

# Violência doméstica

## (SERVIÇOS DE INFORMAÇÃO E SUPORTE)



### COMO RECONHECER A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

A violência doméstica assume muitas formas, como abuso físico, verbal, emocional, psicológico, sexual, financeiro e espiritual. Pode ocorrer em todos os tipos de relacionamento; parceiro(a) atual e ex-parceiros, união estável e parceiros de namoro, em relações de gêneros diversos e em todas as idades - de jovens a idosos. As vítimas podem ser sujeitas a isolamento, assédio, humilhação, intimidação, ameaças, violência física e sexual e chantagem emocional. As crianças também são vulneráveis. Elas podem estar diretamente sujeitas a abusos ou expostas à violência em sua casa, o que afeta negativamente sua saúde mental e física, tanto no momento atual quanto no futuro.

### COMO PROCURAR AJUDA



#### VÍTIMAS

Se você é, ou pensa que pode ser vítima de violência doméstica, há pessoas que se importam e estão prontas para ouvi-lo(a), mesmo durante esta pandemia. Se você e seus filhos estiverem em perigo imediato, ligue para 9-1-1.

- Você pode entrar em contato com a casa de transição local, ou através da extensão de violência doméstica, na linha de crise. Clique no link a seguir para obter informações sobre serviços: Support Services for Victims of Abuse.
- **A polícia pode ajudá-lo(a) mesmo que não seja uma emergência.**
- Existem ferramentas que podem ajudá-lo(a) a ficar mais seguro, a sair ou continuar vivendo em um relacionamento violento. Essas ferramentas são gratuitas. Clique aqui <http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/safety-planning> Você também pode ligar para um dos provedores de serviços que pode ajudá-lo a planejar sua segurança com você por telefone.
- **Não há problema em sair de casa, se isso é a coisa mais segura para você. Se for um lugar perigoso, não é de se esperar que você se isole em casa.**
- Se você precisar de mais ajuda para melhorar sua segurança, as Ordens de Intervenção de Emergência são ordens judiciais que as vítimas podem solicitar em situações urgentes e graves. Para maiores informações, visite [http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/emergency\\_intervention\\_orders](http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/emergency_intervention_orders)



## CRIANÇAS

Se você é uma criança ou adolescente que mora em uma casa onde há violência doméstica, a vida em casa pode ser incerta, difícil ou até assustadora. **Estamos preocupados com a sua segurança e bem-estar. Há pessoas que se importam e estão prontas para ouvi-lo.**

- Se você e / ou outra pessoa em sua casa estiver em perigo, ligue para 9-1-1.
- Existe suporte para você. **Ligue, envie mensagens de texto ou converse ao vivo com o Kids Help Phone 1-800-668-6868 ou visite o website (<https://kidshelpphone.ca/>) ou ligue ou acesse o site CHIMO ([www.chimohelpline.ca/](http://www.chimohelpline.ca/)), 1-800-667- 5005.**
- Se houver uma briga ou violência em sua casa, fique longe do que está acontecendo. **Encontre um lugar seguro.**

---

## ESPECTADORES



Se você é um membro da família, amigo, vizinho ou colega de trabalho e conhece ou suspeita que alguém é vítima de violência doméstica, seu apoio é importante. Ouça sem julgamento. Deixe-os contar sua história em sua própria velocidade, em suas próprias palavras. Diga à vítima que você acredita nelas. Seu familiar, amigo, vizinho ou colega de trabalho pode estar sentindo vergonha, humilhação e, muito provavelmente, medo. Seu tempo e atenção podem fazer a diferença.

- Se você ou seu membro da família, amigo, vizinho, colega de trabalho estiverem em perigo imediato, ligue para 9-1-1. A polícia pode ajudá-lo, mesmo que não seja uma emergência.
- Você pode entrar em contato com a casa de transição local, ou através da extensão de violência doméstica, na linha de crise. Clique no link a seguir para obter informações sobre serviços: [Support Services for Victims of Abuse](#).
- Para saber mais sobre a violência doméstica e como ajudar, visite o site da Campanha Amor Não Dói. [www.gnb.ca/violence](http://www.gnb.ca/violence).
- Clique aqui para obter mais informações sobre violência doméstica, violência doméstica ou violência sexual: [DIVPFactSheet-EN.pdf \(gnb.ca\)](#)

---

## LIDANDO COM SEUS PRÓPRIOS COMPORTAMENTOS VIOLENTOS



As pessoas que pararam de usar a violência dizem que a parte mais difícil é admitir que precisavam de ajuda para mudar seu comportamento. Mudar seu comportamento exige coragem, mas traz recompensas ao longo da vida.

Se sua família tem medo de você, ou se as pessoas lhe dizem que seu comportamento é assustador, você pode precisar fazer alterações na maneira como se comporta.

Mudança é possível, é preciso coragem, esforço e determinação. Existem serviços em New Brunswick que oferecem programas e suporte para você aprender novas maneiras de se comportar. Veja o site do PLEIS-NB ([Abusive partners Eng.pdf \(legal-info-legale.nb.ca\)](#))