

## INSTITUIÇÕES DE PROTEÇÃO

Se não estiver mais seguro na sua casa, as seguintes instituições oferecem abrigo.

### PARA MULHERES

#### Frauenhaus Zürich Violetta

044 350 04 04 • [www.frauenhaus-zhv.ch](http://www.frauenhaus-zhv.ch)

#### Frauenhaus Winterthur

052 213 08 78 • [www.frauenhaus-winterthur.ch](http://www.frauenhaus-winterthur.ch)

#### Frauenhaus und Beratungsstelle Zürcher Oberland

044 994 40 94 • [www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch](http://www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch)

### PARA CRIANÇAS E JOVENS

#### Schlupfhuus Zürich

043 268 22 66 • [www.schlupfhuus.ch](http://www.schlupfhuus.ch)

#### Mädchenhaus Zürich

044 341 49 45 • [www.maedchenhaus.ch](http://www.maedchenhaus.ch)

#### Krisenwohngruppe Winterthur

052 245 04 30 • [www.okeywinterthur.ch](http://www.okeywinterthur.ch)

### PARA HOMENS

#### ZwüscheHalt

Aargau: 056 552 08 70 • Bern: 031 552 08 70  
Luzern: 041 552 08 70 • [www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

## SERVIÇOS POLICIAIS ESPECIALIZADOS

#### Kantonspolizei Zürich • Fachstelle Häusliche Gewalt

044 295 98 60 • [fachstelle.hg@kapo.zh.ch](mailto:fachstelle.hg@kapo.zh.ch)

#### Stadtpolizei Zürich • Fachstelle Häusliche Gewalt

044 411 64 12 • [fachstelle.hg@zuerich.ch](mailto:fachstelle.hg@zuerich.ch)

#### Stadtpolizei Winterthur • Fachstelle Häusliche Gewalt

052 267 64 69 • [fachstelle.hg@win.ch](mailto:fachstelle.hg@win.ch)

## CENTROS DE ACONSELHAMENTO

Os centros de aconselhamento fornecem informações e apoio em relação a questões pessoais e jurídicas. O aconselhamento é sigiloso e para pessoas vítimas de violência, gratuito.

### PARA VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA

#### Opferberatung Zürich

für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder  
044 299 40 50 • [www.obzh.ch](http://www.obzh.ch)

#### BIF Beratungsstelle für Frauen

gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft  
044 278 99 99 • [www.bif-frauenberatung.ch](http://www.bif-frauenberatung.ch)

#### Frauenberatung sexuelle Gewalt

gegen sexuelle und häusliche Gewalt  
044 291 46 46 • [www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)

#### Beratungsstelle Frauen-Notteléfono Winterthur

Opferhilfe für Frauen und weibliche Jugendliche  
052 213 61 61 • [www.frauennottelefon.ch](http://www.frauennottelefon.ch)

#### Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich

044 266 76 46 • [www.kinderschutzgruppe.ch](http://www.kinderschutzgruppe.ch)

#### Beratungsstelle KOKON

Opferhilfe und Krisenberatung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene  
044 545 45 40 • [www.kokon-zh.ch](http://www.kokon-zh.ch)

#### Fachstelle OKey

Opferhilfeberatung und Kinderschutz  
052 245 04 04 • [www.okeywinterthur.ch](http://www.okeywinterthur.ch)

### PARA AGRESSORES

#### mannebüro züri

044 242 08 88 • [www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)

#### Fachberatung Häusliche Gewalt

079 741 17 00 • [www.fbhg.ch](http://www.fbhg.ch)

#### KONFLIKT.GEWALT.

078 778 77 80 • [www.konflikt-gewalt.ch](http://www.konflikt-gewalt.ch)

**ESTAMOS AQUI POR VOCÊ.  
CHAME-NOS E VAMOS AJUDAR.  
IMEDIATAMENTE E TAMBÉM  
MAIS TARDE.**

**NO PRÓXIMO POSTO POLICIAL OU  
EM CASO DE EMERGÊNCIA ☎ 117**

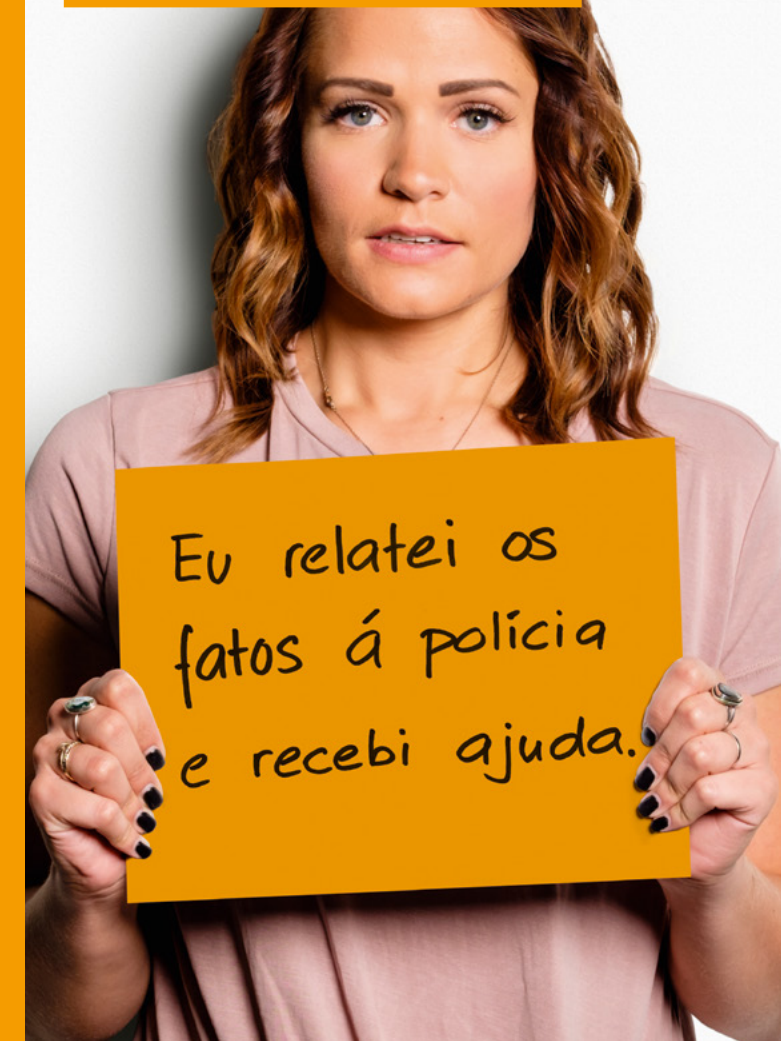
## KANTONSPOLIZEI ZÜRICH

Präventionsabteilung  
IST - Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt  
Postfach  
8021 Zürich  
[www.zh.ch/haeusliche-gewalt](http://www.zh.ch/haeusliche-gewalt)

044 295 98 25  
[ist@kapo.zh.ch](mailto:ist@kapo.zh.ch)



**PARE  
VIOLÊNCIA  
DOMÉSTICA**



**LIGUE-NOS. NÓS AJUDAMOS. IMEDIATAMENTE E TAMBÉM MAIS TARDE. ☎ 117**

[www.zh.ch/haeusliche-gewalt](http://www.zh.ch/haeusliche-gewalt)



# VIOLÊNCIA DOMÉSTICA É CRIME!

A violência doméstica têm muitas faces. Ela não apenas abrange violência e perseguição em um relacionamento amoroso atual ou dissolvido, mas também entre familiares e parentela. Uma vida em comum não é um pressuposto.

Exemplos de violência doméstica:

- insultar, ameaçar, intimidar ou humilhar
- perseguir, assediar ou vigiar
- bater, dar pontapés, estrangular ou atirar objetos
- forçar atos sexuais
- prender dentro de casa
- proibir ou controlar o contato com familiares e amigos
- casamento forçado
- não fornecer dinheiro para as despesas domésticas ou apossar-se indevidamente do salário.

## Medidas de proteção – lei de proteção contra a violência

Para proteção da vítima, a polícia pode ordenar as seguintes medidas imediatas contra a pessoa agressora por 14 dias:

- expulsão do apartamento ou da casa
- proibição de estabelecer contato com a vítima e seus parentes próximos
- proibição de acesso a determinados locais próximos à vítima (p. ex. local de residência, local de trabalho ou caminho para o trabalho/escola)

Se o perigo persistir, a vítima pode solicitar ao tribunal o prolongamento das medidas de proteção por no máximo 3 meses. Centros de aconselhamento à vítima oferecem ajuda nestes casos.

# VOCÊ É VÍTIMA DE VIOLÊNCIA?

Todo mundo tem o direito de ter uma vida sem violência; você também.

Se você é vítima de violência doméstica, é importante que procure ajuda, mesmo se for difícil interromper o silêncio. Muitas vezes é preciso muita coragem para entrar em contato com um centro de aconselhamento ou com a polícia. Faça-o mesmo assim, para obter a chance de encontrar compreensão, segurança e soluções para o problema. Quanto mais cedo, melhor.

## O que posso fazer, se sou vítima de violência doméstica?

- Em casos de emergência acione a polícia (☎117) ou apresente queixa no posto policial mais próximo. A polícia imediatamente providenciará ajuda e proteção.
- Entre em contato com um centro de aconselhamento para vítimas. Estes centros fornecem apoio acerca de questões pessoais e jurídicas. O aconselhamento é gratuito e sigiloso.
- Converse com uma pessoa de sua confiança sobre este tema. Esta poderá dar-lhe apoio e, em casos de emergência, chamar por ajuda.
- Leve seus pertences pessoais (p. ex. documento de identidade, documento de permissão de permanência, cartões bancários) para um lugar seguro.
- Explique aos seus filhos o que devem fazer em casos de emergência.
- Endereços e informações estão disponíveis na página [www.zh.ch/haeusliche-gewalt](http://www.zh.ch/haeusliche-gewalt).

# VOCÊ PRATICOU ATOS DE VIOLÊNCIA?

Você tem medo de perder o controle e gritar com pessoas próximas a você, de bater ou ameaçar? As vezes não sabe controlar sua raiva?

A violência é indisciplinável – até mesmo no convívio com o companheiro ou familiares. Demonstre coragem e assuma responsabilidade, antes que seja tarde demais.

## O que devo fazer, se ameaço ou pratico atos de violência?

- Procure ajuda e apoio em um centro de aconselhamento para pessoas que praticam atos de violência.
- Converse com uma pessoa de sua confiança sobre os seus sentimentos e problemas em relação à violência.
- É prudente retirar-se em situações de conflito e estresse. Se você perceber que está perdendo o controle, por exemplo, saia da residência. Dê um passeio ou ligue para um amigo ou uma amiga.
- Procure ajuda de um médico ou psicólogo.
- Endereços e informações estão disponíveis na página [www.zh.ch/haeusliche-gewalt](http://www.zh.ch/haeusliche-gewalt).

# AJUDE PESSOAS AFETADAS!

Você observou atos de violência doméstica ou algo chamou a sua atenção? Uma pessoa afetada pediu a sua ajuda? Seus vizinhos tem discussões intensas frequentemente, a ponto de deixar você com um mau pressentimento? Não sabe como deve reagir? Situações assim podem ser muito preocupantes. É preciso muita coragem para interferir em assuntos pessoais de outras pessoas. Mesmo assim, agir é importante. Demonstre coragem cívica, quanto mais cedo - melhor.

## O que posso fazer sendo eu uma terceira pessoa?

- Leve a vítima a sério e demonstre compreensão, compaixão e sobretudo paciência.
- Não se coloque em perigo sem necessidade. Em casos de emergência chame a polícia (☎117).
- Só fale com a vítima de violência se ela estiver sozinha.
- Informe a pessoa afetada de que a violência doméstica não é permitida e que existe ajuda.
- Oriente a vítima sobre as ofertas de ajuda e apoio.
- Centros de aconselhamento para vítimas também ajudam terceiros em como lidar com vítimas de violência.
- Endereços e informações estão disponíveis na página [www.zh.ch/haeusliche-gewalt](http://www.zh.ch/haeusliche-gewalt).