

**"Não é um evento isolado,
o nome é patriarcado.
O sexismo é a raiz do
problema".**

Não estás só

Recursos

**LIGUE
112 E 016**

Livre e seguro

não deixa rastros
nas ligações

✓ **Policía Nacional de Mérida**

Av de las Comunidades, 5
06800 Mérida
Tel.: 091 / +34 924314711

✓ **Policía Local de Mérida**

Calle Calvario, s/n
06800 Mérida
E-mail: policiaLocal@merida.es
Tel.: 092 / +34 924 38 01 38

✓ **Associação de Mulheres Malvaluna**

Calle Anas, s/n Despachos 3 y 4
06800 Mérida
E-mail: asociacionmalvaluna@gmail.com
Tel.: +34 651 886 000 / +34 924 318 303

Recursos

✓ **Delegação de Igualdade do Município de Mérida**

- **Escritório de Igualdade e de
Violência de Gênero**
- **Ponto de Atendimento Psicológico**

Centro Clara Campoamor
Calle Ortega Muñoz, s/n 06800 Mérida
E-mail: igualdad@merida.es
Tel.: +34 924 380 140
(L-V: 08:00 - 15:00 h.)



VIOLÊNCIA SEXUAL

Folheto informativo e de
recursos para actuar
contra a violência sexual
contra as mulheres



O que é a violência sexual?

"Todo ato sexual, a tentativa de consumir um ato sexual, os comentários ou insinuações sexuais indesejadas, ou as ações para comercializar ou utilizar de qualquer outra forma a sexualidade de uma pessoa mediante coação por uma outra pessoa, independentemente da sua relação com a vítima, em qualquer âmbito, incluindo o lar e o lugar de trabalho."

Organização Mundial da Saúde
(OMS, 2009)



Manifestações de violência sexual contra as mulheres:

1. Normalização de atitudes sexistas (piadas, comentários, piropos...)
2. Degradar a imagem da vítima (através de comentários ou imagens em redes sociais)
3. Toques sem consentimento.
4. Abuso sexual, agressão sexual

Se você sofreu violência sexual:

1. Procure o apoio de uma pessoa de confiança para não passar sozinha por este processo.
2. Os testes/as provas são fundamentais. Não troque de roupa nem se lave antes do exame médico.
3. Vá, se possível acompanhada, ao hospital, delegacia ou quartel da guarda civil, mais próximo, e peça cópias de todos os relatórios.
4. Dirija-se aos recursos da sua cidade para apoio e aconselhamento.

"VOCÊ NÃO É RESPONSÁVEL PELA VIOLÊNCIA SEXUAL, O RESPONSÁVEL É O VIOLADOR"

Diferença entre Agressão e Abuso:

- 1. Abuso sexual:** atos que atentam contra a liberdade sexual, sem consentimento e sem violência nem intimidação.
- 2. Agressão sexual:** Atos que atentam contra a liberdade sexual de outra pessoa, utilizando violência e/ou intimidação.