



Veja onde encontrar  
atendimento e orientação:

**Delegacia Especializada de Atendimento  
à Mulher: Belém**

Tv. Mauriti, 2394, entre Av. Rômulo Maiorana  
e Duque de Caxias, Marco.  
E-mail: [deam@policiacivil.pa.gov.br](mailto:deam@policiacivil.pa.gov.br);

**Casa da Mulher Brasileira - Ananindeua**  
Av. Cláudio Sanders S/N  
Contato: (91) 99269-4409;

**Pará Paz Integrado Mulher: Icoaraci**  
Rua 8 de maio, 68, Campina.  
E-mail: [parapazdeam.icoaraci@gmail.com](mailto:parapazdeam.icoaraci@gmail.com);

**Sala Lilás: Marituba**  
Rua Cláudio Barbosa da Silva, 271  
(ao lado da Delegacia).  
E-mail: [salalilas.parapaz@gmail.com](mailto:salalilas.parapaz@gmail.com)

**Defensoria Pública do Estado/Núcleo de  
Prevenção e Enfrentamento à Violência  
de Gênero(NUGEN) e Grupo reflexivo para  
homens autores de violência.**

Tv. primeiro de março, 766, Campina.  
E-mail: [nugen.dm@defensoria.pa.def.br](mailto:nugen.dm@defensoria.pa.def.br);

190 - Emergência Policial  
181 - Disque Denúncia

## REDE DE APOIO

SECRETARIA DAS  
MULHERES



**Abaetetuba:** DEAM/ CREAM

**Altamira:** DEAM/ PARÁPAZ  
Vara de violência doméstica

**Barcarena:** DEAM

**Bragança:** DEAM/ PRÁPAZ

**Breves:** DEAM/ CRAM/  
PARÁPAZ

**Capanema:** DEAM

**Castanhal:** DEAM

**Itaituba:** DEAM/ CRAM

**Marabá:** DEAM,

**Redenção:** DEAM

**Paragominas:** DEAM/  
PARÁPAZ

**Jacundá:** CRAM

**Soure:** DEAM

**Santarém:** DEAM/ PARÁPAZ

**Tucuruí:** DEAM/PARÁPAZ

**Parauapebas:** DEAM/ CRAM

**Santa Maria:** PARÁPAZ

**Vigia:** PARÁPAZ

**Xinguara:** CRAM

**Itupiranga:** Departamento da  
Mulher

**HELDER ZAHLUTH BARBALHO**

Governador do Estado do Pará

**HANA GHASSAN TUMA**

Vice-Governadora do Estado do Pará

**PAULA GOMES**

Secretaria de Estado das Mulheres

**CLEIDE AMORIM**

Secretaria-Adjunta das Mulheres

A **Secretaria de Estado das Mulheres (SEMU)** tem por missão planejar, coordenar e articular as políticas públicas voltadas para as mulheres no âmbito do Estado do Pará, com ações que garantam a transversalidade da política pública de proteção, defesa e promoção dos direitos humanos das mulheres. Entre em contato conosco:

Instagram: [@semu.pa](https://www.instagram.com/@semu.pa)

Ouvidoria: [ouvidoria.semu.pa@gmail.com](mailto:ouvidoria.semu.pa@gmail.com)

Endereço: Av. Governador José Malcher, 2803A.  
Belém/PA

[www.semu.pa.gov.br](http://www.semu.pa.gov.br)  
E-mail: [semparapar@gmail.com](mailto:semparapar@gmail.com)

# PREVENIR ENFRENTAR ACOLHER



# ★ VOCÊ JÁ OUVIU ALGUMAS DESSAS EXPRESSÕES? ★

"DESCULPA TER TE BATIDO, ISSO NÃO VAI MAIS ACONTECER."

"SE VOCÊ ME LARGAR, EU ME MATO"

"CAMISINHA INCOMODA, VAMOS SEM, RAPIDINHO"

"VOCÊ NÃO É NADA SEM MIM."

"EU TE EMPURREI PORQUE VOCÊ ME PROVOCOU"

"VOCÊ É MINHA MULHER, TEM FAZER QUANDO EU QUISER"

"SE VOCÊ ME DEIXAR, EU JOGO SUAS FOTOS NAS REDES SOCIAIS"

As violências podem acontecer de forma isolada ou conjuntas. Em relacionamentos homoafetivos também.



# ★ JÁ SE VIU EM UM CICLO DE VIOLENCIA? ★



## ★ PENSANDO EM DENUNCIAR? ★

1

Identifique alguém de confiança e tenha anotado um número de telefone em caso de urgência.

3

Separar uma bolsa com roupas, objetos (chaves de casa, celular e etc) e cópias dos documentos pessoais e deixar com alguém de confiança, caso precise abandonar a casa.

2

Nos primeiros sinais de violência, informe a pessoa de sua confiança, peça ajuda e entre em contato com o Disque 180 e 190.

2

Se tiver filhos, ensine-os a pedir ajuda por meio de sinais ou pelos telefones de emergência, evite fugir sem eles, pois podem sofrer violência e serem usados para chantagem.

5

Atente-se para anotar os dados pessoais do autor da violência, se possível, será importante em caso de registro.

## ★ SOFREU ALGUMA FORMA DE VIOLENCIA? ★

Evite o confrontamento e busque ajuda imediatamente.

Busque atendimento, orientação e faça a ocorrência policial. Relate com riquezas de detalhes as formas de violência sofrida.

Reúna provas, podem ser fotos, áudios, vídeos e conversas por whatsapp e identifique pessoas que podem testemunhar a seu favor, isso irá ajudar.

Comunique a escola dos seus filhos, para que sejam protegidos.

Se encontrar o autor da violência na rua, procure um local seguro ou peça ajuda. Caso apareça em sua residência, não autorize a entrada e entre em contato com alguém de confiança e/ou polícia militar.

4