

EU SOBREVIVEREI

Um Guia Prático sobre Apoio e Conselho para Violência Doméstica
7a. Edição - 2007

www.haringey.gov.uk



Haringey Council

Trabalhando em parceria com:



Conteúdo

Prefácio

Introdução

Seção UM:

Aonde ir para Apoio e Conselho

Seção DOIS:

Mitos e fatos sobre violência doméstica

O que é violência doméstica?

Mitos e fatos

Seção TRÊS:

O que eu posso fazer a respeito de violência doméstica?

Medidas práticas

Lidando com crises

Seção QUATRO:

Habitação

Habitação para emergências e períodos de tempo curto

Refúgios (casas seguras para mulheres fugindo de violência doméstica)

Habitação e falta de lar

Habitação do concelho

Ficando em seu lar atual

Reclamações

Associações de habitação

Acomodação alugada de particulares

Verificações sobre Saúde e Segurança

Animais de estimação

Seção CINCO:

A Polícia

O que a polícia pode fazer

Indo ao tribunal

Seção SEIS:

A Lei

Conselho jurídico

Legislação

Ordens do tribunal (mandatos judiciais)

Poder de Prisão

Os prós e os contras de ordens do tribunal (mandatos judiciais)

Promessas

Indenização

Imigração: A regra de um ano

Refugiados e solicitantes de asilo

Bem-estar geral, conselho jurídico e sobre benefícios

Aconselhamento e saúde

Divórcio ou separação

Seção SETE:	Dinheiro Benefícios de bem-estar / Income support (Apoio de Renda) Working families Tax credit (Benefício pago através do sistema de impostos para famílias trabalhando) Job-seekers allowance (Concessão para pessoas procurando emprego) Incapacity benefit (Benefício por Incapacidade) Disability living allowance (Concessão para viver com deficiência) Child benefit (Benefício para criança) Council tax benefit (Benefício para imposto municipal) Empréstimos e concessões Budgeting loans (Empréstimo para previsões orçamentais) Empréstimo para crises Community care grant (Concessão comunitária para cuidado) Maternity payment (pagamento para maternidade) Pensão de alimentos Onde fazer um pedido Housing benefit (Benefício para Habitação) Informação adicional útil
Seção OITO:	Mulheres e questões de igualdade
Seção NOVE:	Crianças Crianças em refúgios Mudando de escola A Legislação de Crianças (The Children Act) Imigração Mães lésbicas Rapto Onde conseguir ajuda e conselho para você e suas crianças
Seção DEZ:	Serviços Sociais
Seção ONZE:	Saúde Clínico Geral (GP) e outro apoio NHS direct (informação e conselho pelo telefone) Acessando serviços Apoio emocional Aonde ir para conselho sobre saúde
Seção DOZE:	Sobrevivendo violência – Vida depois de abuso

PREFÁCIO

Nós estamos orgulhosos de apresentar essa 7a. Edição do Eu Sobreviverei – Um Guia Prático sobre Apoio e Conselho para Violência Doméstica em Haringey.

Após suas sugestões nós melhoramos a concepção e disposição como também atualizamos toda a informação. “Eu Sobreviverei” está disponível na Internet na www.haringey.gov.uk em traduções em albanês, bengali, chinês mandarim, chinês cantonês, francês, grego, curdo-curmânji, curdo-sorâni, polonês, português, romeno, somali, turco e urdu. Outras informações sobre serviços para violência doméstica também estão disponíveis na Internet, tais como o DVD sobre serviços para violência doméstica “What’s Love Got To Do With It” (O Que o Amor Tem a Ver Com Isso) e o folheto de ajuda e conselho sobre violência doméstica, ambos disponíveis em 7 línguas. Você também pode pedir cópias impressas se você preferir, mas lembre-se que todo mundo vivendo em Haringey pode usar a Internet gratuitamente em todas as nossas Bibliotecas.

Aqui em Haringey nós acreditamos que combater violência doméstica é crucial em nos ajudar a criar comunidades seguras e fortes no distrito. Então nós melhoramos nossos serviços de apoio, conselho e intercessão para sobreviventes de violência doméstica. Talvez mais notável, foi o lançamento da Hearthstone (Lareira) em 2003, um centro de apoio e conselho de várias agências dirigido pelo concelho proporcionando serviços para sobreviventes de violência doméstica através de um único ponto de acesso. Esse serviço foi criado através do empenho do Concelho de Haringey, da Polícia, Saúde, Habitação, Liberdade Condicional, Apoio para Vítimas, Tribunais, Refúgios, Grupos Comunitários e de Mulheres. Nós estamos empenhados em apoiar sobreviventes e tomar ações contra abusadores, com o objetivo de atingir tolerância zero para violência doméstica.

Nós temos uma abordagem holística combatendo questões de violência doméstica para famílias e crianças. Nossas 4 prioridades estratégicas essenciais são:

- Melhorar o apoio e segurança daqueles que sofrem ou são ameaçados por violência doméstica
- Melhorar a qualidade, coordenação e eficiência dos serviços
- Atribuir responsabilidade a abusadores
- Reduzir a tolerância de violência doméstica em nossas comunidades locais

Eu Sobreviverei destaca imediatamente agências de apoio e conselho disponíveis para sobreviventes e então dá conselhos sobre todos aspectos de ajuda disponível quando lidando com questões de violência doméstica. Informação está incluída sobre uma ampla extensão de serviços porque violência doméstica afeta todos aspectos de nossa vida; ela afeta nossa segurança, nossa saúde física e mental e saúde da família, a situação da nossa vida, nossa situação financeira, e as maneiras em que nos relacionamos com outros e com o ambiente ao redor.

Eu Sobreviverei é destinado a aliviar o estresse emocional que acompanha a violência doméstica e ajudar e apoiar pessoas em acessar todos serviços disponíveis. Mais uma vez, obrigado a todas agências envolvidas em produzir Eu Sobreviverei. Nós sempre damos boas vindas a quaisquer comentários, suplementos ou novas sugestões para melhorar esse recurso inestimável.

Concelheiro Nilgun Canver

Membro Executivo para Crime e Segurança Comunitária

INTRODUÇÃO

violência doméstica... Um guia prático para serviços para violência doméstica

Violência doméstica é um crime. Ela é a causa principal de lesões para mulheres entre as idades de 15 e 44 no Reino Unido. Talvez você viveu com abuso, talvez isso só aconteceu uma vez; talvez você trabalha ou vive do lado de alguém que está sendo abusado agora. Embora esse guia se refira principalmente a serviços para mulheres, quem quer que você seja, esse livreto pode te mostrar como e onde conseguir ajuda, conselho e apoio.

Esse guia é escrito para te ajudar. Ele proporciona informação em muitas áreas e contatos para questões tais como habitação, crianças, imigração, serviços sociais e preocupações de saúde. Se você está sendo abusado, existem três medidas que você pode tomar;

- Reconheça que isso está acontecendo com você
- Aceite que **VOCÊ NÃO É CULPADO**
- Busque ajuda e apoio

Esse livro se refere principalmente a vítimas de violência doméstica usando mulheres, Isso é planejado como um termo neutro em questão de sexo porque também é reconhecido que vítimas de violência doméstica podem incluir homens.

LEMBRE-SE:

Você não está sozinho

Isso não é sua culpa

Ajuda está disponível

Você tem um direito de viver livre de medo!

O Código

Emergência 24 horas por dia



Conselho / Apoio



Crianças e Jovens



Aconselhamento



Especialistas em Violência Doméstica



Acomodação de Emergência



Telefone Gratuito



Sáude



Habitação



Informação sobre Habitação



Serviços Legais



Apoio para Lésbicas, Gays, Bissexuais e Transexuais



Refugiados e Asilo



Refúgios



Abuso de Substâncias



Treinamento



SEÇÃO UM

ONDE IR PARA APOIO E CONSELHO



NÚMEROS DE EMERGÊNCIA ESSENCIAIS

24 Hour National domestic violence Helpline 08082 00 02 47
(Linha de ajuda nacional para violência doméstica funcionando 24 horas por dia)

Haringey Police Community Safety Unit 020 8345 1944
(Unidade de Segurança Comunitária da Polícia em Haringey)
(Auxílio Policial Local de Emergência com relação a questões de violência doméstica)

The Samaritans (Os Samaritanos) 08457 90 90 90
(Linha de ajuda confidencial 24 horas por dia se você precisa de alguém com quem conversar)

Serviços de emergência 999

Hearthstone 020 8888 5362

Linha de Telefone Noturna para o Fim-de-semana Telefone gratuito: 0800 0232794
Sexta, sábado e domingo das 8 da manhã à 1 da madrugada

Em toda parte em Haringey, e Londres em geral, existem organizações de mulheres e centros de conselho em geral que proporcionam uma extensão de serviços de apoio e conselho para mulheres. Nós reconhecemos que em situações de violência doméstica, mulheres podem querer buscar conselho de serviços fora da área de residência delas e então nós também proporcionamos (em ordem alfabética), uma extensão de organizações para conselho em toda Londres. Algumas das organizações aqui podem encaminhá-lo para outros serviços de apoio que podem te auxiliar com sua situação.

HEARTHSTONE

O centro de apoio e conselho para violência doméstica de Haringey, Hearthstone, é um centro de apoio e conselho de várias agências proporcionando serviços para sobreviventes de violência doméstica em Haringey através de um único ponto de acesso. Então, um visitante à Hearthstone não terá mais que se envolver com várias agências diferentes em vários locais a fim de buscar conselho. Esse projeto de parceria cobre questões gerais em torno de violência doméstica com contribuição dos Serviços de Habitação, polícia, saúde e uma variedade de outros profissionais. Um serviço para visitar quando você quiser está disponível.
Horário de funcionamento: segunda a sexta das 10 da manhã às 4 da tarde
10 Commerce Road Wood Green London N22 8ED
T: 020 8888 5362 F: 020 8889 6508



APOIO E CONSELHO EM HARINGEY

ADULT PROTECTION REPORT & ADVICE LINE (LINHA PARA CONSELHO E RELATOS PARA PROTEÇÃO DE ADULTOS)
T: 020 8489 1400
Protegendo adultos vulneráveis de abuso em Haringey



AFRICAN WOMEN'S WELFARE GROUP (GRUPO DE BEM-ESTAR PARA MULHERES AFRICANAS)

594 Tottenham High Road London N17 9TA
T: 020 8885 5822 F: 020 8801 5266
E: awwghsaid@aol.com

Agência de conselho, treinamento, intercessão e encaminhamento para mulheres africanas. Questões cobertas vão de saúde, classes de lingual inglesa até treinamento para indivíduos. Facilidades de creche.



ASIAN WOMEN'S AID - NEWHAM ASIAN WOMEN'S AID AT HARINGEY (AJUDA PARA MULHERES ASIÁTICAS EM HARINGEY)

(Anteriormente conhecido como: Haringey Asian Women's Aid (HAWA)

PO Box 2604 London N22 6AT

T: 020 8889 8342

E: info@nawp.org W: www.nawp.org

Serviços para mulheres e crianças fugindo de violência doméstica. Também oferece refúgio temporário, conselho, apoio e conexões para serviços para mulheres asiáticas em urdu, hindi, bengali, gujaráti e punjabi.



ASIAN WOMEN'S ASSOCIATION FOR SUSTAINABILITY (AWAS) (ASSOCIAÇÃO DE MULHERES ASIÁTICAS PARA SUSTENTABILIDADE)

Selby Centre Selby Road London N17 8JL

T: 020 8808 5510 F: 020 8880 3470

E: awasnl@hotmail.com

Encaminhamento e alguma assistência social abordada para mulheres asiáticas.



BANGLADESHI WOMEN'S ASSOCIATION IN HARINGEY (ASSOCIAÇÃO DE MULHERES BANGLADESHIANAS EM HARINGEY)

Mitalee Centre Stanley Road

London N15 3HB

T: 020 8365 7498

Oferece treinamento, cuidado de crianças e conselho para mulheres bangladeshianas.



BETTER LIFE FOR WOMEN & FAMILIES (VIDA MELHOR PARA MULHERES E FAMÍLIAS)

1a Willan Road Broadwater Farm London N17 6NG

T: 020 8808 9922 F: 020 8801 8003

E: info@betterlifeforwomenandfamilies.org.uk

Projeto baseado na comunidade e administrado por residentes. Questões cobertas incluem conselho, encaminhamento, cuidado na comunidade, cuidado de crianças, treinamento e a provisão de trabalho voluntário.



EQUALITIES & DIVERSITY TEAM (TIME DE IGUALDADES E DIVERSIDADE)

3rd Floor Wood Green Library

187-197A High Road London N22 6XD

T: 020 8489 2574 / 020 8489 2581

E: equalities@haringey.gov.uk

Produz "Eu Sobreviverei" e outros recursos para violência doméstica. O coordenador de violência doméstica está disponível para informação, conselho e apoio. Entre em contato para detalhes do Foro de Haringey para violência doméstica.



HARINGEY ADVISORY GROUP ON ALCOHOL (HAGA) (GRUPO CONSULTIVO SOBRE ÁLCOOL DE HARINGEY)

590 Seven Sisters Road Tottenham N15 6HR

T: 020 8800 6999

E: haga@freeuk.com

www.haga.co.uk

Proporciona conselho, apoio, aconselhamento e informação para vítimas de violência doméstica onde o álcool foi um fator. Assistente especializado em violência doméstica



disponível através de consulta marcada previamente nos escritórios da HAGA ou na Hearthstone.

HARINGEY DRUG EDUCATION TEAM (TIME DE EDUCAÇÃO SOBRE DROGAS DE HARINGEY)

T: 020 8489 5083

Oferece apoio para pessoal em escolas para possibilitá-los a propiciar educação e informação apropriada para a idade sobre o abuso de drogas, álcool e tabaco, de acordo com os padrões Escola Saudável (Healthy School), currículo de Educação Pessoal, Social e de Saúde (PHSE curriculum) e critério de inspeção do Ofsted e apoio para crianças e jovens vulneráveis a tal abuso.

HARINGEY LEAVING CARE & ASYLUM SERVICE (SERVIÇO DE ASILO E PÓS-CUIDADO DE HARINGEY)

476 High Road Tottenham London N17 9JF

T: 020 8489 4902

Proporciona uma extensão de serviços de apoio e conselho para jovens refugiados desacompanhados, crianças e jovens solicitando asilo.



HARINGEY TRAVELLERS COMMUNITY TEAM (TIME PARA A COMUNIDADE NÔMADE DE HARINGEY)

40 Cumberland Road Wood Green N22 7SG

T: 020 8489 3602 / 3005 ou 3778

Oferece apoio e conselho sobre violência doméstica para mulheres da Comunidade Nômada (Travelling community).

Serviço para visitar quando quiser disponível em 40 Cumberland Road, Wood Green – segunda e quinta... das 8 e 45 da manhã às 4 horas da tarde



HARINGEY WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES DE HARINGEY)

PO Box 915 Hornsey London N8 7EE

T/F: 020 8341 4665

Serviços para mulheres e crianças fugindo de violência doméstica. A HWA administra 3 refúgios proporcionando um ambiente seguro e de apoio para mulheres e crianças que estão escapando de abuso físico, sexual e emocional.



HARINGEY WOMEN'S FORUM (FORO PARA MULHERES DE HARINGEY)

1 Bruce Grove London N17 6RA

T: 020 8885 4705 F: 020 8880 9135

E: hwf@btconnect.com

Conselho e apoio para mulheres, particularmente sobre questões de violência doméstica, como também aconselhamento individual. Ampla extensão de serviços de treinamento oferecidos a mulheres locais.



HARTS SERVICE

T: 0845 303 2350

Esse serviço, administrado pelo EPIC Trust, proporciona apoio relacionado a habitação para famílias vulneráveis com crianças em Haringey. Isso incluirá auxílio com pedidos de benefícios, controlar atrasos de aluguel e outros débitos, lidar com problemas de habitação, acessar educação, treinamento e emprego e outros serviços tais como saúde.



HEARTHSTONE Centro de Apoio e Conselho de Haringey para violência doméstica
10 Commerce Road Wood Green
London N22 8ED



T: 020 8888 5362 F: 020 8889 6508

Linha noturna para o fim-de-semana: Telefone gratuito: 0800 0232794 (sexta, sábado e domingo ... 8 da manhã a 1 da madrugada)

Hearthstone é um centro de apoio e conselho de várias agências proporcionando serviços para sobreviventes de violência doméstica em Haringey através de um ponto único de acesso. Então, um visitante à Hearthstone não terá mais que se envolver com várias agências diferentes em vários locais a fim de buscar conselho. Esse projeto de parceria cobre questões gerais em torno de violência doméstica com contribuição dos Serviços de Habitação, polícia, saúde e uma variedade de outros profissionais. Serviço para visitar quando quiser está disponível.

Horário de funcionamento: segunda a sexta, 10 da manhã às 4 da tarde

HORNSEY CITIZENS ADVICE BUREAU (GABINETE DE APOIO AO CIDADÃO DE HORNSEY)

7 Hatherley Gardens Hornsey
London N8 9JJ



T: 0870 126 4030 F: 020 8374 2646

Conselho sobre benefícios, habitação e em geral para todos.

Horário de funcionamento: segunda, quinta e sexta das 9 e 30 às 11 da manhã; terça das 4 e 30 às 6 e 30 da tarde; quarta apenas com consulta marcada anteriormente.

Conselho pelo telefone: segunda, quarta, quinta e sexta das 2 e 30 às 4 e 30 da tarde; terça das 2 e 30 às 3 e 30 da tarde

KURDISH ADVICE CENTRE (CENTRO DE CONSELHO CURDO)

St Mary's Community Centre Birkbeck Road
London N8 7PS

T: 020 8347 8657

E: info@kurdishadvicecentre.org.uk

www.kurdishadvicecentre.org.uk

Proporciona treinamento e conselho para a comunidade a partir de um centro de recursos.

Eventos locais e treinamento específico são oferecidos á comunidade.



nia project

(anteriormente Tottenham Women's Aid)

PO Box 6566 London E8 3ST

T: 020 7683 1210 (linha para conselho)

08457 023 468 (emergência)

Serviços para mulheres e crianças fugindo de violência doméstica. Também oferece habitação temporária em Haringey e Hackney.



RELATE NORTH LONDON

Newby House 309 Chase Road Southgate N14 6JS

T: 020 8447 8101

E: admin@relatenl.org.uk

Aconselhamento sobre relacionamento de adultos para casais e indivíduos. Aconselhamento em grupo também. Existe uma taxa envolvida, que é negociável de acordo com a necessidade.

Residentes de Haringey recebem taxas subsidiadas.



STEPPIN' UP

T: 020 8801 9976

Serviço de apoio para gravidez de adolescentes.



TEENAGE PREGNANCY REINTEGRATION OFFICER (OFICIAL DE REINTEGRAÇÃO PARA GRAVIDEZ ADOLESCENTE)

T: 020 8489 2235

E: teenagepregnancy@haringey.gov.uk

Apóia escolas, pais adolescentes de idade obrigatória para comparecer à escola, estudantes grávidas e as famílias delas para assegurar acesso a educação. Membros do time de gravidez adolescente trabalham com uma extensão de times multidisciplinares e organizações e podem indicar clientes para outros provedores de serviços e benefícios.

THE HAVEN WHITECHAPEL SEXUAL ASSAULT REFERRAL CENTRE (CENTRO DE ENCAMINHAMENTO PARA ATAQUE SEXUAL DE WHITECHAPEL)

9 Brady Street London E1 5DG

T: 020 7247 4787

Proporciona serviços para sobreviventes de violação e ataque sexual sério no Norte e Leste de Londres.

Horário de funcionamento: 7 da manhã às 7 da noite, sete dias por semana



THE SAMARITANS (OS SAMARITANOS)

24 horas - 365 dias por ano

T: 08457 90 90 90

Os Samaritanos estão sempre lá para oferecer apoio confidencial 24 horas por dia para qualquer pessoa em aflição emocional.



TOTTENHAM CITIZEN'S ADVICE BUREAU (GABINETE DE APOIO AO CIDADÃO DE TOTTENHAM)

Tottenham Town Hall Approach Road

London N15 4AJ

T: 0870 126 4030 F: 020 8376 0909

Conselho sobre benefícios, habitação e em geral para todos.

Horário de funcionamento: segunda, terça e sexta das 9 e 30 às 11 da manhã; quarta das 4 e 30 às 6 e 30 da tarde; quinta apenas com consulta marcada anteriormente

Conselho pelo telefone: segunda, terça, quinta e sexta das 2 e 30 às 4 e 30 da tarde; quarta das 2 e 30 às 3 e 30 da tarde



TURKISH CYPRIOT WOMEN'S Project (PROJETO PARA MULHERES TURCO-CIPRIOTAS)

140A Falkland Road Hornsey

London N8 ONP

T: 020 8340 3300

Oferece ajuda, conselho e apoio para mulheres Turco-Cipriotas e Turcas sofrendo violência doméstica.



TURNPIKE LANE CITIZEN'S ADVICE BUREAU (GABINETE DE APOIO AO CIDADÃO DE TURNPIKE LANE)

14A Willoughby Road London N8 0JJ

T: 0870 126 4030 F: 020 8374 0527

Conselho sobre benefícios, habitação e em geral para todos.



eu sobreviverei...

Horário de funcionamento: segunda ... 4 e 30 às 6 da tarde; quarta, quinta e sexta das 9 e 30 às 11 da manhã; terça apenas com consulta marcada previamente
Conselho pelo telefone: segunda das 2 e 30 às 3 e 30 da tarde; terça-sexta das 2 e 30 às 4 e 30 da tarde

VICTIM SUPPORT (HARINGEY) (APOIO PARA VÍTIMAS DE HARINGEY)

24-26 Commerce Road Wood Green
London N22 8ED

T: 020 8888 9878 F: 020 8888 9848

Oferece apoio prático e emocional para vítimas de crime que moram e trabalham no distrito de Haringey. Também ajuda com pedidos de indenização por lesões criminais para vítimas de crimes violentos, proporciona informação sobre procedimentos de tribunal e seguro. Serviços incluem apoio emocional de curto e longo prazo.



VULNERABLE YOUNG PERSON'S SUBSTANCE MISUSE WORKER (ASSISTENTE PARA ABUSO DE SUBSTÂNCIAS POR PESSOAS JOVENS VULNERÁVEIS)

T: 020 8489 2230

Apoio e conselho para crianças e jovens vulneráveis em escolas e no PSC (Centro de Apoio ao Aluno, onde crianças excluídas da escola estudam) que estão abusando drogas e álcool para possibilitá-los a acessar educação e ou tratamento.

ZORA YOUNG WOMEN'S PROJECT (PROJETO PARA MULHERES DE ZORA YOUNG)

1 Bruce Grove London N17 6RA

T: 020 8885 4705 F: 020 8880 9135

Projeto para mulheres jovens direcionado a mulheres com idades de 16 a 30. Conselho treinamento e apoio para mulheres jovens.



CONSELHO E APOIO EM LONDRES

AANCHAL

Bryant Street Community Centre Bryant Street
London E15 4RU
T: 0845 451 2547



Conselho e apoio para mulheres asiáticas que estão fugindo de violência doméstica. Eles também proporcionam uma linha de ajuda pelo telefone funcionando 24 horas por dia.

AKINA MAMA WA AFRIKA

334-336 Goswell Road London EC1V 7LQ
T: 020 7713 5166 F: 020 7713 1959
E: amwa@akinamama.org
W: www.akinamama.org



Serviços de conselho, treinamento e informação para mulheres africanas.

ASHIANA PROJECT

PO Box 816 London E11 1QY
T: 020 8539 9656 / 020 8539 0427
E: info@ashiana.org.uk



Conselho, apoio e habitação temporária para mulheres jovens do Sul da Ásia, turcas e iranianas escapando de qualquer forma de abuso físico, sexual, mental ou emocional. Também têm um serviço na comunidade em nível pessoal e comunitário.

BROKEN RAINBOW LGBT DOMESTIC VIOLENCE SERVICE (UK)

Linha de ajuda: 020 8539 9507
E: mail@broken-rainbow.org.uk
W: www.broken-rainbow.org.uk



Serviço de linha de ajuda pelo telefone e linha de conselho para lésbicas, homens homossexuais, pessoas bissexuais e transexuais (LGBT) encarando violência doméstica.

CHINESE INFORMATION & ADVICE CENTRE DOMESTIC VIOLENCE OUTREACH (CENTRO CHINÊS DE CONSELHO E INFORMAÇÃO SOBRE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E ASSISTÊNCIA SOCIAL NA COMUNIDADE)

4th Floor 104-108 Oxford Street
London W1D 1LP
T: 020 7462 1281 / 020 7323 1538
W: www.ciac.co.uk



Um time bilíngüe e de assistentes para mulheres de voluntários treinados para mulheres oferece conselho e apoio emocional em cantonês, mandarim e inglês.

ENFIELD SAHELI

Asian Womens Support Centre
Community House 311 Fore Street Edmonton N9 OP2
T: 020 8373 6218



E: info@enfield-saheli.org.uk

Serviços: Projeto de saúde mental; intercessão; visite quando quiser; assistência social na comunidade; atividades sociais

Horário de funcionamento: segunda-sexta das 9 da manhã às 5 da tarde

JEWISH WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES JUDIAS)

eu

PO Box London N12 9ZE
Linha de ajuda: 0800 591 203 Escritório: 020 8445 8060
E: info@jwa.org.uk
W: www.jwa.org.uk
Conselho, Aconselhamento, Apoio comunitário e refúgio para mulheres. Aberto no horário de escritório.



LATIN AMERICAN WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES LATINO-AMERICANAS)

Print House 18 Ashwin Street London E8 3DL
T: 020 7275 0321

Linha de ajuda para emergências: 07958 536 242

Proporciona conselho, apoio e acomodação temporária para mulheres latino-americanas fugindo de violência doméstica.

Segunda e terça das 9 e 30 da manhã às 5 e 30 da tarde; quarta das 9 e 30 da manhã a 1 da tarde



LATIN AMERICAN WOMEN'S RIGHTS SERVICE (SERVIÇO SOBRE DIREITOS DE MULHERES LATINO-AMERICANAS)

52 Featherstone Street London EC1Y 8RT
T: 020 7336 0888 ext 2 F: 020 7336 0555

E: lawrs@lawrs.org.uk

W: www.lawrs.org.uk

Proporciona serviços de conselho, treinamento e informação para mulheres latino-americanas. Horário de funcionamento: 10 da manhã às 5 da tarde



LESBIAN & GAY SWITCHBOARD LONDON (MESA TELEFÔNICA PARA LÉSBICAS E GAYS DE LONDRES)

T: 020 7837 7324

Oferece conselho e apoio para lésbicas e homens homossexuais em todas as questões incluindo violência doméstica.

Aberto 24 horas.



LONDON FRIEND (AMIGO EM LONDRES)

86 Caledonian Road Kings Cross London N1 9DN
T: 020 7837 3337

Proporciona linha de ajuda pelo telefone, grupos de aconselhamento e apoio para lésbicas, homens homossexuais, bissexuais e aqueles incertos sobre a identidade sexual deles.

Disponível: 7 e 30 da manhã às 10 da noite



LONDON IRISH WOMEN'S CENTRE (CENTRO PARA MULHERES IRLANDEASAS EM LONDRES)

59 Stoke Newington Church Street London N16 0AR
T: 020 7249 7318 F: 020 7923-9599

E: Info@liwc.co.uk

Proporciona conselho para mulheres com necessidades de habitação incluindo mulheres fugindo de violência doméstica. Também oferece serviços de treinamento e apoio.

Segunda-sexta das 9 e 30 da manhã às 5 e 30 da tarde; quinta aberto até as 7 da noite apenas com consulta marcada previamente.



NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HELPLINE (LINHA DE AJUDA NACIONAL PARA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA)



(em conjunto com Women's Aid & Refuge)

T: 0808 2000 247

W: www.womensaid.org.uk

Linha de ajuda para violência doméstica funcionando 24 horas por dia. Facilidades de interpretação (Language line) e serviço de telefone para surdos e pessoas com dificuldade de audição (typetalk) disponíveis. Apoio, conselho e encaminhamento para refugiados através da capital e mais longe, para mulheres e crianças sofrendo e escapando de violência doméstica.

NHS DIRECT (linha de conselho funcionando 24 horas por dia dirigida por enfermeiras)

T: 0845 4647

W: www.nhsdirect.nhs.uk

Informação sobre saúde disponível das 9 da manhã às 5 da tarde, segunda a sexta. Mantém listas de grupos de apoio e outras informações relevantes sobre violência doméstica.



RELATE NORTH LONDON (cobrindo Barnet, Haringey e Hertsmere)

31 Genotin Road Enfield EN1 2AG

T: 020 8367 7712

Aconselhamento sobre relacionamento de adultos para casais e indivíduos. Aconselhamento em grupo também. Existe uma taxa envolvida, que é negociável de acordo com a necessidade. Os residentes de Haringey recebem taxas subsidiadas.



RIGHTS OF WOMEN (DIREITOS DAS MULHERES)

52-54 Featherstone Street London EC1Y 8RT

T: 020 7251 6577

E: info@row.org.uk

W: www.rightsofwomen.org.uk

Conselho e informação para mulheres em uma extensão de questões legais incluindo colapso do relacionamento, cuidado de crianças, lésbicas cuidando de crianças, violência doméstica e sexual.

Horário de funcionamento: segunda e sexta das 10 da manhã a 1 da tarde e 2 às 5 da tarde; terças e quartas das 10 da manhã e 2 da tarde às 8 da noite



THE RESPECT PHONELINE

Linha de telefone: 0845 122 8609

Um serviço primariamente para homens que estão procurando informação e conselho para parar o comportamento abusivo ou violento deles em direção às parceiras deles. Entretanto, eles aceitarão chamadas de qualquer perpetrador. Um serviço de interpretação pelo telefone está disponível para aqueles que não falam inglês.

Horário de funcionamento: terça, quarta e quinta das 2 às 4 da tarde e 7 às 9 da noite; sexta do meio-dia às 2 da tarde



THE SAMARITANS (OS SAMARITANOS)

40 Queens Road London N11 2QU

T: 020 8889 6888 (escritório de Ealing)

24hr: 0845 790 9090

www.samaritans.org.uk

Os Samaritanos estão sempre lá para oferecer apoio confidencial 24 horas por dia para qualquer pessoa em aflição emocional.



SEXUAL VIOLENCE LEGAL ADVICE LINE (LINHA DE CONSELHO JURÍDICO SOBRE VIOLÊNCIA SEXUAL)



Linha de ajuda (Telefone): 020 7251 8887
Linha de ajuda (Textphone): 020 7490 2562
E: info@row.org.uk
W: www.rightsofwomen.org.uk

Oferece conselho gratuito confidencial para mulheres sobre questões de violência sexual incluindo violação, ataque sexual, delitos sexuais envolvendo crianças, delitos sexuais relacionados à família, tráfico (de pessoas) e conselho jurídico criminal em geral.

SÓLÁS ANOIS

Projeto das mulheres irlandesas para violência doméstica
PO Box 4662 London SW16 2ZF
T: 020 7813 0595

Refúgio para mulheres e crianças irlandesas, incluindo aqueles da comunidade nômade (travelling community), que estão sofrendo violência doméstica.

Também proporciona conselho e intercessão em direitos de bem-estar, acomodação, apoio emocional e serviços para crianças.



SOUTHALL BLACK SISTERS (IRMÃS NEGRAS DE SOUTHALL)

52 Norwood Road Southall Middlesex UB2 4DW
T: 020 8571 9595

E: sbs@leonet.co.uk

Campanha especializada contra violência doméstica e assistência social para mulheres com problemas de violência doméstica.



WOMEN & GIRLS NETWORK (REDE PARA MULHERES E MENINAS)

PO Box 13095 London W14 0FE
T: 020 7610 4678 F: 020 7602 0610
Linha de ajuda: 020 7610 4345

E: info@wgn.org.uk

W: www.wgn.org.uk

Aconselhamento pelo telefone, aconselhamento cara-a-cara, serviço para visitar quando quiser para mulheres e meninas sofrendo qualquer forma de violência.

Horário de funcionamento: segunda-sexta das 10 e 30 da manhã às 5 e 30 da tarde



WOMEN'S LINK (CONEXÃO PARA MULHERES)

Rooms 417-419 London Fruit & Wool Exchange
Brushfield Street London E1 6EL
T: 020 7248 1200

E: info@womenslink.org.uk

advice@womenslink.org.uk

W: www.womenslink.org.uk

Administrado por mulheres para mulheres. Conselho sobre habitação e encaminhamentos para encontrar acomodação de emergência.



WOMEN'S THERAPY CENTRE (CENTRO DE TERAPIA PARA MULHERES)

10 Manor Gardens London N7 6JS
T: 020 7263 6200

Tem uma extensão de atividades para mulheres e oferece serviços de aconselhamento e terapia. Organiza grupos para mulheres que sofreram abuso sexual.

Horário de funcionamento: segunda-terça do meio-dia às 2 da tarde; quarta-quinta das 2 às 4 da tarde



SEÇÃO DOIS

Violência doméstica

Mitos e fatos

Essa seção...

- explica o que o termos “violência doméstica” significa
- dá alguns fatos sobre “violência doméstica”

O QUE É VIOLÊNCIA DOMÉSTICA?

Violência doméstica inclui ataque físico ou sexual.

Violência doméstica PODE SER TAPAS, CHUTES, GOLPES, SACUDIR, VIOLAÇÃO, FERIR OU ASSASSINAR.

Violência doméstica não é só um ataque de fato. Ela também inclui ameaças de violência e abuso emocional, físico, financeiro ou sexual. Qualquer coisa que tira poder e controle de sua vida é abuso.

Mitos e fatos

Ainda existem muitos mitos e estereótipos sobre violência doméstica – o que ela é, com quem ela acontece, quem a comete e porque isso acontece. Esses mitos freqüentemente impedem mulheres de conversar sobre o que está acontecendo com elas, e podem significar que aquelas que decidem contar a alguém freqüentemente se encontram com uma resposta que não resolve nada. Esses mitos e estereótipos representam uma grande parte em silenciar mulheres e impedi-las de falar sobre as experiências delas.

Mito: Não é “violência”, eles só brigam um com o outro.

FATO: Violência masculina é tratada como aceitável e é quase esperada. Uma mulher batendo em um homem é visto muito diferentemente.

Mito: Ela deve “pedir por isso” ou “merecer isso” de alguma maneira.

FATO: Mulheres não “pedem por” ou “merecem” violência”. Nos contam que mulheres merecem violência se questionamos o comportamento de homens ou “chateamos”. Nenhum homem tem o direito de ser violento com qualquer mulher não importam quais as circunstâncias.

Mito: Ela deve conseguir alguma coisa com isso ou ela partiria.

FATO: Existem muitas razões porque mulheres se sentem incapazes de partir, como por exemplo: mais nenhum lugar para morar, falta de dinheiro, medo do homem, medo de ficar sozinha com ou sem as crianças.

Mito: violência doméstica só acontece comigo porque eu sou o problema.

FATO: Muitas pessoas no Reino Unido são sujeitas a violência doméstica e qualquer tipo de violência doméstica é errado. **NÃO É SUA CULPA!**

Mito: Ela não está sendo realmente abusada, ela está usando isso para ser reacomodada ou conseguir um melhor acordo de divórcio.

FATO: Toma muita coragem falar sobre ser sujeita a violência doméstica, agências deveriam operar a partir de uma política de crença.

Mito: Isso acontece em famílias problema, mas não acontece em “nossa comunidade”.

FATO: Isso pode acontecer em todas famílias, não importa que classe, raça ou cultura.

Mito: Eles fazem isso porque eles têm um problema com álcool.

FATO: Abusadores usam muitas desculpas para esconder o fato que eles escolhem ser violentos.

Mito: Eu só estou ficando em casa por causa das crianças.

FATO: Crianças que viveram em lares abusivos dizem que os efeitos negativos ficam com elas até a idade adulta.

Mito: Algumas pessoas procuram parceiros abusivos e vão de um parceiro violento para outro.

FATO: Você não escolhe ser sujeito a violência. Frequentemente não existe nenhuma violência no começo do relacionamento.

SEÇÃO TRÊS

O que eu posso fazer a respeito de violência doméstica?

Nessa seção...

- **algumas medidas práticas para lidar com violência doméstica**
- **lidando com crises**

Se você quer parar a violência mas está tentando salvar seu relacionamento, você deveria verificar onde você pode conseguir apoio e para onde você poderia escapar em uma emergência. Mudar para uma pessoa abusiva envolve mais do que parar de ser violenta, isso também significa abandonar as outras formas de controle que ele usou, ameaças e humilhação, te controlar através do dinheiro, e limitar o que você pode e não pode fazer.

Medidas práticas

Lidar com violência doméstica é uma maneira de tomar controle de sua vida. Nós catalogamos algumas idéias que podem te auxiliar em lidar com sua situação.

1. Descubra que apoio está disponível localmente (centros para visitar quando quiser/grupos comunitários/aconselhamento/sessões de informação).
2. Mantenha um diário de incidentes de violência doméstica.
3. Encontre algum lugar em que você possa usar rapidamente e facilmente um telefone e mantenha seu telefone com crédito.
4. Faça, e sempre carregue com você, uma lista de números para uma emergência. Inclua amigos, parentes, Unidade de Segurança Comunitária da Polícia local (Police Community Safety Unit), Polícia local, Refúgio - London Violence Helpline (Linha de Ajuda de Londres para Violência) (mesmo números bem conhecidos podem ser esquecidos em uma situação de pânico).
5. Tente economizar algum dinheiro para passagens de ônibus, trem e táxi.
6. Tenha um jogo extra de chaves para a casa, apartamento ou carro.
7. Mantenha as chaves, dinheiro e conjuntos de roupas para você (e suas crianças) arrumados prontos em uma sacola e guarde-os na casa de um amigo ou de um parente solidário.
8. Se você vai partir, parta quando ele não estiver por perto.
9. Empacote seus papéis legais e financeiros, certificados de nascimento e casamento, ordens do tribunal, cartões nacionais de saúde, passaportes, licença de motorista, livros de benefício, livros de endereços, cadernetas de banco, talões de cheque, cartões de crédito, etc.
10. Leve quaisquer de suas posses pessoais que têm valor sentimental, por exemplo, fotografias ou jóias.
11. Leve os brinquedos favoritos para as crianças.
12. Leve roupas para pelo menos muitos dias.
13. Leve qualquer remédio que você ou suas crianças possam precisar.
14. Tenha uma conversa informal com a Unidade de Segurança Comunitária da Polícia – 020 8345 1944, ou com o pessoal da Hearthstone – 020 8888 5362 e peça a eles para fazer uma anotação de sua chamada.

Lidando com crises

Se você está sofrendo violência atualmente, a seguinte lista além da informação anterior, também pode ajudar.

- Envolve seu Clínico Geral (GP) que anotará quaisquer lesões que você tiver recebido.
- Relatar um incidente para a polícia pode ser difícil mas isso poderia auxiliar no futuro. Se você não está em perigo imediato, a polícia pode fazer uma anotação de sua reclamação sem ter que vir a sua casa e falar com o perpetrador.

eu sobreviverei...

- Mantenha seu número de incidente da polícia seguro.
- Se você se mudar de casa, seja seletivo em dar seu endereço, particularmente para amigos e parentes.
- Se você partir e precisar voltar para apanhar coisas você pode organizar para que a polícia vá com você quando você for.

Alternativamente, você pode pedir a uma agência de apoio para organizar a coleta com você. Lidar com violência doméstica pode ser um processo longo mas seu primeiro passo é um passo importante em direção a ter uma vida mais segura.

SEÇÃO QUATRO

HABITAÇÃO

ESSA SEÇÃO...

- Habitação de curto prazo para emergências
- Refúgios
- Habitação e falta de lar
- Habitação do concelho
- Ficando em seu lar atual
- Associações de habitação
- Acomodação alugada de particulares
- Animais de estimação

Uma decisão de deixar o lar devido a violência doméstica pode ser dolorosa. Tomar medidas para assegurar que você possa permanecer em seu lar seguramente ou que você possa encontrar habitação alternativa freqüentemente é o fator mais importante.

Habitação de emergência ou de curto prazo

Um número de albergues em Londres proporciona acomodação básica, eles não lidam especificamente com violência doméstica mas podem auxiliar em uma emergência. Shelterline pode te encaminhar para um albergue - **T: 0808 800 4444**. Condições podem ser bem básicas e na maioria dos albergues você pode ter que dividir um quarto. As vagas oferecidas também podem ser em qualquer parte de Londres. Todas vagas normalmente são atribuídas até as 10 e 30 da manhã, então é importante tentar entrar em contato com agências antes desse horário. Entretanto abrigos de emergência noturnos tentarão te acomodar a qualquer momento. Telefone primeiro para saber sobre vagas ou visite onde um número de telefone não estiver catalogado.

LONDON CONNECTION

12 Adelaide Street London WC2N 4HW

T: 020 7766 5550

E: info@london-connection.org.uk

Centro diurno para pessoas de 16 a 25 anos.

Horário de funcionamento: segunda, terça e quinta das 8 da manhã às 2 e 30 da tarde; quarta das 8 da manhã a 1 da tarde e sexta das 8 da manhã a 1 e 30 da tarde; sábado e domingo das 9 da manhã às 2 da tarde



RIVERPOINT 160

160 Coningham Road London W12 8BY

T: 020 8746 0091

Albergue com quartos de solteiro. Pessoal trabalhando 24 horas por dia.



SHELTERLINE (LINHA DE ABRIGO)

Telefone gratuito 24 horas por dia: 0808 800 4444 (exceto de telefones celulares – chamadas cobradas ao preço de taxas para telefones celulares)

Conselho sobre habitação e informação pelo telefone. Questões incluem encontrar acomodação, encaminhamento para albergues, direitos de habitação, despejo ilegal, housing benefit (benefício para habitação), violência doméstica e acomodação de emergência.



STONEWALL HOUSING ASSOCIATION (ASSOCIAÇÃO DE HABITAÇÃO STONEWALL)

Unit 2A Leroy House 436 Essex Road

London N1 3QP

T: 020 7359 5767

E: stonewall@hostels.org.uk

Proporciona um serviço de conselho sobre habitação para lésbicas e homens homossexuais de qualquer idade.

Linha para conselho: segunda, quinta e sexta das 10 da manhã à 1 da tarde; terça e quarta das 2 às 5 da tarde



Refúgios (casas seguras para mulheres fugindo de violência doméstica)

Essa sub-seção...

- Explica o que é um refúgio
- Te conta a respeito de viver em um refúgio
- Cataloga números de contato para refúgios

Refúgios proporcionam acomodação temporária de emergência segura para mulheres e crianças que precisam de proteção de violência. O que eles oferecem é apoio tanto dos assistentes no refúgio quanto de outras mulheres ficando lá. Os assistentes nos refúgios podem oferecer informação, conselho e apoio, sobre educação de crianças, habitação, matrimônio, separação, os tribunais, o concelho, o Departamento de Previdência Social (Department of Social Security) e outras agências com as quais você pode ter que lidar. O apoio prático proporcionado pelos assistentes do refúgio pode ser apoiado pelo apoio emocional de outras mulheres ficando lá. Os endereços de refúgios são confidenciais. Isso é essencial se mulheres e crianças forem ficar seguras. Refúgios são casas compartilhadas. Você dividirá áreas comuns, cozinha, banheiro e sala-de-estar. Idealmente as mulheres não deveriam ficar mais de seis meses, mas falta de acomodação para a qual se mudar significa que mulheres podem passar até um ano (às vezes mais tempo) em um refúgio. Refúgios aceitam qualquer mulher, com ou sem crianças (embora alguns não aceitem meninos acima de 12 anos), que sofreu, ou foi ameaçada com abuso.

A Linha de Ajuda Nacional para violência doméstica funcionando 24 horas por dia age como um contato para todos os refúgios em Londres e normalmente encaminha uma mulher para um refúgio fora da área local dela como uma precaução de segurança, tanto para ela como para outras mulheres naquele refúgio. Eles podem informar sobre o acesso para deficientes. Tanto lésbicas como mulheres heterossexuais são bem-vindas em refúgios. Há também alguma habitação especializada em Londres tais como refúgios para mulheres asiáticas, mulheres latino-americanas, mulheres irlandesas, mulheres judias, mulheres afro-caribenhas e mulheres jovens. Todos refúgios podem ser contatados através da Linha de Ajuda Nacional para violência doméstica funcionando 24 horas por dia no 0808 2000 247 – e alguns podem ser contatados diretamente. Você pode telefonar para a Linha de Ajuda Nacional para violência doméstica funcionando 24 horas por dia para apoio e informação mesmo se você não quiser uma vaga em um refúgio.

Detalhes de Contato para Refúgios

ASHIANA PROJECT

PO Box 816 London E11 1QY

T: 020 8539 9656 / 020 8539 0427

E: info@ashiana.org.uk



Conselho, apoio e habitação temporária para mulheres jovens do Sul da Ásia, turcas e iranianas escapando de qualquer forma de abuso físico, sexual, mental ou emocional. Também tem um serviço na comunidade em nível pessoal e comunitário. Aceitará apenas mulheres jovens solteiras com idades entre 16 e 30

ASIAN WOMEN'S AID - ASIAN WOMEN'S AID AT HARINGEY (AJUDA PARA MULHERES ASIÁTICAS EM HARINGEY)

(Anteriormente conhecido como: Haringey Asian Women's Aid (HAWA)

PO Box 2604 London N22 6AT

T: 020 8889 8342

E: info@nawp.org W: www.nawp.org

Refúgio para mulheres asiáticas e as crianças delas.



BEVERLY LEWIS HOUSE

PO Box 7312 E15 4TS

T: 020 7473 2813

Refúgio para mulheres com dificuldades de aprendizado. Encaminhamentos só podem ser feitos pelo time para Dificuldades de Aprendizado no Distrito.



HARINGEY WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES DE HARINGEY)

PO Box 915 Hornsey London N8

T: 020 8341 4665

Refúgio para mulheres e crianças, que estão sofrendo violência de maridos ou parceiros.



JEWISH WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES JUDIAS)

PO Box London N12 9ZE

Linha de ajuda: 0800 591 203 Office: 020 8445 8060

E: info@jwa.org.uk W: www.jwa.org.uk

Proporciona conselho e acomodação temporária para mulheres judias fugindo de violência doméstica.



KIRAN ASIAN WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES DO SUL DA ÁSIA)

PO Box 899 Leytonstone London E11 1AA

T: 020 8558 1986

Acomodação temporária, conselho e apoio para mulheres do Sul da Ásia, turcas ou iranianas e as crianças delas. Eles não aceitam mulheres solteiras.



LATIN AMERICAN WOMEN'S AID (AJUDA PARA MULHERES LATINO-AMERICANAS)

Print House 18 Ashwin Street London E8 3DL

T: 020 7275 0321

Linha de ajuda para emergência: 07958 536 242

Proporciona acomodação temporária para mulheres latino-americanas fugindo de violência doméstica.



NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HELPLINE (LINHA DE AJUDA NACIONAL PARA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA) (Em conjunto com Women's Aid & Refuge)

T: 0808 2000 247

W: www.womensaid.org.uk

Linha de ajuda para violência doméstica funcionando 24 horas por dia no país inteiro. Detalhes de todos refúgios na área de Londres,



conselho sobre habitação e apoio, incluindo informação sobre refúgios acessíveis para mulheres com deficiências.

nia project

PO Box 6566 London E8 3ST

Linha para conselho: 020 7683 1210

Linha para emergências: 08457 023 468

W: www.niaproject.info

Administra quatro refúgios – proporcionando um ambiente seguro e de

apoio para mulheres e crianças que estão escapando de abuso físico, sexual e emocional.



SÓLÁS ANOIS

Projeto para violência doméstica das Mulheres Irlandesas

PO Box 4662 London SW16 2ZF

Refúgio para mulheres e crianças irlandesas, incluindo aqueles da comunidade nômade (travelling community), que estão sofrendo violência doméstica. Também proporciona conselho e intercessão em direitos de bem-estar, acomodação, apoio emocional e serviços para crianças.



Habitação e falta de lar

Todas questões de habitação agora são tratadas na Hearthstone – o centro de apoio e conselho sobre violência doméstica de Haringey. O pessoal será capaz de te aconselhar e discutir que opções estão disponíveis para você. Se você mora em uma propriedade do conselho você terá direitos adicionais se seu nome estiver no contrato de inquilinato. Se você é um inquilino da Homes for Haringey você pode fazer um pedido para ser realocado. Leve tanta informação com você sobre suas circunstâncias quanto possível, por exemplo, o relatório de um médico ou uma ordem do tribunal. Se você prefere falar com uma gerente de habitação, ou se você precisa de um intérprete, isso pode ser organizado.

Se você não pode permanecer em sua acomodação atual por causa da ameaça de violência, você se qualificará a ser proporcionada com acomodação temporária sob a Legislação de Habitação de 1996 (Housing Act 1996) e seu nome será colocado no registro de habitação. Isso se aplica quer ou não você tenha crianças. A legislação também faz provisão especial para mulheres que precisam se mudar da área do lar anterior delas por razões de segurança. Isso significa que você não pode ser mandada de volta para a área de onde você veio se você ou qualquer pessoa morando com você correrá o risco de violência doméstica. Se você não está vivendo com seu parceiro violento, a lei diz que o departamento de habitação deve avaliar se ou não é “razoável esperar que você continue a ocupar sua acomodação atual”. Quando você for à Hearthstone você será entrevistado por um assistente para casos de habitação. Você precisará dar tanta informação quanto possível. Isso não é porque não se acredita em você mas porque dessa maneira o responsável pelo caso pode estabelecer os fatos e decidir que ação imediata é requerida. Eles também podem organizar um intérprete. Se você tem provas tais como um relatório de um médico, um mandato judicial, ou um relatório da polícia, por favor, traga-os com você.

Por favor, note que um relatório da polícia é informação confidencial e você precisa assinar um formulário se você quiser que a polícia dê informação sobre você para o departamento de habitação. Se você está em perigo imediato o assistente para casos de habitação pode organizar para você ficar em acomodação temporária para emergências; isso poderia incluir pensão com café da manhã, um albergue ou um Refúgio para Ajuda de Mulheres (Woman's Aid Refuge).

Por favor note:

- Você pode ser colocado fora de sua área de residência, isso poderia incluir fora de Londres.
- Responsáveis por casos tentarão acessar serviços de interpretação se isso for requerido.
- Se você recusar a habitação oferecida, você pode estar correndo o risco de se tornar “intencionalmente sem lar”.

Habitação do concelho

Concelhos tem uma responsabilidade legal de proporcionar acomodação se:

- Você está sem lar ou ameaçado com falta de lar dentro de 28 dias;
- você está em “necessidade prioritária” e;
- você não se tornou sem lar “intencionalmente”; A Legislação diz que você tem necessidade prioritária se um ou mais do seguinte se aplicar:
- você está grávida;
- você tem crianças com menos de 16 anos, ou menos de 19 anos em educação de tempo integral;
- você está vulnerável por causa de idade avançada, saúde mental ruim, tem dificuldades de aprendizado, uma deficiência física ou alguma outra necessidade especial.
- se você está se divorciando, propriedade possuída conjuntamente será tratada como parte do acordo de divórcio. Entretanto, isso pode tomar muito tempo e pode ser necessário fazer arranjos alternativos enquanto isso.

O concelho de Haringey opera uma lista de espera para habitação e detalhes serão dados para você quando você fizer um pedido para habitação.

Ficando em seu lar atual

Você pode pedir aos tribunais para ter o abusador removido de seu lar atual. Isso é chamado uma Ordem de Ocupação (Occupation Order) e é explicado na Seção 6. Quer você decida usar essa opção dependerá de quão segura você sente que você pode estar. Você poderia pedir para ficar em acomodação temporária para emergências enquanto processos legais estão em vigor. Homes for Haringey despejará qualquer inquilino da Homes for Haringey que for condenado por violência doméstica mas isso requer que você vá ao tribunal para dar depoimento.

- Se você precisa de segurança adicional você pode pedir para participar do Projeto de Alarme na Comunidade (Community Alarm Scheme). Esse é um sistema que te possibilita a chamar ajuda através de apertar um botão, ele tem pessoas trabalhando 24 horas por dia e é ligado à polícia. Isso também é uma parte do Projeto Santuário (Sanctuary Scheme) (veja abaixo).
- Se você está em acomodação alugada de particulares ou for um proprietário ocupante da propriedade, você deveria conseguir conselho jurídico sobre seus direitos à propriedade e seu acesso a ela. Se você for um inquilino de uma associação de habitação, verifique seu acordo de inquilinato e entre em contato com seu escritório local da associação de habitação.
- Se você está se divorciando, propriedade possuída conjuntamente será tratada como parte do acordo de divórcio. Entretanto, isso pode tomar muito tempo e pode ser necessário fazer arranjos alternativos enquanto isso.

Hearthstone opera o Projeto Santuário que te permite permanecer seguramente em seu lar através de várias medidas de segurança, aprovadas pela Polícia. Oficiais na Hearthstone serão capazes de proporcionar mais informação.

Reclamações

O Concelho de Haringey dá boas vindas a reclamações sobre seus serviços. Para reclamações relacionadas a Habitação e Serviços Sociais, **Telefone: 020 8489 0000 Ext. 3394** Minicom: 020 8849 5978. Ou apanhe um folheto de reclamações em qualquer escritório do concelho. **WEBSITE DO CONCELHO DE HARINGEY: www.haringey.gov.uk**

Associações de Habitação

Associações de Habitação são organizações sem fins lucrativos, administradas por membros voluntários de um comitê. Elas proporcionam habitação compartilhada, independente e de médio a longo prazo. A maioria das associações de habitação em Londres têm que dar vagas para o concelho local. Entretanto algumas aceitam encaminhamentos de agências de conselho.

Se você é um inquilino de uma associação de habitação, as políticas ou procedimentos sobre violência doméstica de sua associação se aplicarão a você. Os seguintes são exemplos de associações de habitação locais que têm uma política sobre violência doméstica:

- Metropolitan Housing Trust
T: 020 8902 5000 – entre em contato com seu oficial de habitação
- Sanctuary Housing Association
T: 0845 850 5566 - entre em contato com seu oficial de habitação
- Circle 33
T: 020 7288 4000 – entre em contato com Caroline Thompson
- London & Quadrant
T: 020 8852 9181 – entre em contato com Oliver James

Acomodação alugada de particulares

Se você está em acomodação alugada de particulares, você deveria conseguir conselho jurídico sobre seus direitos à propriedade. Abaixo está alguma informação geral sobre acomodação alugada de particulares. Acomodação em Londres pode ser cara e difícil de encontrar. O custo médio de um quarto em uma casa compartilhada pode ser de £70 a £80 por semana. Acomodação é mais difícil ainda de encontrar se você está desempregado.

Existem várias maneiras em que você pode procurar por um lugar para alugar.

- Faça uso de quaisquer contatos pessoais, família ou amigos e pergunte a eles se eles conhecem qualquer pessoa que tem um quarto para alugar. Muitos lugares são alugados devido à informação oral de outros.
- Jornais e revistas têm seções anunciando acomodação para alugar. Exemplos são: Loot, Evening Standard (quarta-feira), Guardian (sábado e quinta-feira), jornais locais – Haringey Advertiser, Haringey Independent, The Pink Paper (acomodação para lésbicas e gays).
- Agências comerciais de acomodação e corretores de imóveis podem ser uma boa maneira de encontrar algum lugar para viver. Nunca pague qualquer dinheiro para uma agência até que você tenha aceitado e assinado pela acomodação que foi oferecida.

DSS Welcome – significa que o senhorio está disposto a alugar para pessoas que recebem benefícios. Os Serviços de Habitação de Haringey também têm o Projeto de Senhorios Autorizados (accredited Landlord Scheme). O Projeto é administrado em conjunto com 3 Agentes Locadores, que têm uma ampla seleção de propriedades que estão disponíveis para alugar em Haringey que são de um alto padrão. Existe um critério de qualificação para o Projeto. Por favor, entre em contato com Hearthstone para mais informação.

HABITAÇÃO ... eu sobreviverei

Verificações sobre saúde e segurança

- Dê uma boa olhada nas condições da propriedade que você pretende alugar
- Existem reparos essenciais pendentes, como por exemplo, umidade, telhado vazando?
- Os aparelhos de gás, aquecimento, iluminação e encanamento funcionam?
- Você seria capaz de escapar seguramente em caso de fogo?
- As fechaduras nas portas e janelas são seguras?
- Alguém mais terá acesso às chaves?
- O transporte público fica próximo?

Em uma situação de crise nem sempre é possível ter a propriedade mais bem mantida mas deixar um lar abusivo pode ser a necessidade mais urgente a fim de escapar de violência doméstica.

Animais de Estimação

- O Dogs Trust Freedom Project (serviço para cuidado de cachorros de mulheres fugindo de violência doméstica) pode tomar conta de seu cachorro ou gato enquanto você está em acomodação temporária. Eles podem ser contatados no 0800 298 9199 para mais informação.

Dogs Trust Freedom Project

PO Box 50208
London
EC1V 7XP

HEARTHSTONE

O Centro de Apoio e Conselho para violência doméstica de Haringey, Hearthstone, é um centro de apoio e conselho de várias agências proporcionando serviços para sobreviventes de violência doméstica em Haringey através de um ponto único de acesso. Então, um visitante à Hearthstone não precisará mais se envolver com várias agências diferentes em vários locais a fim de buscar conselho. Esse projeto de parceria cobre questões gerais em torno de violência doméstica com contribuição dos Serviços de habitação, polícia, saúde e uma variedade de outros profissionais. Um serviço para visitar quando quiser está disponível.

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 10 da manhã às 4 da tarde

10 Commerce Road, Wood Green, London N22 8ED

T: 020 8888 5362 F: 020 8889 6508

Linha Noturna para o Fim-de-semana

Telefone Gratuito: 0800 0232794 (sexta, sábado e domingo das 8 da noite à 1 da madrugada)

SEÇÃO CINCO A POLÍCIA



ESSA SEÇÃO

- te conta sobre delitos de violência doméstica
- te conta o que você pode pedir à polícia para fazer para garantir sua segurança
- te conta a respeito de ir ao tribunal

(Devido à natureza complicada das seguintes informações, nós proporcionamos um glossário no fim dessa seção.)

Violência doméstica É UM CRIME!

Existe um número de delitos dos quais um abusador pode ser acusado formalmente em relação a violência doméstica.

Eles incluem:

- Delitos corporais simples (como por exemplo: empurrões ou ameaças)
- Lesões corporais sérias
- Lesões corporais presentes
- Lesões maliciosas (como por exemplo: cortes ou perfurações)
- Violação
- Tentativa de violação
- Atentado ao Pudor
- Tentativa de assassinato
- Assédio
- Danos criminais
- Prisão ilegal
- Rapto
- Intimidação de Testemunhas

Também está dentro dos poderes da polícia fazer uma detenção a fim de prevenir mais lesões físicas e proteger uma pessoa ou criança vulnerável. Quando um perpetrador foi detido, existe uma opção para a polícia de dar uma advertência formal para o agressor. Essa opção pode ser considerada quando a mulher decidir que ela não deseja que o agressor seja acusado formalmente e mandado para o tribunal. Tal advertência não é uma condenação criminal, mas todavia um registro oficial da polícia, que fica em existência por três anos. Se ele reincide dentro daquele período de tempo, então aquela advertência é levada em consideração quando decidindo que ação deveria ser tomada. A emissão de uma advertência formal pode fazer o agressor considerar o comportamento futuro dele.

A Legislação de Proteção de Assédio de 1997 (The Protection from Harassment Act 1997) deu à polícia mais poderes para investigar assédio e perseguição furtiva e criou novos delitos criminais. Alguns desses poderes ajudarão em lutar contra violência doméstica. Exemplos seriam se seu ex-parceiro freqüentemente esperasse do lado de fora de sua casa ou trabalho, ou fizesse chamadas telefônicas incômodas e freqüentes para te intimidar ou amedrontar.

O que a polícia pode fazer

Existe um número de coisas que a polícia pode ser capaz de fazer:

- responder à sua chamada rapidamente
- ter uma oficial de polícia presente se possível
- arranjar um intérprete se necessário
- falar com você e o abusador separadamente
- prender o abusador onde existe evidência de um ataque ou outro delito ou se os termos de um mandato judicial ou liberdade provisória foram violados
- arranjar tratamento médico para você se você precisar disso
- proporcionar transporte para um refúgio ou outro lugar seguro
- manter registros de todos incidentes de violência doméstica contra você

- acompanhá-la de volta para casa e protegê-la se você desejar apanhar quaisquer pertences
- tirar fotografias da lesão
- te encaminhar para serviços apropriados

Se um abusador for preso e acusado formalmente de um delito, ele pode ser liberado sob liberdade provisória. As condições para liberdade provisória, que são estabelecidas pelo tribunal, normalmente dirão que o abusador tem que ficar longe de você. Se o abusador violar essas condições, ele pode ser preso de novo e isso contará contra ele.

A polícia deveria te informar:

- quando o abusador foi liberado, se liberado sob liberdade provisória ou de outra maneira
- se ele foi acusado formalmente
- de qualquer ação tomada, incluindo próximas datas no tribunal

Você também deveria fazer quaisquer perguntas que você sentir que sejam necessárias para esclarecer seu caso. Você tem um direito de dar uma declaração para a polícia.

É muito importante que você tome nota do número do crime e dos oficiais designados para o seu caso. Você achará essa informação útil se você for ver um assistente social, assistente para conselho, advogado ou seu escritório local de habitação.

Se você chamar a polícia para um incidente é importante assegurar que você fale com eles separadamente de seu parceiro. Perpetradores às vezes tentam usar essa situação para acusá-lo de coisas erradas, então é importante se certificar que você conte à polícia seu lado da história na primeira oportunidade.

Indo ao tribunal

Quando um abusador foi acusado formalmente de um delito, o Ministério Público (Crown Prosecution Service) decidirá se ou não processá-lo em um Tribunal dos Magistrados (Magistrates' Court) ou em um Tribunal do Júri (Crown Court). Você pode ter que comparecer ao tribunal. Se você comparecer ao tribunal, você pode levar um amigo, parente, assistente de apoio ou assistente para ajuda de mulheres com você para te dar apoio. Se você está preocupado sobre sua segurança, você pode entrar em contato com o Oficial de Justiça (Clerk of the Court) pelo telefone ou por carta, ou antes, ou no dia, e pedir para que seu novo endereço seja mantido secreto. Você também pode pedir para ser assentada em uma sala separada de seu abusador enquanto você estiver esperando pela audiência.

Em Haringey existe uma Unidade de Segurança Comunitária da Polícia empregando oficiais especialmente treinados. Você pode pedir para falar com uma oficial de polícia se você preferir. O objetivo da Unidade é proporcionar conselho e informação confidenciais. Ela também pode ser capaz de proporcionar apoio prático tal como te acompanhar ao tribunal se você decidir processar. A polícia organizará um intérprete se necessário. A polícia também está baseada no centro de apoio e conselho sobre violência doméstica Hearthstone.

HEARTHSTONE

Centro de Apoio e Conselho para violência doméstica de Haringey, Hearthstone, é um centro de apoio e conselho de várias agências proporcionando serviços para sobreviventes de violência doméstica em Haringey através de um ponto único de acesso. Então, um visitante à Hearthstone não precisará mais se envolver com várias agências diferentes em vários locais a fim de buscar conselho. Esse projeto de parceria cobre questões gerais em torno de violência doméstica com contribuição dos Serviços de Habitação, polícia, saúde e uma variedade de outros profissionais.

Um serviço para visitar quando quiser está disponível.

Horário de funcionamento:

Segunda a sexta das 10 da manhã às 4 da tarde

10 Commerce Road Wood Green London N22 8ED

T: 020 8888 5362 F: 020 8889 6508

Linha Noturna para o Fim-de-semana

Telefone Gratuito: 0800 0232794 (sexta, sábado e domingo ... 8 da noite – 1 da madrugada)

**HARINGEY POLICE COMMUNITY SAFETY UNIT (UNIDADE DE SEGURANÇA
COMUNITÁRIA DA POLÍCIA DE HARINGEY)**

98 Tottenham Lane London N8 7EJ

T: 020 8345 1944

EM UMA EMERGÊNCIA DISQUE 999

Glossário

Fiança

Garantia para o comparecimento de um indivíduo no tribunal para julgamento.

Mandato judicial (também chamado de ordem do tribunal)

O tribunal pode ordenar literalmente que alguém não seja violento com você, ou dizer quem deveria ou não viver em seu lar. Isso é chamado um mandato judicial. Você pode conseguir conselho jurídico a respeito de pedir um mandato judicial, e ou se você está considerando separação ou divórcio. Mandatos judiciais normalmente são usados em casos de violência doméstica para proteger a (s) pessoa (s) sendo abusada (s).

SEÇÃO SEIS

A LEI

ESSA SEÇÃO

- te conta sobre seus direitos e conselho jurídico
- explica a legislação
- discute as vantagens e desvantagens de usar ordens do tribunal (mandatos judiciais)
- explica imigração e violência doméstica
- explica sobre divórcio, separação e violência doméstica
- te conta onde você pode conseguir conselho jurídico

Violência doméstica é um crime tanto sob a lei criminal quanto sob a lei civil. Duas novas leis, a Legislação de Família de 1996 (Family Law Act 1996) e a Legislação de Proteção de Assédio de 1997 (Protection From Harassment Act 1997), explicadas no outro lado da página, serão as mais úteis quando lidando com violência doméstica.

Conselho jurídico

Você pode obter conselho jurídico gratuito sob o Projeto de Ajuda Jurídica e Ajuda no Tribunal (Legal Help and Help at Court Scheme) (antigamente Green Form Scheme) se:

- você está recebendo um ordenado baixo
- você não tem renda, ou
- você recebe benefícios do estado, como por exemplo: income support.

Assistência Jurídica de Emergência (Emergency Legal Aid) pode ser concedida rapidamente se necessário. Seu centro jurídico local ou seu advogado terão os formulários apropriados e te ajudarão a preencher um. Centros jurídicos também podem oferecer conselho gratuito e às vezes representação não importa qual seja sua renda; alguns centros comunitários e para conselho também organizam sessões gratuitas para conselho jurídico. Para encontrar um advogado você pode perguntar à Refuge – London Violence Helpline (Refúgio – Linha de Ajuda contra Violência em Londres), Rights of Women (Direitos das Mulheres), ou perguntar a amigos ou procurar no catálogo de telefone. Algumas organizações comunitárias podem te proporcionar os nomes de advogados que oferecem assistência jurídica. Você também pode entrar em contato com a **Law Society (Sociedade Jurídica) no 020 7242 1222** ou com o **Community Legal Service Directory (Diretório Comunitário de Serviços Legais) no 0845 345 4345** ou www.clsdirect.org.uk para obter detalhes de advogados locais em sua área se especializando nessa área do Direito.

Legislação

A Legislação de Família de 1996 simplificou algumas das leis com relação a violência doméstica e sobre quem vive no lar da família. Ela também envolve outras medidas tais como mediação (tentando resolver problemas) para casais que estão se separando. Isso pode ser difícil mas apoio pode ser difícil.

A Lei busca tratar casais casados e não casados que moram juntos exatamente da mesma maneira. Por exemplo, sob a Legislação de Família de 1996 lésbicas e homens homossexuais que vivem juntos têm o mesmo direito que pessoas heterossexuais.

A Legislação de Proteção de Assédio de 1997 é outra lei que pode ser útil especialmente se seu parceiro anterior estiver te perseguindo ou assediando ou se seu caso não está sujeito à Legislação de Família de 1996, por exemplo, se vocês não têm crianças e nunca viveram juntos.

Por exemplo. Se o abusador freqüentemente esperava do lado de fora de seu lar ou trabalho, ou fazia chamadas telefônicas incômodas freqüentes para intimidá-lo ou amedrontá-lo. Essa nova lei dá mais poderes à polícia para investigar e cria novos delitos criminais.

A Legislação de Violência Doméstica, Crime e Vitimas de 2004 (Domestic Violence Crime and Victims Act 2004) é uma nova lei que entrou em vigor em abril de 2005. Ela possibilita o seguinte:

- Aumentar a proteção disponível para sobreviventes de violência doméstica através de tornar delitos corporais simples (common assault) (como um tapa, empurrão ou sacudida) em um delito sujeito a prisão.
- Tornar a violação de uma ordem de não molestaçã em um delito sujeito a prisão, mesmo se o acusado não for condenado.
- Permitir a casais do mesmo sexo e vivendo juntos o mesmo acesso a medidas cautelares que casais casados.
- Cria um novo delito criminal de “causar ou permitir a morte de uma criança ou pessoa vulnerável”.

A Legislação de Justiça Juvenil e Provas Criminais de 1999 (Youth Justice and Criminal Evidence Act 1999) é concebida para proteger qualquer pessoa dando depoimento no tribunal através de permitir o uso de cortinas, dar depoimento através de conexão de vídeo e através de permitir que a galeria pública em um tribunal seja esvaziada.

A Legislação de Justiça Criminal de 2003 (Criminal Justice Act 2003) permite a um tribunal ouvir sobre as condenações anteriores relevantes de um réu para que eles possam entender a seriedade da situação, e levar isso em conta quando eles decidirem uma sentença. Ela também permite a testemunhas dar depoimento através de conexão de vídeo.

A Legislação de Mutilação Genital Feminina de 2003 (Female Genital Mutilation Act 2003) torna executar mutilação genital feminina em um cidadão do Reino Unido ou em um residente permanente no Reino Unido em qualquer lugar no mundo em um delito criminal, mesmo em um país onde isso for legal.

Declarações Pessoais de Vítimas (Victim Personal Statements) são declarações escritas sobre como um crime afetou a vítima emocionalmente e psicologicamente do ponto de vista dela. Isso possibilita o tribunal a entender quão sério o crime é, mesmo se não há lesões para examinar.

Ordens do Tribunal (mandatos judiciais) que você pode conseguir para te proteger;

Existem dois tipos principais de ordens do tribunal usadas:

Ordens sobre a maneira em que seu parceiro deveria se comportar no futuro – ordens de não molestaçã (“**non-molestation orders**”).

Ordens dizendo quem tem o direito de viver no lar – ordens de ocupaçã (“**occupation orders**”).

Uma ordem de não molestaçã, ordena ao perpetrador não atacar, molestar ou importunar a vítima, ou quaisquer “crianças relevantes” morando com ela.

A Legislação de Família de 1996 diz que o propósito dessa ordem é garantir a saúde, segurança e bem-estar da vítima e de quaisquer crianças. Molestaçã pode tomar a forma de violência física e também pode incluir importunaçã, tal como mandar cartas ameaçadoras. Os tribunais agora podem estabelecer ordens de não molestaçã por qualquer período

especificado. Entretanto, em casos de família uma ordem de não molestaç o terminará se o caso for retirado ou indeferido.

Uma ordem de ocupa o sob a Legisla o de Família de 1996   uma ordem do tribunal sobre o lar, de novo simplificando a lei. Ela pode ser usada para:

- Fazer cumprir seu direito de permanecer vivendo em seu lar
- Certificar-se que você seja permitida a voltar para dentro de seu lar se você teve que sair
- Fazer o abusador sair do lar, ou
- Restringir o abusador a uma parte do lar.

As ordens catalogadas são chamadas ordens de controle (“regulatory orders”) e o tribunal levará em conta as necessidades de habita o de todo mundo, finanças, saúde e conduta. A Legisla o diz que o tribunal deve estabelecer uma ordem se   provável que você ou quaisquer crianças sofram mal significativo. O tribunal precisará de provas tanto de você quanto do abusador antes de tomar sua decisão sobre se emitir ou não uma ordem de não molesta o ou uma ordem de ocupa o. Essas ordens serão por um período especificado mas mais ordens podem ser concedidas. Se vocês viveram juntos ou foram casados você ainda pode solicitar uma ordem de ocupa o mesmo se seu lar estava apenas no nome de seu ex-parceiro. Se você está preocupado a respeito da presença do abusador, você pode pedir a oficiais do tribunal para manter ele ou ela longe de você.

Ex-Parte (unilateral)

  possível conceder ordens “ex-parte” o que significa que o abusador não tem que ser informado adiantadamente sobre o processo do tribunal. Isso aconteceria se uma vítima ou criança estivessem sob risco significativo de mal e necessitassem de prote o urgente ou se fosse considerado que o abusador estivesse ciente sobre o processo do tribunal mas estivesse evitando deliberadamente qualquer pessoa entregando papéis do tribunal, e ou se fosse considerado que se o abusador soubesse a respeito da audiência isso colocaria a vítima sob mais risco de violência doméstica

Poder de prisão

A Legisla o de Família de 1996 insiste que na maioria dos casos onde houve violência ou ameaças de violência, que o abusador pode ser preso se ele não obedecer a ordem do tribunal. Nem todas as ordens do tribunal têm um poder de prisão. Se não há nenhum “poder de prisão anexado” mas ao invés existe um aviso conhecido como uma notifica o penal anexada (“penal notice attached”); contando ao abusador para não violar a ordem do tribunal e a ordem então   violada, o abusador está desrespeitando o tribunal. Nesse ponto uma solicita o pode ser feita para que o abusador seja enviado para a prisão dependendo em que tribunal o caso aconteceu. Se, em uma data mais tarde, você precisar entrar em contato com a polícia para auxílio, você pode entrar em contato com a Unidade de Segurança Comunitária da Polícia (Police Community Safety Unit).

Prós e contras de Ordens do Tribunal (mandatos judiciais)

Deve ser notado que pedidos para mandatos judiciais devem ser feitos dentro de 14 dias do último incidente. Mandatos judiciais são são concedidos depois desse período se houver circunstâncias atenuantes. Também, você precisa ter o nome e endereço completo do Perpetrador, de modo que o Mandato Judicial possa ser entregue.

Existem tanto vantagens como desvantagens em ordens do tribunal (mandatos judiciais) das quais você deveria estar ciente antes de requerer uma ordem do tribunal. Alguns dos prós e contras estão catalogados abaixo:

VANTAGENS

- Pode ser um meio efetivo de terminar a violência, e permitir à vítima permanecer no lar dela
- Pode ser possível ir ao tribunal rapidamente, e para a vítima voltar para casa depois de pouco tempo fora
- Ordens do Tribunal também podem proteger a vítima e as crianças dela fora do lar como, por exemplo, no trabalho, na escola das crianças
- O abusador pode ser excluído do lar

Aplicações para Ordens do Tribunal são realizadas em tribunais “fechados” ao contrário de processos criminais. Isso significa que o tribunal será esvaziado de pessoas que não estão envolvidas com seu caso. Muitas vítimas acham isso uma grande vantagem. Você pode pedir para que seu endereço seja mantido secreto.

DESVANTAGENS

- Ordens do Tribunal normalmente são um recurso de curto prazo
- Ordens do Tribunal para vítimas que não se qualificam para assistência jurídica podem ser muito caras
- A vítima pode ter medo que a ordem do tribunal apenas aumentará o perigo para ele/a, especialmente se o abusador perde o lar dele/a
- O processo de ir a um advogado e ao tribunal é estressante; o homem pode ter um direito a comparecer à audiência
- Pode não ser possível encontrar o abusador para entregar um mandato judicial

Promessas

Um juiz ou magistrado pode te perguntar se você aceitará uma “promessa” do abusador para o tribunal que ele/a não te atacará.

Promessas oferecem menos proteção do que mandatos judiciais e você não tem que aceitar uma.

Como conseguir uma Ordem do Tribunal

Você pode entrar em contato com qualquer advogado de família para fazer uma aplicação para essas ordens do tribunal. Você pode ou visitar a www.lawsociety.org ou **entrar em contato com 0870 606 6575**. Você também pode entrar em contato com uma agência local ou com o Citizens Advice Bureau (CAB) (Gabinete de Apoio ao Cidadão). Para detalhes de seu CAB local você pode visitar a www.citizensadvice.org.uk ou telefonar para **020 7833 2181** para detalhes de seu CAB local. Você também pode entrar em contato com um Serviço Jurídico Comunitário Direto (Community Legal Service Direct) no 0845 345 4345 ou visitar a website deles no www.clsdirect.org.uk. Você também pode fazer uma aplicação para a ordem relevante você mesmo. Você pode conseguir ajuda do Rights of Women domestic violence DIY Injunction Handbook (manual para mulheres querendo conseguir um mandato judicial para se protegerem). Para conseguir sua cópia, você pode entrar em contato com **Rights of Women no 020 7251 6575/6**. Você também pode conseguir conselho jurídico da **FREE LEGAL ADVICE HELPLINE of Rights of Women (linha de ajuda legal gratuita) no 020 7251 6577**.

Medidas Especiais em Processos Criminais

A recente Legislação de Justiça Juvenil e Provas Criminais de 1999 (Youth Justice and Criminal Evidence Act 1999) introduziu certas provisões estatutárias para a proteção de testemunhas vulneráveis ou intimidadas. Essas medidas foram concebidas para proteger testemunhas com menos de 17 anos.

Entretanto, essas medidas agora foram estendidas para o Tribunal de Magistrados para Adultos (Magistrates' Court for Adults). Esse é um passo importante na área de violência doméstica porque, por sua própria natureza, sobreviventes freqüentemente estão com medo de dar depoimento no Tribunal contra o perpetrador.

Medidas Especiais podem incluir:

- Cortinas – de modo que o sobrevivente possa dar depoimento sem ter que ver o perpetrador.
- Conexão de vídeo – os sobreviventes dão depoimento para o tribunal de uma Suíte de Vídeo. Pode ser que se a declaração deles foi tomada em forma de vídeo que o vídeo será mostrado para o Tribunal e então perguntas sobre isso são feitas ao sobrevivente pela Defesa.

Deveria ser notado que a provisão dessas Medidas Especiais não é automática. Cada caso é considerado em seus próprios méritos pelo Serviço de Promotoria da Coroa (Crown Prosecution Service) e uma decisão então é tomada sobre se fazer uma aplicação ao Tribunal ou não. No fim das contas é o Tribunal dos Magistrados que decide se ou não conceder as Medidas Especiais pedidas.

Indenização

Um advogado pode ser capaz de pedir indenização em seu nome se o abusador for condenado por um delito no Tribunal de Magistrados. Você também pode ser capaz de pedir compensação através do Projeto de Indenização por Lesões Criminais (Criminal Injuries Compensation Scheme). Para fazer um pedido, você não deve estar vivendo mais com o abusador e deve haver provas do ataque. Um relatório da polícia ou de um médico é suficiente. O ataque deve ter sido relatado à polícia e registrado por eles como um crime, e você também deve ter auxiliado a polícia nas investigações deles.

Questões de imigração

Violência doméstica e a Regra de Dois Anos para Pessoas (Two Year Rule People) que entram ou ficam no Reino Unido com base em casamento ou relacionamento com um esposo/parceiro que está estabelecido no Reino Unido ou é um cidadão Britânico inicialmente recebem permissão limitada para permanecer. Elas estão sujeitas a um período probatório de 2 anos, no final do qual, com o apoio do parceiro Britânico delas, elas podem fazer uma aplicação para permissão indefinida para permanecerem. Durante o período de dois anos o parceiro do exterior não tem recurso a fundos públicos. Se o relacionamento fracassa, o parceiro do exterior se torna sujeito a ser removido do Reino Unido a não ser que ele possa mostrar as provas requeridas de violência doméstica sob a concessão de violência doméstica para a regra. Isso significa que se um relacionamento fracassasse por causa de violência doméstica, se o sobrevivente de violência doméstica puder produzir uma das seguintes provas a ela pode ser concedida permissão para permanecer indefinidamente excepcionalmente fora das leis de imigração:

- um mandato judicial, ordem de não molestações ou outra ordem de proteção (a não ser uma ordem ex-parte ou ordem interina) contra o patrocinador (se o patrocinador for o parceiro violento); ou uma condenação do tribunal relevante contra o patrocinador; ou detalhes completos de uma advertência relevante da polícia contra o patrocinador.

Se você está nessa posição, busque conselho urgente do Escritório de Conselho (Advice Bureau) local, do Conselho Conjunto para o Bem-estar dos Imigrantes (Joint Council for the Welfare of Immigrants) ou dos Centros Jurídicos (Law Centres) locais antes de começar processos legais (veja endereços para contatos no fim dessa seção).

Refugiados e Solicitantes de Asilo

Outras questões com relação à situação de imigração delas fora a regra de dois anos também pode prejudicar mulheres refugiadas e solicitando asilo. Isso pode variar de uma falta de apoio

emocional e de família até uma falta de recursos financeiros. Também deve ser notado que existe uma quantidade limitada de auxílio que pode ser proporcionado por agências, porque isso pode prejudicar quaisquer procedimentos em andamento com a Junta de Imigração e Nacionalidade (Immigration and Nationality Directorate).

A lista seguinte pode te auxiliar:

- Mantenha todos papéis pessoais sobre sua situação e de suas crianças em um lugar seguro e com você se possível
- Mantenha seu passaporte com você o tempo todo
- Entre em contato com um serviço registrado de aconselhamento sobre imigração tais como os que estão catalogados abaixo
- Dê detalhes completos ao conselheiro sobre sua situação. Serviços deveriam ser gratuitos e confidenciais
- Tente catalogar os incidentes que aconteceram com você
- Converse com pessoas em quem você confia sobre o que está acontecendo com você
- Entre em contato com um serviço de apoio a mulheres tais como os catalogados nesse guia ou no Diretório para Mulheres do Concelho de Haringey (Haringey Council's Women's Directory)

O seguinte é uma lista de organizações úteis para Refugiados e Solicitantes de Asilo que podem oferecer conselho específico, como por exemplo, imigração, para mulheres sofrendo violência doméstica:

Bem-estar Geral, Benefícios e Conselho Jurídico

ASYLUM AID (AJUDA PARA ASILO)

T: 020 7377 5123

Opera o Projeto de Recursos para Mulheres Refugiadas (refugee Women's Resource Project) e dá CONSELHO JURÍDICO GRATUITO.

Segunda e terça das 2 às 4 e 30 da tarde; quinta das 10 da manhã ao meio-dia e meio



COUNSELLING & HEALTH (ACONSELHAMENTO E SAÚDE)

Refugee Support Centre (Centro de Apoio para Refugiados)

T: 020 7820 3606

Serviço de aconselhamento e psicoterapia em várias línguas para refugiados e solicitantes de asilo sofrendo aflição emocional.



REFUGEE LEGAL CENTRE (CENTRO JURÍDICO PARA REFUGIADOS)

T: 020 7780 3200

Proporcionando conselho jurídico e representação para aqueles buscando proteção sob leis internacionais e nacionais de direitos humanos e asilo.



SOUTHALL BLACK SISTERS (IRMÃS NEGRAS DE SOUTHALL)

T: 020 8571 9595

Oferece conselho pelo telefone principalmente para mulheres asiáticas através de Londres em situações de violência doméstica ou outro tipo de violência e aquelas encarando dificuldades através da operação das regras de imigração.

THE REFUGEE COUNCIL (O CONSELHO DE REFUGIADOS)

240-250 Ferndale Road London SW9 8BB

T: 020 7820 3000

Tem um oficial para mulheres e um assistente para saúde mental de mulheres.

Também proporciona assistente social na comunidade para a comunidade de Haringey.



Divórcio ou Separação

Se você é casada, você pode obter um divórcio ou Ordem de Separação de seu marido. Para pedir um divórcio você deve ter estado casada por pelo menos um ano. Você pode entrar em contato com um advogado ou o Centro Jurídico (Law Centre) para conselho. A todos casais fazendo uma aplicação para divórcio será oferecido mediação. Mediação significa você e seu ex-parceiro conversarem um com o outro, com alguém do tribunal lá para ver se vocês podem arrumar as coisas. Se você sofreu violência doméstica você pode informar ao tribunal que você está com medo de seu parceiro, e que mediação não é apropriada para você. Você pode ter que insistir nisso mas é seu direito recusar. Também se você for pedida para negociar sobre contato com as crianças com seu ex-parceiro, e estiver com medo dele você deveria contar ao Oficial de Bem-estar do Tribunal (Court Welfare Officer) que você sofreu violência doméstica, e arranjos especiais deveriam ser feitos de modo que vocês não tenham que se encontrar. Se você sentir que arranjos para contato com uma criança podem afetar sua segurança você deve informar ao tribunal. Para conseguir conselho jurídico entre em contato com qualquer advogado através de procurar no catálogo telefônico ou em sua rua principal local. O seguinte é uma lista de alguns dos outros locais onde você pode ir para conselho.

CRIMINAL INJURIES COMPENSATION AUTHORITY (AUTORIDADE PARA INDENIZAÇÕES POR LESÕES CRIMINAIS)

Morley House 26-30 Holborn Viaduct
London EC1A 2JQ

T: 020 7842 6800

Explica os tipos diferentes de benefícios aos que você pode ter direito, e te conta onde você pode ir para conseguir ajuda e conselho em assuntos sobre dinheiro



JOINT COUNCIL FOR THE WELFARE OF IMMIGRANTS (CONCELHO CONJUNTO PARA O BEM-ESTAR DOS IMIGRANTES)

115 Old Street London EC1 V9RT

T: 020 7251 8708

E: info@jcwi.org.uk

Linha para conselho e sessões de conselho: **terça e quinta das 2 às 5 da tarde**



RIGHTS OF WOMEN (DIREITOS DAS MULHERES)

52-54 Featherstone Street London EC1Y 8RT

Linha para conselho: 020 7251 6577

E: info@row.org.uk

W: www.rightsofwomen.org.uk

Oferece sessões de conselho pelo telefone para mulheres que querem ajuda, conselho ou informação sobre problemas legais. **terça, quarta e quinta das 7 às 9 da noite/2 às 4 da tarde; sexta das 2 às 5 da tarde**



SEÇÃO SETE

DINHEIRO

Se você está considerando deixar um relacionamento violento, você precisará saber a respeito de dinheiro disponível para apoiar você e sua família. Abaixo está uma descrição do apoio do governo disponível. Ter um número de crime pode ser útil em pedir benefícios depois de um incidente de violência doméstica.

Benefícios de bem-estar

Existem vários benefícios de bem-estar aos quais você pode ter direito, mesmo se você estiver trabalhando. Existem três tipos de benefícios: contributivos, não contributivos e dependentes de verificação de recursos (means-tested). Benefícios contributivos dependem de pagar contribuições de Segurança Social (National Insurance contributions) quando você trabalha. Você tem que pagar “National Insurance” quando você trabalha.

Benefícios não contributivos são pagos como um direito para pessoas que estão vivendo na Grã-Bretanha por um certo período de tempo. Eles são pagos para pessoas que cuidam de outras, pessoas criando crianças e pessoas com deficiências. Eles não dependem do pagamento de contribuições de Segurança Social, economias ou renda.

Para os benefícios dependentes de verificação de recursos, quaisquer economias ou renda que você tem são levados em consideração. Esses são os benefícios que a maioria das pessoas pedem e eles te proporcionam dinheiro para viver ou ajuda com alguns de seus custos de habitação ou imposto municipal (council tax).

Income Support (Apoio de Renda)

Se você está trabalhando menos do que 16 horas por semana e você tem um ordenado baixo ou você não está em trabalho pago de maneira alguma, você pode ter direito a income support. Se você tem crianças e tem direito a income support você receberá uma concessão extra para cada criança. Você não deve ter economias de mais de £8,000. Suplementos adicionais também estão disponíveis se você é um/a pai/mãe solteiro/a, tem uma deficiência, for aposentado ou cuidar de outro adulto que recebe certos benefícios para deficiência.

Se você tem uma hipoteca, income support pode cobrir parte dos juros em seus pagamentos da hipoteca. A quantia dependerá do valor da hipoteca e quando ela foi conseguida. Existem coisas adicionais às quais você pode ter direito automaticamente se você está recebendo income support. Elas incluem tratamento dentário gratuito, receitas gratuitas, exames de olhos gratuitos, e, se você tem crianças, refeições escolares gratuitas e vales para leite. Vales gratuitos para vestuário para crianças em educação secundária estão disponíveis através do Departamento de Educação (Education Office) local.

Working families Tax credit (Benefício pago através do sistema de impostos para famílias trabalhando)

Se você tem pelo menos uma criança, você está trabalhando pelo menos 16 horas por semana e está ganhando um ordenado baixo; você pode ter direito a Working Families Tax Credit. Se você paga custos de cuidar de crianças para uma pessoa registrada para tomar conta das crianças de outros (registered childminder) enquanto você está no trabalho você pode receber um benefício pago através do sistema de impostos para cuidado de crianças (childcare tax credit).

Job seekers allowance (Concessão para pessoas procurando emprego)

Para se qualificar você deve estar disponível e ativamente procurando trabalho. Se você pagou contribuições de Segurança Social suficientes você receberá JSA contributivo, senão você pede JSA (relacionado à renda), que é parecido com Income Support.

Incapacity benefit (Benefício por Incapacidade)

Para se qualificar você deve ter feito contribuições suficientes de Segurança Social e ser certificado como incapaz de trabalhar. A quantia que você recebe dependerá de quanto tempo você tem sido incapaz de trabalhar. Você também pode receber concessões extras se você tiver crianças.

Disability living allowance (Concessão para viver com deficiência)

Isso está disponível para pessoas que precisam de ajuda com cuidado pessoal ou locomover-se devido a doença física ou mental ou deficiência e que precisaram dessa ajuda por pelo menos três meses. Na realidade você não tem que estar recebendo esse tipo de cuidado para receber o benefício. Você pode receber esse benefício se você estiver trabalhando ou não.

Child benefit (Benefício para Criança)

Isso está disponível para qualquer pessoa que tem uma criança com menos de 19 anos vivendo com ela e ainda na escola. Você receberá um pagamento para cada criança.

Housing benefit (Benefício para Habitação)

Desde que você tenha menos de £16,000 em economias você pode fazer um pedido para housing benefit para te ajudar a pagar seu aluguel. Se você recebe income support, você pode conseguir que todo seu aluguel seja pago. Se você está trabalhando mas recebendo um ordenado baixo, você ainda pode conseguir que parte de seu aluguel seja pago. Housing benefit pode ser pago em dois lares por um máximo de 52 semanas se a ausência do lar anterior é o resultado de medo de violência, e você pretende voltar para casa.

Council tax benefit (Benefício para imposto municipal)

Se você recebe income support o ou housing benefit completo você pode conseguir que todo seu imposto municipal (council tax) seja pago. Se você trabalha mas está recebendo um ordenado baixo você ainda pode conseguir que parte de seu imposto municipal seja pago. Se você é o único adulto no lar da família você receberá uma redução de 25 por cento em seu imposto municipal não importa se você trabalhe ou não.

Empréstimos e concessões

Existem também vários empréstimos e concessões aos quais você pode ter direito. Vale a pena notar que em geral, empréstimos (que você paga de volta) são mais fáceis de conseguir do que concessões (que você não tem que pagar de volta). Todos os empréstimos e concessões mencionados abaixo são pagos pela Agencia de Benefícios (Benefits Agency). Todos os formulários para fazer um pedido podem ser apanhados de qualquer escritório de segurança social (social security).

Budgeting loan (Empréstimo para previsões orçamentais)

Isso pode ser pago para aluguel adiantado para um senhorio particular ou associação de habitação, ou para garantir acomodação com alojamento e alimentação. Isso não pode ser pago para depósitos, refeições ou taxas de serviço. Você deve ter estado recebendo income support por pelo menos 26 semanas para se qualificar para um empréstimo para previsões orçamentais. Ele terá que ser pago de volta e será deduzido em uma taxa semanal de qualquer pagamento futuro de benefícios.

Empréstimo para crises

É possível, mas muito difícil, conseguir um empréstimo para uma crise para aluguel adiantado ou para comprar itens necessários abandonados ou não disponíveis por causa de violência ou medo de mais violência. Um empréstimo para uma crise também pode ser pago para despesas para viver do dia-a-dia enquanto esperando para que income support seja pago. Ele terá que ser pago de volta e será deduzido em uma taxa semanal de qualquer pagamento futuro de benefícios.

Community care Grant (Concessão comunitária para cuidado)

Isso é pago para substituir itens perdidos ou não disponíveis depois de fugir do lar anterior e para comprar itens para montar um novo lar. O pagamento é discricionário. Para se qualificar você deve estar recebendo income support e estar ou montando um lar depois de deixar cuidado "institucional" (como por exemplo, refúgio de ajuda para mulheres, albergue para pessoas sem lar) ou precisa de ajuda para prevenir entrada em cuidado "institucional" ou ser uma "família sob pressão excepcional". Esse dinheiro não tem que ser pago de volta.

Maternity payment (pagamento para maternidade)

Essa é uma concessão de £100, que é paga se você estiver grávida e recebendo income support, disability working allowance ou family credit. Você pode fazer um pedido a qualquer momento a partir de 11 semanas antes que o bebê deva nascer até que o bebê tenha três meses de idade. Isso não tem que ser pago de volta.

NB: Se o abusador estiver recebendo benefícios para você e quaisquer crianças mas não te mantém, você pode pedir ao Departamento de Segurança Social (Department of Social Security-DSS) para ter todo ou uma proporção dos benefícios pagos diretamente para você.

Pensão de alimentos

Você tem direito a pensão de alimentos do pai da criança, mas se você recebe benefícios a maioria, mas não toda essa pensão de alimentos pode ser deduzida de certos benefícios. Se você pretende pedir pensão de alimentos, procure conselho jurídico.

Onde fazer um pedido Um número grande de organizações diferentes está envolvido em administrar benefícios. Você tem que se certificar que você faça o pedido no escritório correto. Você também deve contar a cada um deles quando suas circunstâncias mudarem. Os escritórios principais são a Agência de Benefícios que administra Income Support, o Serviço de Emprego (Employment Service) administra Job Seekers Allowance e o conselho local administra Housing Benefit and Council Tax benefit.

Você não deveria ser pressionada pelo pessoal do DSS em buscar pensão de alimentos ou em proporcionar a informação sobre o abusador. O DSS pode cortar seu income support em até 20 por cento se você fracassar em proporcionar informação sobre um parceiro anterior sem uma boa razão. Entretanto, deveria ser estressado que uma história de violência doméstica ou medo de violência é uma razão suficiente para reter informação e nenhuma penalidade deveria ser imposta. Você tem o direito de fazer um recurso se uma penalidade for imposta e você deveria buscar conselho imediatamente.

QUANDO PEDINDO BENEFÍCIOS É ACONSELHVEL FAZÊ-LO ATRAVÉS DE UMA ORGANIZAÇÃO OU CENTRO DE CONSELHO.

SE VOCÊ QUER AJUDA PARA ORGANIZAR ASSUNTOS DE DINHEIRO VOCÊ PODE ENTRAR EM CONTATO COM:

COMMUNITY LEGAL SERVICE DIRECT (SERVIÇO JURÍDICO COMUNITÁRIO DIRETO)

T: 0845 345 4345

www.clsdirect.org.uk

Se você se qualifica para assistência jurídica telefone para nossa linha de ajuda nacional no 0845 345 4 345 para conselho gratuito sobre benefícios, tax credits (benefícios pagos através do sistema de impostos), habitação, emprego, educação ou problemas com débito.



COUNCIL TAX BENEFIT (HARINGEY COUNCIL) (BENEFÍCIO PARA IMPOSTO MUNICIPAL)

PO Box 1 0505 Wood Green N22 7WJ

T: 020 8489 2800

HOUSING BENEFIT (BENEFÍCIO PARA HABITAÇÃO)

(Inquilinos do Concelho por favor entrem em contato com seu Escritório de Habitação local, endereços na Seção de Habitação).



HORNSEY CITIZEN'S ADVICE BUREAU (GABINETE DE APOIO AO CIDADÃO DE HORNSEY)

Hornsey Town Hall The Broadway

Crouch End London N8 9JJ

T: 0870 126 4030 F: 020 8374 2646

E: cabhornsey@aol.com

Horário de funcionamento: segunda das 10 da manhã às 5 da tarde (entrevistas), 2 às 5 da tarde (telefone); terça das 2 da tarde às 8 da noite (entrevistas), 3 da tarde às 7 da noite (telefone); quarta/quinta das 10 da manhã à 1 da tarde (entrevistas), 2 às 5 da tarde (telefone); sexta das 10 da manhã ao meio-dia, 2 às 4 da tarde (visite quando quiser)



TOTTENHAM CITIZEN'S ADVICE BUREAU (GABINETE DE APOIO AO CIDADÃO DE HORNSEY)

Tottenham Town Hall Town Hall Approach Road

London N15 4RY

T: 0870 126 4030 F: 020 8376 0909

Horário de funcionamento: segunda, entrevistas; terça das 10 da manhã ao meio-dia, 2 às 4 da tarde; quarta, entrevistas; quinta das 10 da manhã ao meio-dia, 2 às 4 da tarde; sexta, fechado



TURNPIKE LANE CITIZEN'S ADVICE BUREAU (GABINETE DE APOIO AO CIDADÃO DE TURNPIKE LANE)

14A Willoughby Road London N8 0JJ

T: 0870 126 4030 F: 020 8374 0527

E: cabturnpikelane@aol.com

Horário de funcionamento: segunda das 10 da manhã ao meio-dia, 2 às 4 da tarde (visite quando quiser); terça, entrevistas; quarta das 10 da manhã ao meio-dia, 2 às 4 da tarde (visite quando quiser); quinta/sexta, entrevistas



Informação adicional útil

- Se suas crianças escolherem viver com o pai delas e você trabalha, a Agência de Apoio à Criança (Child Support Agency) requererá que você pague para a manutenção delas.

- Você pode não ter que pagar Council Tax se você estiver vivendo em acomodação temporária dependendo de seu acordo de inquilinato.
- Se vocês têm contas bancárias ou cartões de crédito conjuntos, você precisa entrar em contato com o banco ou instituição financeira relevante e pedir a eles para retirar seu nome da conta. Isso impede você de ser responsável por quaisquer contas ou saque a descoberto que o abusador possa incorrer.
- Se você deixa seu lar e contas estão em seu nome (como por exemplo, gás, telefone), lembre-se de informar às organizações relevantes que você não mora mais no endereço. Se você está trabalhando ou pensando à respeito de trabalhar, é importante que você conte ao seu escritório de impostos (tax Office) quando você deixar o relacionamento porque você pode ter direito a ganhar mais dinheiro antes que você comece a pagar impostos.
- Fazer compras em lojas de caridade pode cortar o custo de roupas de boa qualidade e mais e mais mulheres estão escolhendo essa maneira de fazer compras como um meio de obter mercadorias de qualidade com preços baixos.
- Car boot Sales (vendas ao ar livre onde pessoas vendem coisas do porta-malas do carro delas) oferecem mercadorias baratas e de qualidade mas esteja preparada para procurar.
- Algumas agências de conselho oferecem um serviço gratuito e confidencial de controle de débito e orçamento. Isso é sempre uma boa maneira de economizar e controlar dinheiro.

MULHERES E QUESTÕES DE IGUALDADE

SEÇÃO OITO

ESSA SEÇÃO

- dá exemplos de questões de igualdade que criam dificuldades adicionais para mulheres em relacionamentos violentos

As questões de igualdade que afetam as mulheres são:

- Minoria negra e étnica
- Deficiência
- Idade – mulheres mais velhas e mulheres jovens
- Sexualidade

Aqui estão alguns exemplos de questões de igualdade que criam dificuldades adicionais para mulheres em relacionamentos violentos.

Mulheres negras e de minorias étnicas podem encarar e encaram racismo nas vidas diárias delas e isso pode ser uma barreira adicional se elas também estiverem sofrendo violência doméstica. O medo do racismo institucional pode tornar isso difícil para vítimas de violência doméstica negras ou de minorias étnicas relatar um incidente para a polícia. Também pode ser difícil falar sobre o incidente com assistentes de habitação ou assistentes sociais. A ameaça real ou perceptível de deportação pode ser usada. Uma relutância em alimentar estereótipos racistas pode ajudar a manter lealdade para um parceiro. Pode haver pressão adicional de uma rede familiar ampla para não deixar um parceiro abusivo, especialmente se seria considerado trazendo vergonha dentro da comunidade mais ampla. Violência doméstica não é sua culpa e existem organizações e refúgios para apoiá-lo em lidar com violência doméstica. Agora é pedido a todas administrações locais e à polícia para planejar como eles proporcionarão serviços livres de racismo. Ajuda, conselho, e conselheiros legais estão disponíveis de agências de apoio com relação a questões de imigração. (Veja a lista de agências de apoio e conselho).

Mulheres deficientes podem ser particularmente vulneráveis a abuso e violência. A pessoa principal que cuida de você pode esperar tolerância com tal abuso como uma forma de gratidão pela assistência dela. Mulheres com deficiências podem ter medo de institucionalização se elas partirem. Você pode sentir como se o abusador aumentou o poder de controlar sua vida. Entretanto, existem organizações e refúgios que podem apoiá-la. Violência doméstica não é sua culpa. Uns poucos refúgios foram adaptados para mulheres com deficiências. Algumas agências têm instalações acessíveis e podem conseguir intérpretes de linguagem de sinais. O Consórcio para Deficiência de Haringey (Haringey Disability Consortium) pode auxiliar e te encaminhar quando necessário. É possível deixar um relacionamento violento não importa qual é sua deficiência. Existem agências de apoio e centros de conselho para te ajudar a superar o trauma da violência doméstica. (Veja a lista de agências de apoio e conselho).

Mulheres mais velhas vivendo em relacionamentos violentos podem se tornar dependentes do abusador para cuidado e atenção. Isso poderia ser abuso emocional infligido através de ameaças ou humilhação. Isso pode ser abuso físico resultando em lesão corporal, dor ou enfraquecimento. Isso pode ser abuso sexual envolvendo contato sexual não consensual. Obstáculos significantes que mulheres mais velhas podem encarar em tentar deixar relacionamentos violentos incluem saúde, emprego, finanças, relacionamentos familiares, e os custos psicológicos de começar de novo tarde na vida. Seu parceiro pode não estar no acordo de inquilinato ou da hipoteca mas você pode receber auxílio e apoio do departamento de habitação da administração local se você estiver em um relacionamento violento. Age Concern

(federação de organizações caridosas para pessoas idosas) pode te auxiliar e te encaminhar quando for necessário.

Mulheres jovens podem encarar dificuldades de habitação quando deixando um relacionamento violento mas existe ajuda disponível para te auxiliar. Mulheres jovens freqüentemente são capazes de examinar as escolhas que elas têm para deixar um relacionamento violento. Entretanto encontrar acomodação apropriada para mulheres solteiras jovens pode ser difícil. Entretanto você pode encontrar habitação através de refúgios de mulheres, agências particulares de locação e seu concelho ou associação de habitação local (embora disponibilidade possa ser limitada). Como uma mulher jovem você tem a oportunidade de criar uma vida saudável livre de violência. Deixar um relacionamento violento pode te dar a confiança que você precisa para fazer treinamento novamente ou ir atrás dos objetivos de sua carreira. Você não está sozinha. Apoio está disponível. (Veja a lista de agências de apoio e conselho).

Lésbicas e mulheres em relacionamentos do mesmo sexo que sofreram violência doméstica podem receber pouca simpatia de outros. Se crianças estão envolvidas, pode haver medo sobre as audiências de custódia, tornando isso mais difícil ainda para elas reclamarem. Uma mulher que sofre abuso das mãos de outra mulher pode achar impossível quebrar o silêncio em uma sociedade que está procurando por qualquer desculpa para condenar relacionamentos entre mulheres. Ela também podem ter medo de condenação de dentro da própria comunidade gay, que de outro modo é percebida como proporcionando grande apoio. Perda daquele apoio poderia levar a isolamento. Como em outras situações às vezes é mais fácil negar o que está acontecendo. Negação pode ocorrer por medo de retribuição por dar um mal nome ou más notícias sobre a comunidade gay. Você pode entrar em contato com agências de apoio especializadas e outras agências que proporcionam serviços para pessoas que sofreram homofobia. (Veja a lista de agências de apoio e conselho).

SEÇÃO NOVE

CRIANÇAS E JOVENS

ESSA SEÇÃO

- Discute como crianças podem ser afetadas por violência doméstica
- Dá conselhos sobre crianças em refúgios
- Dá conselho sobre o que fazer sobre a educação das crianças
- Oferece conselho prático sobre prevenir que suas crianças sejam raptadas
- Cataloga contatos para você e suas crianças

Em 90% dos incidentes de violência doméstica crianças estão em casa no momento do incidente.

Se você está em um relacionamento abusivo e tem crianças, pode ser difícil decidir sobre o que fazer.

Crianças reagem de diferentes maneiras com relação a crescer em um lar com uma pessoa violenta, e elas precisam de apoio. Elas podem achar que elas são responsáveis ou se sentirem inseguras, sozinhas, amedrontadas ou confusas. Elas podem estar isoladas ou envergonhadas na frente dos amigos delas. Elas podem sentir ressentimento em relação a você ou se sentirem desamparadas. Existem muito mais reações. É melhor ser honesta e direta com as crianças sobre as situações nas quais elas estão. Deveria ser contado às crianças que violência é errado e não resolve problemas. Às vezes, as crianças mesmas são abusadas. Se você suspeita que isso aconteceu, tente ajudá-las a conversar sobre isso. Você pode querer ajuda com apoiar suas crianças de organizações de apoio para pais ou famílias. (Veja lista de contatos). Crianças são afetadas por presenciar discussões ou ataques. Existem organizações que podem ajudar a lidar com isso. (Veja lista de contatos). Homens freqüentemente tentam impedir mulheres de partir através de ameaçar que eles nunca vão deixá-las levar as crianças ou através de contar à mulher que as crianças serão levadas embora. Ambas as possibilidades são muito pouco prováveis, e existem coisas que você pode fazer para evitar que qualquer uma delas aconteça.

Crianças em refúgios

Se sua criança está em um refúgio, pode ser a primeira vez que ela encontrou outras crianças em uma situação parecida com a dela. Enquanto você está ficando em um refúgio, o pessoal te ajudará a fazer arranjos para suas crianças comparecerem a escolas ou escolas maternas locais e te auxiliará em responder as questões deles sobre o refúgio. Freqüentemente é uma boa idéia deixar a escola de sua criança saber sobre a violência doméstica que você sofreu e que ação você gostaria que eles tomassem. Por exemplo, se você tem medo que suas crianças possam ser roubadas, é essencial que você e a escola discutam medidas de segurança adicionais. Você pode estar preocupada sobre o efeito que a violência teve em suas crianças e precisa pedir apoio. Se a escola sabe a respeito da violência no lar freqüentemente eles escreverão cartas que podem te ajudar quando tomando ações legais ou abordando o Concelho.

Mudando de escola

Se você tem que mudar a escola de sua criança, você pode entrar em contato ou com a escola mais próxima de seu novo endereço ou entrar em contato com o Departamento de Educação do Concelho (Education Department of the Council). Ele será capaz de te proporcionar com uma lista de escolas apropriadas com vagas e quaisquer listas de espera.

A Legislação de Crianças (The Children Act)

A Legislação de Crianças de 1989 dá a ambos os pais responsabilidade conjunta pelas crianças deles e substitui custódia e acesso com ordens de residência e contato. Ela busca encorajar os pais a chegarem a acordos juntos e só envolver os tribunais quando absolutamente necessário. Mas tais decisões podem ser muito difíceis e você não deveria correr riscos com sua própria segurança. Quando os tribunais decidem a respeito desses assuntos, o bem-estar da criança ou crianças deve ser a preocupação principal deles. Muitos outros fatores deveriam influenciar a decisão, tais como os desejos da criança; as necessidades físicas, emocionais e educacionais delas, a idade, sexo e antecedentes delas, o mal ou risco de mal sofrido pela criança ou crianças e as capacidades dos pais. É provável que se as crianças vivem com você, o pai delas será permitido a entrar em contato (acessar) com elas. Se você tem medo de rapto ou abuso delas, você pode pedir aos tribunais para que o contato seja proibido ou supervisionado e arranjos podem ser feitos para evitar que você tenha contato com ele.

Imigração

Se as crianças vieram com você do exterior para se juntar ao pai delas e você sai por causa da violência, a situação de imigração delas e sua pode estar sob risco. É aconselhável buscar conselho legal de um bom advogado ou conselheiro de imigração sobre isso imediatamente.

Mães lésbicas

Mães lésbicas podem precisar conseguir conselho especializado, especialmente se elas acham que um abusador masculino pode usar a sexualidade dela para tentar conseguir custódia das crianças.

Rapto

Muitas mulheres têm medo que as crianças delas serão roubadas para fazer pressão nelas para voltar ou mesmo que as crianças delas serão tiradas do país. Se isso é um medo para você, existem medidas práticas e preventivas que você pode tomar.

- Mantenha os documentos da criança (como por exemplo, passaporte, certidão de nascimento, cartão do NHS) em um lugar seguro.
- Se a criança não tem um passaporte, apresente uma objeção ao escritório de passaportes. Se você é casada dê a eles uma cópia de sua ordem de custódia ou de residência.
- Não concorde com o pai levar as crianças ao exterior para férias.
- Mantenha todas ordens do tribunal/cópias em um lugar seguro.
- Mantenha fotos recentes de todas as crianças e do pai.
- Faça uma descrição escrita das crianças e do pai.
- Alerta professores para não entregar as crianças para o pai, os parentes ou amigos dele.
- Você também pode fazer uma aplicação ao tribunal para uma Ordem de Passos Proibidos (Prohibited Steps Order) que pode, por exemplo, só permitir que visitas de contato (acesso) aconteçam na presença de outro adulto. Pergunte ao seu centro jurídico ou advogado para conselho.

CHILDLINE (LINHA PARA CRIANÇAS)

T: 0800 1111



COSMIC CHILDREN & FAMILY SERVICE (HAGA & DASH)

T: 020 8800 6999

LINHA DE TELEFONE GRATUITA para crianças: 0800 3895257

E: childrenandfamilies@haga.co.uk

Ajuda e Aconselhamento

Um serviço apoiando crianças e as famílias delas que são afetadas por abuso de drogas ou álcool.



HARINGEY'S EDUCATION OFFICE (ESCRITÓRIO DE EDUCAÇÃO DE HARINGEY)

48 Station Road Wood Green N22 4TY

T: 020 8489 3326

E www.childcarelink.gov.uk

Escolas, concessões para estudantes, primeiros anos e recreação, orientação adulta e serviço de jovens.



HYPICS - Wood Green Area Youth Project (Projeto para Jovens da Área de Wood Green)

New River Sports Complex White Hart Lane

Wood Green London N22 5QW

T: 020 8489 8944 F: 020 8881 1050

E: youth.office@haringey.gov.uk

Haringey Young Peoples Counselling Service, Serviço de Aconselhamento para Jovens vivendo em Haringey, proporcionando aconselhamento individual para aqueles que estão sofrendo dificuldades com:

Família e Amigos, Escolas, Delinquência, Intimidação, Relacionamentos, Luto, Abuso ou violência, Racismo e Discriminação, Seu futuro, Auto-estima e outras questões relevantes - O HYPICS também opera focus groups (grupos representativos para pesquisas) para jovens dentro e fora da escola sobre tópicos como: controle da raiva; treinamento de asserção; habilidades de comunicação; intimidação; atitudes; resolução de conflito e outras questões relevantes.



HOME-START HARINGEY

Rowland Hill Centre for Childhood White Hart Lane London N17 7LT

T: 020 8352 4151

E: info@homestart-haringey.org.uk

Oferece apoio prático e amizade para famílias com crianças novas em seus lares ajudando a prevenir crises e colapso. Famílias devem ter pelo menos uma criança com menos de cinco anos.



HORNSEY (Haringey Council)

Town Hall Annex Crouch End Broadway Crouch Hall Road London N8 9JJ

T: 020 8489 1856



HORNSEY CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE HORNSEY)

Broadway Annex Hornsey Town Hall Crouch End N8 9JJ

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



NORTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE NORTH TOTTENHAM)

639 High Road Tottenham N17 8BD

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



NSPCC (Sociedade Nacional para Prevenção de Crueldade contra Crianças)

T: 0800 800 5000

Linha de ajuda para proteção de crianças



eu sobreviverei...

nia project - Young people's worker (Assistente para jovens)

T: 020 7424 5000

E: ypw@niaproject.plus.com

Linha de ajuda para jovens preocupados a respeito de violência doméstica.



RIGHTS OF WOMEN (DIREITOS DAS MULHERES)

T: 020 7251 6577

Linha de conselho para mães lésbicas



SOCIAL SERVICES (Children & young people) (SERVIÇOS SOCIAIS – Crianças e jovens)

Tottenham North 768-772 High Road Tottenham N17 0BU

T: 020 8489 5499

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



SOUTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE SOUTH TOTTENHAM)

Apex House 820 Seven Sisters Road Tottenham N15 5PQ

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde

SURE START HARINGEY

Lansdowne Health Clinic 239 Lordship Lane

Tottenham N17 6AA

T: 020 8885 6196

www.surestart.com

Sure Start oferece serviços para crianças com menos de quatro anos de idade e as famílias delas para preparar crianças para a escola. Serviços incluem recreação, sessões de aprendizado e projetos de verão e proporciona conselho pré e pós-natal encaminhando para outras agências se necessário. Eles também organizam sessões de inglês e relacionadas com emprego para pais. Sure Start trabalha com uma ampla extensão de agências estatutárias e voluntárias a fim de proporcionar os serviços apropriados baseados nas necessidades da comunidade local.



WOOD GREEN CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE WOOD GREEN)

Ground Floor 48 Station Road Wood Green N22 7TY

T: 020 8489 0000 (segunda a sexta da 8 e 45 da manhã às 5 da tarde)

Minicom: 020 8489 2088

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



SERVIÇOS SOCIAIS SEÇÃO DEZ

ESSA SEÇÃO

- explica porque você pode ter contato com um assistente social
- te conta como um assistente social pode te ajudar
- cataloga os escritórios dos serviços sociais no distrito

Se você quer entrar em contato com os Serviços Sociais ou com o Departamento de Educação, você pode entrar em contato com um Centro de Serviços de Clientes (Customer Service Centre) para informação. Algumas mulheres vão aos Centros de Serviços de Clientes ou Serviços Sociais para informação geral e descubrem que elas só querem alguém com quem conversar.

Oficiais para Informação (Information Officers) e Assistentes Sociais reconhecem que é difícil para qualquer pessoa fazer mudanças na vida dela. Com essa compreensão assistentes sociais podem ser capazes de te apoiar através de examinar suas opções e as mudanças que você pode querer fazer. Muitas mulheres entram em contato com grupos comunitários locais para conselho e apoio. Se você gostaria de conversar com uma mulher de sua própria comunidade, ou com um grupo comunitário os Serviços Sociais tentarão te colocar em contato com organizações relevantes que te ajudarão a encontrar alguém.

Times dos Serviços Sociais que podem ser capazes de te ajudar são:

- Crianças e Famílias (Children & Families)
- Pessoas Mais Velhas (Older People)
- Refugiados e Solicitantes de Asilo (Refugees & Asylum Seekers)
- Learning Disabilities (Deficiências de Aprendizado)
- Ligação para Comunidade Nômade (Travellers Liaison)
- Saúde Mental (Mental Health)
- Deficiências Físicas e Enfraquecimento Sensorial (Physical Disabilities & Sensory Impairment)

Às vezes a pessoa que te ataca também está atacando suas crianças ou crianças podem ser machucadas por “estar no caminho”. Crianças também são afetadas por presenciar violência e por presenciar agressão verbal. A polícia, escolas, familiares ou vizinhos preocupados podem trazer preocupações sobre o bem-estar de suas crianças para a atenção dos Serviços Sociais. Os Serviços Sociais trabalharão juntos com você para chegar ao fundo de qualquer alegação.

Se isso acontecer com você os assistentes sociais normalmente tentarão ajudar uma mãe a proteger as crianças dela de mais experiências de abuso, se os problemas podem ser discutidos abertamente. Um assistente social pode ser designado para você que pode te auxiliar a acessar serviços, te auxiliar com questões de habitação e benefícios e outras necessidades relacionadas.

O que os Serviços Sociais podem oferecer:

- Serviço de Encaminhamento de Emergência.
- Conselho sobre o que você pode fazer sobre sua situação.
- Informação sobre grupos de apoio para mulheres.
- Informação e apoio para pais solteiros.
- Ajuda com intérpretes incluindo intérpretes para enfraquecimento sensorial.

Customer Service Centres (Centros de Serviços de Clientes)

Conselho sobre todos serviços do concelho incluindo Serviços Sociais – eles estão abertos para visitas e não atendem telefonemas.

HORNSEY CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTROS DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE HORNSEY)

Broadway Annex Hornsey Town Hall Crouch End N8 9JJ

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



SOUTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE SOUTH TOTTENHAM)

Apex House 820 Seven Sisters Road Tottenham N15 5PQ

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



Serviços Sociais

NORTH TOTTENHAM CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE NORTH TOTTENHAM)

639 High Road Tottenham N17 8BD

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



WOOD GREEN CUSTOMER SERVICES CENTRE (CENTRO DE SERVIÇOS DE CLIENTES DE WOOD GREEN)

Ground Floor 48 Station Road Wood Green N22 7TY

T: 020 8489 0000 (segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde)

Minicom: 020 8489 2088

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 8 e 45 da manhã às 5 da tarde



SAÚDE SEÇÃO ONZE

ESSA SEÇÃO

- Descreve em linhas gerais maneiras em que a saúde de mulheres pode ser afetada por violência doméstica.
- Dá conselho sobre o Clínico Geral (GP) e outros tipos de apoio.
- Dá informação sobre o serviço NHS direct.
- Dá informação sobre acessar serviços.
- Dá informação sobre onde ir para conselho de saúde.

Você pode querer descobrir como e onde conseguir cuidado médico, incluindo como conseguir um médico, cuidado de emergência e cuidado emocional. Viver com abuso pode afetar sua saúde física e emocional mas auxílio e apoio estão disponíveis.

Clínico Geral (GP) e outros tipos de apoio

Ficar saudável significa tomar conta de sua saúde física, mental, sexual e emocional, então você está tomando conta de todo o seu corpo e mente. Você nunca deveria ficar nervosa ou com medo de ir ao seu médico para conversar a respeito de um problema de violência doméstica. Seu Clínico Geral pode ser capaz de escrever cartas em seu nome para tribunais e outros processos oficiais. Sua enfermeira que visita em casa ou enfermeira da clínica pode oferecer apoio prático e emocional.

NHS DIRECT

NHS Direct é uma linha de ajuda funcionando 24 horas por dia no 0845 4647

Telefone para receber conselho médico e informação sobre todos serviços de saúde incluindo encontrar um médico, dentista ou oculista.

NHS Direct Online (Internet) na www.nhsdirect.nhs.uk proporciona informação sobre serviços de saúde e conexões para grupos de auto ajuda. Se você precisa de auxílio para entrar em contato com alguns dos serviços de saúde locais, as organizações comunitárias catalogadas nesse livreto podem te auxiliar.



Apoio emocional

Viver com os efeitos de violência doméstica pode ser difícil. Conversar com um amigo ou conselheiro pode ajudar a colocar as coisas de volta em uma perspectiva manejável de modo que você possa ser capaz agüentar melhor. Aconselhamento te dá a oportunidade de conversar em particular com alguém sobre seus sentimentos e pensamentos, e explorar que mudanças você quer fazer em sua vida. Lembre-se, seu médico pode ser capaz de dar conselhos em uma extensão de opções e proporcionar apoio e conselho sobre que ação tomar.

SE VOCÊ ESTÁ SE SENTINDO SUICIDA E PRECISA CONVERSAR COM ALGUÉM, A LINHA DE AJUDA DOS SAMARITANOS FUNCIONANDO 24 HORAS POR DIA É 0845 790 9090.

Aonde ir para conselho de saúde

Você pode querer conversar com seu Clínico Geral mas você também pode conseguir conselho do/a:

COMMUNITY MENTAL HEALTH TEAM (TIME DE SAÚDE MENTAL COMUNITÁRIA)

274 Tynemouth Road Tottenham N15 4RH

T: 020 8275 4089



DASH (Drug Advice Service Haringey) (Serviço de Conselho sobre Drogas de Haringey)

80 Stroud Green Road Finsbury Park London N4 3EN

T: 020 7272 2757

Proporciona uma ampla extensão de serviços, informação e conselho para adultos que estão sofrendo problemas com o uso de drogas deles. Também oferece informação para parentes, parceiros e amigos.



HAGA (HARINGEY ADVISORY GROUP ON ALCOHOL) (GRUPO CONSULTIVO SOBRE ÁLCOOL DE HARINGEY)

520 Seven Sisters Road London N15 6HR

T: 020 8800 6999

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 11 da manhã às 4 da tarde (serviço para visitar quando quiser); quarta das 11 da manhã às 4 da tarde **MULHERES APENAS**

Oferece aconselhamento sobre abuso de álcool.



NORTH MIDDLESEX HOSPITAL WALK-IN CENTRE (CENTRO PARA VISITAR QUANDO QUISER DO NORTH MIDDLESEX HOSPITAL)

Sterling Way Edmonton N18 1QX

T: 020 8887 2000

Horário de funcionamento: segunda a sexta das 7 da manhã às 10 da noite; sábado e domingo das 9 da manhã às 10 da noite

Serviço de saúde dirigido por enfermeiras lidando com doenças e lesões de menor importância.



THE HAVEN WHITECHAPEL SEXUAL ASSAULT REFERRAL CENTRE (CENTRO PARA ENCAMINHAMENTO PARA ATAQUE SEXUAL DE WHITECHAPEL)

9 Brady Street London E1 5DG

T: 020 7247 4787

Horário de funcionamento: segunda, quinta e sexta das 9 e 30 às 11 da manhã; terça das 4 e 30 às 6 e 30 da tarde; quarta apenas com consulta marcada previamente

Conselho pelo telefone: segunda, quarta, quinta e sexta das 2 e 30 às 4 e 30 da tarde; terça das 2 e 30 às 3 e 30 da tarde

Conselho sobre benefícios, habitação e conselho em geral para todos.



SOBREVIVENDO VIOLÊNCIA – VIDA DEPOIS DO ABUSO SEÇÃO DOZE

Quando você deixa um relacionamento violento freqüentemente você espera estar feliz e alegre. Entretanto, freqüentemente a realidade é que só quando você está seguro e se removeu da violência é que você pode começar a se permitir a sentir qualquer coisa sobre suas experiências.

Mulheres escolhem maneiras diferentes de lidar com o período posterior das experiências dolorosas de violência doméstica e podem ter um novo começo através de:

- Mudar o estilo de vida delas
- Se tornarem mais independentes
- Desfrutar da oportunidade de fazer mais escolhas
- Juntar-se a grupos comunitários locais
- Retornar à educação ou trabalho

Essas mudanças podem ter um impacto positivo em sua vida. Algumas mulheres acham muito útil conversar sobre as experiências delas com mulheres que tiveram experiências parecidas, por exemplo, como parte de um grupo de apoio. Mas é importante estar ciente de como você pode se sentir ouvindo as histórias de outras mulheres, particularmente para mulheres que não tiveram a chance de conversar sobre como elas estão se sentindo individualmente com alguém, porque isso pode ser muito doloroso. Outras mulheres podem escolher fazer alguma coisa física para se sentirem melhor a respeito de si mesmas, por exemplo, praticando meditação, indo a um ginásio (a maioria opera sessões apenas para mulheres de sessões mistas de exercício), participar de uma classe de autodefesa ou de uma classe de exercícios em um centro de lazer local. Algumas mulheres podem estar tentando tomar decisões sobre o futuro delas imediatamente, mesmo embora ser sujeita a violência pode te fazer sentir como se você não tem controle sobre sua vida. Então isso pode parecer uma decisão imensa simplesmente escolhendo o que usar de manhã, ou se por acaso levantar-se. É importante que você dê a si mesma tempo para decidir o que você quer fazer: tente conseguir um emprego, mude seu emprego, entre em educação superior.

Só VOCÊ pode decidir o que você quer da vida e o que é melhor para você!

Estar em um relacionamento violento é difícil, doloroso e estressante mas a vida após o abuso pode te dar a oportunidade de tomar controle de sua vida e tempo para superar algumas das experiências dolorosas. Você também pode desenvolver suas próprias maneiras de viver com suas experiências e evoluir para uma vida mais positiva.

Tranqüilidade é um tesouro

De riqueza maior do que ouro
Mais preciosa do que uma jóia
E se você segura esse prêmio
Você é rico além de tudo que se pode dizer
Embora a vida possa ser cruel
Ela não pode te roubar do tesouro
De um espírito calmo.

Estou sentando em casa e estou perguntando a mim mesmo se
Existe alguma coisa na vida que é melhor do que isso
O pânico, o medo, os gritos e choro
Sou eu que estou mentindo?
As mentiras parecem ter tomado controle
Tirou minha família e tudo que eu conheço
Hoje a mesma coisa aconteceu de novo
Mas desta vez o sentimento não é de dor
Minha mente e meu corpo estão zangados e tristes
Então eu acho que é o melhor momento para fazer minhas malas
Minha mente está em um turbilhão – o que eu faço?
Sem mesmo pensar – eu vou à polícia
Lá eu recebo solidariedade, alguém que se importa
Ninguém compreende a não ser que eles estiveram lá
Pessoas telefonando para vários locais para conseguir um lugar
As lágrimas que estão caindo estão ferroando meu rosto ...
... então alguém entra e diz para mim
Há uma vaga em um lugar, você está pronta para partir?
Levanto-me com uma criança a reboque
Uma vaga em um refúgio é para onde eu irei
Lá eu fui saudada com bondade e sorrisos
Com um chá e um cigarro, eu ficarei bem por um tempo
Meu nome e meus detalhes são anotados
Então foi a hora de me mostrarem ao redor
Um novo capítulo na minha vida está preste a começar
Levando de lugar para lugar
DSS, escolas, e médicos, mas mais importante habitação
Tudo feito por assistentes de uma organização caridosa
Até o momento que eles acham que você pode se arranjar
**COM SEUS MELHORES ESFORÇOS AVANTE
SEMPRE EXISTE ESPERANÇA**

Escrito por duas residentes anteriores da Tottenham Women's Aid

Entre em contato conosco

Nós tentamos manter “Eu sobreviverei” tão preciso e em dia quanto possível, entretanto se você gostaria de fazer quaisquer sugestões, comentários, suplementos ou pedir cópias extras, por favor, não hesite em entrar em contato conosco.

Contato:

EQUALITIES & DIVERSITY TEAM (TIME DE IGUALDADES E DIVERSIDADE)

Chief Executive Services 3rd Floor Wood Green Library 187-197A High Road London N22 6XD

T: 020 8489 2574

E: equalities@haringey.gov.uk

EU SOBREVIVI