

## 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](mailto: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](mailto: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](http://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](mailto: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](mailto:daprevention@worldbank.org)

### MAIS INFORMAÇÕES

[www.worldbank.org/domesticabuse](http://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](http://www.wbfn.org)



## 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.



World Bank Group  
World Bank Family Network  
Against Domestic Abuse

## 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](http://www.worldbank.org/domesticabuse)

### VÍTIMAS

- Nos Estados Unidos: [www.thehotline.org/help/resources](http://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](http://www.hotpeachpages.net). Lista Internacional de Agências de combate à Violência Conjugal.

### ABUSADORES

- Nos Estados Unidos: [www.thehotline.org/help/for-abusive-partners](http://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!**