

CARTILHA 2025 - SOCIEDADE CIVIL

Mulheres ^{que} transformam

Guia de Direitos, Proteção e
Fortalecimento Feminino



ALECE
ASSEMBLEIA LEGISLATIVA
DO ESTADO DO CEARÁ



**EDIÇÕES
INESP**



ALECE

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA
DO ESTADO DO CEARÁ



Mulheres **que** transformam

Guia de Direitos, Proteção e
Fortalecimento Feminino



INESP

Copyright by Inesp © 2025
**INSTITUTO DE ESTUDOS E PESQUISAS
SOBRE O DESENVOLVIMENTO DO ESTADO
DO CEARÁ – INESP**

Diretor Executivo do Inesp
João Milton Cunha de Miranda

Articulação
Ernandes do Carmo

Supervisão de Design
Valdemice Costa (Valdo)

Assistente Editorial
Valquíria Moreira e Rachel Garcia

Projeto Gráfico, Diagramação e Capa
Chrisley Rocha e Sara Maria Marques

Ilustração
As ilustrações utilizadas nesta publicação são do site: <https://br.freepik.com/>, para uso não comercial, sem fins lucrativos e direcionadas à educação, de acordo com as regras do mesmo.

Revisão
Sandra Mesquita

Catalogado por Daniele Nascimento CRB-3/1023

C387m Ceará. Assembleia Legislativa.
Mulheres que transformam [livro eletrônico]: guia de direitos, proteção e fortalecimento feminino / Assembleia Legislativa do Estado do Ceará. — Fortaleza: INESP, 2025.
45 p. : il. color. ; 6644 KB ; PDF

Informações da capa: Cartilha 2025 – Sociedade Civil.
ISBN 978-65-6094-024-6

1. Violência contra a mulher. 2. Direitos da mulher. I. Ceará. Assembleia Legislativa. Procuradoria Especial da Mulher do Estado. II. Ceará. Assembleia Legislativa. Instituto de Estudos e Pesquisas sobre o Desenvolvimento do Estado. III. Título.

CDD 364.28

**EDIÇÕES
INESP**

Rua Barbosa de Freitas, 2672, 5º andar
Dionísio Torres, Fortaleza-CE
CEP 60.170-900
Anexo II - Dep. José Euclides Ferreira Gomes - 5º andar
Fone: (85) 3277-3702
presidenciainesp@al.ce.gov.br / inesp@al.ce.gov.br

***** DISTRIBUIÇÃO GRATUITA *****

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS ÀS EDIÇÕES INESP.

A presente obra não poderá ser comercializada e sua reprodução, total ou parcial, por quaisquer meios reprográficos ou digitais, deverá ter a autorização prévia das Edições Inesp. Permitida a divulgação dos textos contidos neste livro, desde que citados autores e fonte.

PROCURADORIA ESPECIAL DA MULHER

Deputada Juliana de Holanda Lucena

Procuradora Especial da Mulher

Dep. Emília Pessoa, Dep. Larissa Gaspar, Dep. Luana Régia

Procuradoras Adjuntas

Karisia Mara Lima de Oliveira

Coordenadora

Adriana Brito Fortaleza

Assistente Social

Alexandre Gaspar Albano Amora

Advogado

Aurora Raquel Lima de Sousa

Assistente Social

Arituza Timbó

Assessora da Comunicação

Alyne Pereira Prado

Advogada

Anne Gabrielly Fernandes Tavares

Advogada

Antônio Erlito Rabelo Junior

Psicólogo

Brenna de Oliveira Gadelha

Apoio Administrativo

Catarina Maria da Luz Clares de Almeida

Advogada

Eliana da Silva Moreira

Psicóloga

Elaine Cristina Silva Nascimento

Psicóloga

Hylnara Salatiel Bezerra de Menezes

Advogada

Laryssa Rodrigues Brito

Advogada

Laurinilza de Sousa Assunção

Apoio Administrativo

Lisa Maria Sousa Tavares

Psicóloga

Ligia Maria Ávila

Atendente Zap Delas

Naiana Said Melo

Advogada

Roberta Faustino Correia Gomes

Apoio Administrativo

Viviane Alice Brito de Queiroz Brasil

Agente Sócio-Cultural

Juliana Mota Holanda

Advogada

Jequelia Maria Alcântara Silva

Articuladora

Jeene Gomes de Matos Silva

Assistente Social

PRODUÇÃO DE CONTEÚDO E REVISÃO

Arituza Timbó (organização)

Anne Gabrielly Fernandes Tavares

Antonio Erlito Rabelo Junior

Brenna de Oliveira Gadelha

Erica Nayane Oliveira Praciano (criação)

Lígia Maria Ávila

Juliana Mota Holanda

PALAVRA DO PRESIDENTE DA ALECE

A Assembleia Legislativa do Estado do Ceará tem como missão fortalecer os espaços de participação, diálogo e construção coletiva. Ao longo dos anos, temos reafirmado nosso compromisso com uma sociedade mais justa, inclusiva e democrática, onde a voz da sociedade civil seja protagonista na formulação de políticas públicas.

Esta cartilha chega como um instrumento fundamental de fortalecimento dos movimentos sociais, das lideranças comunitárias, das organizações de base e da sociedade civil cearense. É, antes de tudo, um reconhecimento do papel transformador que cada homem e cada mulher exercem nas lutas coletivas que constroem um Ceará mais digno.

Nosso papel, enquanto Parlamento Estadual, é estar aberto às demandas populares, ser porta-voz das lutas sociais e trabalhar pela efetivação dos direitos, da igualdade e da cidadania. Ao apresentar este material, reafirmamos que a Assembleia Legislativa do Ceará é, verdadeiramente, a Casa do Povo cearense, comprometida com a democracia participativa e com o fortalecimento dos movimentos comunitários.

Parabenizo todas as instituições envolvidas, especialmente a Procuradoria Especial da Mulher, por mais esta iniciativa que valoriza, empodera e orienta a sociedade civil organizada.

Contem sempre com esta Casa Legislativa.

DEPUTADO ESTADUAL ROMEU ALDIGUERI

Presidente da Assembleia Legislativa do Estado do Ceará

PALAVRA DO DIRETOR-EXECUTIVO DO INESP

O fortalecimento da sociedade civil é um dos pilares de qualquer democracia consolidada. Este material, fruto do trabalho coletivo, nasce do compromisso com a formação cidadã, com a disseminação de informações e com a construção de pontes entre o povo e as instituições públicas.

O Instituto de Estudos e Pesquisas sobre o Desenvolvimento do Ceará – INESP –, enquanto órgão de apoio técnico da Assembleia Legislativa, tem a missão de promover o conhecimento, a reflexão e a participação ativa da sociedade na construção de políticas públicas.

A cartilha “Mulheres que transformam - Guia de Direitos, Proteção e Fortalecimento Feminino” que agora chega às mãos dos leitores é um instrumento que contribui para ampliar a compreensão sobre a importância dos movimentos comunitários, das associações, dos conselhos, das lideranças e das redes que, diariamente, trabalham pelo desenvolvimento humano, social e econômico do nosso estado.

Que este material sirva como uma ferramenta de empoderamento, de mobilização e de fortalecimento das lutas coletivas. E que inspire cada vez mais cidadãos e cidadãs a acreditarem na força da organização popular como caminho para transformar a realidade e promover justiça social.

JOÃO MILTON CUNHA DE MIRANDA

Diretor-Executivo do Inesp

CONTEÚDO

Introdução	10
Composição da Procuradoria Especial da Mulher	11
Procuradoria Especial da Mulher (PEM)	12
Mudar a Cultura da Violência e Discriminação é Urgente!	14
Lei Maria da Penha	15
Ciclo da Violência	19
Outros Tipos de Violência	19
Como Lidar com o Conflito em uma Situação de Violência?	22
Comunicação Não Violenta (CNV)	27
Violência Contra a Mulher em Números	29
Empoderar para se Salvar	34
Rede de Acolhimento à Mulher no Ceará	40

INTRODUÇÃO

Vivemos um tempo em que não é mais possível aceitar o silêncio diante das desigualdades e da violência que ainda atingem milhares de mulheres. É tempo de voz, de luta, de transformação. “Mulheres que transformam - Guia de Direitos, Proteção e Fortalecimento Feminino” é, acima de tudo, um instrumento de fortalecimento, informação e empoderamento. É um convite para que cada mulher, cada liderança comunitária, cada entidade e cada cidadã reconheça sua força e seu papel na construção de uma sociedade mais justa, igualitária e livre de violência.

Aqui, reunimos informações essenciais, direitos que precisam ser conhecidos, orientações práticas e, principalmente, estímulos para que mais mulheres estejam à frente, organizadas, conscientes e protagonistas de suas histórias e de suas comunidades. Porque empoderar mulheres é fortalecer famílias, transformar bairros e mudar realidades.

Nosso compromisso, enquanto Procuradoria Especial da Mulher da Assembleia Legislativa do Ceará, é ser rede, ser apoio, ser instrumento de mudança. Seguiremos trabalhando para que nenhuma mulher se sinta sozinha e para que, cada vez mais, a sociedade cearense reconheça a importância da participação feminina na política, na vida pública, nas comunidades e em todos os espaços de decisão.

Que esta cartilha seja, portanto, uma aliada na sua caminhada. Que ela inspire, fortaleça e gere ainda mais consciência de que juntas somos mais fortes, e que nenhuma transformação acontece sem a força das mulheres e da sociedade civil organizada.

Com todo o meu respeito, admiração e compromisso.

DEPUTADA JULIANA LUCENA

Procuradora Especial da Mulher da Assembleia Legislativa

COMPOSIÇÃO DA PROCURADORIA ESPECIAL DA MULHER (DEPUTADAS)



Deputada Juliana Lucena
Procuradora Especial da Mulher



**Deputada
Emilia Pessoa**
Procuradora
Adjunta



**Deputada
Larissa Gaspar**
Procuradora
Adjunta



**Deputada
Luana Régia**
Procuradora
Adjunta

PROCURADORIA ESPECIAL DA MULHER

A Procuradoria Especial da Mulher (PEM) da Assembleia Legislativa do Estado do Ceará, criada em 2012, é um espaço de proteção e apoio para as mulheres. Oferecendo serviços psicossociais, jurídicos e de mediação, no acolhimento e acompanhamento as mulheres em situações de violência e, se necessário, encaminhar estas violações e discriminação aos órgãos responsáveis. Além disso, a Procuradoria realiza pesquisas, seminários e palestras sobre esses temas para ampliar o conhecimento e a luta por igualdade.

A principal missão da Procuradoria é garantir a defesa dos direitos das mulheres, incentivar a participação feminina na política e combater a violência de gênero.

O número de Procuradorias da Mulher tem crescido no estado, o que facilita o acesso a informações e o atendimento a mulheres vítimas de violência. Se você quiser saber se o seu município possui uma Procuradoria da Mulher, procure a Câmara Municipal ou entre em contato pelos meios de comunicação.



FUNCIONAMENTO

SEGUNDA A SEXTA-FEIRA, DAS 8 ÀS 17 HORAS

Av. Desembargador Moreira, 2930 A.
Bairro Dionísio Torres, Fortaleza/CE.

 **Zap Delas (85) 99814-0754 | (85) 3277-2748**

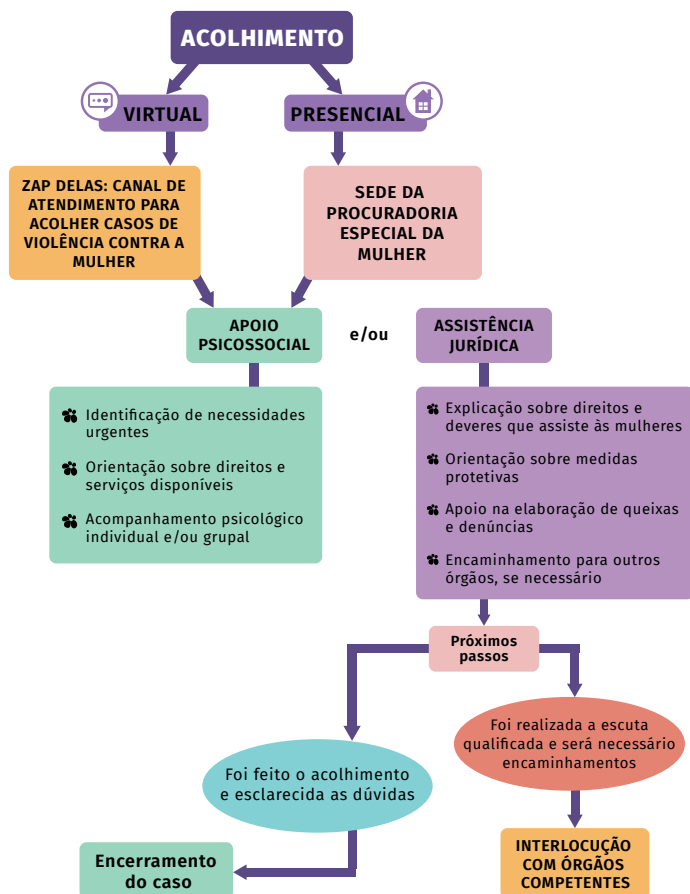
pem@al.ce.gov.br | @procuradoriadamulherce

E SE EU PRECISAR, COMO POSSO CONTAR COM A PROCURADORIA?

Existem duas formas de atendimentos:



FLUXO DE ATENDIMENTO PROCURADORIA ESPECIAL DA MULHER



MUDAR A CULTURA DA VIOLÊNCIA E DISCRIMINAÇÃO É URGENTE!

NÃO A CULTURA DA VIOLÊNCIA E DISCRIMINAÇÃO DE GÊNERO!

A violência contra as mulheres é reflexo de uma cultura que, infelizmente, ainda reforça, de forma negativa, as desigualdades entre homens e mulheres em diversos aspectos: na sociedade, na política, na cultura e na economia. Vivemos em uma cultura profundamente machista e misógina, onde muitos homens ainda acreditam ter mais poder do que as mulheres, rotulando-as como frágeis, incapazes ou menos competentes.

Para construirmos uma sociedade mais justa, é fundamental quebrar esses estereótipos. Homens e mulheres devem ser tratados de forma igual, com os mesmos direitos, oportunidades e, acima de tudo, respeito. A mudança começa na conscientização e na reconstrução desses padrões, para que possamos, de fato, alcançar a igualdade.

FRASES MACHISTAS NATURALIZADAS PELA SOCIEDADE

Ela é muito rodada.

“Você precisa arrumar um homem pra te sustentar.”

Ela deve ter se insinuado para conseguir isso.

“A mulher que não quer ter filhos é egoísta.”

Você precisa ser mais feminina.

Essa aí deve estar de TPM.

“Mulher que se dá ao respeito não se veste assim.”

Com esse gênio, vai morrer sozinha.

“Ela trabalha demais, por isso o marido traiu.”





LEI MARIA DA PENHA

A **Lei Maria da Penha** (Lei nº 11.340/2006) é uma lei brasileira que protege as mulheres contra a violência doméstica e familiar. Ela criou medidas que punem os agressores, garante a segurança das vítimas e oferece apoio como a retirada do agressor de casa e o atendimento especializado. O objetivo é **prevenir, combater e punir** a violência contra as mulheres, proporcionando mais proteção e justiça.

TIPOS DE VIOLÊNCIA DA LEI MARIA DA PENHA

1

Depois que Ana se casou, o marido começou a controlar tudo o que ela ganhava. Tirou o cartão dela, vendeu o celular sem avisar e proibiu que ela trabalhasse. Quando ela tentou reclamar, ele disse: “Enquanto você morar aqui, quem manda sou eu”.

Ana se viu sem acesso ao próprio dinheiro e sem poder decidir sobre seus bens.

Isso é **violência patrimonial** — quando alguém tenta controlar ou tirar o que é seu, como forma de te dominar.

2

Camila discutiu com o companheiro por causa de uma mensagem no celular. Irritado, ele a empurrou contra a parede. No dia seguinte, pediu desculpas: “Foi só um momento de raiva, não vai acontecer de novo.”

Mas aconteceu de novo — com puxões, tapas e mais empurrões. Camila percebeu que aquilo não era “só um empurrão”, era **violência física**.

Violência física é qualquer agressão que machuca o corpo

— empurrar, bater, puxar, chutar. E nunca é culpa da vítima.

3

Desde o começo, Clara ouvia o namorado fazer piadas sobre ela na frente dos outros: “Essa roupa ficou apertada, hein?” “Clara não entende essas coisas, deixa que eu resolvo.”

Ela ria por fora, mas por dentro se encolhia. Com o tempo, passou a se sentir burra, feia e inútil. Achava que ele só queria ajudar, que estava exagerando. Ela dizia para si mesma: “É só o jeito dele, eu sou sensível demais.”

Mas não era. Era **violência psicológica** — e ela não percebia.

Diminuir, humilhar, ridicularizar: quando isso acontece o

tempo todo, a vítima perde a própria voz.

E isso também é violência.

4

Débora terminou um relacionamento conturbado. Dias depois, soube que o ex-namorado espalhou mentiras sobre ela: dizia que ela “não prestava”, que era “fácil”, que vivia saindo com vários homens. Em redes sociais, nos grupos de amigos, até na vizinhança — sua reputação foi destruída.

Ela se sentia envergonhada, humilhada, com medo de sair de casa.

Isso é **violência moral** — quando alguém tenta manchar a dignidade de uma mulher com xingamentos, acusações falsas ou fofocas.

Atacar a honra também é violência — e é crime.

5

Tatiane e Carlos estavam casados há alguns anos. Quando ela falou sobre a vontade de usar anticoncepcional, Carlos a repreendeu: “Você não precisa disso, eu não quero que você use. Não sou a favor dessas coisas. Eu decido o que você faz ou não com seu corpo, quem manda sou eu.”

A partir daí, Carlos passou a controlar todas as decisões sobre a vida sexual de Tatiane, incluindo sua escolha de contracepção, mesmo que isso afetasse diretamente a saúde e o bem-estar dela.

A **violência sexual** é qualquer ato sexual realizado sem o consentimento da pessoa ou quando ela é forçada, manipulada ou coagida a participar de atos contra sua vontade. Isso inclui estupro, abuso, coação, assédio, exploração e violência sexual em relações de poder. Outras violências sexuais incluem quando alguém impede ou interfere na decisão da mulher sobre o uso de contraceptivos, forçar aborto e prostituição.



CICLO DA VIOLÊNCIA

É uma forma de entender como a violência doméstica e familiar podem se repetir e aumentar ao longo do tempo. Ele é dividido em três fases:



VOCÊ CONHECE OUTROS TIPOS DE VIOLÊNCIA?

Importunação Sexual

Acontece quando alguém faz gestos, comentários ou toques com conotação sexual em outra pessoa, sem o seu consentimento. Esse tipo de atitude pode ocorrer em qualquer ambiente, como no transporte público, no local de trabalho, na escola ou em outros espaços.

Exemplos:



1. Passar a mão em alguém sem permissão.
2. Ficar fazendo comentários com conotação sexual.
3. Enviar mensagens ou fotos com conteúdo sexual sem a pessoa querer.

Assédio Moral

Violência psicológica no ambiente de trabalho caracterizada por condutas abusivas, repetitivas e sistemáticas, que atingem a integridade psíquica ou física do trabalhador.



Exemplos:



1. Gritar ou xingar alguém na frente dos outros.
2. Dar tarefas impossíveis só para a pessoa errar.
3. Isolar ou excluir alguém de reuniões e atividades.

Assédio Sexual

O assédio sexual é qualquer comportamento indesejado de natureza sexual, que pode ser verbal, não verbal ou físico, que constrange, humilha ou intimida a vítima. Essa conduta não precisa envolver contato físico direto para ser considerada assédio. Piadas de cunho sexual, comentários ofensivos sobre o corpo, insistência inapropriada após uma recusa e a exibição de material pornográfico sem consentimento são exemplos de assédio. É importante lembrar que o assédio sexual é uma forma de violência, é ilegal e causa danos significativos à saúde mental e bem-estar da pessoa que o vivencia.



São ações puníveis por lei e podem gerar punições para o agressor e para a empresa/órgão público.

Lembre-se:

- Nenhuma dessas atitudes é “brincadeira”.
- Quem sofre ou presencia deve denunciar.
- Todos merecem respeito e um ambiente seguro.

Como lidar com o conflito em uma situação de violência?



Nossa, estou vivendo um conflito, como posso lidar?

Estar em um ambiente de violência nunca é fácil. Às vezes, surgem conflitos — brigas, discussões ou situações tensas — que podem aumentar o risco para a mulher.



O que é Conflito?

Conflito é quando duas ou mais pessoas pensam diferente, ou querem coisas diferentes. Isso é normal e acontece em qualquer lugar: na família, no trabalho, com amigos ou em casa. O problema é como lidamos com o conflito!!!!

Como gerir nossos conflitos?

Buscando um caminho de respeito, escuta e diálogo, sem gritos, ameaças ou violência.

É importante saber algumas formas de agir com segurança:



1

Cuide da sua segurança em primeiro lugar

Se o ambiente for perigoso, o mais importante é se proteger. Tente sair do local se for possível e seguro. Não enfrente quem está sendo violento se isso pode colocar você em mais risco.

**2**

Tente manter a calma

Respire fundo. Falar com calma, sem gritar, pode ajudar a evitar que a situação piore. Mas lembre-se: você não é culpada pela violência. A responsabilidade é de quem age com agressividade.

3

Busque ajuda

Procure alguém de confiança — pode ser uma amiga, vizinha, parente ou profissional. Se for preciso, ligue para os canais de ajuda e socorro que existem na sua cidade. Você não está sozinha.



**4**

Evite o confronto direto

Em alguns casos, é melhor não discutir ou enfrentar a pessoa agressora. Se possível, saia do ambiente ou vá para um lugar onde haja outras pessoas por perto.

5

Faça um plano de segurança

Pense com antecedência: se a violência acontecer de novo, para onde você pode ir? Quem pode te ajudar? Deixe cópias de documentos com alguém de confiança e tenha um telefone por perto.





6

Procure apoio psicológico ou jurídico

Conflitos em ambientes violentos podem afetar sua saúde emocional. Buscar apoio com profissionais especializados pode ajudar você a entender a situação e tomar decisões com mais segurança.

OUTROS TEMAS SOBRE VIOLÊNCIA

- Reprodução da violência?
- A violência deixa marcas na infância e adolescência?
- A violência contra as idosas?
- **Nunca é culpa da mulher!**

Como buscar ter uma Comunicação Não Violenta dentro de uma situação de violência?

A violência começa com palavras duras, gritos e desrespeito. Aprender a conversar com respeito ajuda a evitar agressões físicas, emocionais e psicológicas.

A Comunicação Não Violenta é uma forma de falar e ouvir com respeito, sem gritar, xingar ou machucar os sentimentos da outra pessoa. Ela ajuda a resolver brigas de forma mais calma e segura, principalmente em momentos difíceis.



Como usar a Comunicação Não Violenta?

1. Observe sem julgar

Tente falar o que aconteceu sem ofender.

Exemplo:

☒ “Você chegou tarde ontem.”

Em vez de:

☒ “Você sempre some e não liga pra mim!”



2. Fale como você se sente

Diga o que você está sentindo com palavras simples.

Exemplo:

☒ “Fiquei triste e preocupada.”

Em vez de:

☒ “Você me faz passar vergonha!”

3. Diga o que você precisa

Expresse seu desejo ou necessidade com clareza.

Exemplo:

☒ “Eu preciso que você me avise quando for se atrasar.”

Em vez de:

☒ “Você nunca faz nada direito!”



4. Peça, não mande

Fazer um pedido com respeito ajuda mais do que dar ordens.

Exemplo:

☒ “Você pode me ajudar com isso agora?”

Em vez de:

☒ “Você tem obrigação de fazer isso!”



VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER EM NÚMEROS

O Fórum Brasileiro de Segurança Pública, em parceria com o Instituto Datafolha, realizou uma pesquisa chamada “Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil”. **Segundo o estudo, em 2025, todas as formas de violência contra a mulher no Brasil tiveram um aumento, se não vejamos:**

Gráfico 1

Violência ao longo da vida

 IDADE	 16 a 24 anos	33,4%
	 25 a 34 anos	46,8%
	 35 a 44 anos	44,0%
 ESCOLARIDADE	 Fundamental	45,5%
	 Médio	38,1%
	 Superior	41,7%
 RAÇA/ COR	 Branca	37,8%
	 Negra (Preta + Parda)	41,9%
	 Preta	44,3%
	 Parda	40,8%
 NATUREZA DO MUNICÍPIO	 Capital e Região Metropolitana	41,5%
	 Interior	40,2%
 SITUAÇÃO CONJUGAL	 Casada/com companheiro	31,7%
	 Solteira	45,8%
	 Separada/Divorciada	58,5%
 SE POSSUI FILHOS	 Sim	43,8%
	 Não	33,7%
 RELIGIÃO	 Católica	35,1%
	 Evangélica	42,7%

Fonte: Fórum Brasileiro de Segurança Pública; Instituto Datafolha. Pesquisa Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil, edições 5. Resposta estipulada e múltipla, em %.

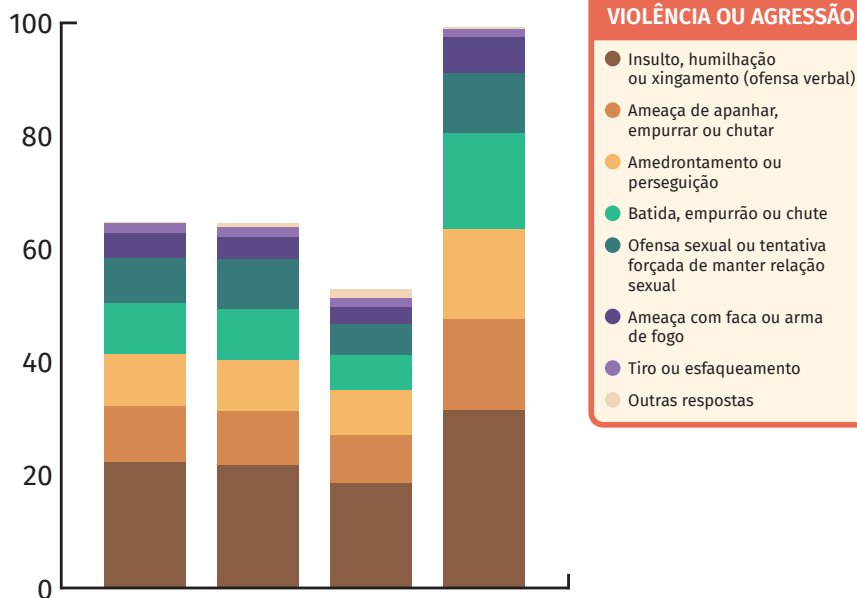
CRESCIMENTO DE TODAS AS FORMAS DE VIOLÊNCIAS E CONDUTAS ABUSIVAS SOFRIDAS PELAS BRASILEIRAS EM 2025



Gráfico 2

Vitimização nos últimos 12 meses

Série histórica, 2017 - 2025



Fonte: Fórum Brasileiro de Segurança Pública; Instituto DataFolha. Pesquisa Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil, edições 5. Resposta estipulada e múltipla, em %.

Gráfico 3

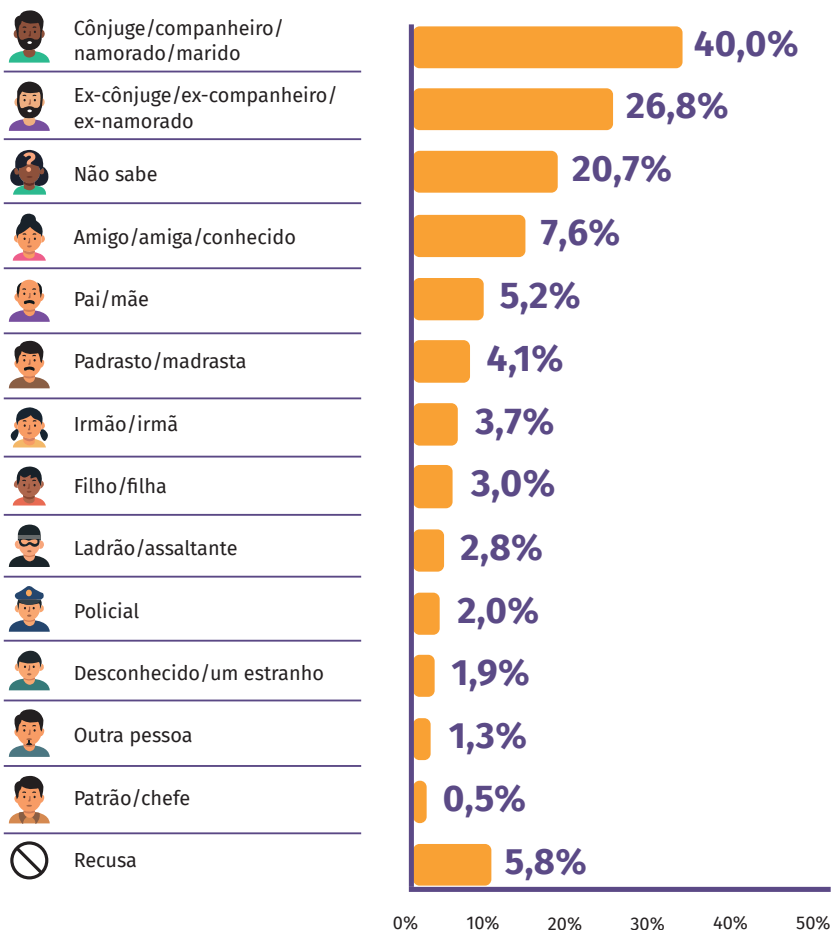
Assédio contra mulheres no Brasil Quase metade foi vítima nos últimos 12 meses



Fonte: Fórum Brasileiro de Segurança Pública: Instituto DataFolha. Pesquisa Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil, edições 5. Resposta estipulada e múltipla, em %.

Gráfico 4

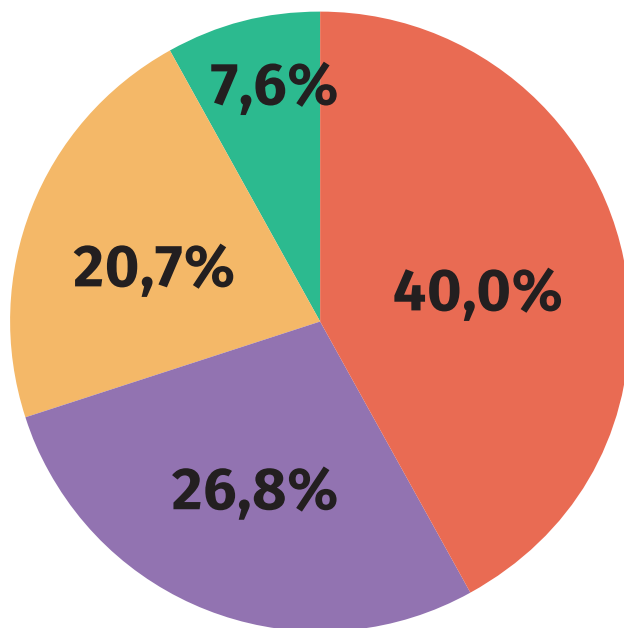
Quem é o autor da violência mais grave sofrida nos últimos 12 meses?



Fonte: Fórum Brasileiro de Segurança Pública; Instituto DataFolha. Pesquisa Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil, edições 5. Resposta estipulada e múltipla, em %.

Gráfico 5

Quem é o autor da violência mais grave sofrida nos últimos 12 meses?



● Cônjuge/companheiro/
namorado

● Não sabe

● Ex-cônjuge/ex-companheiro/
ex-namorado

● Amigo/amiga/conhecido

Fonte: Fórum Brasileiro de Segurança Pública: Instituto DataFolha. Pesquisa Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil, edições 5. Resposta estipulada e múltipla, em %.

EMPODERAR PARA SE SALVAR

Quando uma mulher se reconhece como protagonista da própria história, ela rompe correntes invisíveis: as do medo, da dependência, do silenciamento. E essa transformação individual gera impacto coletivo. Mulheres empoderadas inspiram outras. Elas educam filhos mais conscientes, constroem ambientes de trabalho mais justos, movimentam a economia e lutam por equidade com coragem.

Os benefícios do empoderamento feminino são claros e mensuráveis. Sociedades que promovem a igualdade de gênero tendem a ter melhor desempenho econômico, menores índices de violência e maior desenvolvimento humano. No plano pessoal, mulheres empoderadas cuidam melhor de sua saúde física e mental, desenvolvem autoestima sólida e fazem escolhas alinhadas com seus desejos e não com expectativas impostas.

Empoderar mulheres é um ato de justiça, mas também de sabedoria social. Porque quando uma mulher cresce, todos crescem com ela. E, quando ela se salva, ela abre caminhos para que outras também se salvem.

“Quem se conhece, se liberta. Quem se liberta, se salva.”

“Fortalecer-se é o primeiro passo para se reencontrar.”

Vamos nos empoderar mulheres?



4 PASSOS PARA SE EMPODERAR:

Valorizar até as pequenas conquistas

Reconhecer e celebrar cada passo que você der, por menor que pareça. Cada elogio sincero alimenta a sua confiança e confirma que o seu caminho está dando frutos.

Criar redes de apoio e sororidade

Apoiar outras mulheres, compartilhar experiências, celebrar conquistas e **oferecer ajuda em momentos de dificuldade.**



3 Estimular o autoconhecimento

Incentivar leituras, rodas de conversa, terapias, cursos e momentos de reflexão para que ela descubra quem realmente é, livre de rótulos impostos. **Autoconhecimento é poder.**

4 Combater discursos machistas

Conscientizar sobre falas e atitudes que reforcem o machismo — em conversas do dia a dia, ambientes profissionais e/ou familiares, como também não reproduzi-las. **Não normalizar essas falas e atitudes é essencial.**



DENUNCIANDO COM PROVAS

Para denunciar uma violência sofrida pela mulher, é importante reunir provas que possam ajudar a comprovar o ocorrido, tais como: fotos de ferimentos, mensagens, áudios ou vídeos que registrem as ameaças ou agressões, testemunhas que possam confirmar o que aconteceu, além de registros médicos ou boletins de ocorrência.

LEIS QUE PROTEGEM AS MULHERES

- **Lei Maria da Penha:**

A Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006) foi criada para combater a violência doméstica contra a mulher. Ela estabelece medidas de proteção, punições mais severas para agressores e mecanismos para garantir a segurança da vítima, promovendo uma abordagem mais eficaz no enfrentamento dessa violência.

- **Lei Carolina Dieckmann:**

A Lei nº 12.737/2012 considera crime a invasão de dispositivos eletrônicos, como computadores e celulares, sem autorização, com o objetivo de obter, adulterar ou destruir dados. Ela visa proteger a privacidade e combater crimes cibernéticos (atividade ilegal realizada no ambiente digital).

- **Lei Joana Maranhão:**

A Lei nº 13.718/2018 diz que, para crimes sexuais contra crianças e adolescentes, o tempo para denunciar (chamado de prescrição - 20 anos) só começa a contar quando a vítima completar 18 anos. Isso dá mais tempo para a vítima procurar ajuda e denunciar o que aconteceu.

- **Lei do Minuto Seguinte:**

A Lei nº 13.718/2018 garante atendimento imediato às vítimas de violência sexual, oferecendo assistência médica, psicológica e legal sem necessidade de boletim de ocorrência prévio. Ela visa assegurar direitos às vítimas logo após o ocorrido.

- **Lei da Importunação Sexual:**

A Lei nº 13.718/2018 diz que importunação sexual é qualquer ato de interesse sexual feito sem a permissão da outra pessoa. Ela pune quem fizer assédio ou abuso sexual, seja em lugares públicos ou privados, ajudando a proteger as vítimas desse tipo de violência. Exemplos: passar a mão no corpo, beijos forçados, toques em partes íntimas, ejacular em público, entre outros.

- **Lei do Feminicídio:**

A Lei nº 13.104/2015, que alterou o Código Penal, criou o crime de feminicídio, ou seja, o assassinato de uma mulher por razões de gênero. Ela prevê penas mais severas para esses crimes, reconhecendo a violência de gênero como motivo qualificante do homicídio.

- **Campanha Sinal Vermelho Contra a Violência Doméstica:**

A Lei nº 14.188/2021 é uma iniciativa que permite às mulheres pedir ajuda de forma rápida e discreta, usando um sinal com a mão, em farmácias e outros locais, para denunciar situações de violência. Essa lei ajuda a proteger quem está sofrendo e facilita o acesso à ajuda e apoio.



REDE DE ACOLHIMENTO À MULHER NO CEARÁ

CENTRAL DE ATENDIMENTO À MULHER

180

POLÍCIA MILITAR

190

FORTALEZA

CASA DA MULHER BRASILEIRA

R. Tabuleiro do Norte, s/n – Couto Fernandes, Fortaleza-CE

(85) 3108-2998 / 3108-2999 / 3108-2992 / 3108-2931

E-mail: casamulherbrasileira@gmail.com

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER – DDM

R. Tabuleiro do Norte, s/n – Couto Fernandes, Fortaleza-CE

(85) 3108-2950 / 180 | E-mail: deamfortaleza@pc.ce.gov.br

2º DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER - DDM

R. Valdetário Mota, 970 - Papicu, Fortaleza-CE, CEP: 60175-742

Funciona em horário comercial | 180

NÚCLEO ESTADUAL DE ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER (DEFENSORIA PÚBLICA DO ESTADO DO CEARÁ)

R. Tabuleiro do Norte, s/n – Couto Fernandes, Fortaleza-CE

(85) 3108-2986 / 3108-2985 | E-mail: nudem@defensoria.ce.def.br

CENTRO ESTADUAL DE REFERÊNCIA E APOIO À MULHER (CERAM)

R. Tabuleiro do Norte, s/n – Couto Fernandes, Fortaleza-CE

(85) 3108-2966 | E-mail: ceran.cmb@mulher.ce.gov

CENTRO DE REFERÊNCIA DA MULHER FRANCISCA CLOTILDE (CRM)

R. Tabuleiro do Norte, s/n – Couto Fernandes, Fortaleza-CE

(85) 3108-2965 / 3108-2968

E-mail: crmulherfranciscaclotilde@gmail.com

1º JUIZADO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER DE FORTALEZA

Av. da Universidade, 3281, Fortaleza-CE

WhatsApp: (85) 3108-2978 / (85)3492-8241

E-mail: juizadomulherfortaleza@tjce.jus.br / cajfortaleza@tjce.jus.br

2º JUIZADO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER DE FORTALEZA

Av. da Universidade, 3281, Fortaleza-CE

WhatsApp: (85) 98732-6160 | E-mail: for.2violenciamulher@tjce.jus.br

SECRETARIA DAS MULHERES DO GOVERNO DO ESTADO DO CEARÁ

Av. Barão de Studart, 598, Meireles / Fortaleza-CE, CEP: 60120-000

(85) 3459-6122 / 3459-6107 | E-mail: protocolo@mulheres.ce.gov.br

COORDENADORIA ESPECIAL DE POLÍTICAS PÚBLICAS PARA AS MULHERES DA PREFEITURA MUNICIPAL DE FORTALEZA (CEPPM)

Rua Padre Pedro de Alencar, 2230, Fortaleza-CE

(85) 3101-3445

E-mail: coordenadoria.mulher@sdhds.fortaleza.ce.gov.br

OAB/CE – COMISSÃO DA MULHER ADVOGADA

Av. Washington Soares, 800 – B. Guararapes, Fortaleza-CE

(85) 3216.1604 / WhatsApp: (85) 98170-5180

E-mail: comissoes@oabce.org.br

NÚCLEO ESTADUAL DE GÊNERO PRÓ-MULHER (MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO CEARÁ)

R. Tabuleiro do Norte, s/n – Couto Fernandes, Fortaleza-CE

WhatsApp: (85) 98685-6336 / 3108-2940 / 3108-2941

E-mail: secexec.violenciadomesticafor@mpce.mp.br

nucleoestadualpromulher@mpce.mp.br

CAUCAIA

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (CAUCAIA)

Rua Porcina Leite, 113 – Parque Soledade, Caucaia-CE, CEP: 61603-120

(85) 3101-7927 / 180 | E-mail: deamcaucaia@pc.ce.gov.br

JUIZADO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER DE CAUCAIA

Rua Sérvulo Braga Moreira, s/n - Pabussu - Caucaia-CE

(85) 3108-1610 | E-mail: caucaia.jvdsmtjce.jus.br

MARACANAÚ

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (MARACANAÚ)

Av. Padre José Holanda do Vale, 1961, Piratininga - Maracanaú-CE, CEP: 61905-292

(85) 3101-7345 / 180 | E-mail: deammaracanau@policiacivil.ce.gov.br

JUIZADO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER DE MARACANAÚ

Rua Luiz Gonzaga Honório de Abreu, 790, Piratininga - Maracanaú-CE

WhatsApp: (85) 98234-4947 | E-mail: maracanau.jvdfm@tjce.jus.br

PACATUBA

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (PACATUBA)

Av. Marginal Nordeste, sn – Conj. Jereissati 3, Pacatuba-CE,

CEP:61800-000

(85) 3384-5820/ (85) 98161-7982

E-mail: deamppacatuba@pc.ce.gov.br

ICÓ

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (ICÓ)

Rua Padre José Alves de Macedo, 963 – Novo Centro, Icó-CE,

CEP: 63430-000

(88) 3561-5551 / (88) 98170-0298 | E-mail: deamico@pc.ce.gov.br

IGUATU

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (IGUATU)

Av. Monsenhor Coelho, s/n – São Sebastião, Iguatu-CE, CEP: 63500-000

(88) 3581-9454 / 180 | E-mail: deamiguatu@pc.ce.gov.br

QUIXADÁ

CASA DA MULHER CEARENSE PROFESSORA ROSA DA FONSECA (QUIXADÁ)

Rua Luiz Barbosa da Silva esquina com Rua das Crianças –
Bairro Planalto Renascer

(85) 98957-2422

E-mail: casadamulhercearense.quixada@sps.ce.gov.br

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (QUIXADÁ)

Av. Jesus, Maria e José, 2555 – Jardim dos Monólitos - Quixadá-CE

(88) 3412-8082 | E-mail: deamquixada@policiacivil.ce.gov.br

JUAZEIRO DO NORTE

CASA DA MULHER CEARENSE ARLETE DE SOUSA NEGRÃO - JUAZEIRO DO NORTE

Avenida Padre Cícero, 4501, Bairro São José, Juazeiro do Norte-CE

(85) 98976-7750 | E-mail: casadamulhercearense.cariri@sps.ce.gov.br

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (JUAZEIRO DO NORTE)

Avenida Padre Cícero, 4455, Bairro São José, Juazeiro do Norte-CE

(88) 3102-1102 | E-mail: deamjuazeiro@policiacivil.ce.gov.br

JUIZADO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER DE JUAZEIRO DO NORTE

Av. Padre Cícero, 4501 - São José, Juazeiro do Norte-CE, CEP: 63041-140

WhatsApp: (88) 3571-5253

E-mail:juazeiro.violenciamulher@tjce.jus.br

CRATO

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (CRATO)

Rua Dom Quintino, 704 – Praça da Sé, Centro – Crato-CE

(88) 3102-1250 | E-mail: deamcrato@pc.ce.gov.br

NÚCLEO DE ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER (NUDEM CARIRI)

Rua André Cartaxo, 370 – Palmeiras/Crato-CE

(88) 3521-2506 / 3521-1112

SOBRAL

CASA DA MULHER CEARENSE MARIA JOSÉ SANTOS FERREIRA GOMES - SOBRAL

Avenida Mons. Aloísio Pinto, s/n - Gerardo Cristino, Sobral-CE

(85) 98959-7453

E-mail: casadamulhercearense.sobral@sps.ce.gov.br

DELEGACIA DE DEFESA DA MULHER (SOBRAL)

Avenida Mons. Aloísio Pinto, s/n - Gerardo Cristino, Sobral-CE

(85) 99915-3463 | E-mail: deamsobral@policiacivil.ce.gov.br

JUIZADO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER DE SOBRAL

Avenida Monsenhor Aloísio Pinho, s/n - Cidade Gerardo Cristino de Menezes, Sobral-CE, CEP: 62051-215, em frente ao Fórum Dr. José Saboya de Albuquerque

WhatsApp: (85) 98234-4888 / (85) 3108-1689

E-mail: sobral.juizadomulher@tjce.jus.br

**QUANDO
UMA MULHER
SE INFORMA,
TODAS
AVANÇAM.**



Procuradoria Especial da Mulher

Procuradora Especial da Mulher:

Dep. Juliana de Holanda Lucena

Procuradoras Adjuntas:

Dep. Emilia Pessoa

Dep. Larissa Gaspar

Dep. Luana Régia



TVAssembleiaCeara



AssembleiaCE



Assembleia_CE



assembleiace



Rádio FM Assembleia



assembleiace



ALECE

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA
DO ESTADO DO CEARÁ

Mesa Diretora 2025-2026

Deputado Romeu Aldigueri
Presidente

Deputado Danniel Oliveira
1º Vice-Presidente

Deputada Larissa Gaspar
2ª Vice-Presidente

Deputado De Assis Diniz
1º Secretário

Deputado Jeová Mota
2º Secretário

Deputado Felipe Mota
3º Secretário

Deputado João Jaime
4º Secretário

