



CENTRO DE REFERÊNCIA E
APOIO À MULHER
MÁRCIA DANGREMON

VIOLENTÔMETRO

ATENÇÃO!!! Esta ferramenta ajuda identificar **SITUAÇÕES DE VIOLÊNCIA**, desde a mais sutil até a mais grave, e que muitas vezes passam despercebidas.

TOME CUIDADO

- * Fazer piadas ofensivas
- * Chantagear
- * Mentir ou enganar
- * Ignorar/dar um gelo
- * Ciúme excessivo
- * Culpar
- * Desqualificar
- * Ridicularizar/ofender
- * Humilhar em público

REAJA

- * Perseguir em redes sociais, trabalho, etc.
- * Intimidar/ameaçar
- * Controlar ou proibir de ver alguém/fazer algo
- * Quebrar coisas
- * “Brincar” de bater
- * Beliscar ou arranhar
- * Puxar ou empurrar
- * Chutar ou bater

PROTEJA-SE/VOCÊ ESTÁ EM PERIGO

- * Trancar ou isolar
- * Ameaças com objetos
- * Ameaçar de morte
- * Forçar uma relação sexual
- * Abusar sexualmente, com ou sem contato físico.
- * Mutilar



MATAR (FEMINICÍDIO)

VIOLÊNCIA CONTRA AS MULHERES É CRIME

NÃO SE CALE, VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHA.

TIPOS DE VIOLÊNCIA:

Violência física: Ex: bater, chutar, sufocar, queimar, empurrar, usar armas ou objetos que possam causar lesões leves, graves, ou incapacidade.

Violência psicológica: Comportamentos que visam manipular, controlar, humilhar, ameaçar ou intimidar a mulher, minando sua autoestima e independência emocional.

Violência sexual: Envolve qualquer ato sexual forçado ou sem consentimento, exploração sexual, coerção para relações com outras pessoas, exposição à pornografia, controle sobre o uso de métodos contraceptivos, e imposição de gravidez ou aborto.

Violência patrimonial: Ocorre quando a mulher é impedida de acessar, usar ou manter seus bens e objetos pessoais como: dinheiro, documentos, instrumentos de trabalho ou itens de valor sentimental.

Violência moral: Atacar a imagem e a honra da mulher por meio de ofensas, boatos falsos, acusações ou exposição de conteúdo íntimo, inclusive na internet.

Rede de Apoio:

CRAM - Márcia Dangremon

**Rua Dr. Flaquer, 208 - 2º andar - Centro - SBC/SP
(11) 2630-7021**

Seg. à Sex. 08 às 17h

CRAM II

**Rua Senador Ricardo Batista, 300 - Bairro
Assunção - SBC/SP**

(11) 99324-1685

Seg. à Sex. 08 às 17h

Perigo imediato:

153 Guardiã Maria da Penha

180 Central da Mulher

190 Central Militar

181 Disque Denúncia

Violência Sexual:

Hospital da Mulher

**Av. Dom Pedro II, 216 - Nova Petrópolis -
SBC/SP 24h**

Apoio e reprodução:

