

OUTROS INSTRUMENTOS - GUIAS E APLICAÇÕES

Guia de Recursos da Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género: encontra contactos das entidades que integram, em Portugal, a RNAVVD, bem como serviços de saúde, justiça, proteção de crianças e jovens.

APPVD: aplicação gratuita, disponível na App Store e Google Play.

APP Bright SKY: aplicação gratuita, disponível na App Store e Google Play, com informação útil e direcionada para vítimas de violência doméstica.

Esta APP está adaptada à realidade do Reino Unido, Irlanda, República Checa, Luxemburgo, África do Sul, Albânia, Itália, Nova Zelândia e Hungria.

CAMPANHAS DISPONÍVEIS EM WWW.CIG.GOV.PT:

Campanha #Eusobrevivi

Reforça a vigilância contra a violência doméstica e alerta para os desafios impostos pela pandemia COVID-19.



Campanha #SegurançaEmIsolamento



Desenvolvida no âmbito da pandemia por COVID-19, com contactos úteis e conselhos de segurança. Estes materiais estão disponíveis em 8 idiomas e em língua gestual portuguesa.

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA



VIOLENCIA DOMÉSTICA

No caso de **ser vítima de violência doméstica** e viver no estrangeiro é preciso perceber o sistema de proteção e apoio no país em que se encontra, assim como o sistema português de proteção e apoio. Procure informar-se dos **locais e serviços** onde pode **receber apoio** jurídico, psicológico ou social, bem como fazer a **denúncia** do crime. Pode ainda entrar em contacto com as representações diplomáticas portuguesas – consulados ou embaixadas – no país onde se encontra a trabalhar e/ou residir.

O QUE É VIOLENCIA DOMÉSTICA?

Embora o enquadramento legal sobre o crime de violência doméstica possa ser diferente de país para país, considera-se que esta se pode caracterizar por **atos de violência física, psicológica, sexual e ou económica**.

Em Portugal é crime público. Denunciar é uma responsabilidade de todas as pessoas, para além da própria vítima.

QUEM SÃO AS VÍTIMAS?

Em Portugal, é considerado crime de violência doméstica os **comportamentos violentos** quando **cometidos sobre:**

- **Cônjugue ou ex-cônjuge,**
- **unido/a de facto ou ex-unido/a de facto,**
- **namorado/a ou ex-namorado/a**
- **progenitor/a** de descendente comum em 1.º grau, quer haja ou não coabitação.

Incluem-se, ainda,

- **pessoas particularmente vulneráveis** em razão da idade, deficiência, doença, gravidez ou dependência económica, que coabitam com a pessoa agressora.

Informe-se no país onde reside, do respetivo enquadramento legal, bem como dos seus direitos, caso seja vítima de violência doméstica.

RECONHECE ESTES SINAIS?

- **Desvalorizar** opiniões;
- **Agredir** verbalmente;
- **Humilhar;**
- **Controlar** o que veste e com quem fala;
- **Isolar** e marginalizar;
- Agredir e ou **torturar**;
- **Abusar** sexualmente;
- **Ameaçar** de morte...

DENUNCIE ESTES COMPORTAMENTOS.
PEÇA APOIO.

COMO ATUAR?

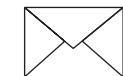
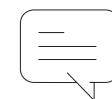
Qualquer pessoa que seja vítima ou conheça a situação de violência deve **pedir ajuda e denunciar** às entidades competentes.

Existem **profissionais preparados/as** para prestar o apoio necessário e garantir a segurança da vítima.

Se se encontrar **em Portugal** poderá obter apoio, de forma gratuita, junto da **Rede Nacional de Apoio a Vítimas de Violência Doméstica (RNAVVD)**, que inclui:

- Estruturas de atendimento: apoio jurídico, psicológico e social.
- Respostas de acolhimento de emergência.
- Casas de abrigo.

Peça ajuda:



800 202 148

3060

violencia.covid@cig.gov.pt