

Hablar de consentimiento es cuidar de ti y de otras mujeres.

Número de atención a todas las formas de violencia contra las mujeres:

**#016 para todas**

☎ 016

✉ 016-online@igualdad.gob.es

🌐 [violenciaagenero.igualdad.gob.es](http://violenciaagenero.igualdad.gob.es)

📞 600 000 016

Puedes llamar al 016 a través del móvil, o hacerlo de manera online, de forma totalmente gratis.

Está disponible las 24 horas del día durante los siete días de la semana y atiende en 53 idiomas distintos.

No importa tu situación administrativa: si te encuentras en una situación de emergencia, llama al 112.



Web del gobierno



+34 722 140 142  
+34 622 042 564  
**Horario de contacto**  
L-V, 9:00 a 17:00

✉ [info@saludentreculturas.es](mailto:info@saludentreculturas.es)  
📱 [@saludentreculturas](https://www.facebook.com/saludentreculturas)  
📧 [@salud\\_culturas](https://www.instagram.com/salud_culturas)  
🌐 [saludentreculturas.es](http://saludentreculturas.es)

# Tu voz importa, tu decisión cuenta

Salud  
entre  
mujeres



**Voces diversas  
contra la violencia**



Tu cuerpo es tuyo.

El consentimiento es decir sí con libertad,  
sin miedo y sin presión.



**Cuando digo NO, respétame y para**

Si alguien te obliga:  
no es consentimiento.

Si alguien te manipula:  
no es consentimiento.

Si alguien te presiona:  
no es consentimiento.

Tienes derecho a  
poner límites siempre.



No te sientas culpable,  
tu bienestar va primero.

Ni la cultura ni la religión  
deben afectar tu decisión.

NO es NO, también  
dentro de la pareja.



Es valiente pedir ayuda.  
No tienes que enfrentarte sola.



**Si algo te hace sentir incómoda  
o insegura: denuncia sin miedo**