VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHA.

INSTITUTO AME-SE

POR RESPEITO, EMPATIA E IGUALDADE.



Pedir ajuda é um ato de coragem.
Estamos aqui para caminhar ao seu lado.

INSTITUTOAME.SE

www.institutoamese.org.br

@institutoame.se

QUEM SOMOS?

O Instituto AME-SE oferece um espaço seguro de acolhimento, escuta e orientação para mulheres em situação de violência, vulnerabilidade ou dependência emocional.
Se você está vivendo uma situação de violência ou sente que seus direitos estão sendo desrespeitados, saiba que você não está sozinha.

www.institutoamese.org.br
@institutoame.se

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Violência doméstica e familiar contra a mulher é qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial.

VIOLÊNCIA DE GÊNERO

É toda violência cometida contra a mulher pelo fato de ela ser mulher. Pode se manifestar de diferentes formas: física, psicológica, sexual, patrimonial, moral e digital.

VIOLÊNCIA FÍSICA

Entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher.
Espancamento, atirar objetos, sacudir e apertar braços, estrangulamento ou sufocamento, leões com objetos cortantes ou perfurantes, ferimentos causados por queimaduras ou armas de fogo, tortura.

VIOLÊNCIA VICÁRIA

É uma forma de violência psicológica em que o agressor utiliza os filhos, familiares ou animais de estimação para causar sofrimento à mulher, ameaçando, manipulando ou dificultando vínculos afetivos como forma de controle e punição.

VIOLÊNCIA SEXUAL

É qualquer ato que viole a liberdade sexual e reprodutiva da mulher, obrigando-a a praticar ou presenciar atos sexuais sem consentimento, por meio de força, ameaças ou coerção. Também inclui impedir o uso de contraceptivos ou forçar decisões sobre gravidez, aborto, casamento ou prostituição.

VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

É toda conduta que provoca danos emocionais e compromete a autoestima ou a liberdade da mulher, como ameaças, humilhações, manipulação, chantagem, isolamento social, vigilância excessiva e restrições à sua autonomia. Também inclui perseguições e atitudes que distorcem fatos para fazê-la duvidar da própria memória ou sanidade mental.

VIOLÊNCIA MORAL

É toda ação que atinge a honra e a reputação da mulher, por meio de acusações falsas, exposição de sua intimidade, julgamentos ou ofensas que buscam desqualificá-la e prejudicar sua imagem.

VIOLÊNCIA DIGITAL

É a violência praticada por meios digitais, como redes sociais e aplicativos, que busca constranger, ameaçar ou controlar a mulher. Inclui a divulgação de imagens íntimas sem consentimento, perseguição virtual, invasão de dispositivos e exposição de dados pessoais.

VIOLÊNCIA PATRIMONIAL

É qualquer ação que prejudique a autonomia financeira da mulher ou cause danos aos seus bens, documentos e recursos. Inclui controlar seu dinheiro, reter pertences, destruir documentos, deixar de pagar pensão alimentícia ou impedir o acesso a recursos necessários para sua subsistência.

SAIBA QUANDO E ONDE PROCURAR AJUDA

190 — **EMERGÊNCIA**
Polícia Militar

192 — **EMERGÊNCIA**
SAMU

180 — **ORIENTAÇÃO E DENÚNCIAS**
Central de Atendimento a Mulher

153 — **GUARDA CIVIL**

SAIBA QUANDO E ONDE PROCURAR AJUDA

Orientação jurídica gratuita para garantir seus direitos: procure a **Defensoria Pública.**

Registro de ocorrências de violência: procure a **Delegacia de Defesa da Mulher (DDM)** mais próxima da sua região.

Acolhimento e orientação: conte com o Instituto AME-SE para acolhimento, orientação e encaminhamento às redes de apoio disponíveis:

Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) ou o **Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS)**

Entre em contato com o Instituto Ame-se pelo WhatsApp: (13) 99767-2097

www.institutoamese.org.br
@institutoame.se

SAIBA QUANDO E ONDE PROCURAR AJUDA

SP Mulher Segura: Um aplicativo de proteção às mulheres que oferece o Botão do Pânico para aquelas que possuem medida protetiva. Em situações de risco, o acionamento envia um alerta à Polícia Militar e informa a localização da vítima, agilizando o atendimento.

Acolhe Mais: atendimento psicológico pelo SUS: Em situação de violência você também pode solicitar teleatendimento psicológico gratuito pelo SUS, de forma remota, pelo aplicativo Meu SUS Digital.

CANAIS DE AJUDA

SP MULHER SEGURA PLAY STORE

SP MULHER SEGURA APPLE STORE

ACOLHE MAIS PASSO A PASSO

PARA REGISTRAR OCORRÊNCIA

www.institutoamese.org.br
@institutoame.se

MITOS X VERDADES
SOBRE A VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

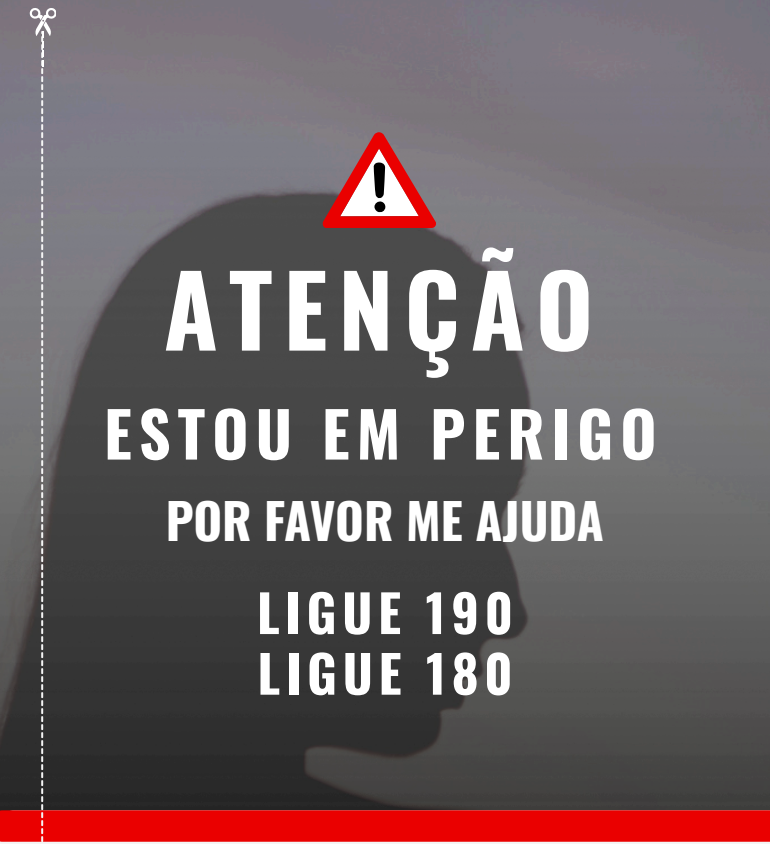
MITO
"Se não deixou marcas, não foi violência."

VERDADE
A violência não é apenas física. Ameaças, humilhações, controle e outras formas de abuso também causam danos e não devem ser ignoradas.

MITO
"Se ela voltou para o relacionamento, é porque gosta de sofrer."

VERDADE
Medo, dependência financeira, ameaças e esperança de mudança podem dificultar o rompimento. Cada situação tem suas particularidades, e a mulher precisa de acolhimento, não de julgamentos.

A CULPA NUNCA É DA VÍTIMA. INFORMAÇÃO, ACOLHIMENTO E APOIO SÃO FUNDAMENTAIS PARA ROMPER O SILÊNCIO E BUSCAR PROTEÇÃO.



ATENÇÃO

ESTOU EM PERIGO

POR FAVOR ME AJUDA

LIGUE 190
LIGUE 180

Nome: _____

Telefone: _____

Endereço: _____

_____

AGRADECIMENTO

O Instituto Ame-se agradece a todos que apoiam nossa missão de acolher, conscientizar e fortalecer mulheres vítimas de violência.
Cada voz, gesto e atitude fazem parte da construção de uma sociedade mais segura, justa e livre da violência.
Obrigada por fazer parte dessa causa.

Sigam os nossos apoiadores nas redes sociais:

KELLYDAVILLAA

NF.ARTEDESORRIR

RAIZES.SOCIAIS

PAULODEJESUS.ADV

Kelly da Villa
a voz que inspira

NF ODONTOLOGIA
A ARTE DE SORRIR

RAÍZES SOCIAIS
CONSULTORIA E GESTÃO DO 3º SETOR

PJ
Paulo de Jesus
ADVOGADO CRIMINALISTA