

Ajuda confidencial

Em situações de emergência

Nos Estados Unidos

- Ligue para 911 se houver perigo físico imediato. Diga ao operador que está ligando para denunciar um ato de violência conjugal. A polícia saberá o que fazer.

Fora dos Estados Unidos

- Ligue o número para emergência de seu país de residência e também a Segurança do Banco Mundial.

Se não for emergência

Contacte o programa conjunto do Grupo Banco Mundial e do Fundo Monetário Internacional de Prevenção da Violência Conjugal +1 202-458-5800.

- O Coordenador do programa está disponível durante o horário comercial do Banco em Washington. Seu papel é encaminhar a serviços adequados para sua situação particular. Envie email a daprevention@worldbank.org ou ligue para +1 202-473-2931.
- Segurança do Banco Mundial: número para emergência, 24 horas por dia, +1 202-458-8888. Se não for emergência, ligue para +1 202-473-3333 ou WBGsecurity@worldbank.org
- Número do Serviço Nacional de Violência Conjugal: +1 800-799-7233, ajuda confidencial para VÍTIMAS e ABUSADORES.
- Mais informações: visite www.worldbank.org/domesticabuse.

Outros Recursos

Para empregados do Banco Mundial

- Serviços de Saúde do Banco Mundial: +1 202-458-4457 ou visite <http://HSDCounseling>

Para cônjuges

- Associação das Famílias: +1 202-473-8751 ou family-network@worldbank.org (veja mais no verso)

Agarre uma mão amiga!



RISCO IMEDIATO DE AGRESSÃO FÍSICA

Nos Estados Unidos, ligue para 911
Fora dos Estados Unidos, ligue para o número para emergência do país

PROGRAMA DE PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA CONJUGAL DO BANCO MUNDIAL E FUNDO MONETÁRIO INTERNACIONAL

Ligue para +1 202-458-5800

PROGRAMA DE PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA CONJUGAL DO BANCO MUNDIAL

Assistência e recursos
Horário comercial (GMT-5) +1 202-473-2931
ou daprevention@worldbank.org

MAIS INFORMAÇÕES

www.worldbank.org/domesticabuse

Este folheto foi preparado pela World Bank Family Network (WBFN) e os Serviços de Saúde (Recursos Humanos) do Grupo Banco Mundial.

WBFN é a associação das famílias do Banco Mundial, onde cônjuges voluntários ajudam outros cônjuges. Chame +1 202-473-8751 ou visite www.wbfn.org

Esperança
Ajuda
Estímulo
Proteção
Escuta
Autoconfiança
Prevenção
Solidariedade
Conselho
Compreensão

Agarre uma mão amiga

VULNERABILIDADE
FILHOS
GOLPES
INSULTOS
VIOLÊNCIA
VÍTIMAS
NECESSIDADES
FERIDAS
ABUSOS
CONTROLE
CÓLERA
RESSENTIMENTO

World Bank Group
World Bank Family Network
Against Domestic Abuse

A Violência Conjugal é...

O abuso do poder e da força para exercer controle sobre as vítimas. Um comportamento que inclui:

- Violência verbal e psicológica
- Isolamento, aprisionamento
- Ameaças
- Controle das finanças
- Violência física
- Violência sexual

É um crime nos Estados Unidos e muitos outros países

Quem são as vítimas?

- Milhares de vítimas de violência permanecem caladas; paralisadas com o medo de sofrer represálias físicas; são dependentes economicamente; temem perder a guarda dos filhos.
- A violência conjugal acontece entre pessoas de todas as culturas, todas as camadas socioeconômicas, todas as religiões.
- As vítimas são na maioria mulheres e crianças, mas também incluem homens, por exemplo em casais de mesmo sexo.

Será que estou sendo abusada?

Seu cônjuge...

- Lhe rebaixa, humilha, na frente de seus amigos e familiares?
- Desconsidera suas realizações?
- Nega sua capacidade de tomar decisões?
- Usa de ameaças para obter o que quer?
- Lhe diz que você não é nada sem ele?
- Lhe brutaliza, empurra, sacode, belisca, bate?
- Lhe chama inúmeras vezes por telefone ou SMS ao longo do dia, ou até surge perto de você para verificar o que faz?
- Usa álcool e drogas como desculpa por fazer ou dizer coisas erradas?
- Lhe acusa de ser responsável pela situação?
- Lhe impõe certos atos sexuais que você não quer fazer?
- Lhe faz sentir que não há como sair desta situação, desta relação?
- Lhe proíbe fazer as coisas que quer, como visitar amigos ou familiares?
- Não lhe deixa sair depois de uma briga, ou lhe prende em algum lugar para lhe "dar uma lição"?

Você...

- Sente medo às vezes de como seu cônjuge /parceiro vai reagir?
- Sempre dá desculpas aos outros sobre o comportamento de seu cônjuge?
- Acredita que pode ajudar seu cônjuge a mudar se mudar algo em você primeiro?
- Evita fazer qualquer coisa que possa provocar um conflito ou uma briga?
- Sempre faz aquilo que seu cônjuge quer em vez daquilo que você quer fazer?
- Fica com seu cônjuge por medo do que ele poderia fazer se você o deixar?

Se você se reconhece em alguma das situações acima, fale com alguém. Se não procurar ajuda, a situação só pode continuar e piorar. Falar com alguém, procurar ajuda, é o primeiro passo, e é

UM ATO DE CORAGEM!

E lembre-se que...

- **NINGUÉM** merece ser abusado. O abuso não é sua culpa. Você não está sozinha.
- **NÃO** fique preocupada com ameaças quanto a seu visto. Temos informações sobre vistos alternativos adaptados a sua situação.
- **NÃO** se fala a língua local, podemos lhe ajudar com intérpretes falando seu idioma.

Como Ajudar um Amigo ou um Parente?

O QUE FAZER

ENCORAJE a falar sobre a situação, num lugar seguro e protegido.

ESCUTE e mostre que você acredita, e que a pessoa não está sozinha.

INCENTIVE a buscar serviços profissionais especializados em violência conjugal.

AJUDE a preparar um "plano de segurança" (juntar os documentos essenciais, definir um lugar seguro para ir caso tenha que fugir correndo de casa).

SEJA paciente e sempre ofereça seu amparo.

RECONHEÇA a coragem da pessoa, demonstre sua admiração.

O QUE NÃO FAZER

NUNCA critique ou julgue as decisões tomadas.

NÃO pressione para tomar decisões apressadas.

NÃO assuma responsabilidades demais. Deixe a pessoa decidir quanto ao momento para agir.

NÃO subestime o quão perigosa a situação pode ser.

Como impacta nas crianças?

Em cerca da metade dos lares com violência conjugal, também há maus tratos contra as crianças. Elas correm o risco de ter sérios problemas de desenvolvimento, e podem apresentar:

- Ansiedade, depressão, agressividade, baixa autoestima
- Distúrbios de apetite ou sono
- Sintomas psicossomáticos
- Sensibilidade a ruídos fortes

Ajuda, Informações, recursos

Informações disponíveis para empregados e cônjuges do Grupo Banco Mundial a www.worldbank.org/domesticabuse

VÍTIMAS

- Nos Estados Unidos: www.thehotline.org/help/resources, National domestic Violence Hotline 1-800-799-7233 (assistência confidencial e recursos para vítimas).
- Fora dos Estados Unidos: www.hotpeachpages.net. Lista Internacional de Agências de combate à Violência Conjugal.

ABUSADORES

- Nos Estados Unidos: www.thehotline.org/help/for-abusive-partners, National domestic Violence Hotline 1-800-799-7233

Sou um abusador?

- A violência conjugal se repete porque dá o controle da situação ao abusador, nenhum à vítima.
- Lembrese que se o abusador decide parar, a violência para. Você pode pôr um fim à situação.

Se você crê baseado nesses aspectos que pode estar se comportando como abusador...

...PROCURE AJUDA!