



Cartilha da Mulher Brasileira no Reino Unido

Novembro/2020

Você **NÃO** está
SOZINHA



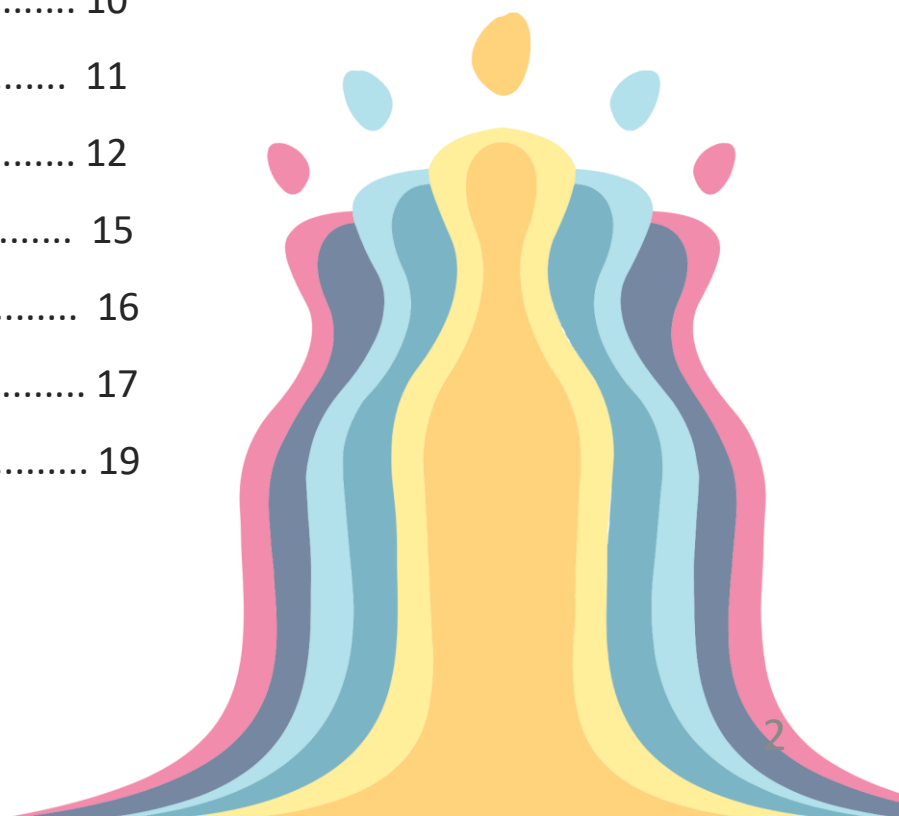
COMITÊ
DIREITOS DA
MULHER



Grupo Mulheres do Brasil
Londres¹

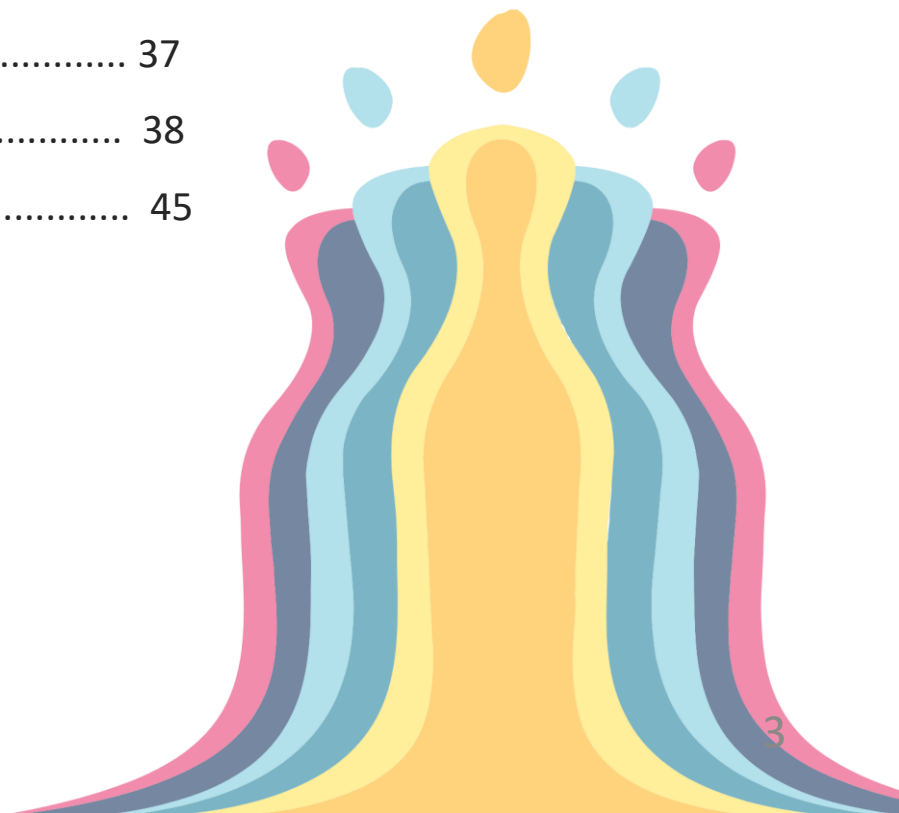
Quais informações encontro nesta Cartilha?

1. Preciso de Ajuda Agora. O que Faço?	4
2. Violentômetro	5
3. Estou Sendo Vítima de Violência Doméstica?	6
4. Qual é Ciclo da Violência?	8
5. O que é Considerado Violência?	9
6. O que Pode Ser Considerado Violência no Reino Unido?	10
7. Tipos de Abuso	11
8. Traçando um Plano de Segurança	12
9. Kit Emergência.....	15
10. Oriente e Proteja seus Filhos	16
11. Outras Orientações para seu Plano	17
12. Como Formar sua Rede Pessoal de Apoio	19



Quais informações encontro nesta Cartilha?

13. Informações Úteis para Proteção dos seus Filhos	21
14. Testamento: O que é e porquê fazê-lo	23
15. Organizações de Apoio	27
16. Outras Instituições	34
• Atendimento à Mulher Negra e Minorias Étnicas	35
• Atendimento à Comunidade LGBTQIA+	36
• Atendimento a Jovens e Crianças	37
17. Perguntas e Respostas	38
18. Outras Informações Importantes	45



Preciso de ajuda agora. O que faço?

ESTOU EM UMA
SITUAÇÃO
EMERGENCIAL?

SIM.
CORRO RISCO DE
AGRESSÃO/
SOFRI AGRESSÃO

METROPOLITAN POLICE – **999**
PEÇA INTÉRPRETE. SE FALAR FOR UM RISCO,
PRESSIONE “55” APÓS A GRAVAÇÃO.

APLICATIVO “LINHA DIRETA” - ACIONAR SUA
REDE PESSOAL DE APOIO , ENVIANDO ALERTA
(INSTALADO NO SEU CELULAR, VIDE P. 19-20)

ATENDIMENTO EM INGLÊS: DOMESTIC
NATIONAL VIOLENCE - **HELPLINE: 0 808 2000 247**

NÃO POR
ENQUANTO, MAS
PRECISO DE
INFORMAÇÕES.

CONSULTE A “CARTILHA DA MULHER BRASILEIRA
NO REINO UNIDO”. NAS PRÓXIMAS PÁGINAS VOCÊ
ENCONTRARÁ INFORMAÇÕES ÚTEIS SOBRE
VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E INSTITUIÇÕES DE APOIO E
PROTEÇÃO À MULHER NO REINO UNIDO.

VIOLENTÔMETRO

Reflita sobre
essas ações e
tome uma atitude
antes que seja
tarde demais.

CHANTAGEAR	1
MENTIR E ENGANAR	2
PIADAS OFENSIVAS	3
CIÚMES EXCESSIVOS	4
OFENDER E HUMILHAR	5
INTIMIDAR E AMEAÇAR	6
PROIBIR E CONTROLAR (amigos, família, dinheiro, lugares, roupas, aparências, atividades, internet, celular etc.)	7
DESTRUIR BENS PESSOAIS	8
MACHUCAR E AGREDIR	9
EMPURRAR	10
GOLPEAR	11
CHUTAR	12
CONFINAR E PRENDER	13
AMEAÇAR COM ARMAS	14
AMEAÇAR DE MORTE	15
ABUSAR SEXUALMENTE	16
ESPANCAR E MUTILAR	17
MATAR - FEMINICÍDIO	18

CUIDADO!
A violência
está
presente.

REAJA!
Denuncie e
peça ajuda.

ALERTA!
Sua vida está
em perigo.



ESTOU SENDO
VÍTIMA DE
VIOLÊNCIA DOMÉSTICA?

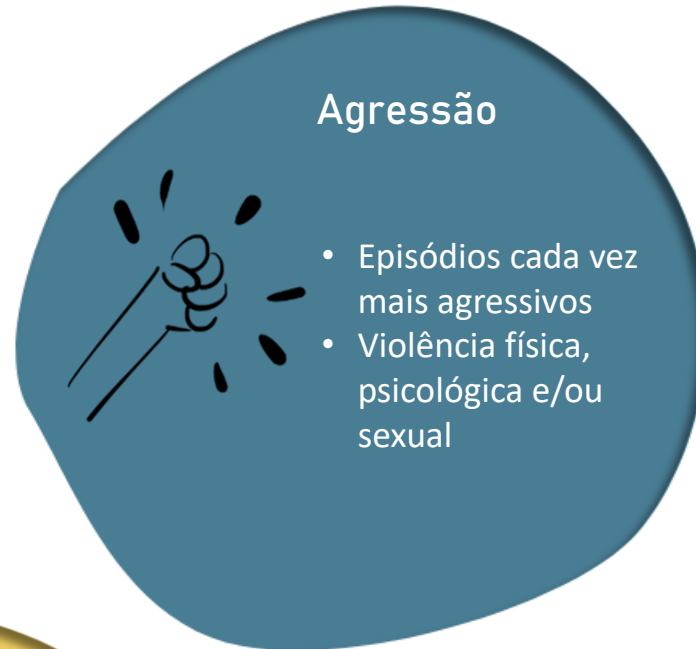
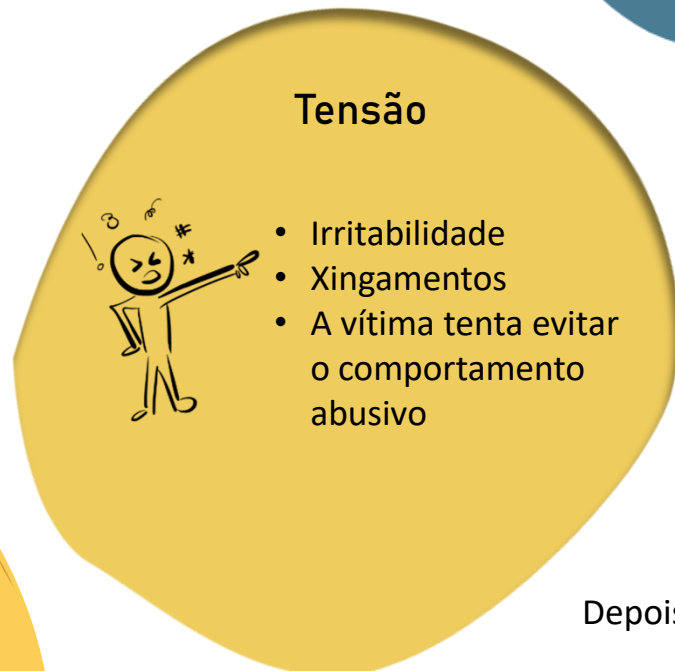
Love
Shouldn't
Hurt

Se a resposta for 'SIM' a qualquer uma das perguntas abaixo, continue a leitura deste material

- ✓ Você tem medo de expressar sua opinião, expressar seus sentimentos ou pedir algo que precisa?
- ✓ Seu parceiro faz comentários depreciativos sobre você?
- ✓ Seu parceiro tenta controlar todos os detalhes do seu relacionamento?
- ✓ Seu parceiro é exigente ou muito ciumento?
- ✓ Seu parceiro faz você se sentir culpada por ter uma vida além do relacionamento?
- ✓ Você perdeu o contato com seus amigos ou familiares?
- ✓ Seu parceiro joga ou quebra as coisas quando está com raiva?
- ✓ Você tem medo do temperamento do seu parceiro?
- ✓ Seu parceiro já abusou fisicamente de você?
- ✓ Seu parceiro te pressiona a se envolver em atividades sexuais desconfortáveis?
- ✓ Você se sente seguida ou perseguida?

QUAL É O CICLO DA VIOLÊNCIA?

Na **Fase da Tensão**, o agressor grita, xinga, insulta, ameaça e demonstra sua superioridade e força física através de comportamento explosivo.



Na **Fase da Agressão**, o agressor agride física, emocional e verbalmente a mulher, filhos, amigos, parentes, animais de estimação.



Depois, chega a hora de fazer as pazes ou **Fase da Lua de Mel**, em que o agressor pede perdão e promete mudar de comportamento ou ainda finge que nada aconteceu, fica mais calmo e carinhoso e a mulher acredita, e tem esperança de que a agressão não voltará a ocorrer.

O QUE É CONSIDERADO VIOLÊNCIA?

Violência é qualquer ato que resulte ou possa resultar em dano ou sofrimento físico, mental, emocional, material, sexual ou psicológico.

Incluem-se nessa lista também: ameaça, coerção ou privação da liberdade da mulher de sair de casa, trabalhar, ter amigos, comparecer a eventos sociais, relacionar-se com familiares e amigos, obter informações jurídicas sobre seus direitos, ter acesso a recursos financeiros entre outros.

Nenhuma mulher merece sofrer abuso. Você tem direito a uma vida feliz e livre de violência.

A gravidade não está ligada apenas à violência física, mas também a qualquer situação que gere ameaça a você e/ou seus filhos.

Além da polícia, várias pessoas estão prontas para ajudar. No final desta cartilha você encontrará uma Lista de Instituições de apoio e proteção à mulher.

Não pense que o seu caso não é grave.

Você não está sozinha!

O QUE PODE SER CONSIDERADO VIOLÊNCIA NO REINO UNIDO?*

* Adaptação do texto Cartilha Mulher do Brasil – Núcleo Nova Iorque - por Lawtalks

Entende-se como Violência Doméstica no Reino Unido, um incidente ou padrão de incidentes, de comportamento controlador, coercitivo, ameaçador, degradante e violento, incluindo violência sexual, na maioria dos casos por um parceiro ou ex-parceiro, mas também por um membro da família ou cuidador.

Controle Coercitivo: é uma série de atos projetados para tornar uma pessoa subordinada e/ou dependente, isolando-a de fontes de apoio, explorando seus recursos e capacidades para ganho pessoal, privando-a dos meios necessários para independência, resistência e fuga, regulando seu comportamento cotidiano (um padrão de intimidação, degradação, isolamento e controle com o uso ou ameaça de violência física ou sexual).

Abuso Psicológico e/ou Emocional: ameaças relacionadas à imigração ou deportação, menosprezá-la, colocá-la para baixo, culpá-la pelo abuso ou discussão, negar que o abuso esteja acontecendo ou minimizá-lo, isolá-la de sua família e amigos, impedi-la de estudar ou trabalhar, acusá-la de flertar ou ter casos, dizer a você o que vestir, quem ver, para onde ir e o que pensar, exigir toda a sua atenção, ameaçar se matar, te matar ou matar as crianças e gritar com você.

TIPOS DE ABUSO*

* Adaptação do texto Cartilha da Mulher – Núcleo Nova Iorque - por Lawtalks

Abuso Físico ou Sexual: todo tipo de agressão física, como: te segurar, empurrar, sufocar, jogar coisas em você, te queimar, chutar, morder, beliscar. Tocá-la de uma maneira que você não quer ser tocada, fazer exigências sexuais indesejadas, machucá-la durante o sexo, pressioná-la a fazer sexo inseguro (por exemplo, não usar camisinha), pressioná-la a praticar ato de natureza sexual contra sua vontade.

Abuso Financeiro ou Econômico: controlar seu dinheiro ou não lhe dar o suficiente para comprar comida ou outras coisas essenciais, destruir ou tomar posseção de coisas que pertencem a você, te impedir de trabalhar.

Assédio e Perseguição: te espionar em pessoa e por outros meios de comunicação (abuso online ou digital), segui-la, ler os seus e-mails, mensagens ou cartas, invadir seu espaço pessoal, controlar com quem você se comunica, te constranger em público, te dar ordens e te forçar a obedecê-las, ciúme excessivo e doentio.

Abuso Infantil: maus tratos de menores, abuso físico ou psicológico, incluindo qualquer lesão acidental, castigos excessivos, bater, gritar ou qualquer abuso acima mencionados realizados em frente aos seus filhos.



TRAÇANDO UM PLANO DE SEGURANÇA

PLANEJE-SE

É comum os agressores fazerem as vítimas acreditarem que são culpadas pelos ataques, mas você não tem culpa pelo comportamento agressivo e manipulador de seu parceiro.

Se você acha que está em um relacionamento abusivo, é importante fazer um plano para manter você e seus filhos em segurança. Ter um plano de segurança é como manter um kit de emergência em seu carro. Esperamos que você não precise, mas se precisar, poderá salvar sua vida.

**NÃO JUSTIFIQUE OU TOLERE
COMPORTAMENTO ABUSIVO.**

INSTRUÇÕES PARA SEU PLANEJAMENTO

- Busque ajuda. Talvez você esteja um tanto confusa e não saiba por onde começar, mas existem instituições especializadas e abrigos para vítimas de abuso doméstico em todo o território nacional. Você poderá acessar estes locais através da internet, telefone ou pessoalmente. Eles estão preparados para um atendimento individualizado e confidencial. No final deste material você terá acesso a estas informações.
- Caso opte por buscar na Internet, tenha cuidado ao usar o computador de sua casa ou o celular, pois o histórico do navegador armazena as páginas visitadas e o celular tem um registro das ligações feitas. Utilize computadores públicos ou de alguém de sua confiança.
- Na medida do possível, e sem colocar a segurança em risco, tente obter provas do abuso. Também procure alguém de confiança e detalhe o que está acontecendo. É muito importante que outra pessoa saiba, porque ela pode servir de testemunha dos fatos em um futuro processo civil, imigratório ou criminal.
- Você pode registrar esses incidentes através de fotografias, gravações, ou com seu próprio relato a alguma testemunha. Além disso, caso a agressão seja voltada a objetos pessoais (ex: telefone celular, computador, relógios, joias, documentos pessoais), animais de estimação ou aos móveis ou paredes de sua casa, não se esqueça de tirar fotografias do resultado da agressão. Qualquer evento de violência que gere lesão, tensão, estresse e ansiedade deve ser documentado através de fotografias, gravações, e-mails, diários e relatos a amigos.

O QUE SEPARAR NO SEU KIT EMERGÊNCIA

Mantenha esses itens em um local seguro para uma emergência:

- Documentos de Identificação (original ou cópia)
- Carteira de motorista
- Certidões de nascimento (sua e de seus filhos)
- Documentos de cidadania (passaporte, ID, etc) seus e de seus filhos
- Ordem de restrição ou proteção
- Ordens de custódia
- Documentos de seguro
- Dinheiro
- Informações sobre contas bancárias e bens que sejam exclusivamente seus

Mantenha separado:

- Lista com números de telefone de amigos, parentes, médicos, escolas etc
- Medicamentos de uso contínuo
- Conjunto extra de chaves da casa ou do carro
- Roupas e objetos sentimentais, seus e de seus filhos
- Bilhete de metrô/trem/ônibus

ORIENTE E PROTEJA SEUS FILHOS

- Ensine as crianças a discarem 999, no caso de uma emergência. Ensine-os a confiar na polícia.
- Certifique-se de que as crianças conheçam um lugar seguro para elas dentro ou fora de casa (por exemplo, um quarto com fechadura ou a casa de um vizinho de confiança) para que eles possam se proteger, se necessário.
- Tranquelize as crianças que a violência não é culpa delas e que você quer ter certeza de que elas permanecem seguras.
- Se o seu filho tiver uma ordem de restrição ou proteção contra o agressor, não se esqueça de compartilhá-la com a creche ou escola.
- Ensine as crianças a distinguir entre uma emergência real e uma simples discussão.
- Cadastre no celular de seus filhos uma lista de números de telefone importantes para manter com eles, como número de parentes ou vizinhos de confiança.

OUTRAS ORIENTAÇÕES PARA O SEU PLANO

- Faça uma lista de pessoas seguras e suas informações de contato. No momento em que precisar da ajuda de alguém, você deverá ter todos os números de telefone anotados em um papel (caso precise usar o telefone de outra pessoa, por exemplo). Essas pessoas seguras não devem ser as primeiras em quem o agressor pensará quando for atrás de você. Inclua nessa lista o telefone da polícia, hospitais e abrigos locais. Mantenha essa lista escondida ou disfarce-a de outra coisa, para evitar que o agressor tenha um surto de violência contra você no caso de achá-la.
- Uma parte fundamental do seu plano deve ser uma rota de fuga. Se possuir carro, este deve ficar com o tanque cheio e facilmente acessível. Se possível, esconda um Kit de Emergência em algum lugar de fácil acesso para sair correndo no momento da necessidade. Pratique sair de casa apressadamente algumas vezes, como entrar no carro, dar a partida, reduzindo o tempo a cada ensaio. Se você tem filhos, ensaie com eles. Conheça antecipadamente onde fica o ponto de ônibus, estação de metrô ou trem mais próximos de onde você está e as rotas de transporte público.
- Caso tenha tempo e os meios para isso, abra uma conta separada e secreta no banco e reserve algum dinheiro ou contrate um cartão de crédito somente no seu nome, além de registrar uma caixa postal para receber correspondências sem passar pelo agressor. Comece a depositar seu dinheiro nessa conta, assim poderá recomeçar sua vida com uma preocupação a menos.
- Mude suas senhas. Para se proteger, é essencial acabar com todas as possibilidades de seu agressor entrar em sua vida e tentar prejudicá-la. As senhas do banco, de redes sociais, e-mail e trabalho devem ser mudadas o mais rápido possível, mesmo que o agressor supostamente não tenha as antigas. É melhor prevenir do que remediar. Lembre-se de criar uma senha que não seja óbvia.

OUTRAS ORIENTAÇÕES PARA O SEU PLANO

- Em uma situação de risco, não corra para um local sem saída (por exemplo um armário, porão) ou com potenciais armas (a cozinha, por exemplo).
- Vá para um lugar seguro, como a casa de um vizinho ou amigo de confiança, onde você possa ligar para o 999 ou para instituições especializadas.
- Se possível, pegue seu kit de emergência (previamente separado).
- Informe-se sobre seus direitos a pensão e a partilha dos bens acumulados durante o relacionamento com o agressor. Nos casos de divórcio, a corte cuidará da partilha de propriedade ou bens financeiros que você e o seu cônjuge adquiriram em conjunto durante o casamento.
- Pedir a custódia do(s) filho(s) menores de 18 anos.
- Solicitar e buscar regularizar seu status imigratório com base nos atos de violência sofridos.
- Pedir ajuda de agências governamentais e não-governamentais, incluindo aconselhamento jurídico, serviço de interpretação, alojamento de emergência e até ajuda monetária.

FORMANDO SUA REDE PESSOAL DE APOIO

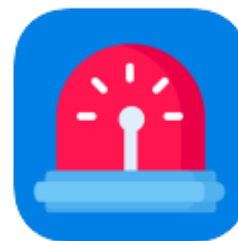
Você tem a opção de formar sua própria Rede Pessoal de Apoio - uma lista de pessoas a quem recorrer numa situação de risco (amigos, familiares, empregador etc).

Através do aplicativo Linha Direta que você baixa no seu celular, ele envia e recebe ALERTAS para o seu Grupo de Apoio, que podem ser seus familiares, amigas ou outras pessoas que também estejam no Reino Unido. Veja como funciona na página seguinte.

Há outros aplicativos disponíveis. Pesquise e escolha um que você considere funcional.

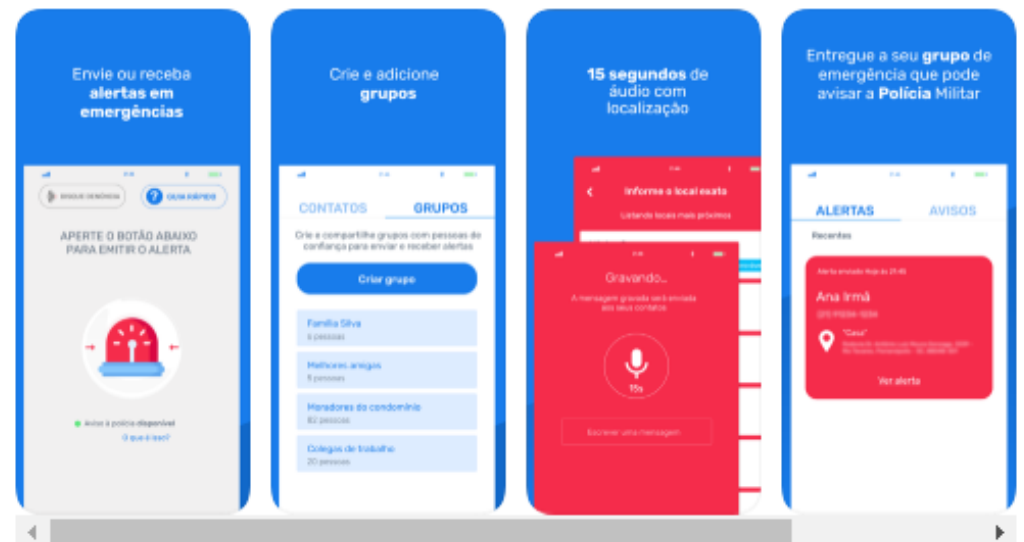
Vale também fazer testes antes que precise usar o aplicativo numa situação real.

Aplicativo Linha Direta



Linha Direta 17+
Box Presentes
★★★★ 4,6, 14 avaliações
Grátis

Capturas de tela iPhone iPad



INSTRUÇÕES PARA USO DO APLICATIVO *LINHA DIRETA*

- Baixe o aplicativo no seu celular (por enquanto disponível para IOS).
- Adicione a sua lista de contatos no Grupo de Alerta.
- No caso de uma **emergência**, acione o **botão de alerta** do aplicativo.
- Grave um áudio de 15 segundos ou escreva uma mensagem. O aplicativo foi feito para apagar do seu celular qualquer rastro imediatamente após o envio da mensagem, evitando que o agressor tenha conhecimento.
- Seus contatos receberão simultaneamente um alerta com sua mensagem.
- Em cidades onde o aplicativo possui parceria com a polícia local, ela também será acionada se o contato estiver cadastrado no seu Grupo de Alerta.
- Depois que baixar o aplicativo e cadastrar os números de telefone de sua rede pessoal de apoio, avise as pessoas escolhidas para fazer parte desse grupo.
- Aconselhamos que você faça um 'treino' com sua lista de pessoas, simulando um alerta. Assim você poderá testar o aplicativo antes que precise usá-lo.



INFORMAÇÕES ÚTEIS PARA A PROTEÇÃO DOS SEUS FILHOS



O QUE É O TESTAMENTO E PORQUE VOCÊ DEVE FAZER UM*

*Por Vitoria Nabas

O testamento (*Will*) é um documento individual de declaração de vontade que trata do que a pessoa deseja que aconteça com seus bens pessoais, guarda de filhos menores e forma de enterro/cremação após seu falecimento.

O testamento também é um instrumento de proteção dos seus filhos, pois estabelece o que deve ocorrer com os menores de 18 anos residentes no Reino Unido em casos de ausência dos pais por falecimento. Em muitas situações o testamento pode evitar que os filhos sejam encaminhados para residências temporárias e abrigos de menores, administrados pelo governo britânico (*foster care*).

Este é um documento que pode ser mudado várias vezes durante a vida, porém após o falecimento é importante que esteja perfeitamente elaborado e preciso, para que não venha a ser anulado por alguma parte interessada.

Quando buscar aconselhamento jurídico. É importante que você busque aconselhamento de um profissional se o seu testamento não for do tipo 'simples'. São exemplos de casos que NÃO podem ser considerados 'simples', se você:

- Compartilha uma propriedade com alguém que não é seu/sua cônjuge ou parceiro (a) civil
- Deseja deixar dinheiro ou propriedade para um dependente que não pode cuidar de si mesmo
- Tem vários familiares que podem reivindicar seu testamento, tais como um(a) segundo(a) cônjuge ou filhos de outro casamento
- Possui residência permanente fora do Reino Unido
- Possui propriedade no exterior
- Possui um negócio

O QUE É O TESTAMENTO E PORQUE VOCÊ DEVE FAZER UM*

Nos casos acima é recomendado ter a assessoria de um(a) profissional que conheça e saiba elaborar o testamento. O profissional mais indicado é o(a) advogado(a). Há também a possibilidade de receber assessoria de instituições que oferecem este tipo de serviço com valores bem mais acessíveis, por já terem tido a orientação prévia de um(a) advogado(a) e possuírem modelos prontos a serem preenchidos. Essas instituições porém, geralmente não oferecem aconselhamento jurídico.

Se você tem bens e/ou filhos menores de idade, é fundamental que prepare o seu testamento, definindo instruções sobre a guarda de seus filhos e herança de seus bens na sua ausência.

Para o testamento, via de regra são eleitas até três pessoas de sua confiança para serem os testamentários ou seja, quem fará valer sua vontade escrita no testamento em caso de óbito.

O testamento deve ser assinado na presença de duas testemunhas (maiores de 18 anos), que não devem ser de qualquer forma, parte interessada no testamento. Em outras palavras, você não pode deixar nenhum bem ou benefício para as pessoas que escolher como testemunhas do seu testamento. Várias cópias do testamento devem ser deixadas em posse dos testamentários e do(a) advogado(a), se houver.

COMO FAZER O TESTAMENTO*

Escrevendo o seu testamento. Seu testamento deve estabelecer:

- ✓ Quem você quer se beneficie com seu testamento
- ✓ Quem deve cuidar dos seus filhos menores de 18 anos
- ✓ Quem irá cuidar do seu patrimônio e realizar seus desejos após o falecimento (“executor”)
- ✓ O que acontecerá se as pessoas que você escolheu como beneficiários falecerem antes de você

Verifique se o seu testamento é legal. Para que seu testamento seja legalmente válido, você deve:

- ✓ Ter 18 anos ou mais
- ✓ Fazê-lo voluntariamente e por escrito
- ✓ Estar em plenas faculdades mentais
- ✓ Assinar o testamento na presença de duas testemunhas que sejam maiores de 18 anos

Lembre-se de informar ao seu executor (a pessoa que você escolheu para executar seu testamento), um(a) amigo (a) de confiança ou parente aonde estará guardado o seu Testamento.

Você pode guardar o testamento com seu/sua advogado(a), no seu banco ou em uma empresa que ofereça serviços de armazenamento de testamentos. Você também pode usar o Serviço de Sucessões (Probate Service) para armazenar seu testamento. Orientações completas sobre como armazenar seu testamento com o Serviço de Sucessões (formulário PA7) estão disponíveis no website: <https://www.gov.uk/government/publications/store-a-will-with-the-probate-service>.

COMO FAZER O TESTAMENTO*

Atualizando seu testamento. Você deve revisar seu testamento a cada 5 anos e/ou após qualquer mudança importante em sua vida, como por exemplo:

- Em caso de separação ou divórcio
- Casamento, pois cancela qualquer testamento que tenha feito anteriormente)
- Novos filhos
- Mudança de residência
- Se o executor nomeado no testamento falecer

Você não poderá alterar seu testamento depois que você e suas testemunhas já o assinaram. Nesse caso, a forma de mudar um testamento é fazendo uma alteração oficial chamada “Codicil”. Você deverá assinar o “Codicil” juntamente com as testemunhas, da mesma maneira que fez com seu testamento. Não há limite para a quantidade de “Codicils” que você pode adicionar a seu testamento.

Fazendo um novo testamento. Para alterações significativas recomenda-se fazer um novo testamento. Seu novo testamento deve explicitar que revoga (cancela oficialmente) todos os testamentos e “codicils” anteriores. Após a finalização do novo testamento, você deve destruir o antigo.

*Livre tradução das informações disponíveis em <https://www.gov.uk/make-will>. Acesso em 01 Julho 2020. As informações contidas neste documento destinam-se apenas a orientação de caráter geral sobre temas de interesse e são fornecidas com base no entendimento de que os tradutores, autores e/ou editores não estão prestando qualquer tipo de assessoria ou serviços profissionais. Assim, as informações aqui contidas não devem ser usadas para substituir uma consulta a assessores profissionais competentes.



ORGANIZAÇÕES DE APOIO À MULHER E PROTEÇÃO CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO REINO UNIDO

PRINCIPAIS ORGANIZAÇÕES DE APOIO À MULHER BRASILEIRA

Situações Emergenciais Polícia Disque 999

Atendimento 24 horas. Peça por intérprete (em inglês: “Translator”).

Em situações em que falar ao telefone for um risco para a vítima, ligue 999 e pressione o **número 55** quando a gravação solicitar. O operador irá transferir a sua chamada sem que você precise falar.

Consulado Brasileiro em Londres 02076 591569

Para assuntos emergenciais como: falecimento, violência e maus tratos mande e-mail para assist.cglondres@itamaraty.gov.br, com nome completo, data de nascimento, endereço, telefone de contato e breve relato do assunto. **Fora do horário de expediente ligar ou mandar mensagem para: 07720 215984**

AMBE – Apoio à Mulher Brasileira no Exterior: 07702 235001 ou 07905 919507

Atendimento em português:
<https://www.ambe.org.uk/> ou e-mail ambe-marta@hotmail

LAWRS Serviço pelos Direitos da Mulher Latino-Americana: 0759 597 0580

Atendimento 2ª à 6ª feira, das 10h às 13h.

Oferece suporte, informação e ajuda prática para brasileiras que estejam em situação de violência doméstica ou sofrendo alguma outra forma de violência de gênero, como abuso sexual e tráfico de pessoas. Os serviços incluem construção de um plano de segurança, consulta com advogada de família e de imigração, serviço de psicoterapia, aplicação para acomodação de emergência e refúgio, orientação sobre benefícios, assistência social e moradia, e apoio emocional. E-mail: referrals@lawrs.org.uk

LAWA - Latin American Womens Aid ou Apoio às Mulheres Latino-Americanas: 0 7462 003324

Atendimento das 9h às 17h em português/inglês
info@lawadv.org.uk

Ligue 180 - Apoio às mulheres brasileiras: 0800 890 055 teclar 1 e informar o número 61-3799 0180

Serviço de assistência à mulheres no Brasil, que também pode ser acessado desde o Reino Unido.

OUTRAS INSTITUIÇÕES DE APOIO À MULHER CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO REINO UNIDO

Solace Women's Aid: 0808 802 5565

Oferece serviço de aconselhamento e apoio gratuito para mulheres, jovens e crianças em Londres, **mesmo que estejam em condições migratórias inseguras***. Há atendimento com **serviço de intérprete** se você não fala inglês.

advice@solacewomensaid.org

Unit 5-7, Blenheim Court, 62 Brewery Road. London N7 9NY

De 2a , 4a, 5a e 6a feiras das 10h às 16h.

Às 3a feiras : das 10h às 16h e das 18h às 20h.

- **Suporte e Aconselhamento:** Suporte jurídico gratuito e confidencial para mulheres vítimas de violência doméstica e/ou sexual, incluindo aquelas que estejam em condição migratória insegura. Em particular, mulheres que podem fazer pedidos de imigração ou asilo relacionados ao abuso sofrido . Suporte emocional, habitacional, relatórios à polícia, ajuda com as crianças, benefícios e aconselhamento financeiro.
- **Acomodações:** Serviço de refúgio para mulheres e seus filhos em situação de risco, vítimas de violência doméstica ou abuso sexual.
- **Terapias:** Atendimento de profissionais através de terapias em grupo e terapias holísticas.
- **Atendimento para casos de violência sexual:** Atendimento e serviços especializados a pessoas maiores de 13 anos, vítimas de qualquer forma de violência sexual .
- **Atendimento à jovens e crianças:** Equipe de ajuda à crianças e jovens, que tenham testemunhado ou sofrido violência ou abuso.

OUTRAS INSTITUIÇÕES DE APOIO À MULHER CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO REINO UNIDO

Respeito

0300 365 2800

Atendimento à comunidade de falantes da língua portuguesa, que atua na prevenção e redução da Violência Doméstica e Abusos, de 2ª à 5ª feira, das 10h às 17h. Email: info@respeito.org.uk

Casa do Brasil em Londres

07540 723497

Organização de apoio comunitário que oferece serviços de assistência jurídica e psicológica, auxílio na busca de alojamentos e escolas, cursos de inglês, tradutores, intérpretes e assistência geral. www.casado brasil.org.uk

Endereço: 64-66, Willesden Lane, NW6 7SX .

Domestic National Violence

0808 2000 247

Atendimento 24 horas, em inglês.

É a maior organização do país a fornecer serviços de apoio às vítimas de violência doméstica, como: acomodações temporárias de emergência, apoio emocional e aconselhamento jurídico e atendimento às minorias.

Também fornece ajuda para encontrar os serviços na sua área.

<https://www.refuge.org.uk/>

National Centre for Domestic Violence NCDV **0800 970 2070**

Serviço jurídico gratuito de apoio à vítimas de violência doméstica. Em casos em que falar é um risco, mande uma mensagem para **60777** e digite **"NCDV"**. Para solicitar ajuda online: referdirect.org.uk ou pelo e-mail para office@ncdv.org.uk

Family Justice Centre - Croydon Council **020 8688 0100**

Oferece assessoria e apoio à mulheres e homens que foram vítimas de violência doméstica. Aconselhamento, serviços jurídicos e acompanhamento à mulheres que comparecem ao tribunal.

Atendimento: 2ª à 6ª feira das 9h às 17h. Nos finais de semana: das 10h às 16h.

fjc@croydon.gov.uk

Croydon Council, Bernard Weatherill House, 8 Mint Walk, Croydon - CR0 1EA

OUTRAS INSTITUIÇÕES DE APOIO À MULHER CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO REINO UNIDO

Rights of Women

020 7251 6577/ 020 725 8887

Aconselhamento legal gratuito sobre: violência e abuso doméstico, divórcio, finanças e propriedade por quebra de relacionamento, coabitação, responsabilidade dos pais e providências para os filhos, parentalidade lésbica. www.rightsofwomen.org.uk

info@row.org.uk

52-54 , Featherstone Street, London - EC1Y 8RT.

- **Direito da Família – Atendimento Nacional: 020 7251 6577**

Para mulheres na Inglaterra e no País de Gales que precisam de aconselhamento em direito de família.

Atendimento: 3ª e 5ª feiras, das 19h às 21h/ 6ª feiras das 12h às 14h.

- **Direito da Família – Atendimento somente Londres: 020 7608 1137**

Para mulheres que vivem ou trabalham em Londres que precisam de consultoria em direito de família, como parte do projeto Ascent, financiado pelos Conselhos de Londres.

Atendimento: 2ª feiras das 11h às 13h/ 3ª e 4ª feiras das 14h às 16h/ 5ª feiras das 10h às 12h e das 14h às 16h.

- **Lei de imigração e asilo: 020 7490 7689**

Para mulheres que precisam de conselhos sobre seu status de imigração, incluindo violência doméstica, residência prolongada e vida familiar, os direitos dos europeus e suas famílias no Reino Unido. Reivindicação de asilo, tráfico, opções de apoio financeiro, inclusive para mulheres sem recurso a fundos públicos.

Atendimento: às 2ª e 5ª feiras , das 10h às 13h e das 14h às 17h.

Herts Domestic Abuse Helpline: 08088 088 088

Atendimento: de 2ª à 6ª feira das 9h às 21h e aos sábados e domingos das 9h às 16h.

Legal Advice Helpline: 0203 935 5999

OUTRAS INSTITUIÇÕES DE APOIO À MULHER CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO REINO UNIDO

Waveney Domestic Violence and Abuse Forum: 015 02 572 143

Oferece terapia para aqueles que sofreram traumas como: abuso sexual, emocional, violência doméstica ou negligência, em qualquer idade e continuam sendo afetados.
info@waveneydvforum.org.uk

Woman's Trust – Recovering from Domestic Abuse: 020 7034 0303

Aconselhamento individual e em grupo.
office@womanstrust.org.uk
<http://womanstrust.org.uk/>

Women's Aid 0808 2000 247

Atendimento 24 horas

Instituição tem por objetivo lutar contra a violência doméstica sofrida por mulheres e crianças. Apoio Ocupacional.

Orientação e suporte através do telefone: 780300/ 0207 161 0300 das 9h às 17h ou 796428/ 0207 109 6428 fora desse horário.

Alumah: 0 777 046 8698

Oferece um local de segurança no qual as vítimas de abuso doméstico podem redescobrir sua autoestima.
info@alumah.co.uk

Greater Manchester Domestic Abuse (North West England): 0161 636 7525.

24 horas de atendimento.

Apoio oferecido a qualquer pessoa que esteja sofrendo ou que tenha sofrido abuso doméstico. A linha de apoio também pode ser acessada por profissionais, amigos, familiares ou qualquer pessoa que queira apoiar aqueles que estão sofrendo abuso doméstico.

2ª a 6ª feiras, das 10h às 16h, exceto feriados.

helpline@independentchoices.org.uk

Anglia Care Trust – Domestic Abuse Outreach Service for Suffolk

0800 977 5690 244

angliacaretrust.org.uk

The Ferns - 0300 123 5058

Caso você, um amigo ou um membro da família tenha sido vítima de estupro ou agressão sexual e gostaria de aconselhamento.

OUTRAS INSTITUIÇÕES DE APOIO À MULHER CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NO REINO UNIDO

Welsh Women's Aid Live Fear Free

0808 80 10 800

info@livefearfreehelpline.wales

<https://www.welshwomensaid.org.uk/> - "live chat"

Envie texto para: **07860077333**

Todos os serviços funcionam 24 horas, 7 dias por semana.

Scotland National Domestic Abuse and Forced Marriages - 0800 027 1234

24 horas de atendimento

helpline@sdafmh.org.uk

<https://sdafmh.org.uk/> - "live chat"

Domestic and Sexual Violence (Northern Ireland) - 0808 802 1414

24 horas de atendimento

helpline@sdafmh.org.uk

<https://sdafmh.org.uk/> - "live chat"

Leeway Domestic Violence and Abuses Services – 0300 561 0077

Atendimento 24 horas.

Atende casos de abuso doméstico. Para obter suporte gratuito, confidencial e sem julgamento.

advicesupport@leewaynwa.org.uk

Rape & Sexual Abuse Support Centre

0808 802 9999 ou 0208 239 1124

Para casos de estupro e abuso sexual. Administrada pela RASASC (Rape Crisis South London), oferece apoio à mulheres e meninas com mais de 13 anos, que sobreviveram a qualquer forma de violência sexual, em qualquer momento de suas vidas. Suporte emocional confidencial e especializado, gratuito. Atendimento todos os dias, inclusive feriados, da 12h às 14:30h e das 19h às 21:30h.

info@rasasc.org.uk.

Watford Women's Centre

01923 816229

Oferece suporte à vítimas de Abuso Doméstico com apoio presencial e por telefone, além de serviços como: informação jurídica, avaliação de risco individuais, ajuda para plano de segurança e suporte emocional.

01923 816 229/07999 772 123

general@watfordwomenscentre.org.uk

OUTRAS INSTITUIÇÕES DE APOIO

Womankind – Bristol Women's Therapy Centre:

0345 458 2914 or 0117 916 6461

Terapia em grupo e aconselhamento individual.

<https://www.womankindbristol.org.uk/group-therapy>

Victim Care – Norfolk e Suffolk

0300 303 3706

De 2ª à 6ª feira , das 8h às 17h.

0808 168 9111 para atendimento 24 horas.

<https://www.victimsupport.org.uk/>

Migrants' Rights Network:

The People's Place,

80 – 92 High Street, London, E15 2NE

<https://migrantsrights.org.uk/>

Samaritans

116 123

Atendimento 24h.

ATENDIMENTO E APOIO À MULHER NEGRA E ÀS MINORIAS ÉTNICAS

P.H.O.E.B.E. Centre - Promotion of health, opportunity equality, benevolence & empowerment for black and ethnic minority women and children (Ipswich – Suffolk)

01473 231566

Oferece aconselhamento especializado, informações e apoio jurídico à mulheres e crianças de minorias étnicas e negras, vítimas de abuso doméstico.

<http://phoebecentre.org.uk/>

Ashiana

0114 255 5740

Fornece acomodações de refúgio e serviços de apoio a mulheres negras, asiáticas, étnicas minoritárias e refugiadas, crianças e jovens sobreviventes de abuso de parceiros e familiares, incluindo casamentos forçados e violência com base em honra ou tráfico.

www.ashianasheffield.org

Jewish Women's Aid

0808 801 0500

Fornece um refúgio, linha de apoio e apoio a mulheres judias e seus filhos afetados por abuso doméstico.

www.jwa.org.uk

ATENDIMENTO E APOIO À COMUNIDADE LGBTQIA+

Galop

0800 999 5428

Atendimento Nacional. Suporte emocional e prático para pessoas LGBTQ+ que sofrem abuso doméstico físico, psicológico, emocional, financeiro e sexual.

De 2ª e 3ª feira, das 10h às 17h, de 4ª e 5ª feira, das 10h às 20h e às 6ª feiras das 10h às 17h.

www.galop.org.uk/domesticabuse

London LGBTQIA+ Abuse Partnership (somente Londres)

020 7704 2040

Aconselhamento e terapia à comunidade LGBTQIA+.

Broken Rainbow

0800 999 5428

Atendimento realizado por pessoas treinadas da comunidade LGBTQIA+

Às 2ªs e 5ªs feiras: das 10h às 20h, às 3ªs e 4ªs feiras, das 10h às 17h e às 6ª feiras das 13h às 17h.

Todas as 3as feiras atendimento específico para pessoas trans das 13h às 17h.

ATENDIMENTO E APOIO À JOVENS E CRIANÇAS

The Mix

0808 808 4994

Oferece suporte gratuito e confidencial direcionado a jovens até 25 anos.

<https://www.themix.org.uk/>

The Hide Out

A Women's Aid criou esse site para ajudar crianças e jovens a entenderem o abuso doméstico e tomarem medidas positivas se isso estiver acontecendo em sua casa.

<https://thehideout.org.uk/>

ChildLine

0800 1111 ou 02087 723241

Oferece apoio e aconselhamento a crianças e jovens afetados por abuso doméstico, seja em sua família ou em um relacionamento.

www.childline.org.uk



PERGUNTAS E RESPOSTAS

PERGUNTAS E RESPOSTAS*

- **Não falo inglês. Como faço para obter ajuda?**

O Consulado Brasileiro oferece assistência em português independentemente de situação migratória da brasileira no Reino Unido.

O horário de atendimento presencial para assistência às brasileiras em situação de emergência, no qual se enquadra a Violência Doméstica, é das 9h30 às 12h30 de segunda a sexta-feira.

Em caso de emergência, o contato pode ser feito através do e-mail assist.cglondres@itamaraty.gov.br ou através dos telefones: 077 2021 5984 (WhatsApp para chamadas do Reino Unido) e 00 XX 44 77 2021 5984 para chamadas do Brasil. (XX = número da operadora)

Além disso, o “Ligue 180”, serviço gratuito e em português oferecido pelo governo brasileiro, fornece informação, orientação e assistência à mulher brasileira vítima de Violência Doméstica (física e/ou psicológica) e de exploração sexual no exterior. Nesta cartilha você encontra uma lista de instituições que podem oferecer ajuda. Consulte a partir da página 27.

PERGUNTAS E RESPOSTAS*

- **No meio da confusão, fui parar na delegacia ou no hospital. E agora?**

Avise imediatamente ao policial que você está sendo vítima de violência. Informe de forma clara e verdadeira tudo o que aconteceu e se possui testemunha ou prova do ocorrido.

Caso não fale inglês, leve escrito em um papel (ou recorte) o seguinte texto:



I am a victim of domestic violence.
I don't speak English. I need help.
Please, call the Brazilian Consulate in London
at 077 2021 5984 or e-mail assist.cglondres@itamaraty.gov.br

(Tradução: Sou vítima de violência doméstica. Não falo inglês. Preciso de ajuda. Por favor, ligue para o Consulado Brasileiro no telefone 077 2021 5984 ou envie e-mail para assist.cglondres@itamaraty.gov.br)

PERGUNTAS E RESPOSTAS*

- **Se for levada para a delegacia, informe:**

1. Sobre a existência (ou não) de um mandado de prisão contra seu agressor;
2. Nome completo do agressor;
3. Se você tem alguma ordem de restrição (*restraining order*) contra o agressor;
4. Se o agressor tentou estrangular você ou se a chacoalhou;
5. Se o agressor a agrediu na frente dos seus filhos;
6. Se o agressor utilizou alguma arma quando a agrediu (ex: revólver, faca ou outros objetos cortantes, sapatos - em casos de agressões com chutes);
7. Se o agressor agrediu seus filhos ou animais de estimação.

Essas informações podem ajudar os policiais a direcionarem a investigação e a analisarem o perigo da situação.

- **Se for levada para o hospital:**

Após a avaliação médica você poderá prestar queixa formal, se desejar.

Você pode solicitar apoio psicológico, jurídico e outros, oferecidos por ONGs que estejam de plantão. Veja lista de Instituições na página 27.

Se não quiser ou não puder voltar para casa por medo de que seu parceiro a machuque ou que sua vida esteja em perigo, avise ao policial ou ao médico. Peça que indiquem um Centro de Violência contra a Mulher na região e informe aos policiais que deseja obter refúgio em um local seguro.

NÃO MINIMIZE O SEU MEDO

PERGUNTAS E RESPOSTAS*

- **Como fica minha situação migratória?**

Se o seu visto é atrelado ao do seu agressor, em certas situações você poderá convertê-lo para um visto independente. No entanto, é importante que você busque orientação jurídica nesse sentido, visto que as regras de elegibilidade variam de acordo com o tipo de visto originalmente concedido.

Há também a possibilidade de solicitar um visto com base em suas circunstâncias pessoais. Todavia, os requerimentos para obtenção do referido visto são mais minuciosos e, conseqüentemente, menos provável de ser concedido. Cabe ressaltar que em casos de violência doméstica, você não é obrigada a permanecer no seu relacionamento por causa da sua situação migratória.

As leis imigratórias são complexas, sofrem atualizações periódicas e têm aplicação específica dependendo do caso. Por isso, aconselhamos que você consulte um advogado de imigração ou o Consulado Brasileiro em Londres para mais informações.

Caso você esteja sendo acusada de crime pelo seu agressor, é importante conhecer seus direitos básicos:

- Direito a consultar um advogado
- Direito a requisitar assistência consular
- Direito a não responder a perguntas sem a presença de um advogado
- Direito a falar em sua defesa, relatar a sua versão dos fatos.

Se você não tiver advogado, ligue para o Consulado Brasileiro e solicite informações e indicações de advogados que possam auxiliá-la.

PERGUNTAS E RESPOSTAS*

- **Como devo agir se tenho filhos pequenos?**

Cada situação deve ser tratada de forma específica. Procure uma das organizações listadas nessa cartilha que possuem estrutura para acolher e ajudar mulheres vítimas de violência doméstica e seus filhos.

Tenha sempre guardado em lugar seguro (de preferência em seu kit emergência) as certidões de nascimento das crianças e passaportes (se possuírem). Certifique-se com frequência a validade dos mesmos. O consulado brasileiro oferece o serviço de registro de nascimento. Para crianças de pai(s) brasileiro(s) nascido(as) fora do Brasil, ter seu nascimento registrado em consulado garante seus direitos a nacionalidade brasileira.

- **Quais são meus direitos no Reino Unido?**

É direito das vítimas de violência doméstica no Reino Unido:

- Pedir ajuda à polícia. Em caso de emergência no Reino Unido, disque 999
- Pedir proteção jurídica às Cortes de Direito de Família, através da Ordem de Não-Molestação (Non-Molestation Order) e Ordem de Ocupação (Occupation Order). Tais ordens não envolvem a polícia e são, respectivamente, usadas para impedir que agressor continue ameaçando ou intimidando a(s) vítima(s); e retirar o agressor da casa em que mora com a(s) vítima(s)
- Consultar um advogado e um agente do Consulado Brasileiro para obter informações e aconselhamento jurídico
- Obter a separação judicial ou o divórcio sem o consentimento do cônjuge.

**Fonte: Cartilha da Mulher – Núcleo Nova Iorque*

Com contribuições de: Lawtalks e Vitoria Nabas da Gunnercooke

PERGUNTAS E RESPOSTAS*

- **Se o parceiro(a) retém o passaporte da mulher, ameaçando-a caso ela o denuncie. Como pedir ajuda e a quem?**

Procure a polícia, pois não se pode reter o passaporte de ninguém. Deve-se fazer uma queixa-crime, que pode ser feita online através do website: <https://www.met.police.uk/ro/report/ocr/af/how-to-report-a-crime/>

- **Há visto específico para familiares de mulheres que sofrem/sofreram algum tipo de abuso/violência e necessitam que algum familiar venha do Brasil para ajudá-las?**

Não há necessidade de obter visto prévio para vir do Brasil para o Reino Unido. Brasileiros podem entrar como turistas sem necessidade de visto. Caso seja necessário ficar por mais de 6 meses, haverá necessidade de pedir um visto posteriormente.

- **Em caso de falecimento da mulher (com ou sem filhos), como a família poderá ter acesso?**

A família sempre poderá ter acesso, porém sempre é recomendável a busca de auxílio do Consulado Brasileiro, de alguma outra organização que ofereça ajuda a brasileiros ou de advogados para resolver os trâmites burocráticos legais de repatriação.

- **Como deve ser o testamento no caso de casal de mulheres com união civil, na qual uma é brasileira e outra é estrangeira?**

Se não houver filhos, o testamento poderá ser feito para definir para quem ficarão os bens, como quer ser enterrada ou cremada, etc. Não importa se a mulher é casada com homem ou com outra mulher, os direitos são os mesmos independente do gênero(a) do parceiro(a).

OUTRAS INFORMAÇÕES IMPORTANTES*

- *The Domestic Violence Disclosure Scheme* (Esquema de Divulgação de Violência Doméstica) é freqüentemente chamado de 'Lei de Clare'. A Lei de Clare concede a qualquer membro público, o direito de perguntar à polícia se o parceiro pode representar um risco para eles. De acordo com a Lei de Clare, um cidadão também pode fazer perguntas sobre o parceiro de um amigo próximo ou de um membro da família. Você pode solicitar essas informações através do site: <https://www.met.police.uk/advice/advice-and-information/daa/domestic-abuse/alpha/request-information-under-clares-law/>
- Você pode obter uma medida judicial no Tribunal de Família se estiver sendo vítima de violência doméstica. Essa medida protege você e pessoas próximas à você como por exemplo, seus filhos. O formulário FL401 (*Form FL401: Ask the court to make a non-molestation order or an occupation order*) está disponível no site: <https://www.gov.uk/government/publications/form-fl401-application-for-a-non-molestation-order-occupation-order>. Esse formulário deverá ser entregue no Tribunal. Você poderá encontrar o Tribunal mais próximo neste site: <https://courtribunalfinder.service.gov.uk/search/>
- Se for necessário comparecer à Corte Judicial, você poderá obter informações e se preparar através deste site: <https://www.gov.uk/going-to-court-victim-witness>

Fontes de Pesquisa

CARTILHA DA MULHER – NÚCLEO NOVA IORQUE

- Organização das Nações Unidas. Entidade das Nações Unidas para Igualdade de Gênero e Empoderamento Feminino. www.womenwatch.unwomen.org
- Convenção Interamericana de Violência contra a mulher
www.oas.org/pt/cidh/default.asp
- Consulado Geral do Brasil em Londres
- The History of Violence Against Woman Act –www.legalmomentum.org/history-vawa
- Departamento de Assuntos Consulares <https://travel.state.gov>
- IMBRA (International Marriage Broker Regulation Act)

Além de todas as instituições citadas no material.



DISCLAIMER

O conteúdo desta Cartilha, em todo ou em parte, foi fornecido ao leitor não como aconselhamento jurídico, mas como um ponto de referência preliminar às informações, leis e organizações relacionadas à violência doméstica. Todas as informações contidas neste documento são interpretadas por conta e risco do leitor. Os responsáveis pela elaboração, produção e distribuição desta Cartilha não se responsabilizam por erros, omissões ou alterações que possam ter ocorrido antes, durante ou após a publicação ou atualização do conteúdo fornecido neste documento, no todo ou em parte. Os responsáveis pela elaboração, produção e distribuição desta Cartilha não reivindicam qualquer direito às informações ou publicações oferecidas, isto é, qualquer pessoa pode reproduzir as informações aqui contidas. Os responsáveis pela elaboração, produção e distribuição desta Cartilha não apoiam ou garantem a qualidade de nenhum serviço ou organização citada. Aos leitores desta Cartilha não será garantida aprovação ou aceitação por nenhuma organização citada neste instrumento.

The content of this Brochure, as a whole or in part, has been provided to the reader not as legal advice, but as a preliminary reference point for general information, law and organizations related to domestic violence. All information contained in this document, whether taken as a whole or in part, is interpreted at the reader's own risk. Those responsible for drafting, production and distribution of this Brochure are not responsible for errors, omissions, or changes that may have occurred before, during, or after the publication or updating of the content provided herein, as a whole or in part. Those responsible for drafting, production and distribution of this Brochure do not claim any rights to the information or publications offered, that is, anyone may reproduce the information contained herein. Those responsible for the drafting, production and distribution of this Brochure do not support or guarantee the quality of any service or organization mentioned. Readers of this Brochure will not be guaranteed approval or acceptance by any organization named in such document.

O conteúdo desta cartilha sofrerá alterações periódicas para incorporar atualizações e modificações nas informações e contatos divulgados. A reprodução e divulgação desta cartilha está autorizada de forma ampla e sem restrições. Dados colhidos de Abril à Outubro de 2020.

Produzida por:



Grupo Mulheres do Brasil
Londres



Inspiração e adaptação
da Cartilha da Mulher -
Núcleo Nova Iorque



Contribuição no conteúdo:



Vitoria Nibas and the International Team
Commercial Business & Private Client Advisory & Law
gunnercooke

Apoio:



Roteart
Comunicação Digital

Designers:

Claudia Podkolinski
Gabrielle Motta Catalan
Kamila Bianchi

Realização: Todas as mãos e mentes que
trabalharam juntas e de forma voluntária para o
desenvolvimento desta Cartilha.