

SALI

Sexual Assault Legal Institute

Coalizão contra o abuso sexual em Maryland
Caixa postal 8782 | Silver Spring Maryland 20907
301-565-2277 Telefone | 301-565-3619 Fax

PLANO DE SEGURANÇA

SE ESTIVER EM PERIGO, DISQUE 911
ou outro número de emergência.

Você pode tentar tomar algumas providências para se proteger do agressor.

EM UMA EMERGÊNCIA

Se sofrer uma ameaça ou agressão dentro de casa:

- Fique longe da cozinha, visto que lá o agressor poderá ter acesso a facas e outras armas.
- Fique longe de banheiros, armários e outros espaços pequenos onde o agressor poderia lhe manter preso.
- Vá para um cômodo com uma porta ou janela para fugir.
- Vá para um cômodo com um telefone para pedir socorro. Tranque o agressor para fora do cômodo, se possível.
- Disque 911 (ou outro número de emergência) imediatamente. Memorize o nome do operador.
- Corra até a casa de um vizinho ou amigo a quem possa pedir socorro.
- Se um policial chegar, diga-lhe o que aconteceu e pergunte seu nome e número de identificação. Anote os protocolos do boletim de ocorrência e da queixa.
- Procure assistência médica se tiver ferimentos.
- Tire fotos de hematomas ou lesões.
- Ligue para um centro de assistência a vítimas de estupros e solicite ajuda para fazer um planejamento de segurança.

COMO SE PROTEGER EM CASA

- Aprenda formas de buscar ajuda e memorize telefones de emergência.
- Mantenha um telefone em um cômodo que possa ser trancado pelo lado de dentro. Se possível, mantenha um celular carregado com você o tempo todo.
- Se o agressor morava com você e se mudou, troque as fechaduras das portas. Coloque travas de segurança nas janelas.
- Planeje uma rota de fuga de sua casa e ensine-a aos seus filhos.
- Pense em um lugar pra onde possa ir se precisar fugir.

- Peça aos vizinhos para chamarem a polícia caso virem o agressor em sua casa. Combine com eles um sinal para que chamem a polícia. O sinal pode ser o telefone tocar duas vezes, uma cortina abaixada, uma luz acesa.
- Deixe uma mala feita com suas coisas mais importantes caso tenha que sair rapidamente. Mantenha-a em um local seguro ou com um amigo ou parente em quem confia.
- Inclua dinheiro, chave do carro e informações importantes, como documentos legais, passaportes ou certidões de nascimento, documentos de saúde, remédios e documentos de imigração.
- Obtenha um número de telefone confidencial.
- Bloqueie o número do agressor.
- Use uma secretária eletrônica para verificar as ligações.
- Faça um curso de autodefesa.

COMO PROTEGER SEUS FILHOS

- Ensine-os a não se envolver em brigas, ainda que queiram ajudar.
- Ensine-os a pedir por socorro, a discar 911 e informar endereço e número de telefone à polícia.
- Diga-lhes a quem ligar para pedir socorro.
- Diga-lhes para não ficarem na cozinha.
- Entregue ao diretor da escola ou da creche uma cópia da ordem judicial e informe que não devem permitir que seus filhos saiam com ninguém sem antes falar com você. Combine com eles um código para que possam saber que é você no telefone e dê-lhes uma foto do agressor.
- Verifique se seus filhos sabem para quem devem contar caso vejam o agressor na escola.
- Assegure-se de que a escola não informará seu endereço ou número de telefone a ninguém.

COMO SE PROTEGER FORA DE CASA

- Mude sua rota regularmente.
- Tente pegar carona com pessoas diferentes.
- Varie supermercados e agências bancárias.
- Cancele contas bancárias ou cartões de crédito conjuntos com o agressor. Abra uma conta nova em um banco diferente.
- Mantenha sua ordem judicial e números de emergência com você o tempo todo.
- Tenha um celular por perto e deixe programado o número 911 (ou outro número de emergência).

COMO SE PROTEGER NO TRABALHO

- Mantenha uma cópia de sua ordem judicial no trabalho.
- Dê uma foto do agressor à equipe de segurança e aos colegas de trabalho.

- Converse com seus supervisores para saber como podem tornar o acesso do agressor a você mais difícil.
- Saia para almoçar com colegas.
- Peça a um membro da segurança que vá até o carro ou ponto de ônibus com você.
- Se o agressor ligar para você no trabalho, grave a ligação no correio de voz.
- Seu empregador poderá lhe ajudar a encontrar recursos da comunidade.

COM A LEI AO SEU LADO

- Ligue para SALI pelo número 301-565-2277 ou 877-496-SALI, ou ainda peça socorro ao centro de assistência a vítimas de estupro local.

Medidas protetivas ou determinações judiciais de proteção:

- O juiz pode emitir uma medida protetiva ou uma determinação judicial de proteção caso você tenha sofrido qualquer tipo de agressão, ação que tenha resultado em lesões corporais graves, ameaça de lesão corporal grave eminente, estupro ou abuso sexual, tentativa de estupro, cárcere privado ou perseguição.
- Você pode obter uma medida protetiva se for um adulto vulnerável incapaz de zelar pela própria segurança ou se tiver uma das seguintes relações com o agressor: cônjuge ou ex-cônjuge, ter filhos em comum, moraram juntos e tiveram relações sexuais por 90 dias no total durante o último ano ou ainda são parentes biológicos ou por adoção.
- Medidas protetivas podem resultar em uma medida de distanciamento, desocupação, prisão preventiva e visitação, pensão (se houver um dever de assistência para filho em comum ou casamento), orientação psicológica, uso e posse de residência e automóvel, restrição a armas de fogo.
- As determinações judiciais de proteção são disponibilizadas a vítimas que não atendam aos requisitos para uma medida protetiva. As determinações judiciais de proteção podem incluir uma medida protetiva e orientação psicológica.
- Para que um tribunal emita uma determinação judicial de proteção, é necessário que o abuso tenha ocorrido nos últimos 30 dias. Não há limite para o tempo ocorrido entre o abuso e aplicação de uma medida protetiva, mas talvez seja necessário explicar o atraso à justiça.
- Quando o fórum estiver fechado, é possível conseguir uma medida protetiva ou uma determinação judicial de proteção provisória junto à superintendência do fórum. Medidas provisórias têm validade até que uma audiência para uma medida temporária seja realizada ou até o fim do segundo dia útil em que o fórum esteja aberto.
- Se o fórum estiver aberto, é possível solicitar uma medida protetiva temporária junto a um tribunal de distrito ou tribunal de circuito, ou uma determinação judicial de proteção temporária junto a um tribunal de distrito.

Certifique-se de:

- Mostrar ao juiz fotos de suas lesões.
- Dizer que não se sente segura se o agressor for à sua casa para buscar os filhos.

- Pedir que o juiz ordene o agressor a buscar e deixar os filhos na delegacia de polícia ou outro local seguro.
- Pedir que as visitas de direito do agressor sejam em horários estritamente definidos para que a polícia saiba, de acordo com a ordem judicial, se o agressor está ali em horário indevido.
- Dizer ao juiz se o agressor já machucou ou ameaçou os filhos. Pedir que as visitas sejam supervisionadas. Pensar em alguém que poderia fazer essa supervisão para você.
- Obter uma cópia autenticada da ordem judicial.
- Manter a ordem judicial com você o tempo todo.

PROCESSOS PENAIS

- Mostre ao promotor suas ordens judiciais.
- Mostre ao promotor os boletins médicos de suas lesões ou fotos se tiver.
- Diga ao promotor o nome de alguém que esteja lhe ajudando, por exemplo, um advogado ou defensor.
- Informe ao promotor se há testemunhas das lesões ou abuso ocorrido.
- Diga ao promotor que deseja saber com antecedência se o agressor sair da prisão.
- Fale com o promotor sobre obter uma medida protetiva. A justiça pode exigir que o agressor mantenha uma distância mínima de você se ficar evidente alguma ação ou ameaça que possivelmente lhe causaria lesões corporais. A justiça deverá ordenar que o agressor mantenha distância de você como uma condição de liberdade.
- O VINE (Victim Information and Notification Everyday) é um sistema automatizado criado para enviar notificações sobre datas de audiências relacionadas ao seu processo por e-mail ou telefone. Para se cadastrar no VINE, ligue para 1-866-MD4VINE e siga as instruções.

PROTEJA-SE NO TRIBUNAL

- Sente-se o mais longe possível do agressor. Você não precisa falar ou olhar para o agressor, nem para sua família ou amigos.
- Leve um amigo ou parente como acompanhante durante sua audiência.
- Diga a um oficial da justiça ou delegado de polícia que você teme o agressor e que precisa de proteção.
- Certifique-se de ter pego a ordem judicial antes de sair.
- Peça ao juiz ou delegado de polícia que mantenham o agressor por um tempo no tribunal após o fim da sessão. Saia rapidamente.
- Se acreditar que o agressor esteja lhe seguindo, ligue imediatamente para a polícia.
- Se precisar viajar para outro estado a trabalho, para fugir do agressor ou por qualquer outra razão, leve sua medida protetiva ou determinação judicial de proteção com você. Ela é válida em todos os lugares.

GARANTA SUA DISCRIÇÃO

- Utilize um mecanismo de busca como o Google ou Yahoo para saber quais informações sobre você se encontram disponíveis na Internet.

- Rastreie ligações e mensagens de texto de números indesejados e deixe o correio de voz gravar ligações do agressor.
- Verifique seu computador procurando sinais de violação ou software espião usando um programa de antivírus e detecção de spyware atualizado. Não abra e-mails suspeitos.
- Troque todas suas senhas periodicamente. Não utilize a mesma senha duas vezes.
- Converse sobre seu desejo de discricção com família e amigos.
- Desative a transmissão de geolocalização em celulares e câmeras digitais.

Se já utilizou uma rede social:

- Não compartilhe informações sobre sua casa, local de trabalho, escola, creche, lojas favoritas, planos futuros, meios de transporte, ou seja, nenhum aspecto de sua localização ou costumes.
- Considere retirar sua foto do perfil, criar um novo perfil sem foto ou utilizar uma imagem não descritiva no lugar de sua foto pessoal.
- Modifique suas configurações de segurança em todas as contas de todos os sites e pense cuidadosamente sobre as informações às quais seus amigos e o público geral têm acesso. Revise como seu perfil aparece a você, a seus amigos, ao público geral; lembre-se de que todas as informações on-line podem sempre ser acessadas por qualquer um.
- Exclua contas antigas.
- Não aceite solicitações de novos contatos para se conectarem com você. Se possível, no próprio site, solicite que os usuários precisem saber seu nome e outras informações sobre você para solicitarem contato.
- Revise sua lista de amigos mensalmente e exclua indivíduos com os quais não mantém contato real.
- Considere desmarcar-se de fotos que apareçam em contas de terceiros.

Agradecemos à Comissão contra a violência doméstica e à TIPS (Tort Trial and Insurance Practice Section) da ABA (American Bar Association) por nos fornecerem um ponto de partida para este plano de segurança.