



victim services toronto



PLANAR A SUA SEGURANCA *(Planning Your Safety)*

Uma orientacao para os individuos em risco de violencia de repeticao, tais como vitimas de violencia domestica, agressao sexual, perseguicao ou outros crimes violentos.

- Programa de vitimas de resposta a crises (24/7)

Resposta crise imediata as vitimas de crimes e tragedias subitas

416-808-7066

- A violencia domestica Programa de Resposta de Emergencia (DVERS)

Manejo de casos de vitimas de alto risco de violencia domestica

416-808-7077

- Supportlink

Manejo de casos de vitimas de alto risco de violencia domestica, agressao sexual e perseguicao

416-808-7059

Nota: Estes sao apenas sugestoes. Por favour, usa o bom senso para determinar o que se aplica a sua situacao especifica. Marco 2007

Victim Services Toronto

**PLANEJAR COMO SE MANTER SEGURA DURANTE UM INCIDENTE DE
VIOLENCIA
(PLANNING HOW TO KEEP SAFE DURING AN INCIDENT OF VIOLENCE)**

- Faça e pratique um plano para sair de casa ou outros lugares onde possa ocorrer violencia.
- Desenvolva algumas desculpas para sair de casa.
- Saiba quais são as portas e, janelas elevadores, escadas disponíveis para você possa usar.
- Saber quais são as saídas mais rápidas da sua casa.
- Determine quais são os lugares mais perigosos da casa (por exemplo: a cozinha tem faca) e os evite.
- Durante um incidente, saiba quais os lugares mais seguros e que te proporcione uma saída.
- Sempre manter um telefone perto de você.
- Tenha telefone com extensão.
- Tenha um telefone celular (telemovel)
- Mantenha sua bolsa com chaves em um lugar onde você tenha acesso rápido.
- Estacione seu carro de frente para a rua e mante-lo sempre com gasolina.
- Comunique seus colegas de trabalho, vizinhos ou alguma pessoa de confiança para chamar a policia se você se sentir em perigo.
- Desenvolva um código visual ou verbal para avisar outras pessoas que eles devem chamar a policia.
- Manter algumas roupas dinheiro, remédios ou outras coisas que você precise em caso de emergencia na casa de um amigo ou familiar.
- Pedir a um amigo ou vizinho uma chave da casa deles em caso de uma emergencia.
- Decorar ou manter o numero de 24 horas do linha de crise (crisis line) ou casas de abrigo (shelters)
- Se você estiver sendo agredida, curve-se em uma bola e cubra sua cabeça, pescoco e os ouvidos.
- Faça um curso de defesa pessoal.

PLANEJAMENTO DE SEGURANCA DENTRO DE SUA CASA
(PLANNING SAFETY INSIDE YOUR HOUSE)

- Mantenha arvores e pequenos arbustos que possam server para se esconder, aparados.
- Contate sua companhia telefonica e pergunte quais sao os meios de seguranca disponiveis a voce (numero bloqueado, chamada privada, numero que nao conste na lista telefonica, service de secretaria eletronica, etc).
- Certifique-se que sua linha telefonica esteja conectada antes de voce se mudar para o local novo.
- Use *69 para verificar chamadas incompletas ou *57 para que a policia faca a verificacao para voce (os dois servicos NAO sao gratuitos)
- Esteja apar de todas as entradas e saidas de sua casa ou predio.
- Troque suas fechaduras e certifique-se que voce tenha uma fechadure de maxima seguranca
- Certifique-se que todas as janelas estao trancadas e as portas de vidro de corer estao bloqueadas com uma trava. Existem fechaduras apropriadas para porta de vidros a correr que impedem que elas sejam retiradas da sua armacao.
- Instale iluminacao de sensors fora de casa
- Tenha um sistema de alarme.
- Compre uma escada para usar do segunda andar onde estao as janelas (tambem pode ser utilizado em caso de incendio).
- Perguntar a policia sobre alarmes disponiveis.
- Perguntar ao policial encarregado do seu caso se voce pode ter um Special Address System (Endereco Especial no Sistema) - seu endereco ira aos operadores de emergencia 911.
- Crie um lugar (quarto) de emergencia em sua casa. (Coloque uma fechadura na porta de algum quarto ou do banheiro e tenha um telephone naquele local, coloque uma cadeira debaixo da massaneta da porta).
- Tenha um cachorro.
- Informe o dono da casa, vizinho e o zelador que o agressor nao reside mais na casa e se ele aparecer para chamarem voce ou a policia.
- Instale o 'Olho Magico' na porta para que vc possa ver quem esta do outro lado.
- Tenha certeza que o seu enderaco esteja bem visivel e iluminado para chamadas de emergencia.
- Sempre tenha as chaves de sua casa e do carro na sua mao quando estiver entrando ou saindo de casa.
- Se voce chegar em casa e notar algo for a do ordinario, por exemplo: a porta aberta, nao entre. Va ate o vizinho ou a um telephone publico e chame a policia.
- Tenha muito cuidado a quem voce vai dar o seu novo endereco e numero de telephone.
- Se voce mora em um predio, nao coloque o seu nome na lista de residents da entrada do predio.
- Se voce tiver um local designado para estacionar, pergunte se voce pode usar outro espaco.

- Tenha muito cuidado com que voce jogar no lixo (compre um fragmentador de papel).
- Se voce tem um computador e seu agressor tem seu email (endereço eletrônico), mude seu endereço e tenha cuidado para quem vc dara o novo.
- Por favour visite o site www.shelternet.ca/en/women/internet-safety para obter informacoes de como usar a internet com segurança.

O QUE VOCE PRECISA SABER SOBRE CHAMADAS DE EMERGENCIA 911 (What you should know about emergency call 911)

-Telefone de casa – quando voce liga para a policia (911) usando a linha telefonica de casa, seu endereço e numero de telephone aparecem na pantalha do operador. Se o seu telefonema e interrompido antes que o operador receba qualquer informacao, o operador telefonara de volta o numero de onde voce fez a chamada. Se ninguem responder a ligacao do operador, o carro de policia so e mandado se o operador suspeitar que e uma chamada de emergencia. Por exemplo, se houver gritos ou barulho durante a chamada.

- Telefone Celular- O processo para chamadas 911 sao um pouco mais complicadas. Se voce chamar 911 do seu telephone celular diga para o operador que voce precisa de ajuda e a sua localizacao exata. Se voce estiver na rua e nao sabe a localizacao exata de onde voce esta, de a eles qualquer informacao que os ajude a localiza-la. Por example: a interseccao mais proxima. Se a chamada for interrompida antes que voce de ao operador qualquer informacao, o operador chamara de volta somente se o numero do celular for valido (se voce cancelou o servico do seu celular e o mantem somente para chamadas 911, voce **NAO** tem um numero valido, a chamada nao podera ser feita de volta). Se voce tiver um GPS (Sistema de posicao global) seu telefonema pode ser tracado, mas devido ao alto numero de chamadas de emergencia de engano o operador somente comecara a tracar sua chamada se houver uma razao para acreditar que e uma chamada de emergencia. Por example: se houver gritos ou barulho. Se o seu celular esta desligado ou se a pilhas descarregaram a policia nao tera um sinal para tracar a sua chamada. Existem varias circunstancias de como um telefonema pode ser tracado pela policia. Se for possivel faze-lo diga ao operador que voce precisa de ajuda e sua localizacao exata.

Anotacoes:

PLANEJANDO SUA SEGURANCA FOR A DE SUA CASA
(Planning for safety outside of your home)

- Faça um curso de defesa pessoal que ensine conscientizacao, evitar e acao.
- Se usar o elevador, fique perto da porta ao lado do painel de controle e fique de costas para a parede de lado, assim voce tera mais acesso ao painel de controle.
- Comunique ao seu chefe, pessoal da seguranca, amigos professores e ou colegas de trabalho sobre sua situacao.
- De uma foto do seu abusador para as pessoas se eles nao sabem como ele se parece.
- De a essas pessoas a descricao do carro do abusador.
- Peca que todos os visitantes e ou telefonemas a voce sejam selecionados.
- Mude seus horarios de trabalho ou escola se possivel.
- Nao trabalhe ou estude fora de horario normal.
- Mude seu caminho ao trabalho ou para escola.
- Estacione seu carro em um lugar secure e com boa iluminacao.
- Peca alguem que te acompanhe ao seu carro.
- Mantenho as portas de seu carro fechadas e nao entre no seu carro antes de averiguar o assento de tras.
- Mantenha as chaves do carro em facil acesso.
- Fique alerta do seus arredores.
- Se for possivel coloque um sistema de alarme no seu carro.
- Se voce usa transporte publico, sente-se perto do motorista e use o local de espera no metro.
- Evite lugares isolados.
- Mantenha sempre com voce seu telefone celular, e se voce usar o 911 fale primeiro ao operador o seu local (onde voce esta) e depois explique a razao da sua chamada.
- Estar ciente das areas onde voce nao pode obter servico de telefone celular. Ex: elevadores, metro etc.
- Quando voce estiver se preparando para sair de casa, pense sobre o caminho que voce ira fazer e onde voce podera ir para pedir ajuda caso voce precisar. Ex: estacao de bombeiros, estacao de policia, lojas.
- Compre um alarme pessoal e mantenha-o sempre disponivel.
- Mude os lugares onde voce faz compras, seu banco, academia de ginastica ou mude os dias e as horas que voce normalmente use eles.
- Pense sobre o que voce faria se o abusador te confrontar.

PLANEJAR O SEU SEGURANÇA PARA SAIR
(PLANNING YOUR SAFETY EXIT)

- Não diga o abusador quando você está saindo ou onde você está indo
- Contato um abrigo ou uma linha de 24 horas para as mulheres para discutir em detalhes como para deixar seguramente e que recursos estão disponíveis para você
- Ficar em um abrigo ou ter um abrigo ajuda-lo a mudar para outra cidade, se que sente mais seguro
- Pedir a polícia para chegar a sua casa quando você está a sair
- Se você tem que sair rápido, você pode pedir uma escolta da polícia para voltar a sua casa para pegar o seus coisas pessoal
- Obter uma cofre ou uma caixa postal
- Usar um telefone público para fazer chamadas que você não quer o agressor para saber sobre
- Abra uma conta bancária em um banco que o abusador não conhece e organiza declarações para ser pego ou enviando para a casa de um amigo
- Usar um amigo ou um membro da família para qualquer o correio
- Limpar o telefone do último número chamado para evitar o abusador utiliza remarcação
- Se você tem um animal de estimação que você não pode levar com você, entre em contato com o Toronto Humane Society

COISAS QUE VOCE PODE QUERER LEVAR COM VOCE QUANDO VOCE SAIR

(THINGS YOU MAY WANT TO TAKE WITH YOU WHEN YOU LEAVE)

- Identificacao pessoal, incluindo: cartao de seguro social, carteira de motorista e registro, cartao do OHIP, passaporte e de quaisquer documentos de imigracao
- Certificados de nascimento dos filhos e cartoes de OHIP
- Escola e medico/registros de vacinacao
- Medicamentos necessaries e suprimentos medicos para voce e as criancas
- Dinheiro
- Livros de cheques, cartoes de credito e cartoes de ATM (banco)
- Livros bancarios e declaracoes
- Chaves para casa, o carro, armazenamento de trabalho, cofre etc.
- Copias de todas as ordens judiciais: ordens de resticao, titulos de paz, papeos de financa, custodia e acordos de acessp, e os papeis do divorcio
- Locacao/contratos de aluguel, escrituras, contrato de hiptoteca, seguros e outros documentos relativos aos ativos
- Pequenos objetos de valor como joias
- Brinquedos preferidos das criancas e cobertores
- Coisas sentimentais
- Livro de endereco com todos os numeros de telephone e outros que voce pode precisar
- Agenda
- Fotos ou outras evidencias do abuso

NOTAS:

Victim Services Toronto

**PLANEJAR SUA SEGURANCA COM MANDATOS JUDICIAIS, A POLICIA E
COM O SISTEMA CRIMINAL DE JUSTICA**
**(PLANNING YOUR SECURITY WITH JUDICIAL OFFICERS, THE POLICE, AND THE CRIMINAL
JUSTICE SYSTEM)**

- Pedir informacao pessoal sobre como voce pode ser retirado de qualquer mandato judicial de corte sempre que possivel.
- Obter varias copias de qualquer outro mandato judicial. Ter sempre uma copia com voce sempre.
- Dar uma copia de qualquer ordem judicial a sua companhia onde trabalha, sua escola, escola das criancas ou pessoas/ institutos responsaveis de cuidar das criancas.
- Comunique aos seus vizinhos, amigos, chefe e colegas de trabalho e professores que voce tem esses mandatos judiciais e peça para que eles chamem a policia caso virem o seu agressor. Dar uma foto e descricao fisica do seu agressor e do carro dele.
- Contate seu advogado, a policia, a casa de abrigo ou o servico de 24 horas para mulheres se voce tiver qualquer pergunta sobre os mandatos judiciais.
- Mantenha um diario detalhado de cada contato suspeito ou que vc tenha do seu agressor. Inclue detalhes como: data, hora, o que aconteceu e quem mais foi testemunha, se e que houvi alguma.
- Telefone para 911 ou seu numero de emergencia para a policia se voce precisar de assistancia imediata. O agressor tem feito ameças ou esta lhe machucando, ou se voce sentir que ele ira te machucar.
- Se o agressor foi preso, contate o oficial que fez a investigacao. Chame a Linha de Suporte para Vitimas (Victim Support Line) ou Assistencia de Programa para Vitimas/Testemunhas (Victim/Witness Assistance Program) para saber quando sera a audiencia em liberdade do acusado e se o mesmo foi solto e tambem quais serao as condicoes em liberdade.
- Se informe com o servico de protecao as vitimas para fornece-la com as copias da condicao em liberdade do acusado. Geralmente a condicao em liberdade se refere ao que o agressor pode ou nao pode fazer. Por exemplo: nao pode ter contato direto ou indireto com a vitima, ou nao pode estar entre 500 metros perto do locan de residencia da vitima.
- Se informar com a policia sobre as recomendacoes de sistemas de alarmes.
- Se informar com a policia como obter uma referencia para um sistema de alarma com o Programa de Sistema de Emergencia de Resposta para Violencia Domestica (DVERS) Domestic Violence Emergency Response System Program .

- Se informar com a policia como obter uma referencia para o SupportLink Program).
- Pedir a policia que coloque um Sistema de Enderenço Especial na sua ocorrencia como seu enderenço. Includo estarao importantes informacoes sobre o agressor e o seu carro, se ele usa drogas ou alcol , se tem um historic de violenia ou acesso a armas.
- Leve uma pessoa com voce para apoio se voce ira se encontrar com o policial ou um advogado.
- Se voce nao se sentir satisfeita com a resposta da polica, voce pode pedir para conversar com o supervisor ou voce pode fazer uma reclamação com o Professional Standards Section.

Victim Services Toronto