

Es importante para tu propio bienestar solicitar apoyo en caso de haber sido víctima de violencia sexual

Stígamót es un centro para víctimas de abuso sexual en el cual puedes recibir asesoría de manera **confidencial y gratuitamente**.

Te recibe un profesional en el campo de la violencia sexual dentro de un ambiente agradable y cálido que recibe abiertamente la diversidad.

Qué es la violencia sexual?

La violencia sexual se define como actividad sexual que sucede sin el consentimiento de alguno de los involucrados o en contra de su voluntad. También puede implicar el forzar, manipular u obligar a alguien a participar de alguna forma en algún tipo de actividad sexual.

Diferentes tipos de violencia sexual pueden ser:

Incesto y violencia sexual contra menores de edad

Acoso sexual

Violencia sexual a través de la tecnología (digital)

Violación

Violencia dentro de relaciones cercanas

Prostitución

Trata de personas

Pornografía

Asedio, acoso y persecución

Si aún sufres las consecuencias de haber vivido alguna de las situaciones mencionadas, eres bienvenid@ a solicitar apoyo.

En la mayoría de los casos el acosador/perpetrador (la persona que lleva acabo la violencia) es alguien conocido: Amigo, pareja, miembro de la familia o colega del trabajo.

Cualquiera puede ser víctima de violencia sexual.

El perpetrador es el único responsable del acto de violencia sexual.



ES

El ser víctima de violencia sexual puede ocasionar muchas diferentes reacciones y consecuencias que varían en cada persona.

Es normal sentir desde baja autoestima, depresión, ansiedad, vergüenza y culpa hasta dificultades en relaciones sexuales, síntomas físicos, dificultades en relaciones y en la interacción, así como abuso de medicinas y otras drogas.

Ir a entrevistas/sesiones individuales con un asesor o consejero puede mejorar tu autoestima y disminuir la tristeza, ansiedad y estrés causado por el trauma.

Las entrevistas se realizan en islandés, inglés y lenguas nórdicas. **Si hay necesidad de traductor/intérprete se puede solicitar ese servicio libre de costo.**

Nunca es demasiado tarde para buscar ayuda.

Puedes comunicarte ahora mismo.

📞 562 6868 | stigamot@stigamot.is