

Sumário

- 1. Bairros para Morar;
- 2. Rede de Apoio
- 3. Informações sobre Auxílio Permanência
- 4. Trotes
- 5. Como funciona a denúncia na ouvidoria da UFSCar
- 6. Tipos de violência e como reconhecer
- 7. Principais Leis que nos protegem
- 8. Dicas para um rolê seguro
- 9. Mapa da UFSCar



Bairros para Morar



Cidade Jardim, Jardim Paulistano e Jardim St. Paula

Alta concentração de universitários e repúblicas, vários comércios próximos e muito seguro.

Jardim Macarengo e Jardim Lutfalla

Próximo a rodoviária, vários comércios e muitos universitários.







Pombal (Vila Celina)

O bairro mais próximo da UFSCar, não muito seguro por ser perto da rodovia, porém é possível ir a pé.

Centro

Longe da universidade, porém vários comércios próximos e muitos universitários.

Obs.: é muito comum a cultura da carona! Converse com sua veterana para entender melhor sobre. É importante, independente da forma que você for pra aula e onde morar, que tenha companhia.



Rede de Apoio

Coletivo de Mulheres UFSCar

Organização de mulheres que lutam contra <u>machismo</u> dentro do campus de São Carlos.

O Coletivo promove rodas de conversa, palestras, campanhas e outras atividades que trazem o debate e visam soluções de questões de gênero na UFSCar. Além de oferecer apoio a mulheres em diversas situações de violência.

@coletivomulheresufscar



Promotoras Legais Populares

Movimento social feminista, sem fins lucrativos, de caráter filantrópico, que tem como objetivos promover ações para a igualdade de direitos entre homens e mulheres, bem como prover orientações sobre questões do cotidiano (violações de direitos, ameaças, violência contra a mulher, etc) para pessoas que se encontram necessitadas de reconhecimento e apoio para o enfrentamento de dificuldades.

@plpssaocarlos

Coletivo de Advogadas Feministas de São Carlos

Grupo formado por advogadas voluntárias que atuam na cidade, fornecendo apoio jurídico gratuito para mulheres que enfrentam situações que envolvem questões de gênero.

—— ° ♡ ° —— Recanto

A Recanto é uma empresa, que atua com orientação em situações de conflito e vulnerabilidade. Um dos serviços ofertados é prestado em festas e eventos, oferecendo acolhimento especializado e oferecendo suporte para casos de crises emocionais, abuso de substâncias, vítimas de violência e trabalhamos na construção de um ambiente seguro.

Toda a equipe é especializada e faz cursos constantes de formação, contando com psicólogos(as) e advogados(as).

Além disso, a equipe também trabalha utiliza da redução de danos, como estratégia de redução de vulnerabilidade, visando uma postura ética e não proibicionista em relação aos usuários.

A recanto também atua com atividades de formação, em diversos temas que sao as bases teoricas do trabalho executado como: Comunicação Não-Violenta, Bystander Intervention, Primeiros Socorros Psicológicos para crises e atendimento clínico de mulheres vítimas de violência.



<u>@recantoacolhimento</u> <u>WhatsApp: 16 99613-8686</u>

Projeto MINHA

A MINHA, em parceria com psicólogas e um escritório de advocacia feminino (@cmnadvogados), oferece apoio psicológico e jurídico para mulheres em qualquer situação de violência, seja ela física, sexual, psicológica, moral ou patrimonial. A primeira consulta psicológica é gratuita e a partir da segunda, o valor da sessão é 60 reais. Porém, caso você ainda não consiga pagar, entre em contato com o projeto, que elas estão disponíveis para chegar a um acordo sobre a precificação da consulta.

@somosminha

Movimento de Mulheres Olga Benário

O Olga tem o propósito de organizar as mulheres trabalhadoras, e estudantes para lutarem pelos seus direitos e para acabar com injusto sistema patriarcal/capitalista.

O movimento tem desenvolvido diversas lutas específicas e políticas no nosso país. Erguendo com firmeza a bandeira dos direitos das mulheres trabalhadoras, organizando e participando de passeatas nas ruas, de atos em memória das mulheres assassinadas durante à ditadura militar fascista, realizado cursos de formação e de profissionalização, palestras em universidades, bairros e escolas, ocupações em Secretarias Especiais de Mulheres, construído plenárias e encontros nos estados e denunciado a exploração da população feminina, especialmente, da parcela mais empobrecida. Com o intuito de orientar nossas militantes e apresentar às mulheres exploradas e oprimidas nossas ideias e por que lutamos por uma vida com direitos e por uma nova sociedade, justa e socialista.

Seja militante do Olga!

<u>@movimentoolga.sp</u> (16)99450-0197

Quiminas

O Quiminas foi criado por mulheres do departamento de Química da UFSCar, em 2016, como meio de se apoiarem e combaterem o assédio moral e físico sofridos dentro da Universidade e no meio universitário em geral. Nos reunimos semanalmente para discutirmos pautas trazidas a nós em relação a violência contra a mulher e desigualdade de gênero. Com isso, passamos a atuar como comissão antiassédio e acolhimento em festas predominantemente universitárias. Em 2019, passamos a aceitar pessoas de diversos cursos e faculdades, fazendo com que nosso grupo atual seja diversificado.

@quiminas.ufscar

Ouvidoria UFSCar

A Ouvidoria da Universidade Federal de São Carlos é um órgão de promoção e defesa dos direitos de servidores docentes e técnicoadministrativos, alunos e comunidade externa em suas relações com a UFSCar, em diferentes instâncias administrativas e acadêmicas, assim como na prestação de serviços.

Telefone: (16) 3306-6571 E-mail: ouvidoria@ufscar.br

Delegacia de Defesa da Mulher

Delegacia especializada no atendimento de mulheres vítimas de violência física, moral, sexual, psicológica e outras descritas na Lei Maria da Penha.

Endereço: Rua São Sebastião, 1.453 -

Parque Santa Mônica

Telefone: (16) 3374-1345

Horário: De segunda a sexta-feira

das 8h às 17h30min,

Hospitais Públicos e Serviços de Saúde (UPA/UBS/USF)

Atende às mulheres vítimas de violência, e no caso de estupro, garantem o acesso a serviços de contracepção de emergência (pílula do dia seguinte), de proteção e prevenção às infecções sexualmente transmissíveis e aborto previsto por lei.

Centro de Atendimento de Infecções Crônicas - CAIC

Apresenta programas voltados ao diagnóstico precoce e tratamento imediato às pessoas portadoras de HIV, Sífilis e Hepatites Virais B, E e C, Tuberculose e Hanseníase.

<u>É possível realizar testes rápidos para ISTs</u> <u>todos os dias!</u>

No CAIC, também é possível iniciar a PEP - Profilaxia Pós-Exposição - é o uso de medicamentos antirretrovirais após uma situação de risco, como: violência sexual; relação sexual desprotegida, acidente ocupacional, entre outros. Deve ser iniciada em até 72h da situação de risco.

Além disso, é possível também iniciar a **PrEP - Profilaxia Pré-Exposição** – é o uso dos medicamentos antirretrovirais antes da exposição, reduzindo a probabilidade da pessoa se infectar com o vírus. A PrEP deve ser utilizada se você se encontra em alto risco.

DEAS

O DeAS, mais conhecido como Departamento de Atenção à Saúde, fica localizado na área Norte da UFSCar e oferece atendimentos, médico e psicológico, aos estudantes. Além de realizar testes de COVID-19 e testes rápidos para IST's.

Funcionamento de segunda à sexta, das 08h às 20h.

Para o atendimento, basta realizar um cadastro e o agendamento para a consulta pessoalmente ou pelo telefone (16) 3351-8200.

Casa Abrigo São Carlos

Esse programa, de caráter sigiloso e provisório, acolhe à mulher vítima de violência doméstica e seus dependentes menores tendo como objetivos principais proporcionar aos usuários o resgate e a valorização da auto-estima, rompendo o ciclo de violência de que são vítimas e buscando combater preconceitos e discriminações que legitimem a violência contra a mulher.

Endereço: Conde do Pinhal, 2228 Telefone: (16) 3374-1345

Informações sobre Auxílio Permanência

https://www.bolsas.ufscar.br/BOLSAS/ProACE/

A assistência e a permanência estudantil são áreas importantes para o processo de democratização do ensino superior, uma vez que visa garantir a equidade para que estudantes, em situações de vulnerabilidades, possam estudar e se formar de uma forma digna e saudável.

- Bolsa Moradia Vaga
- Bolsa Moradia Espécie
- Bolsa Alimentação
- Bolsa Alimentação Emergencial
- Bolsa Moradia Pai/Mãe
- Bolsa Auxilio Pré-Escolar

- Auxílio Transporte
- Bolsa PAIEQ
- Bolsa PAPEL
- Bolsa PIAPE
- Bolsa PACUPIA
- Projeto PROMISAES
- Auxílio Inclusão e Acessibilidade
- Auxílio para cuidados com a Saúde
- Auxílio para apresentação de Trabalhos Acadêmicos
- Programa Bolsa Permanência (PBP)



Trotes

Trata-se de uma integração inicial a ser realizada entre os alunos veteranos, que já estudavam na instituição, e os ingressantes. No entanto, é uma espécie "ritual de passagem" do calouro (ou "bixo") da vida estudantil para a universidade, na maior parte das vezes repleto de atos de zombaria, violência e humilhação, utilizando de hierarquia.

Você não é obrigada a nada!

Se você se sentir coagida/obrigada a fazer ou participar de algum rito, procure ajuda!

VOCÊ NÃO ESTÁ SOZINHA!

Como funciona a denúncia na ouvidoria da UFSCAR

O canal de Ouvidoria da UFSCar é um dos mais importantes canais de denúncia dentro da universidade. É sempre importante lembrar que, mesmo sendo um dos mais famosos (e mais rápidos a responder), nos é recomendado primeiro a levar a denúncia para a Coordenação do seu curso, caso não tenha efeito que seja levado, então, para o Departamento e, aí sim, se também não for efetivo, levar para a Ouvidoria. Isso porque as denúncias diretas lá podem trazer alguns infortúnios (além de geralmente ser a última escolha que temos quando não conseguimos ajuda diretamente de dentro do Departamento) para o próprio Departamento, dependendo do assunto.

Claro que temos que estar cientes que usar o canal de denúncia é um **DIREITO** totalmente nosso como alunas dentro da Universidade, mas como disse, às vezes o assunto pode ser tratado diretamente com a Coordenação ou Departamento.

Seguindo então essas primeiras dicas, vamos para um passo a passo do que fazer para formalizar uma denúncia na Ouvidoria e em quais situações você pode procurar ajuda lá. Se você entrar no site da Ouvidoria, eles mesmos irão citar em quais situações a ajuda da Ouvidoria pode ser procurada, sendo elas:

- Após ter procurado diretamente orientações nos setores envolvidos sem obter êxito;
- Quando tiver ciência de alguma irregularidade, infração à legislação ou às normas internas da UFSCar;
- Se for vítima de alguma forma de discriminação;
- Quando entender que quaisquer direitos tenham sido desrespeitados;
- Quando desejar contribuir para tornar à UFSCar ainda melhor;
- Quando desejar enviar elogios a qualquer unidade ou servidor da UFSCar.

Seguindo a própria Ouvidoria, as manifestações precisam ser formalizadas através do sistema **Fala.BR**, que é um canal integrado para encaminhamento de manifestações (acesso a informação, denúncias, reclamações, solicitações, sugestões, elogios) a órgãos e entidades de poder público disponível 24 horas por dia.

Quando você entrar no site da Ouvidoria, é só clicar na aba do Fala.BR que você será direcionada a uma página onde vai ser mostrado os tipos de manifestações que você pode fazer. Lá para baixo da página terá a opção de Denúncia que é onde vamos focar as dicas. Você vai notar que quando escolher a forma de manifestação, você terá 3 opções de login. A primeira é onde você usa o cadastro feito no Fala.BR (para quem ainda não tem, é só fazer um cadastro novo). A segunda é entrando pela sua conta do Gov.br. E a última é entrando com a opção de "Não identificado". Qualquer que seja a sua escolha, você será redirecionado à página onde deverá colocar todas as informações da sua denúncia. Quanto mais detalhado e com mais provas físicas, seja documento, fotos, abaixo assinado, qualquer coisa que comprove e fortifique sua denúncia, vai ajudar a Ouvidoria a entrar com a solução. É importante deixar frisado a parte de formalização. Em qualquer denúncia é importante manter tudo

REGISTRADO.

Como a Ouvidoria é um órgão público, é difícil eles tratarem casos sem registros ou provas que comprovem a situação, por isso, sempre que algo desagradável acontecer, tente manter tudo o mais registrado possível e coletar provas que possam ajudá-la quando for fazer a manifestação.

Se estiverem preocupadas em ter que se identificar, fiquem tranquilas. Até mesmo se você usar seu login pessoal, ainda assim fica a seu critério na hora da denúncia se é seu desejo manter seus dados em anônimo ou não. Abaixo vamos listar todos os links que vocês podem usar para tirar possíveis dúvidas quanto a Denúncia e outras manifestações.

Formas de identificação: Página da Ouvidoria: https://www.ouvidoria.ufsca https://www.ouvidoria.ufscar.br/ptr.br/pt-br/manifestebr: se/quanto-a-forma-de-Página do Fala.BR: identificacao: https://falabr.cgu.gov.br; Utilização do Fala.BR: Conheça o Fala.BR e os tipos de http://wiki.cgu.gov.br/wiki/in Manifestação: https://www.ouvidoria.ufscar.br/ptdex.php/E-Ouv; br/manifeste-se/conheca-o-fala-br-Perguntas frequentes: https://www.ouvidoria.ufsca e-ouv; r.br/pt-br/manifeste-

se/perguntas-frequentes.

Tipos de violência e como reconhecer

VIOLÊNCIA FÍSICA

Entendida como qualquer conduta que ofenda a integridade ou saúde corporal da mulher.

- Espancamento
- Atirar objetos, sacudir e apertar os braços
- Estrangulamento ou sufocamento
- Lesões com objetos cortantes ou perfurantes
- Ferimentos causados por queimadura ou arma de fogo
- Tortura

VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

É considerada qualquer conduta que: cause dano emocional e diminuição da autoestima; prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento da mulher; ou vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões.

- Ameaças;
- Constrangimento;
- Humilhação;
- Manipulação;
- Isolamento (proibir de estudar e viajar ou de falar com amigos e parentes);
- Vigilância constante;
- Perseguição contumaz;
- Insultos;
- Chantagem;
- Exploração;
- Limitação do direito de ir e vir;
- Ridicularizarão:
- Tirar a liberdade de crença;
- Distorcer e omitir fatos para deixar a mulher em dúvida sobre a sua memória e sanidade (gaslighting).

25

VIOLÊNCIA SEXUAL

Trata-se de qualquer conduta que constranja a presenciar, a manter ou a participar de relação sexual não desejada mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força.

- Estupro;
- Obrigar a mulher a fazer atos sexuais que causam desconforto ou repulsa;
- Impedir o uso de métodos contraceptivos ou forçar a mulher a abortar;
- Forçar matrimônio, gravidez ou prostituição por meio de coação, chantagem, suborno ou manipulação;
- Limitar ou anular o exercício dos direitos sexuais e reprodutivos da mulher.

VIOLÊNCIA PATRIMONIAL

Entendida como qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades.

- Controlar o dinheiro;
- Deixar de pagar pensão alimentícia;
- Destruição de documentos pessoais;
- Furto, extorsão ou dano;
- Estelionato:
- Privar de bens, valores ou recursos econômicos;
- Causar danos propositais a objetos da mulher ou dos quais ela goste.

VIOLÊNCIA MORAL

É considerada qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria.

- Acusar a mulher de traição;
- Emitir juízos morais sobre a conduta;
- Fazer críticas mentirosas;
- Expor a vida íntima;
- Rebaixar a mulher por meio de xingamentos que incidem sobre a sua índole;
- Desvalorizar a vítima pelo seu modo de se vestir,

Principais Leis que nos protegem

LEI CAROLINA DIECKMANN

A Lei Nº 12.737/12 impacta o Direito Penal, pois acrescenta os artigos 154-A e 154-B ao Código Penal Brasileiro. Além disso, altera a redação dos artigos 266 e 298. A norma trata de uma tendência do Direito: segurança no ambiente virtual.

Sua redação prevê os crimes que decorrerem do uso indevido de informações e materiais pessoais que dizem respeito à privacidade de uma pessoa na internet, como fotos e vídeos.

LEI MARIA DA PENHA

Além de proteger mulheres em situação de violência e salvar vidas, a Lei n. 11.340/2006 pune os agressores, fortalece a autonomia das mulheres, educa a sociedade e cria meios de assistência e atendimento humanizado, bem como inclui valores de direitos humanos nas políticas públicas para o enfrentamento e combate à violência de gênero.



A Central de Atendimento à Mulher é um serviço criado para o combate à violência contra a mulher e oferece três tipos de atendimento: registros de denúncias, orientações para vítimas de violência e informações sobre leis e campanhas.

Não se cale, denuncie.

34

— o o o ———

Dicas para um rolê seguro:

- Vá com amigas e nunca volte sozinha para casa;
- Leve papel higiênico;
- Veja onde fica o acolhimento;
- Coma antes de ir e beba água durante o rolê (não vai cortar a sua brisa, só vai prevenir uma ressaca no dia seguinte e ajudar a não passar mal);
- Cuidado ao misturar substâncias! Se você desejar experimentar alguma substância psicoativa, esteja com pessoas de sua confiança. Os efeitos dependem do seu humor e estado físico (sono, alimentação, ansiedade etc), da substância utilizada e do ambiente. Nada garante que sua experiência será positiva, mas quanto maior for a sua rede de apoio, em um espaço seguro e acolhedor, melhor ela será! Não existe dose segura, cada pessoa reage de uma forma sob o efeito de substâncias: 35

Dicas para um rolê seguro:

—— o o o ——

- Cuidado com bebidas que te oferecem, com o seu próprio copo e ao tomar bebida do copo de outras pessoas;
- Cuidado ao voltar pra casa, planeje como será esse retorno, se será de uber, van, ônibus ou a pé. E lembre-se, não volte sozinha!
- Pesquise a república antes de ir à festa;
- Leve pochete/bolsa/porta documento, e nunca se esqueça de andar com o RG/CNH;
- Se for um rolê grande (Ex: Tusca), combine com as suas amigas algum ponto de encontro para caso vocês se percam em algum momento.

Mapa da UFSCar:

