

**¿A quién
puedo llamar
para pedir
ayuda?**



GUÍA DE SERVICIOS
de Atención de Violencia
basada en Género

**Hemos agrupado una serie de
instituciones del
gobierno de Panamá
y Organizaciones
de la Sociedad Civil**

**que pueden aconsejarte,
asistirte y protegerte**

**en caso de situaciones de
violencia y
peligro**



**Comencemos por
identificar algunas**

formas de violencia



VIOLENCIA FÍSICA

¿Te ha golpeado o empujado causándote heridas o quemaduras?



VIOLENCIA SEXUAL

¿Abusa de ti y
te obliga a tener
relaciones sexuales?



VIOLENCIA PSICOLÓGICA

**¿Te culpa de sus
malos tratos?**

**¿Te ceta, amenaza,
humilla y manipula?**



VIOLENCIA ECONÓMICA

**¿Controla en qué
gastas tu dinero o
no te permite trabajar?**



VIOLENCIA PATRIMONIAL

¿Daña o esconde
tus pertenencias
y documentos?



VIOLENTÓMETRO

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

**¡BUSCA AYUDA!
¡DENUNCIA!**

- 21° Te amenaza de muerte
- 20° Te obliga a tener sexo
- 19° Te amenaza con armas u
objetos punzocortantes

- 18° Te golpea, Te pateo
- 17° Te encierra, te aísla
- 16° Te empuja, te sacude
- 15° Te pellizca, te araña
- 14° Te golpea "jugando"
- 13° Te manosea
- 12° Te retiene tus documentos personales
- 11° Te destruye artículos personales
- 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 ceba
- 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!**

Esta guía está dividida en 3 secciones de acuerdo a los servicios que puedas necesitar.

PROTECCIÓN Y APOYO PSICOSOCIAL

Instituciones del gobierno

- Ministerio de la Mujer
- SENNIAF
- Policía Nacional

Organizaciones de la Sociedad Civil

- Cruz Roja Panameña
- HIAS
- RET

SALUD

Instituciones del gobierno

- MINSA
- INSAM

LEGAL

Instituciones del gobierno

- ONPAR
- Ministerio Público
- Defensoría del Pueblo

Organizaciones de la Sociedad Civil

- Consejo Noruego para Refugiados
- FundaMorgan



MINISTERIO DE LA MUJER



GOBIERNO NACIONAL
★ CON PASO FIRME ★

MINISTERIO DE LA MUJER

Ofrecen orientación legal, psicológica y social de manera gratuita y confidencial y espacios para empoderamiento y emprendimiento de las mujeres.

- **Información general y asesoría**
llamar al 323-3281
- **www.mujer.com.pa**

Ministerio de la Mujer sede principal:
Via España, La Cresta, Edificio 101
Office Tower, Dirección de Derechos Humanos
506-0506 /07 Ext.111 ó 124
derechoshumanos@inamu.gob.pa

MINISTERIO DE LA MUJER

Los CAI son los Centros del Ministerio de la Mujer, en dónde se brindan los servicios de atención a las mujeres:

CAI Panamá
Vía España, La Cresta, Edificio 101
Office Tower, piso 6
506-0506
caipanama@mujer.gob.pa

CAI San Miguelito
Edificio Verbo de Dios, Piso 3, Villa Guadalupe,
Dentro de las instalaciones del Órgano Judicial
519-9954
caisanmiguelito@mujer.gob.pa

CAI Panamá Este
Planta Junta Comunal de la 24 de Diciembre
Dentro de las instalaciones del Órgano Judicial
500-6118
cai24dediciembre@mujer.gob.pa

CAI Colón
Carretera Boyd-Roosevelt,
Colón-Puerto Escondido, Centro Reina Sofía
475-3129
caicolone@mujer.gob.pa

MINISTERIO DE LA MUJER

CAI Darién

Distrito de Chepigana, Corregimiento de La
Palma, Villa Gubernamental

299-5142

caidarien@mujer.gob.pa

CAI Arraijan

Burunga, barriada 2,0000 calle Principal,
frente a la Iglesia Virgen de Guadalupe

256-0833

caiarraijan@mujer.gob.pa

CAI La Chorrera

Edificio El Victorioso, Piso 2, Oficina 2-B
Dentro de las instalaciones del Ministerio
Público

509-5092

caichorrera@mujer.gob.pa

CAI Chiriqui

Distrito de David, antiguo Palacio de
Justicia

728-4027

caichorrera@mujer.gob.pa

MINISTERIO DE LA MUJER

CAI Herrera

**Distrito de Chitré, Calle Pastor Peralta Solís,
Edificio del Órgano Judicial, Planta Baja
913-1461**

caichiriqui@mujer.gob.pa

CAI Coclé

**Distrito de Penonomé, Calle 15 de Diciembre
Edificio Enlace, 1er Piso, Oficina #6
913-1461**

caiherrera@mujer.gob.pa

CAI Los Santos

**Edificios del Juzgado de Niñez y Adolescencia,
Distrito de Las Tablas, Calle Ramón Mora
994-0687**

cailossantos@mujer.gob.pa

CAI Veraguas

**Distrito de Santiago, Calle Novena
Edificio Giovanni,
998-3606**

caiveraguas@mujeres.gob.pa

MINISTERIO DE LA MUJER

CAI Bocas del Toro
Distrito de Changuinola, Suite 4,
Edificio del Sistema Penal Acusatorio,
Órgano Judicial
750-0187
caibocasdeltoro@mujeres.gob.pa

CAI Comarca Emberá Wounaan
Distrito de Cémaco, Unión Chocó
750-0187
caiemberawounaan@mujeres.gob.pa

CAI Comarca Ngabe Bugle
Quebrada Guapo,
Edificio de la Gobernación Comarcal
6673-3177
caingabebugle@mujer.gob.pa

SENNIAF



G O B I E R N O N A C I O N A L
★ **CON PASO FIRME** ★

SECRETARÍA NACIONAL DE
NIÑEZ, ADOLESCENCIA Y FAMILIA

Brindan protección a niños, niñas y adolescentes en casos de maltrato y violencia infantil.

Información y denuncias al 311 o al 504-4052

Sede Principal de Panamá:
Edificio Blue Summer, Calle 38, Bella Vista,
Central Telefónica: 504-4052

Sede Regional Colón:
Calle 11, entre la Ave. Roosevelt, Paseo Gorgas,
Corregimiento Barrio Sur
Central Telefónica: 475-4235

Sede Regional La Chorrera:
La Chorrera, La Mata del Coco,
Calle 45 Norte, Plaza Las Palmas, Local 5725
Teléfono: 509-5178/5181

SENNIAF

Sede Regional Chiriquí:
David, Vía Rápida Calle C Sur,
frente a la Universidad del Istmo
Teléfono: 777-5710

Sede Regional Bocas del Toro:
Frente al Aeropuerto Manuel Niño, Changuinola
Teléfono: 758-1973

Sede Regional Darién:
Yaviza, Comunidad de Los Pavitos,
antigua Notaría Pública
Teléfono: 287-0082

Sede Regional Herrera:
Chitre, Edificio del Club Rotario
(Antiguo Mercado Público), Calle Meliton Martin,
Cerca del Colegio José Daniel Crespo
Tel: 6999-5654

Sede Regional Veraguas:
Santiago, Calle 9, a un costado del Ministerio Público,
Edificio Giovanni
Teléfono: 958-1783

<https://senniaf.gob.pa/>

POLICÍA NACIONAL



Para situaciones de emergencia llamar: 104

- En caso de que no sea posible realizar una llamada, puedes utilizar la aplicación de **PROTEGER Y SERVIR** desde la que se enviará una señal de alerta a la policía con tu localización (la cual puedes encontrar en la tienda de apps de tu celular).
- <http://www.policia.gob.pa/>

CRUZ ROJA PANAMEÑA



Cruz Roja Panameña

¿QUÉ SERVICIOS OFRECEN?

Brindar atención y acompañamiento a la población en proceso de solicitud de la condición refugiado, refugiados y apátridas en Panamá en el área psicológica, social, asistencia humanitaria y programas de empoderamiento para sobrevivientes de violencia de género.

HORARIOS DE ATENCIÓN:

Lunes - Viernes 8 a.m. - 4 p.m.

DIRECCIÓN:

**Calle Jorge Bolívar Alemán, Albrook,
edificio 453. Ciudad de Panamá**

CONTACTO:

- Teléfono: **315-0292**
- Correo electrónico: **psicologa@cruzroja.org.pa**

HIAS



**Acoger al extranjero.
Proteger al refugiado.**

¿QUÉ SERVICIOS OFRECEN?

Brinda asistencia psicosocial mediante intervenciones individuales y grupales; talleres de empoderamiento a nivel comunitario; orientación de acceso a derechos y servicios; acompañamiento para desarrollar actividades de medios de vida.

HORARIOS DE ATENCIÓN:

Lunes - Viernes 8 a.m. - 5 p.m.

DIRECCIÓN:

Calle Elvira Méndez, Vía España Torre Delta, oficina 303

CONTACTO:

- Línea Segura de Atención (L.I.S.A): **6120-1915**
- Instagram: **@hiaspanama**

RET

Reduciendo las Brechas



¿QUÉ SERVICIOS OFRECEN?

- Atención psicosocial individual y grupal para solicitantes de refugio/refugiados.
- Asistencia para el acceso a servicios de salud y educación.
- Asistencia Técnica para Niños, niñas y adolescentes separados y no acompañados en proceso de refugio
- Grupos de integración sociocultural de jóvenes
- Grupo de integración para mujeres
- Grupos de integración para emprendedoras(es).
- Orientación y asistencia legal.

HORARIOS DE ATENCIÓN:

Lunes - Viernes 8 a.m. - 5 p.m.

DIRECCIÓN: Edificio 135, calle Evelio Lara, Ciudad del Saber, Clayton. Ciudad de Panamá.

CONTACTO:

- Línea de asistencia general: **6255-4193**
- Correo electrónico: **info.panama@retamericas.org**

MINISTERIO DE SALUD



LÍNEAS DE APOYO Y
ORIENTACIÓN PSICOSOCIAL

CONTACTO: **169**

HORARIO: 7 a.m. - 10 p.m.

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD MENTAL (INSAM)



**LÍNEAS DE APOYO Y
ORIENTACIÓN PSICOSOCIAL**

CONTACTO:

523-6813 • 523-6846

HORARIO DE ATENCIÓN: 7 a.m. - 5 p.m.

OFICINA NACIONAL PARA LA ATENCIÓN DE REFUGIADOS (ONPAR)



GOBIERNO NACIONAL
★ CON PASO FIRME ★

OFICINA NACIONAL PARA LA
ATENCIÓN DE REFUGIADOS

Refieren a las autoridades competentes los casos donde las personas solicitantes de la condición de refugiado o refugiadas soliciten apoyo como sobreviviente de violencia para la atención requerida.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Lunes - Viernes 7 a.m. - 4 p.m.

CONTACTO:

• Correo Electrónico: onpar@mingob.gob.pa

• **TELÉFONOS:**

512-7228 • 512-7232

MINISTERIO PÚBLICO



DENUNCIAS POR VIOLENCIA DOMÉSTICA

Cuando se hostigue o se agreda de forma física, psicológica o patrimonialmente a otro miembro de la familia.

HORARIOS DE ATENCIÓN:

24 horas / 7 días de la semana

CONTACTO:

Coclé: 991-3514

Chiriquí: 777-6914

Panamá: 524-2345

Panamá Oeste: 253-6284

CORREO ELECTRÓNICO:

violenciadomestica@procuraduria.gob.pa

DEFENSORÍA DEL PUEBLO



- **INFORMACIÓN GENERAL Y ASESORÍA:**
llamar al 127 24 horas / 7 días de la semana
- **www.defensoria.gob.pa**

DEFENSORÍA DEL PUEBLO

Promueven, protegen y defienden el respeto a los Derechos Humanos, investigando, supervisando y denunciando actos, hechos u omisiones por parte de servidores públicos.

Whatsapp: 6670-2222
127 Línea Gratuita
500-9800
quejas@defensoria.gob.pa

Sede Central:
PH Los Toneles, Vía España, Panamá
Teléfono: 500-9800 - Horario: 8:00 a.m. a 4:00 p.m

Oficina Regional Darién:
En La Villa Gubernamental de Metetí
Teléfonos: 287 0075 / 287-0076

Oficina Regional de Chiriquí:
David, Calle 3ra final, Edificio No. 4509, Local 2b
Teléfonos: 728-1340 / 728-1341

Oficina Regional de Bocas del Toro:
Finca 12, a un costado de las Oficinas de la Contraloría General de la República
Teléfonos: 750-0046 / 750-0047 / 750-0048

DEFENSORÍA DEL PUEBLO

Oficina Regional de Veraguas:

Barriada Urracá, Calle 12, Vía Gimnasio Eduardo Campbell

Teléfonos: 935-0089 / 935-0090 / 935-0091 / 935-0092 /
935-0093 / 935-0094

Oficina Regional de Los Santos:

Calle Agustín Cano (La Placita), al lado de las oficinas
administrativas del Órgano Judicial, Ciudad de Las Tablas

Teléfonos: 926-0075 / 926-0076

Oficina Regional de Coclé, Penonomé:

Centro Comercial Iguana Mall,

Módulo H, Local No. 09

Teléfonos: 906-0519 / 906-0520 / 906-0521 / 906-0522

Oficina Regional de La Chorrera:

Plaza COOPEVE R.L., Corregimiento Barrio Balboa

Teléfonos: 524-2620 / 524-2621 / 524-2622 / 524-2623 /
524-2624

Oficina Regional de Colón:

Calle Primera, Avenida Central,

Edificio Crown Center, primer alto

Teléfonos: 475-5174 / 475-5175

DEFENSORÍA DEL PUEBLO

Oficina Regional de Herrera:
Avenida Carmelo Spadafora
Teléfonos: 913-0072 / 913-0073 / 913-0074

Oficina Regional de San Miguelito:
Centro Comercial Las Colinas
Teléfonos: 524-2613 / 524-2614 / 524-2615 / 524-2617

Oficina Regional de Chepo:
Vía Panamericana, Local Contraloría de la Administración
Teléfonos: 519-1266 / 519-1267

Oficina Regional de la Ngöbe-Buglé:
(San Félix). Calle Principal, Después del Parque Central
de San Félix
Telefax 728-0803 / 728-0804

Oficina Regional de Panamá Norte
Teléfonos: 524-3692 / 524-3693

CONSEJO NORUEGO PARA REFUGIADOS



NRC

CONSEJO NORUEGO
PARA REFUGIADOS

¿QUÉ SERVICIOS OFRECEN?

Servicio gratuito de información, orientación y asesoría legal a solicitantes de asilo, refugiados y personas en necesidad de protección internacional en Panamá.

HORARIOS DE ATENCIÓN:

Lunes - Viernes 8 a.m. - 5 p.m.

DIRECCIÓN:

**Torre Banco Delta, piso No. 3, oficina 301,
Esquina entre Calle Elvira Méndez y Vía España**

CONTACTO:

Teléfono: 264-1063 - Celular: 6589-5016

Correo electrónico:

julissa.espino@nrc.no - mivozcuenta@nrc.no

FUNDAMORGAN



FUNDAMORGAN

¿QUÉ SERVICIOS OFRECEN?

Orientar y representar, gratuitamente, en procesos de familia y violencia doméstica a personas que generan menos de B/.800.00 mensuales.

Programa de Asistencia Legal Comunitaria
Edif. JJ Vallarino, Piso 2, Oficina 6 y 7,
Ave. Justo Arosemena,
diagonal a la piscina Adán Gordón,
(frente a la estación del Metro de La Lotería).

CONTACTO:

Teléfono: 208-7060

Correo electrónico:

legal@fundamorgan.org

La violencia la detenemos todas y todos.

Guía elaborada por el Grupo de Trabajo de VBG



MINISTERIO DE
GOBIERNO

MINISTERIO DE
LA MUJER

SECRETARÍA
NACIONAL DE NIÑEZ,
ADOLESCENCIA Y
FAMILIA



Reduciendo las Brechas



Cruz Roja Panameña