

Muitas mulheres se encontram em relacionamentos violentos sem se darem conta disso.

É você?

Pegue uma caneta e marque "SIM" ou "NÃO" nas situações descritas abaixo. Seu companheiro(a), namorado(a), marido ou familiar ...

SIM NÃO

- 1) ...vigia ou controla o que você faz?
- 2) ...costuma demonstrar ciúmes com frequência?
- 3) ...proíbe você de visitar familiares e de manter amizades?
- 4) ...critica ou briga por qualquer coisa que você faz, veste, come ou fala?
- 5) ...proíbe ou atrapalha você de trabalhar ou estudar ?
- 6) ...xinga ou humilha você na frente de familiares ou amigos?
- 7) ...ameaça, faz chantagens ou a acusa de coisas que você não fez?
- 8) ...controla o dinheiro e a obriga a prestar contas, mesmo quando você trabalha?
- 9) ...já chegou a destruir seus objetos pessoais, de valor sentimental ou objetos da casa?
- 10) ...diz que se você não for dele não será de mais ninguém, e a ameaça caso o abandone?
- 11) ...atinge você emocionalmente e a faz se sentir culpada, fazendo você se isolar e ter vergonha de contar a alguém sobre a violência vivenciada?
- 12) ...faz questão de lhe contar que tem arma de fogo ou a exhibe para você?
- 13) ...já chegou a agredi-la fisicamente (bater, empurrar, chutar, beliscar, puxar o cabelo, jogar objetos, etc.)?
- 14) ...já agrediu você (física ou verbalmente) na frente de seus filhos?
- 15) ... já agrediu você ou outra pessoa da família?
- 16) ...já obrigou você a manter relações sexuais contra sua vontade ou a fazer sexo de uma forma que você não goste (por exemplo: sexo anal, oral ou em grupo)?
- 17) ...as brigas e as agressões estão ficando mais frequentes e mais graves?

Marcou uma ou mais situações?
Fique atenta!

Situações como essas sugerem que você pode estar sofrendo violência.

Mas você não precisa enfrentar isso sozinha!



TELEFONES ÚTEIS

Central de Atendimento à Mulher | 180

Central de Atendimento à Mulher – Distrito Federal | 156 – OPÇÃO 6

Corpo de Bombeiros | 193

Disque Direitos Humanos | 100

Polícia Militar do DF | 190

Polícia Civil do DF | 197

DEAM – Delegacia Especial de Atendimento à Mulher – DF | 3207-6175/3207-6172/3207-6195

Núcleo de Gênero do MPDFT / 3343-6067

Defensoria Pública – Defesa da Mulher | 2196-4463 / 2196-4461

Secretaria de Políticas para as Mulheres do Governo Federal | 2027-2991/ 2027-2995

SEDESTMIDH – Secretaria de Estado de Trabalho, Desenvolvimento Social, Mulheres,
Igualdade Racial e Direitos Humanos | 3348-3510/3348-3516

CEAM – Centro Especializado de Atendimento à Mulher – DF Unidade 102 Sul | 3323-6184

CRAS – Centro de Referência de Assistência Social (Unidade Brasília) | 3346-6769 /3346-3306

CREAS – Centro de Referência Especializado de
Assistência Social (Unidade Brasília) | 3346-9332

Subsecretaria de Proteção às Vítimas de Violência – Pró-vítima/SEJUS/DF | 2104-4289

NÚCLEO JUDICIÁRIO DA MULHER

Fórum Desembargador Hugo Auler

Endereço: Av. Contorno, Área Especial 13, Lote 14,
1º andar, sala 1.45

Núcleo Bandeirante – DF / CEP: 71.705-535

Telefones: (61) 3103-2041 / 3103-2027

E-mail: njm.df@tjdft.jus.br

Para outras
informações
acesse o código

