



X

**não
se
cale.**

Você não está sozinha.

Cartilha de
Enfrentamento à
Violência Doméstica
e Familiar contra
as Mulheres

Diretoria de Políticas
para as Mulheres



**PREFEITURA DE
CANOAS**

SECRETARIA MUNICIPAL DOS DIREITOS
HUMANOS E PARTICIPAÇÃO SOCIAL

Cartilha de Enfrentamento da Violência Doméstica e Familiar contra as Mulheres

Luiz Carlos Busato
Prefeito Municipal

Gisele Uequed
Vice-Prefeita Municipal

Fabiane Xavier
Diretora de Políticas para as Mulheres de Canoas

Canoas, 2020.

Sumário

Violência doméstica: o que é?.....	4
Vamos falar de relacionamento abusivo.....	6
Ciclo da violência.....	8
Teste: veja se você está correndo risco.....	9
Onde encontrar ajuda.....	10
Programa Por Mim.....	12

Violência Doméstica Contra a Mulher

O que é?

É a forma mais frequente de violência sofrida pelas mulheres. Pode ser:

Violência física

São tapas, empurrões, chutes, bofetadas, tentativa de homicídio, tentativa de asfixia, ameaça com faca, puxões de cabelo, beliscões, mordidas, queimaduras, atirar objetos, sacudir e apertar os braços e lesões com objetos.



Violência virtual

Divulgar/compartilhar fotos e vídeos íntimos pela internet e/ou redes sociais sem autorização da mulher com o propósito de humilhá-la ou chantageá-la. Utilizar redes sociais e celulares para propagar comentários depreciativos em relação à mulher.



Violência patrimonial

Controlar o dinheiro, destruir documentos ou objetos pessoais, furtar, privar de bens ou recursos econômicos. Exemplo: quebrar celular, rasgar fotos, rasgar roupas.



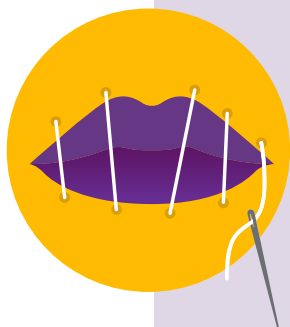
Violência sexual

Toques e carícias não desejadas, exibicionismo, prostituição forçada, participação forçada em pornografia, obrigar a mulher a ter relações sexuais ou atos sexuais que causam desconforto ou repulsa, impedir o uso de métodos contraceptivos.



Violência psicológica

São humilhações, ameaças de agressões, privação da liberdade, manipulação, impedimento ao trabalho ou estudo; danos propositais a objetos pessoais, danos em animais de estimação, danos ou ameaças a pessoas próximas da mulher; impedimento de contato com a família e amigos (as); distorcer e omitir fatos para deixar a mulher em dúvida sobre sua sanidade.



Violência moral

Emitir juízos morais sobre a conduta, fazer críticas mentirosas, expor a vida íntima, rebaixar a mulher por meio de xingamentos.

*Se te machuca, não é amor.
Se te humilha, não é amor.
Se te trata como objeto, não é amor.
Se te controla, não é amor.*



Vamos falar de Relacionamento Abusivo? 5 sinais do relacionamento abusivo

1 Isolamento

A pessoa abusiva te afasta dos amigos e da família. Só assim sua dependência emocional cresce e a alternativa é investir na relação.



Ameaça sentimental

2

A pessoa diz que ninguém vai te querer ou será capaz de amá-la, que só ela faz esse sacrifício por você, diminuindo sua autoestima.



3 Ciúme excessivo

Quem é abusivo sente ciúmes de forma descontrolada e desperta esse sentimento em você também, causando insegurança de propósito.



4

Amor e ódio

Relacionamentos abusivos começam com promessas e a pessoa faz de tudo para lhe agradar. Mas, depois de te conquistar, ela alterna constantemente entre amor e ódio. Esse jogo emocional é complexo e faz com que você se sinta culpada pelas humilhações sofridas.



Promessas

5

Após fazer algo que te deixou triste, ele promete que vai mudar, que nunca mais vai fazer aquilo e até chora, mas não muda de verdade.

Por que as mulheres aguentam por tanto tempo a violência doméstica?

- 1 Esperança de que o parceiro mude o comportamento.
- 2 Medo de romper o relacionamento.
- 3 Vergonha de procurar ajuda e de ser criticada.
- 4 Sentimento de estar sozinha e de não poder contar com pessoas que a apoiem.
- 5 Pressão social para preservar a família.
- 6 Medo de sofrer discriminação por estar “sem marido”.
- 7 Dependência econômica do parceiro para o sustento da família.
- 8 Dependência emocional do parceiro.
- 9 Dificuldades para vivenciar um processo de separação.

Romper uma relação violenta é um processo: cada mulher tem seu tempo.

O ciclo da violência



1 Evolução da Tensão

Atitude do agressor: comportamento ameaçador. Agressões verbais (ofensas, humilhações) e/ou destruição de objetos da casa.

Atitude da vítima: sente-se responsável pelas explosões do agressor. Procura justificativas para o comportamento violento dele (cansaço, desemprego, alcoolismo etc.).

2 Explosão Agressão

Atitude do agressor: comete agressões físicas e verbais e apresenta comportamento descontrolado. A cada novo ciclo, as agressões se tornam mais violentas.

Atitude da vítima: sente-se fragilizada, em choque. Acredita que não tem controle da situação.

3 Lua de Mel

Atitude do agressor: diz que se arrepende e promete mudar de comportamento. Temporariamente torna-se atencioso e carinhoso.

Atitude da vítima: acredita na mudança de comportamento do agressor e que violência não se repetirá, até o momento em que o casal retorna à fase 1.

Teste Faça o teste e veja se você está correndo risco:

Marque com um X quando a resposta for SIM

- Ele controla o tipo de roupa que você usa?
- Ele tenta lhe afastar de amigos(as), parentes e vizinhos(as)?
- Ele diz que você não precisa trabalhar e/ou estudar?
- Você já teve ou tem medo de ficar sozinha com ele?
- Sente-se isolada e desanimada?
- As brigas estão ficando mais frequentes e mais graves?
- Durante as brigas, ele parece ficar sem controle?
- Ele destrói seus objetos, roupas, fotos, documentos, móveis ou seus instrumentos de trabalho?
- Ele maltrata ou já matou algum de seus animais de estimação?
- Ele faz questão de lhe contar que tem uma arma ou a exhibe para você?
- Ele ameaça seus parentes e amigos(as)?
- Ele tem envolvimento com criminosos e lhe ameaça dizendo que alguém fará o “serviço sujo” por ele?
- Quando você tenta se separar, ele não aceita e fica lhe telefonando, fazendo “escândalo na porta” da sua casa ou trabalho?
- Nas tentativas de término do relacionamento, ele lhe persegue e insiste em ter mais uma chance?
- Ele diz que se você não for dele, não será de mais ninguém?

Se você respondeu **SIM** a pelo menos uma destas questões, entre em contato com o **Centro de Referência para Mulheres em Situação de Violência Patrícia Esber | CRM** (Rua Siqueira Campos, 321, Centro | Canoas ☎ 3464.0706) ou a **Diretoria de Políticas para as Mulheres** do Município de Canoas: ☎ 99275.8146 | 3236.1073






Onde encontrar ajuda?

O município de Canoas é referência do Rio Grande do Sul na rede de enfrentamento à violência contra as mulheres.

Assistência à mulher

Diretoria de Políticas para as Mulheres é o organismo municipal responsável por articular, coordenar e monitorar as políticas municipais para as mulheres. Os objetivos são eliminar todas as formas de violência e fortalecer a autonomia das mulheres, por meio da garantia do acesso a direitos e de oportunidades de qualificação para a inserção no mercado de trabalho.

  51 99275-8146 **24h**

Locais	Serviços	Endereços
Centro de Referência para Mulheres em Situação de Violência Patrícia Esber (CRM)	Serviço de acolhimento e acompanhamento da mulher em situação de violência. Atendimento de segunda a sexta, das 9h às 18h.	 Rua Siqueira Campos, 321 Centro  51 3464.0706
Delegacia Especializada em Atendimento à Mulher (DEAM)	Órgão responsável por registrar a ocorrência e representar ao Judiciário contra o agressor. Atendimento das 8h30min as 18h.	 Rua Humaitá, 1120 Marechal Rondon  51 3462.6700
Delegacia de Polícia de Pronto Atendimento (DPPA)	Espaço de pronto atendimento a mulheres em situação de violência, junto à Delegacia. Atendimento: 24h	 Rua Dr. Sezefredo Azambuja Vieira, 2730 Marechal Rondon  51 3425.9015
Sala Lilás do Hospital Universitário ULBRA	Realiza atendimento médico às mulheres vítimas de violência sexual.	 Avenida Farroupilha, 8001 São José  51 3478.8000
Centro de Referência no Atendimento Infantojuvenil (CRAI)	Presta serviço multiprofissional a crianças e adolescentes com até 17 anos, vítimas de violência.	 Av. Farroupilha, 8001 São José  51 3478.8000

Locais	Serviços	Endereços
Casa Abrigo das Mulheres em Situação de Violência	Local para onde as mulheres com risco iminente de morte são encaminhadas de forma temporária.	 O endereço do local é sigiloso.
Defensoria Pública de Canoas	Presta assistência jurídica gratuita e solicita ao juiz medida protetiva às mulheres encaminhadas pela Delegacia da Mulher.	 Rua Coronel Marcelino, 25 Centro  51 3472.0366
Foro Central e Juizado especializado de Violência Doméstica e Familiar Contra a Mulher	Órgão do Judiciário responsável pelo julgamento das medidas protetivas de urgência e dos casos de crime da Lei Maria da Penha.	 Rua Lenine Nequete, 60 Centro  51 99522.9945  51 3478.8000
Conselho Municipal dos Direitos da Mulher (Comdim)	Órgão fiscalizador e proponente das políticas públicas para as mulheres.	 Avenida Guilherme Schell, 6068 Centro  51 99724.8356  51 3476.4847
Patrulha Maria da Penha (Brigada Militar)	Tem o objetivo de garantir que o agressor mantenha distância da mulher que pediu a Medida Protetiva de Urgência.	  51 98413.4102

Outros canais

 **180** Central de Atendimento à Mulher

 **100** Disque Direitos Humanos

 **190** Brigada Militar

Rede de vizinhos em combate à violência!

Em briga de marido e mulher ... mete a colher sim, se o ingrediente for **VIOLÊNCIA!**

Escutou gritos? Notou comportamento diferente ou hematomas visíveis, **DENUNCIE!**

Denuncie a violência doméstica!

Programa Por Mim

O Programa Por Mim visa promover a autonomia financeira de mulheres que se encontram em situação de violência doméstica, inserindo-as no mercado de trabalho.

O Por Mim, iniciativa da Prefeitura de Canoas e do Poder Judiciário, com a parceira do setor privado.

A mulher em situação de violência doméstica e familiar poderá ser integrada ao Programa Por Mim a partir do encaminhamento do Poder Judiciário. Para isso, a vítima terá que realizar a denúncia contra o agressor. Além disso, ela deve estar em acompanhamento das profissionais do Centro de Referência da Mulher de Canoas. Em seguida, acontece o encaminhamento à entrevista de emprego em uma das vagas do Programa. As candidatas passarão por processo seletivo diferenciado, com apoio da equipe técnica da Diretoria de Emprego, Trabalho, Renda e Formação Profissional, da Secretaria de Desenvolvimento Econômico (SMDE), e da Diretoria de Políticas para as Mulheres, vinculada à Secretaria de Direitos Humanos e Participação Social (SMDHPS).



FOR
MIM

Objetivos

1 Incentivar a denúncia

As mulheres são inseridas no Por Mim após realizarem denúncia do seu agressor na Delegacia Especializada em Atendimento à Mulher ou na Delegacia de Polícia de Pronto Atendimento. Elas são encaminhadas ao programa pelo Poder Judiciário.



2 Evitar a continuidade

2



A dependência financeira do agressor é um dos fatores preponderantes para que as mulheres permaneçam no ciclo de violência doméstica. Por isso, o Por Mim tem como objetivo possibilitar a autonomia financeira das vítimas.

3 Oportunidade de trabalho

Através de parcerias com a iniciativa privada, o Programa possui vagas específicas destinadas às mulheres vítimas de violência doméstica. O que o Por Mim oferece é a oportunidade de uma entrevista de emprego e não a garantia de empregabilidade.



4 Nova perspectiva de vida

4



O Por Mim busca oportunizar às mulheres vítimas de violência doméstica uma nova perspectiva de vida, longe do ciclo de violência doméstica, através do empoderamento feminino, da independência financeira e do protagonismo social.

Ficha técnica

Prefeitura de Canoas

**Secretaria Municipal dos Direitos
Humanos e Participação Social**

Diretoria de Políticas para as Mulheres

Elaboração:

Fabiane Xavier

(Diretora de Políticas para as Mulheres)

Participação:

Rafaela Gazi

Todas as mulheres da SMRIC

Diagramação:

SMRIC



**PREFEITURA DE
CANOAS**

**SECRETARIA MUNICIPAL DOS DIREITOS
HUMANOS E PARTICIPAÇÃO SOCIAL**

**Diretoria de Políticas
para as Mulheres**