

# VOCÊ SABIA?

## JUNTAS SOMOS MAIS FORTES!

Informação é liberdade.  
Conheça seus direitos e denuncie!

### VOCÊ SABIA QUE...

#### **Sair de casa para se proteger NÃO é "abandono de lar"?**

Se você precisar deixar a residência para garantir sua segurança física ou psicológica, você não perde seus direitos sobre os bens ou o imóvel.

#### **Sua palavra tem valor e poder?**

Para pedir Medidas Protetivas de Urgência, você não precisa apresentar provas concretas imediatas; o que você diz é levado em conta para garantir sua segurança.

#### **Você não precisa de advogada/advogado para pedir proteção?**

As Medidas Protetivas podem ser solicitadas diretamente na Delegacia, Defensoria Pública ou Ministério Público. O juízo tem até 48 horas para decidir após o pedido chegar ao Judiciário.

#### **Existe amparo financeiro após a separação?**

Mesmo que você não trabalhe fora, pode pedir pensão para seus filhos e para você mesma, como forma de compensar violências psicológicas e patrimoniais sofridas.

#### **O agressor pode ser afastado mesmo que a casa seja dele?**

A lei prioriza a sua proteção e não quem é o dono do imóvel no papel.

### ONDE BUSCAR AJUDA?

**Disque 180** – Central de Atendimento à Mulher  
**Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher (DEAM)**

Busque atendimento na **Defensoria Pública** e não deixe de registrar **boletim de ocorrência!**

Em caso de emergência, acione a **Polícia Militar**, por meio do **190**

# VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

## (LEI MARIA DA PENHA)

A violência contra as mulheres não se limita à agressão física

### CONHEÇA OS PRINCIPAIS TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES:

#### **Violência física**

Qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal, ainda que não deixe marcas, como tapas, socos, empurrões, puxões de cabelo.

#### **Violência psicológica**

Humilhação, ameaças, isolamento, perseguição ou controle de passos e decisões, causando dano emocional e diminuindo a autoestima.

#### **Violência sexual**

Constranger a presenciar, manter ou participar de sexual indesejada; forçar gravidez, aborto, impedir o uso de métodos contraceptivos ou limitar ou anular o exercício dos direitos sexuais e reprodutivos

#### **Violência patrimonial**

Reter, danificar ou subtrair documentos, dinheiro, celular ou instrumentos de trabalho.

#### **Violência moral**

Calúnia, difamação ou injúria.

### ONDE BUSCAR AJUDA?

**Disque 180** – Central de Atendimento à Mulher  
**Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher (DEAM)**

Busque atendimento na **Defensoria Pública** e não deixe de registrar **boletim de ocorrência!**

Em caso de emergência, acione a **Polícia Militar**, por meio do **190**

# QUEBRE O SILÊNCIO, INTERROMPA O CICLO

**Entender a violência é o primeiro passo para salvar vidas.**

A violência contra a mulher não é um fato isolado, mas um processo contínuo que se alimenta do silêncio e da desigualdade. Conheça os sinais e saiba como agir.

## O CICLO DA VIOLÊNCIA: IDENTIFIQUE AS FASES

### Fase 1 – Aumento da Tensão

A pessoa agressora demonstra irritação constante, comportamento controlador e humilhações.

### Fase 2 – Ato de Violência (Explosão)

É o momento das agressões físicas, psicológicas, sexuais, morais ou patrimoniais. O agressor utiliza o medo e a autoridade para subjugar a vítima.

### Fase 3 – Lua de Mel

Surgem os pedidos de desculpas, promessas de mudança e demonstrações de carinho para manter a mulher na relação. Atenção: Sem intervenção, o ciclo invariavelmente recomeça, muitas vezes de forma mais grave.

## ALERTA MÁXIMO: O FEMINICÍDIO

O feminicídio é o assassinato de mulheres motivado pelo menosprezo ou discriminação à condição de mulher (Lei nº 14.994/24).

**Realidade Cruel:** No Brasil, 4 mulheres são mortas por dia vítimas de feminicídio.

**Dados de 2025:** Foram registrados 1.470 casos no país, um aumento em relação ao recorde anterior.

**Histórico de 10 anos:** Mais de 13.000 mulheres perderam a vida em uma década apenas por serem mulheres.

## ONDE BUSCAR AJUDA?

**Disque 180** – Central de Atendimento à Mulher  
**Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher (DEAM)**

Busque atendimento na **Defensoria Pública** e não deixe de registrar **boletim de ocorrência!**

Em caso de emergência, acione a **Polícia Militar**, por meio do **190**