclista

Guia del **bon tracte** de Ciutat Vella

সুচিকিৎসা উপদেষ্টা
সিউতাত ভেলার

NOMÉS

SÍ ÉS SÍ

Salut/



Consorci Sanitari
de Barcelona
Generalitat de Catalunya
Ajuntament de Barcelona

Ajuntament de
Barcelona



আপনার সন্দেহ যে আপনার চেনা একজন **পুরুষ** যৌন
হিংসায় জড়িত?

সে কি কোনওভাবে মহিলাকে **হাস্যকর** দেখানোর সুযোগ খোঁজে?

সে তার **সঙ্গীকে** অন্য লোকদের সাথে দেখা করতে দেয় **না**?

সে কি তার সঙ্গীর মেসেজ **নিয়ন্ত্রণ** করে?

আপনি কি মনে করেন সে হয়তো **হিংস্র আচরণ** করতে পারে?

সে কি প্রায়ই **মাত্রা ছাড়িয়ে যায়** করে এবং নিজের ওপর নিয়ন্ত্রণ
হারায়?

আপনি কি **জানতে চান** কিভাবে **তাকে সাহায্য** করবেন?

যদি **আপনার মনে হয়** চেনা কোনও **পুরুষ** কোনও প্রকার
মৌনতামূলক হিংসাত্মক আচরণ করছে, তাহলে:

- বিশেষজ্ঞ কর্মীদের কাছ থেকে পরামর্শ চান।
- **মানুষটিকে** জানান যে আপনি তাকে সাহায্য করতে চান।
- তার আস্থার জন্য **মানুষটিকে** ধন্যবাদ জানান এবং সাহায্যের
জন্য তার সাথে যান।

Sospites que un **home** que coneixes està exercint la violència masclista?

Aprofita qualsevol anècdota per deixar-la en **ridícul**?

No deixa que la seva **parella** quedi amb altra gent?

Controla els missatges de la seva **parella**?

Creus que pot tenir comportaments **violents**?

Sovint se **sobrepassa** i perd el control?

Vols **saber** com **ajudar-lo**?

Si **coneixes** algun **home** que exerceixi algun tipus de **violència masclista**

actua:

- ▶ Demana assessorament a personal especialitzat.
- ▶ Fes saber a l'**home** que el vols ajudar.
- ▶ Agraeix a l'**home** la confiança i acompanya'l a demanar ajuda.

আপনার কি মনে হচ্ছে আপনার জানাশোনা কোনও **মহিলা** যৌন হিংসার শিকার হচ্ছেন?

আপনার কাছে কেউ কি তার সঙ্গীর দ্বারা **চাপে আছেন** বলে মনে করেন?

আপনি যখন তার সম্পর্ক কেমন চলছে সেকথা **তাকে জিজ্ঞাসা করেন**, সে কি বিষয় পরিবর্তন করে?

আপনি কি তাকে দেখে **দুঃখিত** মনে করেন বা তার চরিত্রে কোনও বদল দেখেন?

আপনার কি মনে হয় যে সে **ভীত হয়ে** প্রতিক্রিয়া জানায়?

আপনি কি শুনেছেন যে কেউ তাকে **হুমকি** দিচ্ছে নাকি সে আপনাকে জানিয়েছে কীভাবে তাকে **হুমকি দেওয়া হয়**?

আপনি কি **জানতে চান** কিভাবে **তাকে সাহায্য করতে পারেন**?

আপনি যদি একজন মহিলার বিরুদ্ধে **সহিংসতা অ্যাক্ট** এর সাক্ষী হন:

- বিশেষজ্ঞ কর্মীদের কাছ থেকে পরামর্শ চান।
- **মহিলার** কথা শুনুন এবং সে যা জানাবে তাতে সন্দেহ করবেন না।
- তার সময়ের দাম দিন এবং আপনাকে বিশ্বাস করার জন্য তাকে ধন্যবাদ দিন।
- **মহিলাকে** বলুন যে তার সাথে যা ঘটছে তার যোগ্য তিনি নন এবং আপনি তাকে সাহায্য করতে চান

Sospites que una **dona** que coneixes
està patint violència masclista?

Alguna persona del teu entorn se sent **pressionada**
per la seva parella?

Quan li **preguntes** com va la seva relació de parella,
canvia de tema?

La veus més **trista** o que li ha canviat el caràcter?

Perceps que ella reacciona amb **por**?

Escoltes que ell l'amenaça o bé t'explica
com l'**amenança**?

Vols **saber** com **ajudar-la**?

Si ets **testimoni** de la **violència** contra la **dona**
actua:

- ▶ Demana assessorament a personal especialitzat.
- ▶ Escolta la **dona** i no posis en dubte el que t'expliqui.
- ▶ Respecte el seu temps i agraeix-li la confiança.
- ▶ Fes saber a la **dona** que no es mereix el que està passant i que la vols ajudar.

Serveis gratuïts i
confidencials

গোপনে এবং বিনামূল্যে পরিষেবা

**Centres d'atenció primària
de salut (CAP)**

প্রাথমিক স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্র (CAP)

CAP Barceloneta

Pg. Marítim de la Barceloneta, 25
Tel. 932 213 783

CAP Casc Antic

C. Rec Comtal, 24 – Tel. 933 101 421

CAP Drassanes

Av. Drassanes, 17-21 – Tel. 933 293 912

Equip Pediàtric CAP Drassanes

Equipo Pediátrico CAP Drassanes

Av. Drassanes, 17-21, 5a planta
Tel. 934 421 503

CAP Doctor Lluís Sayé

C. de Torres i Amat, 8 – Tel. 933 012 532

CAP Gòtic

Ptge. de la Pau, 1 – Tel. 933 436 140

**Serveis d'atenció a la salut sexual i
reproductiva (ASSIR)**

**যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য পরিচর্যা সেবা
(ASSIR)**

De dilluns a divendres de 8.00 a 20.00 h

সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 8:00 টা
থেকে রাত 8:00 পর্যন্ত

ASSIR CAP Barceloneta

Pg. Marítim de la Barceloneta, 25
Tel. 932 213 783

ASSIR CAP Casc Antic

C. Rec Comtal, 24
Tel. 933 101 421

ASSIR CAP Gòtic

Av. Drassanes, 17-21, planta 3
Tel. 934 431 864

ASSIR CAP Raval Nord

C. Torres i Amat, 8-12
Tel. 933 012 705

ASSIR CAP Drassanes

Av. Drassanes, 17-21, planta 3
Tel. 934 431 864

Centres de serveis socials

সমাজসেবা কেন্দ্র

Cita prèvia als tel: 900 922 357 (gratuït) /
936 197 311

ফোনে অগ্রিম অ্যাপয়েন্টমেন্ট। 900 922 357

(ফ্রি) / 936 197 311

Gòtic

C. Correu Vell, 5

Barceloneta

C. Balboa, 11

Raval Nord / Raval Sud

C. Carme, 101

Casc Antic

Pg. Picasso, 4

Serveis específics per a joves

যুবক যুবতীদের জন্য নির্দিষ্ট পরিষেবা

ASSIR CAP Drassanes

Joves fins a 24 anys,
24 বছর বয়স পর্যন্ত নাবালক

Av. Drassanes, 17-21, planta 3

Dijous de 16.00 a 19.00 h.

বৃহস্পতিবার বিকাল 4.00

টা থেকে সন্ধ্যা 7.00 টা পর্যন্ত

Tels. 933 294 495 / 934 431 864

WhatsApp 647 676 565

Servei d'Atenció, Recuperació i Acol·lida

[SARA JOVE]

যন্ত্র, পুনরুদ্ধার এবং অভ্যর্থনা পরিষেবা

[SARA JOVE]

Joves de 12 a 17 anys

12 থেকে 17 বছর বয়সী যুবক যুবতী
C. Marie Curie, 16

De dilluns a divendres de 9.00 a 15.00 h, amb
cita prèvia trucant al 932 915 959

সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 9:00

থেকে বিকাল 3:00 পর্যন্ত

932 915 959 নম্বরে অগ্রিম অ্যাপয়েন্টমেন্ট

Urgències: Presencial de dilluns a divendres
de 9.00 a 13.00 h

এমারজেন্সি, সোমবার থেকে শুক্রবার,

সকাল 9:00 থেকে দুপুর 1:00 পর্যন্ত

Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats (CJAS)

**যৌনতা বিষয়ে দৃষ্টি আকর্ষণের জন্য
যুব কেন্দ্র (CJAS)**

C. la Granja 19, bxs. 2a

WhatsApp 687 748 640

De dilluns a divendres 11.00 a 19:30 h

[dimarts i dijous tancat de 14.00 a 16.00 h]

Dissabtes d'11.00 a 19.00 h

সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 11:00

টা থেকে 7:30 টা পর্যন্ত (মঙ্গলবার

এবং বৃহস্পতিবার দুপুর 2:00 টা

থেকে 4:00 টা পর্যন্ত বন্ধ) শনিবার, সকাল

11:00 থেকে সন্ধ্যা 7:00 পর্যন্ত

Centre Plural (SAH Joves)

প্লুরাল সেন্টার (SAH Joves)

Joves de 12 a 30 anys

12 থেকে 30 বছর বয়সী যুবক যুবতী

Av. Marquès de l'Argentera, 22

Tel 933 491 610

WhatsApp 618 451 644

Serveis específics per a violència

হিংসালুক আচরণের জন্য নির্দিষ্ট পরিষেবা

Servei d'Atenció, Recuperació i Acollida
যন্ত্র, পুনরুদ্ধার এবং অভ্যর্থনা পরিষেবা
(SARA JOVE)

C. Marie Curie, 16 – Tel 900 922 357

Punt d'Informació i Atenció a les Dones (PIAD)
তথ্য নির্দেশ এবং মহিলাদের প্রতি মনোযোগ

C. Comerç, 5 – Tel. 900 922 357

Centre Plural Noves Masculinitats (SAH)
নব্য যুবকদের জন্য প্লুরাল সেন্টার (SAH)

Av. Marquès de l'Argentera, 22
Tel 933 491 610

Serveis d'urgències
[24 h/365 dies]

জরুরী পরিষেবা (24 ঘন্টা/365 দিন)

Hospital del Mar

Pg. Marítim de la Barceloneta, 25-29
Tel. 932 483 000

CUAP Parc Salut Mar - Peracamps

C. Pieyre de Mandiargues, 5
Tel. 934 410 600

Centre d'Urgències i Emergències Socials

জরুরী পরিস্থিতি এবং সামাজিক জরুরী
পরিস্থিতি কেন্দ্র

(CUESB)

C. Llacuna, 25 – Tel. 900 703 030

Cossos de seguretat
নিরাপত্তা বাহিনী

Guàrdia Urbana de Barcelona
বার্সেলোনা সিটি গার্ড

Comissaria (24 h)
পুলিশ স্টেশন (24 ঘন্টা)
La Rambla, 43
Tel. 932 562 430

Violència intrafamiliar
পারিবারিক নির্যাতন
Dilluns a divendres, de 8.00 a 16.00 h
সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 8:00
টা থেকে বিকাল 4:00 টা পর্যন্ত
Tel. 932 562 430

Mossos d'Esquadra

Servei d'Informació per WhatsApp contra la violència masclista (24 h/365 dies)
যৌনতামূলক হিংসার বিরুদ্ধে হোয়াটসঅ্যাপ
তথ্য পরিষেবা (24 ঘন্টা/365 দিন)
Tel. 601 001 122
En cas d'emergència, trucar al 112
জরুরী পরিস্থিতিতে, 112 কল করুন।

Grup d'Atenció a la Víctima, GAV Ciutat Vella
নির্যাতিত সহায়তা গোষ্ঠী, GAV সিউতাত ভেলা
C. Nou de la Rambla, 76
Tel. 934 437 023
[De 7.00 a 21.30 h dies laborables i de 6.00 a 18.00 h els caps de setmana]
(সোম থেকে শুরু সকাল 7:00 টা থেকে রাত 9.30 পর্যন্ত শনি আর রবিবার সকাল 6:00 টা থেকে সন্ধ্যা 6.00 পর্যন্ত)
Tel. 933 062 300 [24 h]
En cas d'emergència, trucar al 112
জরুরী পরিস্থিতিতে, 112 কল করুন।

Línia d'atenció contra la violència masclista:

যৌনতামূলক হিংসার জন্য হটলাইন

900 900 120



En cas d'agressió sexual:

Si ets major de 16 anys

Servei d'Urgències de l'Hospital
Clínic

C. Villarroel, 170

Si ets menor de 16 anys

Servei d'Urgències de l'Hospital
Vall d'Hebron

Av. Vall d'Hebron, 129

Telèfon d'emergències 112

যৌন নিপীড়নের ক্ষেত্রে

আপনার বয়স 16 বছরের বেশি হলে
হাসপাতাল ক্লিনিকে জরুরী পরিষেবা
C. Villarroel, 170

আপনি যদি 16 বছরের কম হন

ভ্যাল ডিহেব্রন হাসপাতালের
জরুরী পরিষেবা

Av. Vall d'Hebron, 129

জরুরী ফোন নম্বর 112

 @Bcn_CiutatVella

 @Bcn_CiutatVella

 CiutatVella

barcelona.cat/ciutatvella



**Districte de
Ciutat Vella**



Circuit
Barcelonà
contra la
Violència
Masclista