

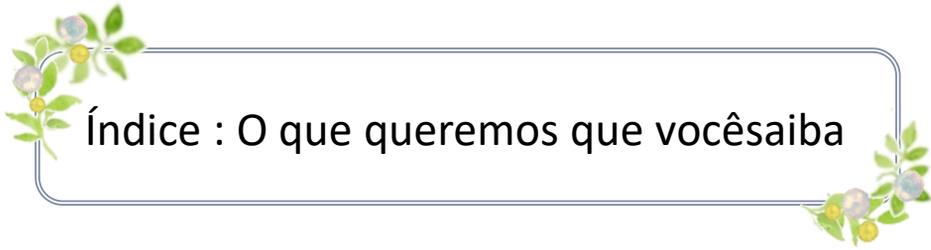
Para você que veio consultar a polícia

Você não está só.

Você é importante.



POLÍCIA DA PROVÍNCIA DE ISHIKAWA



## Índice : O que queremos que você saiba

1	Sobre o seu corpo e mente	..... 3
2	Caso sua criança se torne vítima	..... 4
3	Sobre o procedimento penal	..... 5
4	O que você pode fazer para ajudar a polícia	..... 6
5	Sobre o apoio oferecido pela polícia	..... 8
6	Sobre o custo dos exames de infecções sexualmente transmissíveis	..... 9
7	Sobre programas de assistência governamental e municipal	.....10
8	Como recomeçar a vida depois do evento traumático	.....11
9	Canais de atendimento	.....13

# Sobre o seu corpo e mente

As vítimas de violência geralmente podem sofrer os sintomas abaixo. São reações normais causadas por choques fortes inesperados.

## ✿ Saúde física

- Ter insônia
- Ter sonhos recorrentes sobre o evento traumático
- Perder o apetite
- Ter dores de cabeça
- Ficar cansado(a) facilmente

## ✿ Saúde mental

- Ficar com demasiada ansiedade
- Ficar com angústia e medo ao lembrar o evento
- Ter explosões de fúria
- Ficar irritável
- Ficar desmotivado(a) para tudo
- Ter dificuldades de concentração
- Ter sentimentos de vergonha e culpa
- Perguntar-se “por que justamente EU fui violentado(a) ?”
- Ter dificuldade de confiar nos outros
- Pensar que ninguém pode entender você
- Ter incapacidade de sentir emoções como alegria ou tristeza

## ✿ Sensações

- Ficar distraído(a)
- Assustar-se mesmo com barulhos discretos
- Não sentir calor, frio ou dor
- Ter falta de sensação da realidade do evento

## ✿ Memória

- Ter flashbacks do evento traumático
- Não conseguir se lembrar do evento traumático
- Entrar em pânico ao tentar lembrar o trauma
- Ficar com problema de memória e dificuldades em tomar decisões

## ✿ Problemas sociais

- Não poder sair sozinho(a)
- Sentir-se desmotivado(a) a encontrar ou conversar com outros
- Evitar coisas que possam reproduzir a memória do evento
- Passar a fumar ou beber mais
- Ter horários irregulares nas atividades diárias



Estes sintomas tendem a melhorar ao longo do tempo, mas algumas pessoas precisam de mais tempo que outras. Podem, além disso, evoluir a doença psiquiátrica como o TEPT. TEPT (Transtorno de estresse pós-traumático) é um transtorno psiquiátrico que pode se desenvolver em resposta à exposição a um trauma insuportável. Os sintomas principais são os citados acima.



# Caso sua criança se torne vítima

As vítimas, não somente os adultos mas também as crianças, podem sofrer alguns sintomas físicos e mentais depois do evento.

## ✿ Sintomas físicos

- Falta de apetite
- Dores de estômago, diarreia ou náuseas
- Insônia
- Ter pesadelos

## ✿ Comportamento

- Ficar inquieto(a), falar ou mover-se mais do que normal
- Ficar com comportamento mais infantil, pedindo mais atenção ou carinho
- Ficar com problemas de aprendizagem
- Perder o interesse pelas coisas que lhe interessavam antes

## ✿ Sintomas mentais

- Ficar com medo de estar sozinho(a), sempre querendo ficar com alguém
- Ficar medroso(a), ficar assustado(a) facilmente
- Não querer falar sobre o evento
- Evitar as coisas ou os lugares relacionados ao evento



## ✿ Como relacionar-se com a sua criança ✿

### ○ Fale com a sua criança de maneira que a tranquilize

Só de estar perto de uma pessoa de confiança ou dos pais fará com que a sua criança se sinta mais tranquila. Fale para ele(a) que sentir tristeza, raiva e ansiedade é natural.

### ○ Tente manter a vida cotidiana mais segura e normal possível.

Viver a vida o mais normal possível fará com que a sua criança consiga se sentir mais tranquila.

### ○ acredite no que a sua criança lhe diz.

### ○ Tente não repreender a sua criança.

### ○ Tente ouvir a sua criança sem pressa.

### ○ Tente não forçar nas perguntas para a sua criança.



## ✿ Cuide também de você mesmo(a) ✿

É natural que os membros da família também fiquem chocados e sem rumo quando envolvidos no evento inesperado.

Você precisa cuidar de você mesmo(a) para apoiar a sua criança.

Você pode consultar alguma pessoa de confiança ou alguma organização especializada (pag.13,14) para não guardar as suas preocupações só para você.

# Procedimento penal



Acontecimento ou descoberta do crime

Denúnci à polícia

Início da investigação

Depoimento para a polícia  
Entrega de provas  
Inspeção no local do crime com a presença da vítima

Identificação do(a) criminoso(a)

Interrogatório voluntário

Prisão

Os documentos da investigação são mandados para a promotoria (o ministério público)

Confirmação do(a) suspeito(a)  
Entrevistas feitas pela polícia  
Entrega das provas  
Inspeção no local do crime com a presença da vítima

Dentro de 48 horas  
O(A) suspeito(a) e os documentos da investigação são mandados para a promotoria

Entrevistas feitas pelo promotor público

Dentro de 24 horas

Libertação

Detenção preventiva

20 dias no máximo

Arquivamento do processo

Abertura do processo

Requerimento do julgamento

Requerimento da ordem sumária

Julgamento

Comparecimento na audiência

Sentença

Ordem sumária



Procedimentos pela parte da vítima

# O que você pode fazer para ajudar a polícia



## Polícia ~ Procedimentos necessários para a investigação ~

### Consultamédica

Procure cuidados médicos se estiver ferido(a) ou se houver risco de gravidez ou de alguma infecção (doença) sexualmente transmissível.

No caso da infecção sexualmente transmissível, frequentemente a vítima não tem sintomas aparentes, e, por este motivo, é importante submeter-se a um exame de infecção realizado por um médico.

Se você conseguir tomar o anticoncepcional de emergência prescrito por um médico dentro de 72 horas depois da violência sexual, você terá grande probabilidade de evitar uma gravidez.

[Tema relacionado: Sistema de financiamento público (pag.8) ]

---

### Entrega das provas

Caso seja necessário, a polícia ou o médico poderá recolher pelos, fluidos corporais, urina, etc. que estejam em contato com o seu corpo como provas para identificar o criminoso(a), ou poderá lhe pedir para entregar as roupas e/ou os itens que você portava no momento da violência.

---

### Responder às perguntas para a polícia elaborar documentos

O(A) policial encarregado(a) lhe pedirá para explicar o mais detalhado possível as circunstâncias do evento e as características do criminoso(a).

Entendemos que é bastante difícil para você falar ou se lembrar sobre o caso, mas são perguntas indispensáveis para a investigação.

A polícia elaborará documentos de acordo com a sua explicação.

---

### Acompanhar a inspeção no local do crime

Caso seja necessário, a polícia poderá lhe pedir para acompanhar a inspeção no local do crime.



Durante a investigação, você poderá escolher o sexo do(a) policial encarregado(a).



# O que você pode fazer para ajudar a polícia



Promotoria ~ depois que o(a) criminoso(a) for preso(a) e mandado(a) à promotoria ~

## Responder às perguntas para o promotor público elaborar depoimentos

O promotor público poderá fazer perguntas sobre o evento.

Caso seja necessário, ele elaborará documentos de acordo com a sua explicação.

Tribunal ~ depois que o criminoso(a) for acusado(a) ~

## Comparecer à audiência, testemunhar

Caso seja necessário, você precisará testemunhar no julgamento.

Poderá ser admissível colocar uma parede de partição entre você e a audiência ou o(a) acusado(a), ou você poderá testemunhar de outro quarto teleconectado com o tribunal.

Anotações

# Sobre o apoio oferecido pela polícia



## Fornecimento de informações

O(A) policial encarregado(a) do seu caso vai lhe dar informações sobre os procedimentos criminais, andamento das investigações, captura e sentença do(a) criminoso(a), etc.

## Sistema de financiamento público

Existe um sistema de financiamento público para cobrir os custos com tratamento médico, acompanhamento psicológico, dentre outros, para aliviar a sua carga mental e financeira. Os seguintes gastos poderão ser custeados:

Custos com tratamento médico

Primeira consulta

Tratamento (apenas a primeira sessão)

Exame de infecções sexualmente transmissíveis (necessário aviso prévio)

Emissão de laudo médico

Acompanhamento psicológico

※Contate-nos para mais informações.

Outros custos (aluguel de abrigo temporário, taxa de uso de local para consulta com a polícia)

## Acompanhamento psicológico feito pela polícia

O aconselhamento de apoio às vítimas é realizado por profissionais licenciados, psicólogos ou psiquiatras, que darão o apoio necessário para você se recuperar do dano psicológico sofrido. O aconselhamento é gratuito.

Você poderá solicitar ao(a) policial encarregado(a) ou ligar para #8103 “Seihigai Hyakutoban” (Consulta sobre violência sexual: pag. 13).

Eles também poderão acompanhar você em cada fase da investigação.



## Intensificação de patrulhamento

Caso seja necessário, a polícia poderá intensificar o patrulhamento para garantir a sua segurança.

## Visita domiciliar

Os policiais de Koban (posto policial) visitam a danos e para dar instruções sobre prevenção de crimes, além de ouvir as suas solicitações para a polícia e fornecer consultoria. sua residência para mitigação de

## Registro no sistema do 110 (número de chamada de emergência)

Registrando seus dados previamente nesse sistema, ao ligar para o 110, você será identificado automaticamente e, assim, os policiais poderão atender ao seu chamado com mais rapidez.

# Sobre o custo dos exames de infecções sexualmente transmissíveis

Existe um sistema de financiamento público para cobrir os custos de exames de infecções sexualmente transmissíveis para aliviar a preocupação das vítimas. (pag.8)

Para quem não sabe muito sobre as doenças infecciosas, os exames de 6 doenças listadas abaixo são recomendados.

Recomenda-se realizar duas vezes cada exame.

Primeira vez: quando você vai a uma consulta médica pela primeira vez ao denunciar o evento para a polícia  
Segunda vez: depois do período de incubação de cada

Você precisa ir a um estabelecimento médico para se submeter ao exame de 6 doenças abaixo mencionados.

Quando você sentir dificuldades em ir ao médico sozinho(a), não hesite em dizer ao(a) policial encarregado(a). Ele(a) poderá acompanhar você.

## <Doenças infecciosas principais>

Nome	Período de incubação	Tipo de amostra	Sintomas iniciais
Gonorréia	Aprox. 7 dias	Amostra de raspagem, urina, líquido que você usou para enxaguar a boca	Poucos sintomas são relatados pelos pacientes. Podem ter: dor para urinar, urina frequente, corrimento vaginal com mau odor, aumento das secreções vaginais, dor na parte inferior do abdome, e febre dependendo de cada um.
Clamídia			Poucos sintomas são relatados pelos pacientes. Podem ter: aumento do corrimento vaginal ou dor na parte inferior do abdome dependendo de cada um.
Hepatite B	Aprox. 3 meses	sangue	Sintomas parecidos aos de resfriado, cansaço, insônia, falta de apetite, etc.
Hepatite C			Sintomas parecidos aos de resfriado. Muitos não apresentam nenhum sintoma.
Sífilis			Aparece um nódulo avermelhado no lugar infectado, mas se cura espontaneamente em 4 ou 6 semanas. A maioria das mulheres infectadas não percebem.
HIV(AIDS)			Muitos não apresentam nenhum sintoma.

※ O sistema de financiamento público é aplicável apenas aos custos dos exames.

# Sobre programas de assistência governamental e municipal



## Sistema de benefícios para as vítimas de crime

Neste sistema o governo proporciona auxílio financeiro aos membros da família da vítima morta por causa de algum crime doloso ou às vítimas de crimes que resultaram em ferimento grave, doença grave ou deficiência física.

### 【Tipos, condições e pagamento dos benefícios】

- ① **Benefícios para a família da vítima morta**  
O valor do benefício é calculado baseado na idade, renda, etc. da vítima morta e pago ao membro mais próximo da família da vítima na ordem seguinte; (1)cônjuge (2)filho(a)(s) (3)pais (4)neto(a)(s) (5)avós (6)irmãos
- ② **Benefícios em caso de ferimentos ou doenças graves**  
Paga-se um valor à vítima que sofreu ferimento ou doença grave\* tendo em conta os custos para tratamento médico dentro do seguro e danos financeiros devido à ausência ao trabalho até 3 anos.  
\*Ferimentos ou doenças que necessitam mais de um mês de tratamento médico e mais de três dias de hospitalização. No caso de doença psiquiátrica como o TEPT, mais de um mês de tratamento médico e mais de três dias sem conseguir trabalhar por causa da doença.
- ③ **Benefícios em caso de deficiência física**  
Depois do período de tratamento do ferimento ou da doença (ou depois que o sintoma se tornar estável), caso a vítima ficar com alguma deficiência física (grau 1 a 14), será fornecido um valor para a vítima de acordo com o grau de deficiência.

### 【Nota】

Caso seja considerado que a vítima teve alguma culpa ou em caso de crime entre parentes, uma parte ou o total do valor não poderá ser pago.

Caso tenha alguma compensação pública como compensação de trabalhadores ou alguma indenização por danos, será ajustado o valor do benefícios tendo em conta a compensação recebida.

### 【O prazo de solicitação】

A solicitação para benefícios não pode ser processada depois de 2 anos a contar da data que você tomou conhecimento da ocorrência do dano criminal ou depois de 7 anos a contar da data da ocorrência do dano criminal. No entanto, se existir alguma justificativa reconhecida que impedia de solicitar durante estes períodos, você poderá solicitar dentro de 6 meses a contar da data que desapareceu a justificativa.

Entre em contato com Seção de Suporte às Vítimas Criminais da Divisão de Serviço para Comunidades e Consulta do Quartel General da Polícia (Keisatu Honbu, Kenminshien Soudan Ka, Higaisha Shien Shitsu [TEL:076-225-0110](tel:076-225-0110)) ou com a delegacia que tem jurisdição sobre o seu endereço.

## Auxílio às vítimas pela prefeitura (Mimaikin)

Existe um sistema de auxílio Mimaikin para vítimas criminais em cada prefeitura da Província de Ishikawa.

Você pode solicitar na seção encarregada da sua prefeitura.

# Como recomeçar a vida depois do evento traumático



## ✿ Quando tiver algum problema físico, você deve ir ao hospital.

Quando você se sentir indisposto(a) como insônia ou tiver preocupação sobre gravidez ou infecções sexualmente transmissíveis, você deve ir ao hospital. Se você for um(a) estudante, também poderá falar com uma(um) enfermeira(o) ou uma(um) conselheira(o) da escola.

## ✿ Está bem chorar quando você tiver vontade.

Quando você quiser chorar, pode chorar sem constrangimento. Expressar seu sentimento francamente vai lhe ajudar na sua recuperação mental.

## ✿ Não se culpe.

Será que você não se está sentindo culpado(a) pensando que poderia ter evitado ser vítima do crime? Qualquer que tenha sido a sua atitude, não faz você merecer ter sido vítima.

## ✿ Fale com uma pessoa em que você confia.

Procure ser entendido(a) por uma pessoa em que você confia e possa falar seus sentimentos. A dor emocional poderá ser aliviada mais facilmente quando você desabafa várias vezes sobre o evento traumático.

## ✿ Tente recuperar a sua vida diária aos poucos.

Tente recuperar o ritmo original da sua vida diária pouco a pouco, sem forçar, começando pelas coisas simples, por exemplo, comer uma refeição ou tomar banho, etc. Aos poucos seu corpo e sua mente se recuperarão.

## ✿ Passe o tempo com tranquilidade.

Mesmo que não consiga fazer como antes, tente passar o tempo com tranquilidade, mas sem forçar. Por exemplo, ouvindo músicas favoritas, olhando paisagens favoritas, etc.



Você não precisa se esforçar demais. Comece pelas coisas que você consegue fazer.

## Como relaxar



✿ Tente expirar lentamente.



Expirar dizendo “tudo bem” na sua mente vai lhe ajudar a relaxar.

✿ Empurre levemente as têmporas com dedo.



## Anotações

## Canais de atendimento

### Polícia da Província de Ishikawa

 **110 sobre danos sexuais (Seihigai Hyakutoban)**  
Serviço de consulta sobre danos causados por abuso e violência sexual

 **Número de telefone**  
#8103  
0120-010-783  
(076)225-0281

Disponível 24 horas  
Oficiais mulheres estão disponíveis de 9:00 a 17:45, de segunda a sexta-feira.



Desenho símbolo do apoio às vítimas criminais (Gyutto-chan)

### Prefeitura da Província de Ishikawa

 **Purple Support Ishikawa**  
(Centro de apoio às vítimas de violência sexual de Ishikawa: Ishikawa Seibouryoku Higaisha Shien Center)

Fornece os seguintes serviços sobre os danos de violência sexual;

- Consulta
- Suporte mental (Aconselhamento)
- Coordenação de suporte

Comunicação com a polícia, departamento de obstetrícia e ginecologia, associação de advogados ou outras organizações relacionadas e acompanhamento pessoal em consultas

 **Número de telefone**  
#8891  
(076)223-8955

De segunda a sexta-feira  
8:30 - 17:15

\*disponível 24 horas em caso de emergência

Quartel General da Polícia 076-225-0110

### 【Delegacias】

Kanazawa-naka	076-222-0110
Kanazawa-higashi	076-253-0110
Kanazawa-nishi	076-266-0110
Daishoji	0761-72-0110
Komatsu	0761-22-0110
Nomi	0761-57-0110

Hakusan	076-216-0110
Tsubata	076-289-0110
Hakui	0767-22-0110
Nanao	0767-53-0110
Wajima	0768-22-0110
Suzu	0768-82-0110

# Canais de atendimento



## Associação de Advogados de Kanazawa(Kanazawa Bengoshi-kai) (Serviço de aconselhamento legal para apoiar as vítimas criminais)

Você pode consultar advogados com bom conhecimento sobre o apoio às vítimas por telefone ou pessoalmente.(primeira vez gratuita)

- ◆ Você pode solicitar, se preferir, uma advogada se você for uma vítima de um crime sexual.
- ◆ Em caso de contrato oficial, os seguintes serviços poderão ser solicitados (serviços taxados)
  - apresentar denúncia criminal ou boletim de ocorrência em seu nome.
  - fazer a coordenação com a polícia ou promotor público; acompanhar, ter contato, avisar os pedidos, etc.
  - negociar com a outra parte sobre acordos privados, etc.
  - acompanhar você quando for assistir o julgamento ou apoiar você quando for testemunhar no julgamento.
  - assessoria de imprensa
  - entrar com uma ação de indenização
- ◆ Em princípio, utilizando o sistema de apoio legal às vítimas de crime, pessoas que têm dificuldades financeiras e, ao mesmo tempo, cumprem determinados requisitos podem receber apoios legais pelos advogados sem ônus (gratuito).  
Contudo, o solicitante poderá necessitar devolver parte do dinheiro caso obtenha algum benefício econômico por outra parte como resultado de processos administrativos.

 Associação de Advogados de Kanazawa (Kanazawa Bengoshi-kai)  
(Serviço de aconselhamento legal para apoiar as vítimas criminais)  
(076)221—0242 De segunda a sexta-feira9:00 – 17:00

- ◆ Existe um acordo entre a Polícia da Província de Ishikawa, Associação de Advogados de Kanazawa e Centro de Apoio às Vítimas de Ishikawa(mencionado abaixo) para fornecer apoios.  
A polícia pode oferecer, de acordo com o seu consentimento, informações sobre o dano às outras duas organizações para ajudar elas a fornecerem os apoios necessários.

## Apoio por “Houterasu”(Centro de Apoio Legal do Japão)

- Oferecer informações sobre o sistema legal, associação de advogados ou outros tipos de organização
- Nomear um advogado do estado através do sistema de participação de vítimas no julgamento
- Fornecer apoio legal sobre assuntos civis para as pessoas de baixa renda

 “Houterasu Ishikawa”(Centro de Apoio Legal do Japão:Ishikawa)  
(050)3383—5477 De segunda a sexta-feira9:00 – 17:00

## Organização de Apoio Inicial às Vítimas Criminais designada pelo Comitê de Segurança Pública de Ishikawa Associação incorporada de interesse público : Centro de Apoio a Vítimas de Ishikawa (Ishikawa Higaisha Support Center)

- ◆ Serviços principais
  - Consulta por telefone ou entrevista
  - Consulta por advogados
  - Acompanhamento para o tribunal, hospital, delegacia, etc.
- ◆ A polícia pode oferecer, de acordo com o seu consentimento, informações sobre o dano ao Centro para ajudar ele a fornecer apoios necessários.

 Centro de Apoio a Vítimas de Ishikawa (Ishikawa Higaisha Support Center)  
(076)226—7830 De segunda a sexta-feira10:00 – 16:00

Consulta gratuita, estrita confidencialidade (É necessário fazer reserva para uma consulta pessoal)

※ Existem outras organizações de consulta.Consulte “Guia para as vítimas” postada no website da Polícia da Província de Ishikawa (<https://www2.police.pref.ishikawa.lg.jp/>).

## Anotações



Oficial encarregado(a) de ter contato com você

Delegacia de  
Nome

Departamento de

Número de telefone

Não hesite em ter contato com ele(a) quando for necessário.



Código QR para descarregar este folheto