

#ISOLAMENTO SEGURO

OS DIREITOS DA MULHER **NÃO**
ENTRAM EM QUARENTENA





Luciano Cartaxo Pires de Sá
Prefeito de João Pessoa

Manoel Júnior
Vice-prefeito

Adriana Gonsalves Urquiza de Sá
Secretária de Políticas Públicas para as Mulheres

Maria das Graças Farias
Chefe de Gabinete

Liliane de Oliveira
Coordenadora de Enfrentamento a Violência

Ilustrações e Diagramação:
Mayara Tavares



SALVE OS SEGUINTE CONTATOS

190 POLÍCIA MILITAR

180 NÚMERO NACIONAL DE
DENÚNCIA CONTRA
VIOÊNCIA DOMÉSTICA

197 POLÍCIA CIVIL

153 GUARDA CIVIL
MUNICIPAL

REGISTRO DA DENÚNCIA, E SOLICITAÇÃO DE MEDIDAS PROTETIVAS:
WWW.DELEGACIAONLINE.PB.GOV.BR

ORIENTAÇÕES E ENCAMINHAMENTOS
SECRETARIA DE MULHERES:

98653-4727
98794-1695

CENTRAL DE ORIENTAÇÃO PARA
PREVENÇÃO AO CORONAVÍRUS

3218-9214



CENTRO DE REFERÊNCIA DA MULHER

0800 283 3883



RONDA MARIA DA PENHA

3214-1759

DENUNCIE! VOCÊ NÃO PRECISA SE IDENTIFICAR.

▶ APRESENTAÇÃO

Os números de casos de mulheres em situação de violência têm aumentado em vários países desde o início o isolamento social ocasionado pela pandemia do coronavírus.

Entendendo que uma das principais formas de ajudar é disponibilizando informação, elaboramos essa cartilha com objetivo de orientar a população, em especial as mulheres, sobre os tipos de violências elencados na Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340) e as formas de realizar a denúncia durante esse período de isolamento em nossa capital.

Portanto, se você, uma amiga, parente ou vizinha estiver passando por uma situação de violência, não se cale! Busque apoio e orientação por meio dos procedimentos e serviços aqui apresentados.

**A OMISSÃO E O SILÊNCIO SÃO AS PIORES
DECISÕES DIANTE DA VIOLÊNCIA.**

 **ISOLAMENTO
SEGURO**

▶ ÍNDICE

- 6 NÃO SE OMITA
- 7 MANTENHA-SE EM CONTATO
- 7 APOIE MULHERES AUTÔNOMAS
- 8 DIVIDIR TAREFAS
- 8 CUIDE DAS SUAS EMOÇÕES
- 9 TIPOS DE VIOLÊNCIA
- 10 ATOS DE VIOLÊNCIA NA PANDEMIA
- 11 PLANO DE SEGURANÇA
- 12 SERVIÇOS DA SECRETARIA DE MULHERES
- 13 TELEFONES ÚTEIS

NÃO SE OMITA

Durante o distanciamento social, vizinhos, prestadores de serviços, porteiros, síndicos e outras pessoas que venham a fazer contato com a mulher, são aliados poderosos no combate à violência doméstica.

Se você presenciar ou ouvir um caso de violência contra a mulher, é importante tomar partido e auxiliar a mulher da melhor maneira possível, sem se colocar em risco. Dependendo da situação, você pode ajudar retirando a mulher da cena de violência, contendo o agressor ou chamando a polícia.

É importante que logo após sofrer uma violência, você registre o fato em uma delegacia especializada ou comum. Tanto o registro da violência quanto o pedido de medida protetiva de afastamento do agressor devem ser feitos o mais rápido possível.



MANTENHA-SE EM CONTATO

O isolamento pode criar ou aprofundar a sensação de solidão e abandono e propiciar crises depressivas. Tente manter contato diário com as mulheres do seu círculo de amizade, nem que seja só um “Oi, tudo bem?” ou um “Bom dia!”. Manter o contato traz um sentimento de mais segurança, sobretudo, com o aumento da violência doméstica. Manter a proximidade é um sinal para que elas saibam que têm com quem contar caso seja necessário.



APOIE MULHERES AUTÔNOMAS

Muitas mulheres são as provedoras e arremos de família e fazem parte do mercado informal de trabalho, portanto, essas mulheres certamente sofrerão severos danos no seu orçamento familiar por conta isolamento social. Você pode ajudar essas mulheres a manter sua renda nesses meses de isolamento encomendando produtos ou reservando serviços.



DIVIDIR TAREFAS

A sobrecarga neste período de quarentena afeta muito mais as mulheres. O machismo é estrutural e as relações de poder são enraizadas na nossa cultura. Com as famílias reunidas em casa, a maioria das tarefas domésticas acaba ficando sob encargo das mulheres. É uma boa hora de ensinar o significado de igualdade de gênero. Compartilhe as tarefas.

ESTABELEÇAM UMA ROTINA IGUALITÁRIA!



CUIDE DAS SUAS EMOÇÕES

Esteja atenta aos seus comportamentos e sentimentos. Não se deixe levar pelo pânico de outros. A pandemia do coronavírus irá passar e precisamos entender que continuaremos. Cuide de você para que os danos físicos e mentais sejam mínimos. Preste atenção ao seu corpo: alimente-se corretamente, durma bem e procure manter-se ativa.

▶ TIPOS DE VIOLÊNCIA

1

FÍSICA

A **Violência Física** ocorre quando a mulher é agredida por meio da força física ou algum tipo de objeto que a provoque lesões, como socos, empurrões, chutes, mordidas, cortes ou queimaduras.

2

A **Violência Psicológica** é tudo que causa dano emocional e diminuição da autoestima, que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que, de algum modo, queira controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, xingamentos, humilhações, chantagens, perseguições, exploração e limitação do direito de ir e vir.

PSICOLÓGICA

3

MORAL

A **Violência Moral** acontece quando se ataca a reputação da mulher com a intenção de humilhá-la ou diminuí-la.

4

SEXUAL

A **Violência Sexual** é comprometida como qualquer conduta cometida por atos e qualquer tentativa de relação sexual ou qualquer intimidade física sem o consentimento da mulher.

5

PATRIMONIAL

A **Violência Patrimonial** é compreendida como qualquer conduta onde se caracteriza retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus pertences, instrumentos de trabalho, documentação pessoal, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, inclusos também aqueles destinados a satisfazer as suas necessidades.

▶ ATOS DE VIOLÊNCIA NA PANDEMIA

Durante a pandemia do coronavírus também são considerados atos de violência:

- ▶ Impedir que a mulher lave as mãos ou use sabonete e álcool-gel;
- ▶ Disseminar informações erradas sobre a Covid-19 e o isolamento social, como forma de controle;
- ▶ Não permitir comunicação com familiares por telefone ou redes sociais.

▶ PLANO DE SEGURANÇA

PARA MULHERES EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA:

- ▶ Contar a pessoas de confiança o que está acontecendo e criar um plano para seguir, caso ocorra a violência.
- ▶ Incluir o contato de serviços de proteção à mulher e o contato telefônico de vizinhos, amigos e familiares que podem ajudar;
- ▶ Deixar documentos (identidade, boletins de ocorrência, se tiver), chaves, remédios e outros itens importantes (da mulher e das crianças, se houver) separados em local seguro, caso precise sair de casa com urgência;
- ▶ Planejar a saída de casa e o transporte até um lugar seguro e confiável e avisar a pessoa por mensagem antes de sair. ***Se já possuir medida protetiva, mantenha o documento consigo.***

**NÃO FIQUE CALADA.
DENUNCIE!**

▶ SERVIÇOS DA SECRETARIA DE MULHERES



Serviço de Atendimento às Mulheres em
Situação de Violência Doméstica e Familiar.

O **Centro de Referência da Mulher Ednalva Bezerra (CRMEB)** é um espaço onde as mulheres em situação de violência doméstica e familiar são acolhidas, orientadas e encaminhadas para a Rede de Atendimento. O centro conta com equipe multiprofissional, composta por psicólogas, assistentes sociais, advogadas, arte educadora e terapeuta holística.



3214-1759

A Ronda Maria da Penha é um serviço destinado às mulheres em situação de violência doméstica, familiar e/ou sexual (18 ou mais anos de idade) com Medidas Protetivas de Urgência, do município de João Pessoa – PB.

TELEFONE ÚTEIS

**SECRETARIA EXTRAORDINÁRIA
DE POLÍTICAS PÚBLICAS PARA
AS MULHERES**

Praça Pedro Américo, 70 -
Centro, CEP: 58010-790,
João Pessoa

Tel.: (83) 3218-5628

**CENTRO DE REFERÊNCIA DA
MULHER EDNALVA BEZERRA
(CRMEB)**

Rua Afonso Campos, 111,
Centro, CEP: 58013-380
João Pessoa

**Tel.: (83) 3221-4273
0800 283 3883**

RONDA MARIA DA PENHA

Praça Pedro Américo, 70 -
Centro, CEP: 58010-790 ,
João Pessoa

Tel.: (83) 3214-1759

**CONSELHO MUNICIPAL DOS
DIREITOS DA MULHER**

End. Praça Pedro Américo, 70,
1º andar - Centro, João Pessoa

Tel.: (83) 3218-5628

**DELEGACIA ESPECIALIZADA DE
ATENDIMENTO À MULHER
(DEAM)**

Avenida Dom Pedro II, 853,
Centro, CEP: 58013-420,
João Pessoa

Tel.: (83) 3218-5316

**DELEGACIA ESPECIALIZADA DE
ATENDIMENTO À MULHER
(DEAM) – ZONA SUL**

Rua Valdemar Galdino Naziaze-
no, s/nº - Geisel - CEP:
58076-005 , João Pessoa

Tel.: (83) 3218-5262

**PROMOTORIA DE JUSTIÇA DE
DEFESA DA MULHER VÍTIMA DE
VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FA-
MILIAR**

R. 13 de Maio, 691 – Anexo 6,
Centro - CEP: 58013-075,
João Pessoa

Tel.: (83) 2107-6016

**DEFENSORIA PÚBLICA GERAL
DO ESTADO DA PARAÍBA**

Av. Monsenhor Walfredo Leal,
487 - Tambiá, CEP: 58020-540,
João Pessoa - PB

Tel.: (83) 3218-4507

FONTES

***Núcleo de Promoção e Defesa dos Direitos da Mulher -
Defensoria Pública do Estado do Paraná***

www.defensoriapublica.pr.def.br › 2020/04 › NUDEM.

***Organização das Nações Unidas. (2020). States must
combat domestic violence in the context of COVID-19
lockdowns – UN rights expert. [website].***

<https://www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=25749&LangID=E>

SECRETARIA EXTRAORDINÁRIA
DE POLÍTICAS PÚBLICAS PARA
MULHERES
DE JOÃO PESSOA



P R E F E I T U R A D E
JOÃO
PESSOA

MAIS RESULTADOS, VIDA MELHOR