



# DESAFIO SOLIDÁRIO ABRIL

MUBU#2017.04: IRS Solidário para a APAV

# APAV<sup>®</sup>



# Apoio à Vítima

## O INÍCIO

Quando começo um novo desafio estou sempre bastante animada. Já sei alguma coisa a respeito da instituição, mas quero saber mais e o momento em que me encontro com o responsável é sempre muito ansioso. Lá está, vou sempre para estas reuniões muito animada. Contudo, desta vez ia um pouco nervosa. Continuando, e em jeito de confissão, é algo raro em mim. Mesmo em situações que possam ser complicadas a nível pessoal ou profissional, a minha atitude é proactiva: "Toca a mexer! Acção-Reacção!". Depois de reflectir sobre o assunto percebi que não eram "só" as imagens fortíssimas que caracterizam a comunicação desta instituição, mas sim o facto de diariamente estas equipas trabalharem na defesa de direitos fundamentais de todos nós. Mas já não fizemos desafios para instituições com carácter semelhante? Sim. Sem dúvida, mas não havia uma acção intencional de violência de uma pessoa para outra. Aqui, trata-se de superar a fragilidade de uma vítima de violência dando-lhe poder para ela, por sua vez se superar a si própria e deixar de o ser. Será que se conseguem relacionar com isto?



## DESAFIO CUMPRIDO, CHECK!

Feita a necessária introdução, dentro deste desafio, lancei a mim mesma um outro (desafio) que foi mostrar o trabalho da APAV pela sua importância e de forma positiva. Quero lembrar que por existir uma APAV existem tantas vidas que se reconstruíram, tantas vidas que passaram a conhecer uma realidade mais equilibrada e mais feliz. E quem é que não quer fazer parte de um projecto assim? Então o desafio deste mês é pôr mais uma cruzinha no IRS e doar 0,5% do imposto liquidado à APAV, como:

- . Modelo 3 da vossa declaração de IRS
- . Quadro 11
- . NIF 502 547 952

## APAV EM NÚMEROS

(segundo o Relatório Anual de 2016)

- . 1990 Nascimento da Instituição
- . 25º Aniversário recebe o grau de Membro Honorário da Ordem da Liberdade
- . 35 411 atendimentos
- . 9 347 vítimas
- . 16 vítimas por semana: crianças / jovens até aos 17 anos e homens com mais de 18 anos (um total de 826 indivíduos em cada grupo)
- . 19 vítimas por semana: pessoas idosas com mais de 65 anos (total de 1 009)
- . 100 vítimas por semana: mulheres com mais de 18 anos (total de 5 226)
- . 732 eventos formativos

**APOIAR 1018 CRIANÇAS VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA POR ANO, SÓ CUSTA X.**

DOE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO À APAV, NO QUADRO 11 DO MODELO 3 DA SUA DECLARAÇÃO DE IRS.

**NIF 502 547 952**

APAV  
Apoio à Vítima

**APOIAR 1075 HOMENS VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA POR ANO, SÓ CUSTA X.**

DOE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO À APAV, NO QUADRO 11 DO MODELO 3 DA SUA DECLARAÇÃO DE IRS.

**NIF 502 547 952**

APAV  
Apoio à Vítima

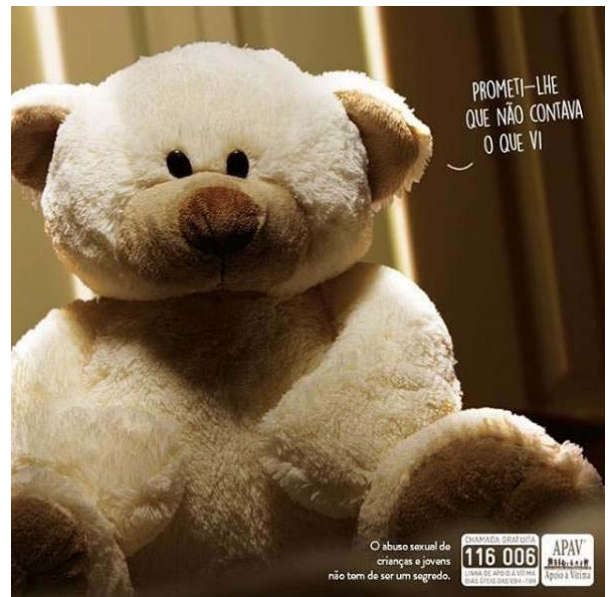


## APOIO JURÍDICO, PSICOLÓGICO E SOCIAL

Fui muito bem recebida pela Carolina G. do Gabinete de Apoio à vítima em Cascais. Se normalmente gosto de tirar uma fotografia com a pessoa que me recebe, para recordar o momento em que fiquei a conhecer melhor o trabalho de mais uma equipa, neste caso, nem se quer o sugeri por questões de segurança.

Fiquei a saber que 80% do trabalho que fazem é de capacitação e autonomização da vítima. O apoio jurídico, psicológico e social que prestam tem sempre como preocupação o respeito pela tomada de decisão da vítima e o respeito pelo tempo que ela possa demorar a tomá-la.

Em casos extremos, estamos a falar de risco de vida, verificada a necessidade de proteger estas vítimas, são utilizadas as Casas Abrigo onde as mesmas são instaladas, ficando completamente desenraizadas da vida que conheciam até então, mas em segurança. Esta reestruturação é feita a vários níveis, com o apoio das equipas multidisciplinares da APAV. Em cada Casa Abrigo existe um número definido de vagas de emergência, para dar resposta a situações pontuais e cuja permanência tem um período de referência de 72 horas.



## AS CRIANÇAS É QUE SABEM!

A determinada altura pergunto sobre as crianças, sou Mãe e não há como não passar por este tema. A resposta acerta-me como uma pedra: "Muitas vezes as crianças não sabem que estão a ser vítimas de violência." Isto é uma coisa brutal! A conversa continua e não são só as crianças. Entre jovens e mesmo adultos, que não conhecem outra realidade, comportamentos violentos podem naturalizar-se por estarem entranhados na sua rotina e no que viram até ao momento.

Na sua essência, acho que as crianças são todas boas, que a nossa personalidade se vai moldando com as nossas vivências, nesse sentido o serviço prestado pela APAV é fundamental enquanto elemento de apoio no caminho de uma vida perdeu o seu equilíbrio. Por tudo isto, é tão importante apostar na formação, porque na sua génese as crianças sabem fazer a escolha certa, aqui ficam um exemplo divertido que mostra isso mesmo:

[www.youtube.com/watch?v= ntJgSTV7DU](http://www.youtube.com/watch?v= ntJgSTV7DU)



## COMO UMA MENINA, COMO UMA MULHER

Continuo a ver os números que estão por trás de tantos casos que são, na realidade, pessoas e vidas. É impressionante confirmar que mais de 80% das vítimas são mulheres, que 39% dos agressores são os maridos ou companheiros e em mais de 50% dos casos a residência comum é o local do crime. A proporção das vítimas repete-se em relação aos autores do crime, 80% são homens. Esta situação só muda com diálogo, formação, quebra de tabus e preconceitos. Ora vejam esta forma criativa disto poder ser feito:

[www.youtube.com/watch?v=XjJQBjWYDTs](http://www.youtube.com/watch?v=XjJQBjWYDTs)







## MULHERES APOIAM MULHERES = MENOS VÍTIMAS MULHERES

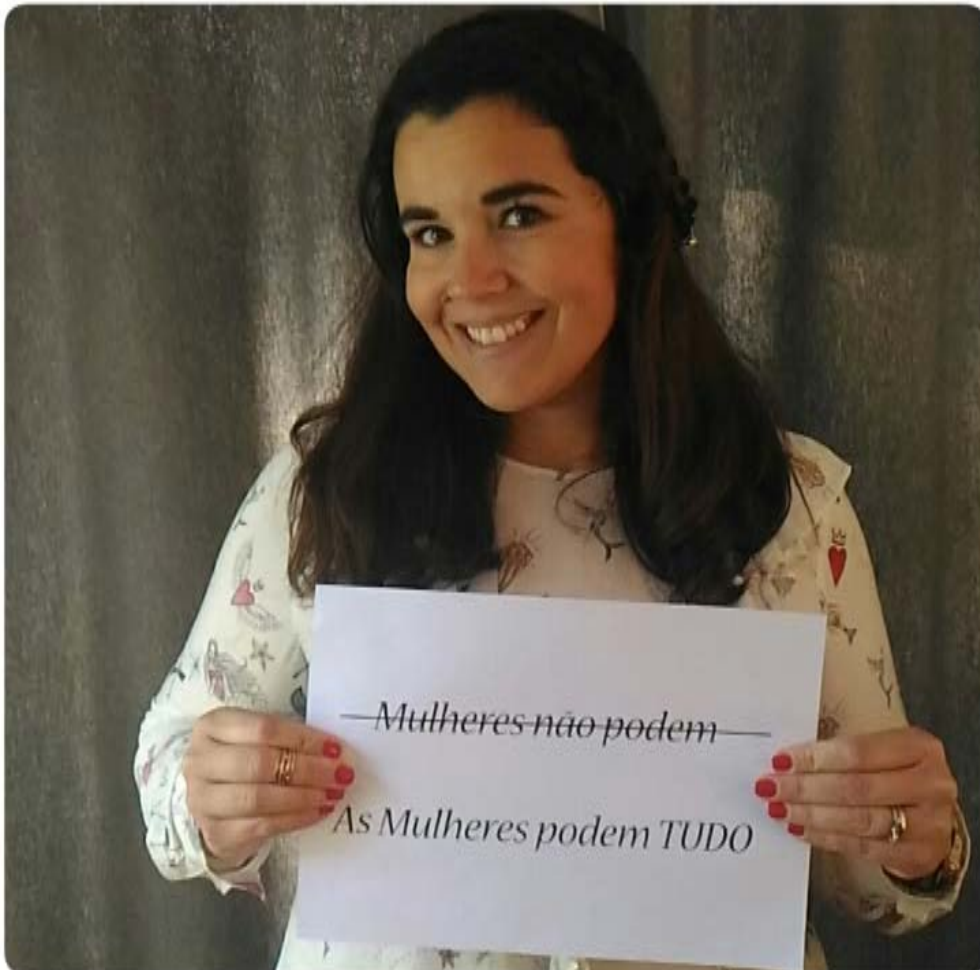
Não resisto a deixar-vos mais uma sugestão, além do IRS Solidário para a APAV, claro! Adiram a esta iniciativa da Mónica Santana Lopes autora do blog "A Mulher é que manda" que tem o objectivo de terminar com uma forma de violência: bullying entre mulheres. A MUBU já aderiu! Escolham a vossa mensagem, tirem uma fotografia e partilhem nas redes sociais com:

#fimaobullyingentremulheres #umaspelasoutras #amulherequemanda

Vejam aqui todos os detalhes: [amulherequemanda.com/fim-ao-bullying-mulheres-2](http://amulherequemanda.com/fim-ao-bullying-mulheres-2)



Apoia a iniciativa da **A MULHER É QUE MANDA**  
por Mónica Santana Lopes 



**DESAFIO SOLIDARIO ABRIL**  
IRS Solidário





Que este desafio sirva para apoiar esta instituição espectacular, mas também para nos lembrarmos que as mulheres têm uma força incrível e que podem ser determinantes para ajudar outras mulheres!



Simple ideas for a solidary lifestyle

Desafio Solidário 2017 Abril



(English Version)

## CHALLENGE OF THE MONTH

### **SOLIDARY IRS FOR APAV (PORTUGUESE ASSOCIATION FOR VICTIM'S SUPPORT) THE BEGGINING**

When I start a new challenge I'm always very excited. I already know something about the institution, but I want to know more and the moment I meet the person in charge is always very much longed for. There you go, I always go to these meetings in very lively mood. However, this time I was a little bit nervous. Continuing, and on a confessing way, it is a rare thing in me. Even in situations that can be complicated on a personal or professional level, my attitude is proactive: "Let's do this! Action-Reaction! ". After reflecting on the subject I realized that it was not only the very strong images that characterize the communication of this institution, but the fact that these teams work daily to defend our fundamental rights. But haven't we done challenges for institutions with a similar character? Yes. There's no doubt about it, but there was no intentional action of violence from one person to another. Here, it is a question of overcoming the fragility of a victim of violence by giving her/him power, to surpass her/himself, ceasing to be a victim. Can you relate to this?

### **CHALLENGE COMPLETED, CHECK!**

Having made the necessary introduction, within this challenge, I launched myself another (challenge) that was to show the work of APAV for its importance and in a positive manner. I want to remember that because there is an APAV there are so many lives that have been rebuilt, so many lives that have come to know a more balanced and happier reality. And who doesn't want to be part of such a project? So the challenge of this month is to put another cross on your IRS form and donate 0.5% of the tax paid to APAV, so you check:

- . Model 3 of your IRS form
- . Table 11
- . NIF 502 547 952

### **APAV IN NUMBERS**

(According to the 2016 Annual Report)

- . 1990 Birth of the Institution
- . 25th Anniversary receives the degree of Honorary Member of the Freedom's Order
- . 35 411 attendances
- . 9 347 victims
- . 16 victims per week: children / young people up to the age of 17 and men over the age of 18 (a total of 826 individuals in each group)
- . 19 victims per week: elderly people over 65 (total of 1 009)
- . 100 victims per week: women over 18 (total of 5 226)
- . 732 training events



### **LEGAL, PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL SUPPORT**

I was very well received by Carolina G. from the Victim Support Office in Cascais. If I usually like to take a picture with the person who receives me, to remember the moment I became better acquainted with the work of another team, in this case, I didn't even make that suggestion, for security reasons.

I learned that 80% of the work they do is to enable and empower the victim. The legal, psychological and social support they provide always has as a concern the respect for the victim's decision-making and respect for the time it may take to make it.

In extreme cases, we are talking about life-threatening situations, with the need to protect these victims, Shelter Houses are used where they are installed, completely uprooted from the life they knew until now, but in safety. This restructuring is carried out at several levels, with the support of APAV's multidisciplinary teams. In each shelter there is a defined number of emergency vacancies, to respond to specific situations and whose permanence has a reference period of 72 hours.

### **CHILDREN KNOW BETTER!**

At some point I ask about children, I am a Mother and there is no way I can not go through this theme. The answer strikes me like a rock: "Often children don't know they are being victims of violence." This is a brutal thing! The conversation continues and it's not just kids. Among young people and even adults, some of them don't know another reality, violent behaviors can be naturalized because they are ingrained in their routine and in what they have seen so far. In essence, I think that all children are all good and that our personality is shaped with our experiences, in that sense the service provided by APAV is fundamental as an element of support to a life that has lost its balance. For all this, it is so important to bet on training, because in its genesis children know how to make the right choice, here's an amusing example that shows exactly it:

[www.youtube.com/watch?v=ntJgSTV7DU](http://www.youtube.com/watch?v=ntJgSTV7DU)

### **LIKE A GIRL, LIKE A WOMAN**

I continue to see the numbers behind so many cases that are, in fact, people and lives. It is striking to confirm that more than 80% of the victims are women, 39% of the aggressors are the husbands or mates and in more than 50% of cases the common residence is the crime scene. The proportion of victims is repeated in relation to the aggressors, 80% are men. This situation only changes with dialogue, formation, breaking of taboos and prejudices. Now see this creative way of doing it:

[www.youtube.com/watch?v=XjJQBjWYDTs](http://www.youtube.com/watch?v=XjJQBjWYDTs)





### **WOMEN SUPPORTING WOMEN = LESS VICTIM WOMEN**

I can not resist giving you one more suggestion, besides the Solidarity IRS for APAV, of course! Adhere to this initiative of Mónica Santana Lopes author of the blog "A Mulher é que manda" (Woman in charge) that has the aim of ending a form of violence: bullying among women. MUBU has already joined! Choose your message, take a photo and share on social networks with: #fimaobullyingentremulheres #umaspelasoutras #amulherequemanda (#endtobullyingamongwomen #byeachother #womanincharge)  
See here all the details:

[amulherequemanda.com/fim-ao-bullying-mulheres-2](http://amulherequemanda.com/fim-ao-bullying-mulheres-2)

May this challenge serve to support this spectacular institution, but also to remind us that women have an incredible strength and can be instrumental in helping other women!

Text on the last image : **Look for the victim, can you find?**