



# Alô, vizinho!

Estamos de volta para pedir a sua ajuda e passar algumas dicas, para que você possa auxiliar as mulheres do seu condomínio!

- Faça sua vizinha sentir a sua presença e fique alerta a todos os sinais de violência: física, psicológica, sexual, financeira, moral e etc.
- Procure colocar no seu prédio informações com os canais de denúncia como: [ouvidoria.mdh.gov.br](http://ouvidoria.mdh.gov.br), Ligue 180 ou 190.
- Disponibilize seus contatos em local visível para as pessoas de seu prédio, demonstrando que está vigilante e disponível para ajudar. **Seja solidário!**
- Estabeleça e combine códigos de emergência (sinal, gesto, palavra ou um objeto na janela) que alertem para situações de crise.
- Se você está sofrendo violência, lembramos que existe uma rede de atendimento pronta para você, que segue disponível para te dar informações e apoio. Ligue 180 ou use o *app* Direitos Humanos BR.



Aplicativo  
Direitos Humanos Brasil

Site  
[ouvidoria.mdh.gov.br](http://ouvidoria.mdh.gov.br)



Apoio:

SPPM  
Subsecretaria de Políticas  
Públicas para Mulheres

SECIC  
Secretaria de Estado  
de Cidadania e Cultura

GOVERNO  
DO ESTADO  
Mato Grosso do Sul

SECRETARIA NACIONAL DE  
POLÍTICAS PARA AS MULHERES

MINISTÉRIO DA  
MULHER, DA FAMÍLIA E  
DOS DIREITOS HUMANOS

PÁTRIA AMADA  
BRASIL  
GOVERNO FEDERAL