Alagoas Lilás

ALAGOAS
GOVERNO

Você não está sozinha!

GUIA DE BOLSO DA MULHER
EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA



Você não está sozinha!



Mulher, se você está passando por uma situação de violência, saiba que há uma rede de pessoas pronta para te apoiar nessa fase difícil. Sabemos que buscar ajuda exige muita coragem, por isso estamos aqui para caminhar com você rumo a uma vida com segurança e dignidade.

Este guia é uma iniciativa da Política Alagoas Lilás. Ele foi feito para te mostrar onde encontrar os profissionais e serviços de Maceió que podem te ajudar com:

SAÚDE E APOIO EMOCIONAL

SEGURANÇA E PROTEÇÃO

ORIENTAÇÃO JURÍDICA E DIREITOS

O que você vai encontrar neste guia?

Neste guia, você vai encontrar informações sobre os serviços de Maceió que te ajudam a enfrentar a violência e fortalecer sua autonomia. Você também verá como reconhecer os sinais de violência e o passo a passo para buscar apoio.

A seguir, você encontrará orientações para as seguintes questões:

- Como saber se estou em um relacionamento saudável?
- Onde eu posso buscar apoio e o que cada serviço me oferece?
- Quais são os meus direitos?
- Estou passando por uma emergência. Como devo pedir ajuda?
- Preciso sair de casa urgentemente. O que devo fazer?

Estou em um relacionamento saudável?

Se você está se sentindo desconfortável ou insegura no seu relacionamento, é muito importante que você busque ajuda.

Você sabia que a violência pode acontecer dentro de casa, na família ou em relações afetivas? Isso inclui marido ou esposa, namorado(a), ex-companheiro(a), ficante ou qualquer pessoa com quem você tenha ou já tenha tido um vínculo íntimo, além de familiares ou pessoas que convivem com você.

A Lei Maria da Penha é bem ampla e prevê cinco tipos de violência doméstica e familiar:

Violência física
Acontece quando alguém machuca seu corpo ou coloca sua saúde ou vida em risco. Pode incluir empurrões, tapas, socos, chutes, queimaduras, puxões de cabelo ou uso de objetos para agredir. Nem sempre deixa marcas visíveis.

Violência psicológica
Ocorre quando alguém causa medo, humilha, ameaça, controla ou tenta diminuir você. Pode incluir xingamentos, ciúmes excessivos, manipulação, isolamento de amigos e familiares ou controle sobre suas decisões, roupas e rotina.

Violência sexual
É quando você é obrigada, pressionada ou ameaçada a participar de qualquer ato sexual contra sua vontade. Inclui impedir o uso de métodos contraceptivos, forçar gravidez ou aborto e obrigar relações sexuais mesmo dentro de um relacionamento (seja ele casamento, namoro ou ficante).

Violência patrimonial
Acontece quando alguém controla, destrói, esconde ou tira seu dinheiro, documentos, celular, cartões, objetos ou outros bens. Também pode incluir impedir você de trabalhar ou controlar todo o seu dinheiro.

Violência moral
Acontece quando alguém tenta humilhar ou prejudicar sua imagem. Pode incluir mentiras, acusações falsas, exposição da vida pe”ssoal, xingamentos ou humilhações públicas.

Violência vicária
Praticar violência contra filhos, familiares, dependentes ou pessoas da rede de apoio da mulher, com a intenção de atingi-la, controlá-la ou causar-lhe sofrimento emocional.

Radar da violência

Os sinais podem surgir em diferentes momentos e intensidades.

O Radar da Violência ajuda a identificar sinais de alerta em um relacionamento. Muitas situações de violência começam de forma sutil. Observar esses comportamentos pode ajudar você a reconhecer relações abusivas e buscar apoio.



A violência nem sempre é constante. Muitas vezes, existem períodos de calma, pedidos de desculpas e promessas de mudança. Mesmo assim, é importante observar se os comportamentos violentos voltam a acontecer ou se se intensificam com o tempo, sinais que demonstram uma relação abusiva. Se isso acontecer com você, busque apoio.

Onde posso buscar apoio?

Em Maceió, você pode buscar apoio em diversos serviços que estão de portas abertas para te receber:

Centro Especializado em Atendimento à Mulher em Situação de Violência (CEAM)

Av. Comendador Gustavo Paiva, 3298, Mangabeiras.
8h às 17h, de segunda à sexta.

(82) 3315-1740

(82) 98867-6434

Hospital da Mulher Dra. Nise da Silveira

Av. Comendador Leão, 1213, Poço.
24h, todos os dias.

(82) 3131-1350

Delegacia Especializada no Atendimento à Mulher, no Complexo de Delegacias Especializadas (CODE)

Av. Comendador Gustavo Paiva, 1725, Mangabeiras.
Sala Lilás - 7h às 19h / NEAM: 24 hrs.

Emergência 190

Defensoria Pública (Núcleo de Violência Doméstica)

Rua do Imperador, 119, Centro.
8h às 14h, de segunda à sexta.

(82) 98822-9888

Casa da Mulher Alagoana

Rua do Imperador, 119, Centro.
7:30h às 18h, de segunda à sexta. O abrigamento funciona 24h por dia, inclusive nos fins de semana.

(82) 2126-9650

(82) 99157-3023

Ministério Público (Núcleo de Defesa da Mulher - NUDEMP)

R. do Imperador, 119 – Centro
7:30h às 13:30h, de segunda à sexta
Aplicativos: 'Proteção Mulher'.

(82) 2122-3642

(82) 99142-2235

Centro de Referência Especializado em Assistência Social (CREAS)

8h às 16h, de segunda à sexta.

CREAS PAEFI JATIÚCA
Rua Deputado Luiz Gonzaga Coutinho, 210, Quadra 10, Jatiúca.

(82) 3312-5963

CREAS PAEFI ORLA LAGUNAR/VERGEL
Coutinho, 210, Quadra 10, Jatiúca.

(82) 3312-5962

CREAS SANTA LÚCIA
Rua Belmiro Amorim, 346, Santa Lúcia. (em frente à Casa Lotérica).

(82) 3312-5966

CREAS PAEFI BENEDITO BENTES
Conjunto Cidade Sorriso II, Rua P, Quadra E lote 01, Complexo Benedito Bentes.

(82) 3312-5961

CREAS PAEFI POÇO
Praça Raul Ramos, s/n, Poço.

(82) 3312-5964

Quais são meus direitos?



Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006)

Garante proteção às mulheres em situação de violência doméstica e familiar, independentemente de estado civil, orientação sexual, raça, religião, classe social ou qualquer outra condição.



Lei Joanna Maranhão (Lei nº 12.650/2012)

Garante que o prazo para denunciar a violência sexual só comece a contar quando a vítima completa 18 anos.



Lei Carolina Dieckmann (Lei nº 12.737/2012)

Criminaliza o ato de invadir computadores, celulares ou sistemas (com ou sem violação de barreiras de segurança) para obter, adulterar ou destruir dados sem a autorização da dona.



Lei do Feminicídio (Lei nº 13.104/2012)

O feminicídio passa a ser considerado crime hediondo, resultando em penas mais graves para os autores. A partir de 2024 foi instituído o Pacote Antifeminicídio, o que tornou a punição mais dura e aumentou as medidas de proteção.



Lei do Minuto Seguinte (Lei nº 12.845/2013)

Garante que vítimas de violência sexual tenham acesso prioritário aos serviços de saúde disponibilizados pelo SUS, sem necessidade de apresentar boletim de ocorrência ou medida protetiva para terem acesso ao atendimento emergencial.



Lei de Importunação Sexual (Lei nº 13.718/2018)

Passa a considerar crime atos de cunho sexual sem consentimento da vítima, como beijo forçado, passar a mão ou ‘encoxar’ no transporte público.



Lei do Stalking (Lei nº 14.132/2021)

Criminaliza a perseguição obsessiva (stalking), presencial ou digital, que ameace a integridade física ou psicológica da vítima, restrinja sua liberdade ou invada sua privacidade.



Lei da Violência Vicária (Lei nº 15.384/2026)

Tipifica e adiciona à Lei Maria da Penha o crime de violência vicária, que consiste em qualquer forma de violência praticada contra alguma pessoa da rede da mulher com o objetivo de causar sofrimento a ela.

Estou passando ou presenciando uma emergência. Como devo buscar ajuda?

1° Garanta segurança imediata

Disque 190 (Polícia Militar)
Ligue em situações de violência, ameaças, risco imediato à mulher ou aos filhos e descumprimento de medida protetiva.

2° Busque/ofereça apoio

Se você estiver presenciando: Ofereça apoio, escute sem julgar e ajude a mulher a procurar pessoas de confiança e a rede de atendimento.

Se você estiver passando: Fale com alguém de confiança. Você não precisa enfrentar isso sozinha.

Para mais informações, disque 180, Central de Atendimento à Mulher.

3° Realize a denúncia

Denunciar pode ajudar a interromper a violência e aumentar sua segurança. Guarde provas, como mensagens, prints, ameaças e datas importantes.

Preciso sair de casa urgentemente. O que devo fazer?

1. Pense em pessoas de confiança que possam ajudar você e seus filhos em uma emergência. Anote contatos e endereços em um lugar seguro.
2. Planeje uma rota de saída da casa e pense para onde você pode ir caso precise sair rapidamente.
3. Separe documentos importantes seus e dos filhos, como RG, CPF, certidão de nascimento, cartões e receitas médicas.
4. Se possível, guarde um pouco de dinheiro, chaves, roupas, remédios e itens essenciais em um local seguro e de fácil acesso.
5. Busque apoio de amigos, familiares ou serviços públicos, como UBS, hospitais, delegacias, CRAS e CREAS. Informe que você está em situação de violência e precisa de proteção.

Passo a passo da Jornada da Mulher

Mulher, nesse infográfico estão ilustrados os 7 passos que descrevem como será seu caminho no enfrentamento à situação de violência. Você conta com uma rede de profissionais que estão à disposição para te ajudar. Você não está sozinha, busque apoio!



1º Procure a rede de apoio

Qual serviço devo buscar?

Se você precisa de acompanhamento psicológico e acesso a programas de assistência para mercado de trabalho, busque pelo CEAM

Se você precisa realizar Boletim de Ocorrência e solicitar medida protetiva, busque pelo DEAM

Se precisa de abrigamento urgente para você e seus filhos, busque pela CASA DA MULHER ALAGOANA

Se você precisa de atendimento em saúde em vista de violência sexual, busque pelo HOSPITAL DA MULHER

Se você precisa de orientações sobre processos judiciais busque pela DEFENSORIA PÚBLICA

Se você precisa acessar programas de assistência social busque pelo CREAS CRAS

Se você precisa denunciar o mal funcionamento de serviços públicos busque pelo MINISTÉRIO PÚBLICO

Está passando ou presenciando uma situação de violência?

Disque 190 (Polícia Militar), para situações de risco à integridade física.

Disque 192 (SAMU), para situações de emergência médica.

Ligue 180: central de atendimento às mulheres em situação de violência doméstica.

Você pode tirar dúvidas, receber orientação sobre os serviços mais próximos e saber como acessar a rede de apoio e proteção no seu território.



2º Peça ajuda

Nesse primeiro atendimento, você será acolhida e orientada por uma equipe preparada para ajudar. Mesmo sem documentos, você continuará tendo direito ao atendimento.

Não deixe de procurar ajuda!

Áreas e Salas Lilás estão à sua disposição: esses espaços oferecem atendimento especializado e humanizado para mulheres em situação de violência. Ali você poderá receber acolhimento, orientação e apoio de diferentes profissionais para ajudar nas suas necessidades e nos próximos passos.

Em Maceió, você encontra esses espaços:

- No **Hospital da Mulher**, para caso você tenha passado por situações de violência sexual.
- **Na Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher,** para registro do Boletim de Ocorrência.

Ao chegar no serviço, informe a recepção que deseja acessar a Sala ou Área lilás.

Atenção: mesmo que você não consiga acessar esses espaços, procure o serviço público mais próximo e peça ajuda. Você tem direito ao acolhimento e ao atendimento.

Se, durante o atendimento, a equipe identificar que você precisa de cuidados de saúde, você será encaminhada para uma unidade de saúde até que esteja fora de risco.



3º Conte sua situação

Essa etapa é muito importante no enfrentamento à violência. Nesse atendimento, a equipe vai ouvir você, entender sua situação e ajudar a pensar nos próximos passos para sua proteção e cuidado.

O atendimento é realizado por profissionais especializados e preparados para acolher você com respeito, sem julgamentos e com sigilo.

CEAM CASA DA MULHER ALAGOANA HOSPITAL DA MULHER

Assistentes sociais:
Ajudam a entender sua situação social e orientam sobre direitos, benefícios, serviços públicos, cursos e outras possibilidades de apoio.

CEAM CASA DA MULHER ALAGOANA

Advogadas:
Oferecem orientação jurídica, apoio sobre medidas legais e encaminhamentos para outros serviços da Justiça quando necessário.

CEAM DEAM CASA DA MULHER ALAGOANA HOSPITAL DA MULHER

Psicólogas:
Realizam acolhimento emocional e ajudam no cuidado com os impactos da violência na sua saúde mental e emocional.

HOSPITAL DA MULHER

Enfermeiras:
Identificam necessidades relacionadas à saúde e realizam os encaminhamentos necessários para atendimento e cuidado.



4º Compartilhe suas necessidades

Logo após conversar com você, a equipe multidisciplinar vai mapear suas necessidades para construir caminhos de proteção e apoio.

Caso o serviço não consiga atender alguma demanda, você será encaminhada para outros locais da rede que possam ajudar.

A seguir, apresentamos alguns tipos de apoio disponíveis na rede de enfrentamento à violência para ajudar você a buscar o atendimento que precisar.

SAÚDE MENTAL
Se a violência afetou sua saúde emocional, você pode receber apoio psicológico no CEAM ou em uma Unidade Básica de Saúde para ajudar no cuidado com ansiedade, medo, tristeza, insegurança ou outros impactos causados pela violência.

AUTONOMIA FINANCEIRA
Se a situação de violência dificultou sua independência financeira, você pode receber orientação sobre benefícios, cursos profissionalizantes e oportunidades de trabalho e geração de renda no CEAM.

REFORÇO DE SEGURANÇA
Se você sentir medo, estiver em risco ou precisar se afastar do agressor, a rede pode ajudar na construção de estratégias de proteção e segurança para você e seus filhos.

ABRIGAMENTO
Se não for seguro permanecer em casa, você pode ser encaminhada para um local protegido e sigiloso, com acolhimento por 48 horas (Casa da Mulher Alagoana) ou até 3 meses (Abrigo Viva a Vida) para você e seus filhos, quando necessário.



5º Conheça medidas de proteção

Um passo importante no enfrentamento à situação de violência é a formalização da denúncia por meio do **Boletim de Ocorrência**, que pode ser realizado no atendimento.

Boletim de Ocorrência (BO)
O Boletim de Ocorrência é um registro oficial da violência. Ele pode ajudar na investigação do caso e no acesso a medidas de proteção.

Você pode formalizar o B.O. no:
CEAM CASA DA MULHER ALAGOANA HOSPITAL DA MULHER (em caso de violência sexual)

On-line, por meio da Delegacia Eletrônica de Alagoas

Além do B.O., a **Medida Protetiva de Urgência** é outro documento que reforça sua garantia de segurança:

Medida de Proteção de Urgência
É uma decisão da Justiça, emitida em até 48 horas, para aumentar sua segurança e limitar a aproximação do/a agressor/a.

Ela pode incluir:
- afastamento do/a agressor/a;
- proibição de contato;
- proibição de aproximação;
- acompanhamento policial;
- proteção para você e seus filhos;
- prioridade em acesso a auxílios e programas sociais.

Você pode solicitar Medida Protetiva no:
DEAM CASA DA MULHER ALAGOANA DEFENSORIA PÚBLICA



6º Receba apoio

Nos serviços da rede de atendimento, você poderá receber acolhimento, orientação e cuidados para ajudar na sua proteção e no enfrentamento da violência.

Cada serviço pode oferecer diferentes tipos de apoio, de acordo com suas necessidades.

AMPARO EM SERVIÇOS DE SAÚDE
Você e seus filhos poderão receber:
- atendimento psicológico e psiquiátrico;
- cuidados médicos;
- exames;
- medicação;
- prevenção de infecções sexualmente transmissíveis e gravidez.

Onde serei amparada?
HOSPITAL DA MULHER (em caso de violência sexual) CEAM IML UBS

AMPARO EM SERVIÇOS JURÍDICOS
Você poderá receber:
- orientação sobre seus direitos;
- apoio para medidas protetivas;
- auxílio em processos judiciais- incluindo divórcio e solicitação de guarda dos filhos;
- encaminhamentos para outros serviços da Justiça.

Onde serei amparada?
CEAM HOSPITAL DA MULHER JUIZADO MINISTÉRIO PÚBLICO DEFENSORIA PÚBLICA

AMPARO EM SERVIÇOS DE ASSISTÊNCIA
Você poderá receber:
- orientação sobre benefícios sociais;
- apoio para moradia e proteção;
- acesso a cursos e oportunidades de trabalho;
- encaminhamento para abrigamento, quando necessário.

Onde eu serei amparada?
CEAM CASA DA MULHER ALAGOANA CRAS CASA ABRIGO VIVA A VIDA



7º Continue recebendo acompanhamento

O acompanhamento ajuda a fortalecer sua proteção, autonomia e acesso aos seus direitos.

Como o acompanhamento é feito?

CEAM
- acolhimento psicológico;
- orientação social e jurídica;
- apoio para fortalecimento da autonomia e reconstrução da rotina;
- encaminhamentos para serviços e oportunidades.

PATRULHA MARIA DA PENHA
- acompanhamento de situações com medida protetiva;
- apoio para reforçar sua segurança;
- monitoramento do cumprimento das medidas judiciais.

HOSPITAL DA MUHER (EM CASO DE VIOLÊNCIA SEXUAL)
- acompanhamento em saúde física e emocional;
- continuidade de cuidados após situações de violência sexual;
- orientações e atendimentos especializados.

CRAS E CREAS
- apoio social para você e sua família;
- acesso a direitos, programas sociais e serviços públicos;
- acompanhamento e articulação com outros serviços da rede.