



*Conselho Municipal dos
Direitos da Mulher*

ACOLHER, PROTEGER, EMPODERAR

— TUPÃ - SP —



ACOLHER, PROTEGER e EMPODERAR



**GUIA PRÁTICO
CONTRA A VIOLÊNCIA À
MULHER EM TUPÃ**





acolhimento



Este guia foi criado para oferecer suporte, orientação e recursos práticos a mulheres em situação de vulnerabilidade. Acolher significa ouvir sem julgamento, oferecer apoio emocional e garantir que cada mulher saiba que não está sozinha. Aqui você encontrará caminhos para identificar situações de violência e dar o primeiro passo rumo à segurança e à liberdade.



proteção



Conheça seus direitos e saiba como acessar os serviços de proteção disponíveis em Tupã. Desde medidas protetivas de urgência até redes de apoio institucionais, este guia orienta sobre como acionar os mecanismos legais e sociais que garantem sua segurança e a de seus filhos.



empoderamento

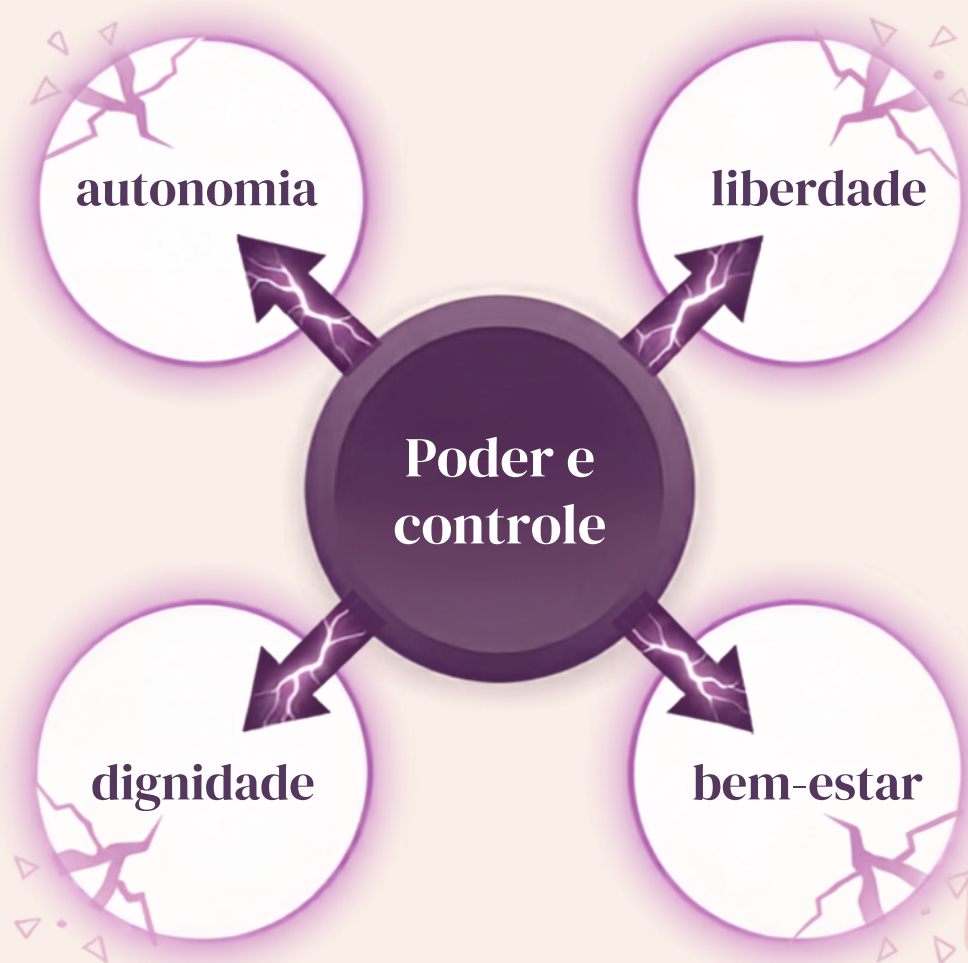


Empoderar é fortalecer cada mulher para que reconheça seu valor, conheça seus direitos e tenha autonomia para fazer escolhas e reconstruir sua própria história. Este guia apresenta informações e caminhos que contribuem para o fortalecimento da autoestima, da independência e da confiança, incentivando a construção de uma vida livre de violência, com dignidade, segurança e liberdade.

O que é uma relação abusiva?

Uma relação abusiva não é um conflito isolado ou uma discussão ocasional. É um padrão repetitivo de comportamentos voltados a dominar, intimidar ou manipular o outro.

Pode ocorrer em relacionamentos amorosos, familiares, de amizade ou de trabalho, causando graves prejuízos físicos e emocionais à vítima.



Sinais de alerta

o controle começa de forma sutil.



Ciúmes excessivos e necessidade constante de saber sua localização.



Controle sobre roupas, amigos e redes sociais.



Invasão de privacidade (exigência de senhas e acesso ao celular).



Humilhações públicas ou privadas e desvalorização constante.



Manipulação emocional ("Você é culpada por agir assim").



Ameaças de abandono, suicídio ou violência.



Isolamento forçado da família e dos amigos.



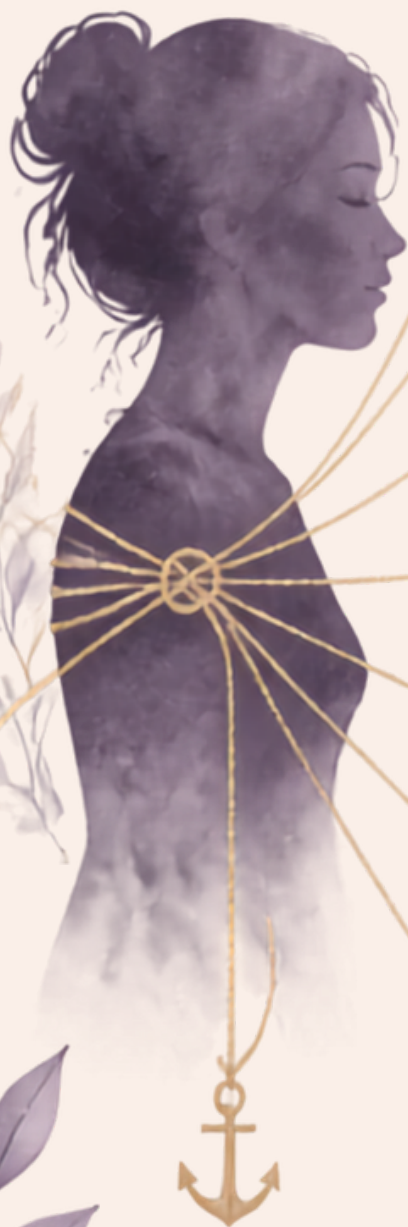
Intimidação e agressões físicas ou sexuais.



Nenhum desses comportamentos é normal.
Você merece respeito, liberdade e segurança.
Peça ajuda. Você não está sozinha.

As âncoras invisíveis:

por que é tão difícil sair?



isolamento social
pré-estabelecido



baixa autoestima
destruída ao longo
do tempo



vergonha e medo
de não ser
acreditada



filhos em comum



dependência
financeira e
controle de
recursos



medo de ameaças



esperança de
mudança do
agressor

Matriz Diagnóstica:

Avaliando a Relação

Relação Abusiva	Conceito Central	Relação Saudável
Dominação, controle unilateral, imposição.	 Poder e Decisão	Igualdade nas decisões, respeito mútuo.
Isolamento, perda da identidade, anulação.	 Individualidade	Liberdade individual, estímulo ao crescimento, confiança.
Humilhação, gritos, ameaças, manipulação.	 Comunicação	Comunicação aberta, resolução de conflitos sem violência.
Coerção, práticas não consensuais.	 Intimidade e Corpo	Consentimento absoluto, respeito ao tempo do outro.

Tipos de Violência

Lei Maria da Penha (Lei 11.340/2006)



Física

Empurrões, tapas, socos, estrangulamento ou qualquer conduta que cause dano à integridade física.



Psicológica

Ameaças, humilhações, manipulação, perseguição e controle de ações que causam dano emocional e destroem a autoestima.



Sexual

Coagir ou obrigar a participar de atos sexuais sem consentimento, ou impedir o exercício de direitos reprodutivos (forçar gravidez/aborto).



Patrimonial

Retenção, destruição ou controle de bens, documentos, dinheiro e instrumentos de trabalho.



Moral

Condutas que atentam contra a honra e reputação: calúnia, difamação e injúria, expondo a mulher ao descrédito.



Vicária

O uso de terceiros (especialmente os filhos ou animais) como instrumento para causar sofrimento, ameaçar e punir a mulher.

Como agir:

1 Se houver risco iminente à vida

→ **Ligue imediatamente para a Polícia Militar**

190

2 Se precisar de informações, apoio ou quiser denunciar anonimamente

→ **Ligue para a Central de Atendimento à Mulher**

180

(gratuito, nacional)

3 Para registrar o crime e afastar o agressor

→ **Vá a uma Delegacia de Defesa da Mulher (DDM)**

Solicite Medidas Protetivas de Urgência.

4 Em caso de agressão física/sexual

→ **Busque atendimento médico imediato**

Relatórios médicos são provas fundamentais para responsabilizar o agressor.



O Escudo Legal:

Medidas Protetivas de Urgência

1



Afastamento imediato do agressor do lar.

2



Proteção dos filhos e acompanhamento para retirada de pertences seguros.

3



Determinações judiciais imediatas para interromper o ciclo de violência e garantir a imunidade da mulher..

4



Proibição de aproximação e contato com a vítima, familiares e testemunhas.

5



Restrição ou suspensão do porte de armas do agressor.

6



Fixação de alimentos provisórios (pensão).



A LEI ESTÁ AO SEU LADO.

Você não está sozinha.



Fiscalização, Consequências e Agravantes



Tornozeleira Eletrônica

Equipamento de monitoramento judicial utilizado para garantir o distanciamento. Emite alertas de exclusão em caso de aproximação indevida do agressor.



Descumprimento é Crime

Violar a medida protetiva (ex.: mandar mensagem ou se aproximar) é crime imediato (Art. 24-A), sujeito à prisão em flagrante ou preventiva, independente de nova agressão. Ligue 190.



O Crime de Tortura

A prática reiterada de violência doméstica visando intenso sofrimento físico ou mental como forma de castigo e domínio pode ser caracterizada como Crime de Tortura, sujeitando o agressor a penas severíssimas.

A lei protege. O descumprimento pune.

Rede de apoio *em Tupã-SP*



Justiça Defensoria Pública

R. João Tavares do Couto, 15 |
(14) 3722-2000

Assistência jurídica gratuita.



Fiscalização Ministério Público

Av. Dr. Edu Teixeira de
Mendonça, 67 | (14) 3441-5453

Acompanhamento criminal e
responsabilização.



Segurança Delegacia de Defesa da Mulher (DDM)

R. Mandaguaris 876 |
(14) 3496-2555

Para boletins de ocorrência e
medidas protetivas.

Rede de Apoio Tupã



Centro de Referência CREAS - Apoio Especializado a Pessoas e Famílias em Situação de Risco Social

Rua Iporans 1128, centro
(14) 3491-5370



Acolhimento Secretaria de Desenvolvimento Social e Família

R. Paiguás, 609 |
(14) 3496-2464

Encaminhamento e assistência
social.



Alerta Importante:

Responsabilidade e Boa-Fé

A Lei Maria da Penha é um instrumento vital de salvação e proteção. Sua utilização como forma de vingança — por meio de falsas denúncias — prejudica o funcionamento da rede, tira recursos de vítimas em perigo real e constitui infração penal grave para quem acusa falsamente.

Denunciar é um direito e um ato de coragem quando a violência é real. A denúncia deve ser feita com total compromisso com a verdade.



Conselho Municipal dos Direitos da Mulher

ACOLHER, PROTEGER, EMPODERAR

— TUPÃ - SP —

Ninguém precisa abrir mão da própria
identidade, segurança ou dignidade
para manter um relacionamento.

Você não está sozinha.

Uma parceria do Conselho Municipal da Mulher, Polícia Civil e
Prefeitura Municipal de Tupã.