

VIOLENTÓMETRO

No importa en qué grado te identifiques
¡La violencia no es normal!

**¡BUSCA AYUDA!
¡DENUNCIA!**

- 23° Te amenaza de muerte
- 22° Te obliga a tener relaciones sexuales
- 21° Te amenaza con armas, cuchillos, punzón, tijeras, lápiz, destornillador, otros

- 20° Te encierra, te aísla
- 19° Te golpea, te patea
- 18° Te amenaza con quitarte a tus hijos e hijas
- 17° Te golpea "jugando"
- 16° Te manosea
- 15° Te destruye artículos personales
- 14° Te retiene tus documentos personales
- 13° Te amenaza con difundir imágenes o videos íntimos
- 12° Te amenaza con deportarte
- 11° Te hace caricias agresivas
- 10° Te controla, te prohíbe (amigos, familia, dinero, vestimenta, celular)

- 9° Te intimida, te amenaza
- 8° Te humilla, te ridiculiza
- 7° Te descalifica
- 6° Te culpa
- 5° Te cela
- 4° Te miente
- 3° Te chantajea
- 2° Te ignora
- 1° Te hace bromas hirientes

¡ESTÁS EN PELIGRO DE MUERTE!

¡ALÉJATE, ESTÁS EN RIESGO!



¡TEN CUIDADO LA VIOLENCIA AUMENTA!



182 "TU LÍNEA DE APOYO"
PENSIÓN ALIMENTICIA
501-0874



17 CENTROS DE ATENCIÓN INTEGRAL DEL MINISTERIO DE LA MUJER

🕒 8:00 a.m. a 4:00 p.m.

🏠 **CAI - PANAMÁ**
Vía España, La Cresta
Edificio Tower 101
✉ info@mujer.gob.pa
☎ 506-0506

🏠 **CAI - SAN MIGUELITO**
Villa Guadalupe, Plaza
Verbo de Dios, 3er piso,
Instalaciones del
Órgano Judicial
☎ 519-9954

🏠 **CAI - ARRAIJÁN**
Burunga, Barriada 2000,
calle principal, frente a la
Iglesia Virgen de
Guadalupe
☎ 346-2593

🏠 **CAI - LA CHORRERA**
Edificio El Victorioso
(Edificio del Ministerio
Público) piso 2
☎ 509-5092

🏠 **CAI - COLÓN**
Carretera Boyd-Roosevelt,
Colón - Puerto Escondido
centro Reina Sofía
☎ 475-3129

🏠 **CAI - DARIÉN:**
-METETÍ
☎ 6675-3294

🏠 **-LA PALMA**
Villa Gubernamental al
lado de SENADIS
☎ 299-5142

🏠 **CAI - BOCAS DEL TORO**
Distrito de Changuinola,
Edificio de la Gobernación,
planta baja, Switcher 4
☎ 750-0187

🏠 **CAI - COMARCA
NGÄBE-BUGLÉ**
Edificio de Gobernación
Comarcal, Quebrada
Guabo
☎ 6233-8231

🏠 **CAI - 24 DE DICIEMBRE**
Edificio de la Junta Comunal
de la 24 de diciembre,
planta baja, local 1
☎ 500-6118

🏠 **CAI - COCLÉ**
Distrito de Penonomé, calle
15 de diciembre, edificio
Enlace, 1er piso, oficina #6
☎ 906-0135/906-0095

🏠 **CAI - LOS SANTOS**
Distrito de Las Tablas,
calle Ramón Mora, Edificio
Juzgado de la Niñez y La
Adolescencia, planta baja
☎ 6522-6204/926-1355

🏠 **CAI - HERRERA**
Distrito de Chitré, calle
Pastor Peralta Solís,
Edificio del Órgano
Judicial, planta baja
☎ 913-1461

🏠 **CAI - CHIRIQUÍ**
Distrito de David, Organo
Judicial, Antiguo Palacio
de Justicia, planta baja
☎ 6330-1852/728-427

🏠 **CAI - VERAGUAS**
Distrito de Santiago,
Calle 9 al lado del Ministerio
Público, Edificio Giovany
☎ 998-3606

🏠 **CAI - COMARCA
EMBERÁ WOUNAÁN**
Distrito de Cémaco,
Unión Chocó
☎ 6898-0487

🏠 **CAI - GUNA YALA**
Corregimiento Ailigandí
10-1 de la Comunidad
Playón Chico, alado de
MiAmbiente
☎ 6071-8945

**NO CALLES
actúa
DENUNCIA**

GOBIERNO NACIONAL
• CON PASO FIRME • MINISTERIO
DE LA MUJER

Con el apoyo de
**UNHCR
ACNUR**
La Agencia de la ONU
para los Refugiados

**TODOS NUESTROS CENTROS
DE ATENCIÓN OPERAN EN
EL SIGUIENTE HORARIO**

**LUNES - VIERNES
8:00 A.M - 4:00P.M**



Policía Nacional
104



311 CENTRO DE
ATENCIÓN
CIUDADANA