

# PROGRAMA MUNICIPAL DE COMBATE À VIOÊNCIA MACHISTA CONTRA AS MULHERES

Não estás sozinha!



**Bilbao**

UDALA  
AYUNTAMIENTO



# SEM TENS PROBLEMAS, CONTACTA-NOS!

**Estamos aqui para te ajudar,  
acompanhamos-te no que precisares**

- **Se precisas de informações e orientação** sobre os teus direitos, os serviços e os recursos que tens à tua disposição, liga para o Serviço de Igualdade da Câmara Municipal de Bilbao e agenda uma reunião **944 204 838**.
- **Se precisares de proteção**, segurança ou de fazer uma denúncia, liga à Polícia Municipal (24 horas) **092/112**.
- **Se precisares de serviços e recursos de emergência** ou se necessitas urgentemente de um sítio onde ficar, liga ao Serviço Municipal de Emergência Social de Bilbao (24 horas) ao **94 470 14 60**.

Tens igualmente à tua disposição o Serviço Especializado de Informação e Apoio Telefónico  
SATEVI **900 840 111** (24 horas)

# COMO DETERMINAR SE É VIOLÊNCIA MACHISTA CONTRA A MULHER?

## Estiveste ou estás a sofrer violência machista...

- **MONITORIZA-TE:** está constantemente a ligar para ti, revista o teu telemóvel, pede-te explicações sobre onde e com quem estás ou sobre o que fazes ou dizes; controla o dinheiro que gastas, como te vestes e pede-te para mudar de roupa quando não gosta da roupa que tens vestida, toma decisões por ti, etc.
- **TENTA ISOLAR-TE:** não gosta que tenhas amigos(as), não quer que te encontres ou contactes com a tua família, não quer que trabalhes ou estudes, etc.
- **INTIMIDA-TE:** rebaixa-te na presença de terceiros, sentes medo dele, grita-te, insulta-te ou humilha-te. Confisca-te documentos importantes, como o passaporte ou cadernetas bancárias, te coage, chantageia, etc. Força-te a ter relações sexuais.
- **MANIPULA-TE:** está constantemente a dizer que tu tens toda a culpa e que sempre te enganas; ameaça suicidar-se ou que vai ficar com os teus filhos, etc.

A Lei 1/2022, de 3 de março, da segunda alteração da Lei referente à Igualdade entre Mulheres e Homens, Artigo 50.2 - Disposições Gerais, define a violência machista contra a mulher como “uma violação dos direitos humanos, um problema social e de saúde pública de primeira ordem e uma manifestação das desigualdades em relações de poder desiguais e de discriminação, contra as mulheres, igualmente com a função social de perpetuar as desigualdades estruturais que existem com base no género. Engloba qualquer tipo de violência que seja exercida contra as mulheres, incluindo raparigas e adolescentes e mulheres transgénero, porque são mulheres, ou que as afete desproporcionadamente, tanto no âmbito público como no privado...”

# SE QUERES VIVER UMA VIDA SEM VIOLÊNCIA, ACOMPANHAMOS-TE DE FORMA PERSONALIZADA PARA QUE RECUPERES O CONTROLO DA TUA VIDA

Agenda uma reunião com o **SERVIÇO DE IGUALDADE** da Câmara Municipal de Bilbao; para receber apoio, informações e ajuda sobre as medidas que podes tomar.

## SERVIÇO MUNICIPAL DE APOIO A MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA MACHISTA:

Este serviço oferece apoio personalizado, completo, contínuo, especializado e coordenado a todas as mulheres residentes em Bilbao, independentemente da sua idade, origem, cultura, diversidade funcional, orientação sexual, etc.

- Serviço especializado de **informação, avaliação e aconselhamento** sobre os teus direitos, recursos e serviços:
  - Apoio e acompanhamento social
  - Assistência psicológica
  - Aconselhamento legal
  - Orientação e acesso a ajudas sociais e económicas

- Oferecemos assistência **acessível** a mulheres com diversidade funcional.
- Dispomos de serviços de **tradução e interpretação e de linguagem gestual**.
- Mantemos a **confidencialidade**.
- Não precisas de apresentar uma denúncia, mas se queres fazê-lo, ajudamos-te e acompanhamos-te para que presentes a **denúncia** e solicites um **Mandato de Proteção**.



# ESTAREMOS SEMPRE A TEU LADO E APOIANDO-TE EM TUDO O QUE NECESSITES

## Tens direito a:

- **ASSISTÊNCIA JURÍDICA SEM CUSTOS:**  
a Polícia Municipal contactará um advogado ou advogada, para te ajudar a apresentar a denúncia e aconselhar, se desejares, sobre os passos a dar antes de apresentares a denúncia (em casos de violência ou violência sexual), ou ajudar-te a solicitar um Mandato de Proteção.
- **ALOJAMENTO TEMPORÁRIO DE EMERGÊNCIA 24 horas / 365 dias:** se, por motivos de violência, for obrigada a abandonar o teu domicílio familiar, poderás pedir para ir para um centro de acolhimento, diretamente através dos serviços sociais municipais ou através da polícia, centro médico, etc.
- **PEDIDO DE HABITAÇÃO:** acompanhamos-te na tua procura de habitação. Também podes inscrever-te nas listas da Etxebide para te candidatares a habitação alugada.
- **SOLICITAR AJUDAS ECONÓMICA:**  
uma ajuda, em forma de pagamento único, gerida pela Direção dos Serviços Sociais do Governo Basco. Para além desta ajuda, dispões do direito de pedir Garantia de Recebimento de Rendimentos (RGI, em espanhol).

- **ASSISTÊNCIA E ACONSELHAMENTO PESSOAL PARA ENCONTRAR EMPREGO:**  
oferecemos-te uma trajetória à tua medida, para que possas inserir-te no mercado de trabalho e assistir a cursos de formação. Tens à tua disposição um tutor nos escritórios da Lanbide - Serviço Basco de Emprego.
- **ASSISTÊNCIA SOCIAL ABRANGENTE:**  
no âmbito do direito que te assiste, em termos de integridade física e moral, tu e a tua família têm o direito de receber apoio, assistência e acolhimento. Oferecemos-te uma trajetória à medida das tuas necessidades para que possas viver sem violência.



# MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

- **Se achas que estás em perigo,**  
liga ao **092** ou ao **112**, ou dirigir-te à  
esquadra de polícia mais próxima.
- **Se convives com o teu agressor e tens medo,**  
Pede, com a maior brevidade, informações e  
aconselhamento especializado.  
Se vires que é necessário, prepara  
um plano de fuga. Têm sempre à mão  
os números de emergência (092 e 112).  
Salva esses números no teu telemóvel, vinculando-os  
a uma tecla, que poderás premir, para ligar  
automaticamente.
- **Se necessitas de cuidados médicos** podes dirigir-te a  
um Centro de Saúde ou Hospital (24h por dia)  
e explicar-lhes o que aconteceu. Se for necessário, eles  
contactarão os Serviços Sociais ou a Polícia  
Municipal ou a Ertzaintza.
- Descarrega no teu telemóvel a **aplicação 112 SOS DEIAK**:  
assim poderás ligar ou enviar mensagens 24 horas ao dia.  
A aplicação está adaptada para ser utilizada por pessoas  
com problemas a nível da audição e da fala.
- Descarrega no teu telemóvel a **aplicação  
EraStop/AgreStop**: podes usar esta  
aplicação para, em situações de  
emergência, estar acompanhada;  
geolocalização, acompanhamento  
virtual, botão de pânico, etc.  
É gratuita e oferece-te proteção em  
casos de possíveis agressões sexuais.

**Android**



**IOS**



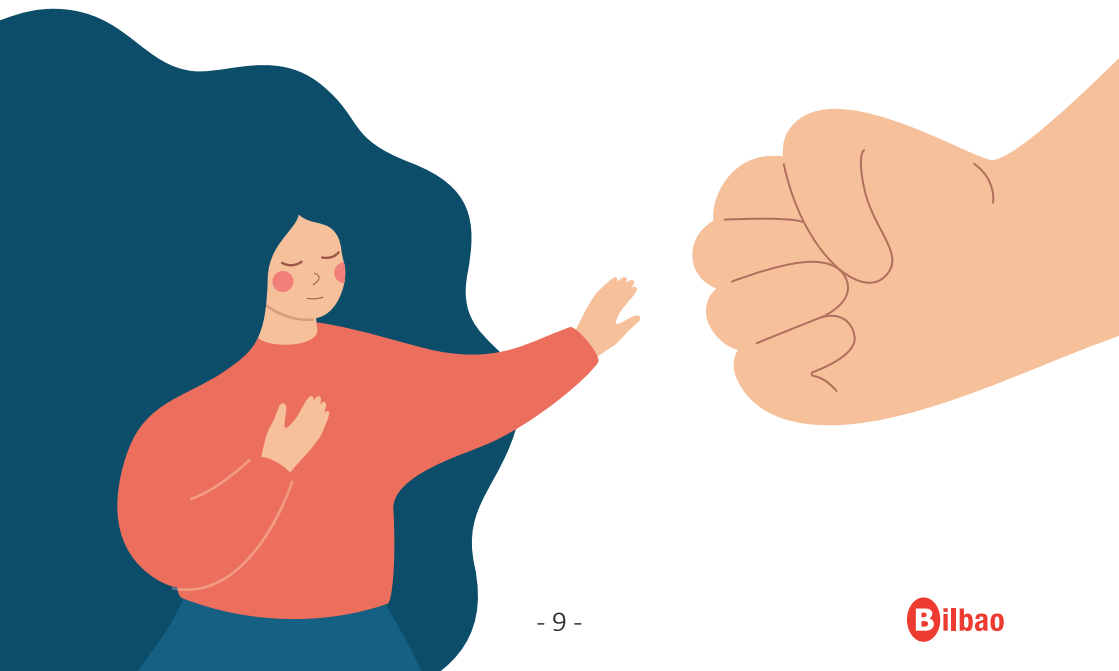


- **Podes ligar ao 900 840 111 SATEVI**  
(Serviço especializado de informação e apoio telefónico para mulheres vítimas de violência machista)  
Serás atendida por profissionais, de forma imediata, confidencial e anónima, 24 horas ao dias, 365 dias por ano. A chamada é gratuita e segura, o número não aparecerá na tua fatura telefónica.
- **Podes contar com o apoio das associações**  
que trabalham para prevenir e atender mulheres vítimas e sobreviventes de violência. Estas associações poderão ajudar e informar-te sobre os teus direitos e acompanhar o teu processo.

As associações podem encaminhar as tuas queixas à comissão consultiva do EMAKUNDE.

[emakunde@euskadi.eus](mailto:emakunde@euskadi.eus) 945 01 67 00.

Lembra-te que estas associações também oferecem seminários sobre autodefesa feminista e empoderamento que podem ajudar a sentir-te mais forte durante o teu processo de recuperação e crescimento.





**SEM TENS PROBLEMAS,  
CONTACTA-NOS!**

**ACOMPANHAMOS-TE NO QUE FOR  
PRECISO**

**ESTAMOS AQUI PARA TE AJUDAR!**

- **ÁREA DE IGUALDADE**  
Plaza Venezuela nº2, 4ª planta. 48001 Bilbao  
944 204 838 [berdintasuna@bilbao.eus](mailto:berdintasuna@bilbao.eus)  
Assistência Social especializada em situações não urgentes  
Com marcação prévia de segunda a sexta das 08:30 às 14:00  
(das 08:30 a 13:00 de 1 de junho a 15 de setembro)
- **POLÍCIA MUNICIPAL**  
092/112 (24 horas)
- **SERVIÇO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA  
SOCIAL - SMUS**  
Uribitarte 11. 48007 Bilbao  
944 701 460 (24 horas) [urgencia@bilbao.eus](mailto:urgencia@bilbao.eus)
- **SERVIÇO ESPECIALIZADO DE INFORMAÇÃO  
E APOIO TELEFÓNICO - SATEVI**  
900 840 111 (24 horas)



---

# NÃO ESTÁS SOZINHA!

**AS MULHERES TÊM DIREITO A VIVER  
UMA VIDA SEM VIOLÊNCIA**