

A violência doméstica envolve um padrão de comportamentos de controle e abuso (às vezes violentos) que algumas pessoas usam contra os seus parceiros íntimos. O abuso pode ser físico, sexual, ou emocional, e pode incluir ameaças, isolamento, controle financeiro, e perseguições.

O seu parceiro já...

- Bateu, chutou, empurrou ou ameaçou você?
- Usou armas para machucar ou ameaçar você?
- Forçou ou coagiu você para uma atividade sexual não desejada?
- Fez ameaças para machucar você ou terceiros, ameaçou você ser deportada, ou ameaçou revelar informação privada sobre você?
- Controlou o que você fez ou com quem você se encontrou, de maneira a interferir com o seu trabalho, cuidado dos filhos, educação, cuidado da saúde, ou outras atividades necessárias?
- Roubou seu dinheiro ou destruiu os seus pertences?
- Critica você constantemente, xinga ou faz você se sentir inferior?
- Nega as suas necessidades básicas tais como alimento, moradia, roupas, assistência médica, etc?

Se respondeu “sim” para alguma destas perguntas, sua saúde e segurança podem estar em risco.

Pode Acontecer a Qualquer Um

A violência doméstica é um problema muito comum e sério, que pode afetar a saúde física e mental de uma pessoa. Pode acontecer a qualquer pessoa, não importando quem seja ou de onde venha.

Não É Culpa Sua

Se você está sendo abusado pelo seu parceiro, você pode se sentir confuso, com medo, furioso ou sem saída. Todas estas emoções são respostas normais ao abuso. Você pode também se culpar pelo que está acontecendo. Mas não importa o quê for, você nunca é responsável pelas ações abusivas de seu parceiro.

Ninguém Merece Ser Abusado.

Busque Ajuda

Desenvolver um sistema de apoio pode ser muito importante. Existem muitas pessoas e entidades que podem ajudar; amigos, família, colegas de trabalho, grupos comunitários, líderes religiosos, profissionais de saúde, orientadores, professores, e assistentes sociais especializados a violência doméstica, são alguns dos exemplos.

A Violência Doméstica É um Crime

Se você sofreu lesão, estupro ou ameaça como resultado de violência doméstica (ou se você presenciou alguém cometendo estes crimes) você pode ligar para 911 para obter assistência policial ou médica.

Outra opção é ir ao tribunal para solicitar uma mandado de proteção contra a pessoa abusiva a não maltratar você, ou a ficar longe de lugares tais como a sua casa, trabalho, ou escola. O mandado pode também incluir proteção para as suas crianças e animais de estimação.

Existem muitas outras fontes de recurso de proteção e apoio para as vítimas de violência doméstica. Entre em contato com as fontes listadas no verso deste panfleto para aprender mais sobre os seus direitos e as suas opções.

Planeje a sua Segurança

Sem ajuda, a violência doméstica geralmente piora com o passar do tempo. Às vezes pode se tornar fatal. **Confie em seus instintos**; se você pensa que está em perigo, você provavelmente está. Não ignore os seus medos. Você pode:

- **Memorizar** números de telefones de pessoas que podem ajudar você ou de linhas de emergência.
- **Planejar rotas de fuga** e lugares onde você pode ir se necessário, para fugir rapidamente.
- **Falar com as suas crianças** sobre o que podem fazer se estiverem se sentindo inseguros ou com medo.
- **Preparar uma bolsa de emergência** com dinheiro, remédios, chave do carro, papéis importantes como certidões de nascimento, cartões de seguro social, documentos de imigração. Manter a bolsa em algum lugar seguro ou com um amigo.
- **Contar para as pessoas nas quais você confia** o que está acontecendo e falar com eles sobre como podem ajudar.

Ajuda Disponível

Linhas de Emergência de 24 h:

Conexão Segura

(SafeLink)

1-877-785-2020

(TTY 1-877-521-2601)

<http://www.casamyrna.org/safeport.html>

Linha de Emergência Nacional para a Violência Doméstica

(National Domestic Violence Hotline)

1-800-799-7233

1-800 787-3224 (TTY)

Ajuda disponível em mais de 140 línguas

Para serviços em sua comunidade

Massachusetts Alliance of

Portuguese Speakers (MAPS)

617-864-7600

<http://www.maps-inc.org/PT>

Recursos Adicionais no BMC

Programa de Violência Doméstica do BMC

(BMC Domestic Violence Program)

617-414-7734

<http://internal.bmc.org/domesticviolence>

Programa de Assistência ao Empregado

(Employee Assistance Program)

1-866-695-6327 (24hr)

Departamento de Segurança Pública

(Public Safety Department)

617-414-4444 (24hr)

Este programa é apoiado parcialmente por MOVA através de subvenção de 1984, do VOCA do Escritório para Vítimas de Crime, Escritório de Programas Judiciais, Ministério da Justiça dos E.U.A.

Encontrar Segurança e Apoio



**BOSTON
MEDICAL**
CENTER

EXCEPTIONAL CARE. WITHOUT EXCEPTION.

Portuguese