

(Portoghese)

## **VÍTIMA: QUE FAZER**

Sofreram uma agressão, um crime contra a vossa integridade?

Conselhos úteis sobre como proceder:

### a protecção

- fazer intervir a polícia
- assegurar-se a protecção (eventual substituição da serradura, acompanhamento nos vários deslocamentos, pernoitamento num centro de acolhimento e de protecção às mulheres, etc.);
- procurar ajuda junto dos amigos ou conhecidos;
- denunciar os factos: apresentar denúncia ou queixa penal.

### os tratamentos médicos

- consultar no mais breve possível um médico (serviço de urgências nos hospitais ou o médico particular) para receber os tratamentos necessários e certificar a violência padecida: os sinais físicos externos podem desaparecer em poucos dias!
- o relatório médico pode representar uma prova essencial num processo judicial.

### como procurar ajuda

- contactar o Serviço LAV cujos endereços são fornecidos pela Polícia;
- é importante não ficar sós com o próprio sofrimento mas poder falar, com uma pessoa de confiança ou um profissional, e planificar os passos sucessivos à agressão (alojamento, medidas de segurança para si e para as crianças, aspectos financeiros e legais, avaliação da oportunidade de apresentar denúncia).

### obtenção das provas

- assegurar-se que o relatório médico mencione detalhadamente as lesões físicas e o estado psíquico;
- conservar e não lavar a roupa vestida durante a agressão (física ou sexual), assim como cada vestígio deixado sobre o vosso corpo (possivelmente não lavar-se);
- deixar também as provas no local e sobre os objectos onde aconteceu a agressão;
- conservar as mensagens (SMS, e-mails, gravações etc.)
- anotar a identidade das eventuais testemunhas.