



# **FOLHETO**

SOBRE A VIOLÊNCIA BASEADA NO GÉNERO PARA
PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS INTELECTUAIS

ATHENA START: 856613 - COOPERAÇÃO EUROPEIA CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA PARA COM AS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL.

WP2: RECOLHA DE DADOS SOBRE AS NECESSIDADES DOS PROFISSIONAIS E DESENVOLVIMENTO DE MATERIAL PARA A MELHORIA DAS COMPETÊNCIAS











## FERRAMENTAS DE IDENTIFICAÇÃO E INTERVENÇÃO PARA MULHERES COM DI E AS SUAS FAMÍLIAS.

#### O que é a violência baseada no género?

A violência de género está profundamente enraizada na desigualdade de género e inclui violência física, sexual, verbal, emocional, psicológica, ameaças, coação e violência económica, cometida especificamente contra mulheres e raparigas is deeply rooted in

#### Que mulheres podem sofrer violência de género?

Qualquer pessoa pode sofrer violência de género. Não importa a sua idade, onde nasceu ou qualquer outra característica. Pode acontecer a qualquer pessoa em qualquer lugar, que é a razão para ser tão importante estar consciente da sua existência.



#### TIPOS DE VIOLÊNCIA DE GÉNERO

Existem diferentes tipos de violência de género que uma pessoa pode exercer sobre outra, na maioria das vezes um homem sobre uma mulher. Se algo semelhante te acontecer, serás capaz de o identificar e tomar as ações necessárias para a tua própria segurança e proteção.

#### VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

Violência psicológica é quando uma pessoa se comporta contigo de uma forma que te faz sofrer. Por exemplo

- Se te insultar
- Se te humilhar
- Se te ameaçar
- Se te disser e se comportar de uma forma que te faz experienciar sentimentos de indignidade
- Se te impede de visitar (e receber visitas de) familiares e amigos/as



#### **VIOLÊNCIA FÍSICA**

Violência física é quando alguém magoa o teu corpo.

#### Por exemplo:

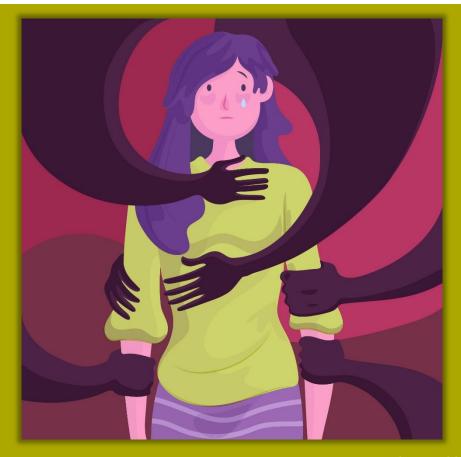
- Empurra-te
- Dá-te um pontapé ou um murro
- Morde-te
- Atira-te objetos ou usa objetos para te provocar dor
- Cospe para ti
- Corta-te
- Queima-te
- Amarra-te



#### **VIOLÊNCIA SEXUAL OU ABUSO SEXUAL**

Violência sexual ou abuso sexual envolve qualquer ato integrado no domínio sexual dirigido a outra pessoa sem o seu consentimento voluntário ou conhecimento para participar no ato. Por exemplo:

- Força-te a participar em atos sexuais (sexo oral, anal e/ou vaginal) contra a tua vontade;
- Força-te a tocar as partes íntimas do seu ou do teu corpo;
- Força-te a tirar fotografias ou fazer vídeos teus sem roupa ou durante relações sexuais;
- Força-te a ver pornografia;
- Força-te a usar objetos sexuais em ti ou em si contra a tua vontade.



#### VIOLÊNCIA ECONÓMICA

Violência económica é quando alguém controla o teu dinheiro e não te deixa manuseá-lo.

#### Por exemplo:

- Não te deixa ter dinheiro;
- Proíbe-te de trabalhar ou estudar;
- Controla o dinheiro que recebes e tens;
- Não te deixa aceder às tuas contas bancárias.



Como sei se estou a sofrer violência de género? Estas perguntas podem ajudar-te a saber se estás a experienciar violência de género.

- A pessoa insulta-te e depois pede-te desculpa?
- SIM / NÃO
- A pessoa insulta-te ou humilha-te?
- SIM / NÃO
- Alguma vez te deu um estalo ou bateu-te?
- SIM / NÃO
- • Alguma vez te forçou a ter sexo sem o teu consentimento?
- SIM / NÃO
- • A pessoa impede-te ou proíbe-te de ver a tua família e/ou amigos/as?
- SIM / NÃO

Se alguma destas respostas for SIM, estás a sofrer violência de género.

Onde posso pedir ajuda?



# NÃO ESTÁS SOZINHA !

## Together Against Violence



Image source: designed by Freepik -

Verifique a lista de recursos por país (próximas páginas)



### **PORTUGAL**

National Support Network for Victims of Domestic Violence



800 202 148

**SMS: 3060** 

All calls/messages are **free** of charge



Ou visite o website official aqui:

www.cig.gov.pt/portal-violenciadomestica/contactos/

### UMAR (União de Mulheres Alternativa e Resposta ) Centros de Atendimento:

212 942 198

(Almada) umar.almada@sapo.pt 222 025 048 | 910 504 600

(Porto) e-mail:

umarprati@gmail.com

220 933 787 | 914736078

(Porto, para vítimas de violência sexual e-mail:

eir.centro@gmail.com

Associação Portuguesa de Apoio à Vítima 116006

Linha Nacional de Emergência Social **1 4 4** 



The content of this document represents the opinions of the authors only and is their sole responsibility. The European Commission accepts no responsibility for the use that may be made of any information contained herein.

