



MÓDULO 1

Identificar a violência económica

Formação para a autonomia económica das mulheres • 4 horas



**Cofinanciado pela
União Europeia**

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Como funciona este módulo

Dar nome à violência económica com confiança, distingui-la de problemas de dinheiro comuns e reconhecê-la na vida real: na própria vida ou na de alguém que apoia.

4 h

Duração

4

Lições

4

Exercícios

4

Reflexões

4

Línguas

1.1

55 min

O que é a violência económica?

Prática: EX 1.1 • EX 1.2

1.2

65 min

As táticas usadas pelos agressores

Prática: EX 1.3 • EX 1.4

1.3

55 min

Reconhecer os sinais

Prática: EX 1.5 • EX 1.6

1.4

55 min

O impacto e quem corre mais risco

Prática: EX 1.7 • EX 1.8



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Objetivos de aprendizagem

No final deste módulo, vai ser capaz de:



Definir a violência económica

Explicar o que é, como se distingue de problemas de dinheiro e qual a ligação ao controlo coercivo.



Conhecer as táticas

Nomear os três padrões principais e as táticas de cada um, incluindo a violência digital e após a separação.



Reconhecer os sinais de alerta

Notar os primeiros sinais nas regras do dia a dia sobre dinheiro e ver como a violência pode crescer.



Compreender o impacto

Perceber porque é que a violência económica prende as pessoas, quem corre mais risco e porque os mitos são falsos.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



LIÇÃO 1.1 • 55 MIN

O que é a violência económica?

Nota sobre o conteúdo: Esta lição fala de controlo nas relações. Avance ao seu ritmo e faça uma pausa sempre que precisar.

NESTA LIÇÃO

- Uma definição clara
- Onde se encaixa a violência económica
- Os três padrões principais
- Porque fica tantas vezes escondida

Módulo 1 • Identificar a violência económica



L1.1 Objetivos de aprendizagem

No final desta lição, vai ser capaz de:



Explicar a violência económica por palavras suas



Distingui-la de preocupações e desacordos sobre dinheiro



Nomear os três padrões principais da violência económica



Explicar porque fica tantas vezes escondida

ESTA LIÇÃO

L1.1

Duração: 55 min

Prática: EX 1.1, EX 1.2

Questionário: 5 perguntas, 70% para passar



**Cofinanciado pela
União Europeia**

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Palavras-chave

As palavras que vai encontrar na lição L1.1, explicadas de forma simples.

Violência económica

Quando uma pessoa usa o dinheiro e os recursos para controlar outra e limitar a sua liberdade.

Controlo coercivo

Um padrão de isolar, vigiar e controlar uma pessoa até o mundo dela ficar muito pequeno.

Violência de género

Violência contra uma mulher por ser mulher, ou violência que afeta muito mais as mulheres do que os homens.

Mesada

Um valor fixo que uma pessoa dá a outra, muitas vezes com regras sobre como o gastar.

Conta conjunta

Uma conta bancária de duas pessoas. As duas devem poder vê-la e usá-la.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Uma definição clara



Há violência económica quando uma pessoa usa o dinheiro e os recursos para controlar outra. Limita a liberdade dela e a hipótese de ser independente.

- Não é o mesmo que preocupações ou discussões sobre dinheiro
- Pode acontecer sozinha ou junto com outras formas de violência
- Pode continuar, ou até piorar, depois de a relação acabar

Onde se encaixa a violência económica

A violência económica raramente é um ato isolado. É uma parte de um quadro maior.



Parte do controlo coercivo

Controlo coercivo é isolar, vigiar e controlar alguém. O dinheiro é uma das suas armas mais fortes.



Violência contra as mulheres

Pode acontecer a qualquer pessoa, mas afeta sobretudo mulheres. A lei da UE inclui a violência económica na violência doméstica.



Não são só problemas de dinheiro

Tempos difíceis e discussões sobre dinheiro não são violência. A violência é unilateral, intencional e controladora.

Problemas de dinheiro ou controlo do dinheiro?

Repare em como se decide sobre o dinheiro, e não em quanto dinheiro há.



Um desacordo sobre dinheiro

- As duas pessoas têm voz
- As duas veem as contas e as faturas
- Pode falar sobre o assunto sem medo
- Os tempos difíceis afetam os dois



Violência económica

- Uma pessoa decide sozinha
- Ela não pode ver nem usar o dinheiro
- As perguntas trazem raiva ou castigo
- Uma pessoa fica com o poder e com o dinheiro

Os três padrões principais

Quase todas as táticas deste módulo cabem num destes três padrões. Muitas vezes, misturam-se.



Controlo económico

Limitar o acesso dela ao dinheiro: mesada apertada, talões de tudo, todas as decisões tomadas por ele. O objetivo é a dependência.



Exploração económica

Tirar ou usar mal o dinheiro dela: dívidas em nome dela, usar o salário ou apoios dela. O objetivo é esgotar os recursos.



Sabotar o trabalho ou estudo

Impedi-la de ganhar dinheiro: bloquear um emprego ou curso, criar problemas no trabalho. O objetivo é fechar-lhe a saída.

Quatro perguntas a fazer

Quando algo não parece bem, estas perguntas podem ajudar a ver com mais clareza.

1



É unilateral?

Há uma pessoa com todo o poder sobre o dinheiro?

2



É de propósito?

É uma escolha, e não azar ou um mês difícil?

3



Serve para controlar?

Limita os sítios onde ela pode ir, o que compra ou com quem está?

4



E se ela perguntar?

Uma pergunta traz raiva ou castigo em vez de uma conversa?

Porque fica escondida

Não deixa nódoas negras. Os sinais escondem-se em extratos, contratos e pequenas regras do dia a dia.



Parece a vida normal

Um dos dois «tratar do dinheiro» ou ter uma conta conjunta pode parecer normal visto de fora.



Muitas vezes não tem nome

Sem palavras para isto, muitas mulheres culpam-se por serem «más a gerir dinheiro».



A vergonha cala

O dinheiro é um tema privado. A vergonha das dívidas ou de não ter dinheiro próprio faz muitas mulheres calar.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Mais comum do que se pensa

A violência económica é muito menos denunciada do que outras formas de violência, mas os estudos mostram que é comum.

1 em 3

mulheres na UE sofreram violência física ou sexual desde os 15 anos

Cerca de 95%

das sobreviventes de violência doméstica num estudo do Reino Unido referiram violência económica

Fonte: FRA, inquérito à escala da UE sobre a violência contra as mulheres; Surviving Economic Abuse (estudo do Reino Unido)

A culpa nunca é sua



Se algo disto lhe parece familiar, a culpa não é sua. A violência económica é uma escolha de quem a pratica. Pedir ajuda é um sinal de força.

- Faça este curso ao seu ritmo
- Pode falar com alguém de confiança ou com um serviço gratuito e confidencial



Verifique o que aprendeu

Tente responder por palavras suas antes de continuar.



Por palavras suas, o que é a violência económica?



Qual é a diferença entre um desacordo sobre dinheiro e a violência económica?



Quais são os três padrões principais da violência económica?



Porque é que a violência económica fica muitas vezes escondida?

Recursos para saber mais

Quer saber mais? Estes recursos são gratuitos e fiáveis.



Diretiva (UE) 2024/1385: violência contra as mulheres e violência doméstica

<https://eur-lex.europa.eu/eli/dir/2024/1385/oj>



Surviving Economic Abuse (associação do Reino Unido): informação e recursos, em inglês

<https://survivingeconomicabuse.org/>



**Cofinanciado pela
União Europeia**

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



L1.1 Pontos-chave

Antes da próxima lição, guarde estes cinco pontos.



Violência económica é usar o dinheiro para controlar outra pessoa.



Não é o mesmo que preocupações ou desacordos sobre dinheiro.



Faz parte do controlo coercivo e é uma forma de violência contra as mulheres.



Três padrões: controlo, exploração e sabotagem do trabalho ou estudo.



Fica escondida porque parece normal, causa vergonha e não deixa marcas.



Agora ponha em prática

Termine esta lição na plataforma FIRE ou com o seu grupo.



ATIVIDADE INTERATIVA

Controlo ou cuidado?

Na plataforma • cerca de 10 minutos



EXERCÍCIO 1.1

Violência ou não? Analise o caso

20 min • Individual



REFLEXÃO 1.2

A linha entre controlo e cuidado

15 min • Em grupo • Privada: só a própria pessoa vê as respostas



QUESTIONÁRIO DA LIÇÃO

5 perguntas de escolha múltipla

70% para passar • tentativas ilimitadas



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



LIÇÃO 1.2 • 65 MIN

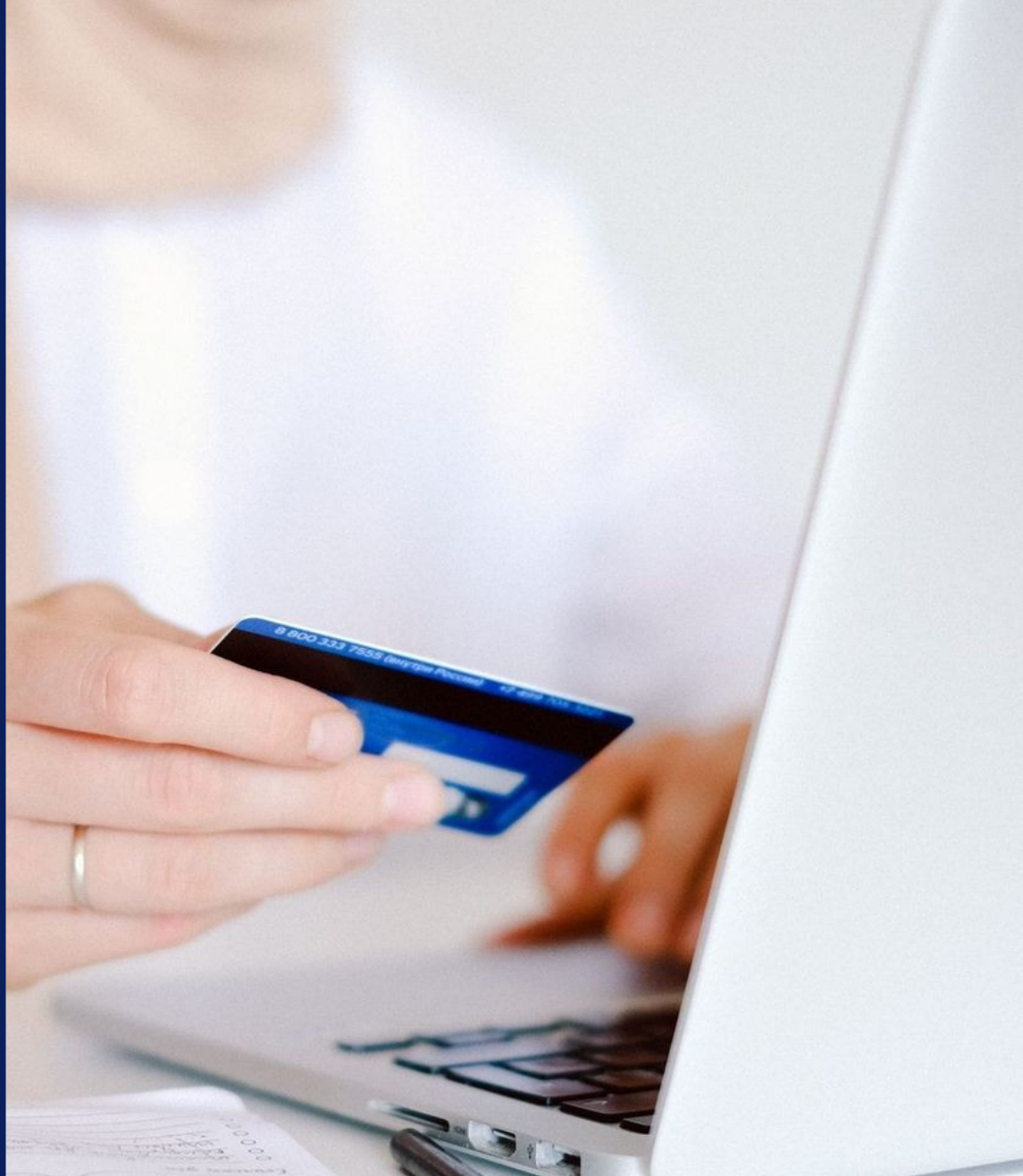
As táticas usadas pelos agressores

Nota sobre o conteúdo: Esta lição descreve comportamentos de controlo. Se algo lhe tocar de perto, faça uma pausa e cuide de si.

NESTA LIÇÃO

- Táticas de controlo
- Bloquear o trabalho e o estudo
- Exploração e dívidas forçadas
- Violência digital e após a separação

Módulo 1 • Identificar a violência económica



L1.2 Objetivos de aprendizagem

No final desta lição, vai ser capaz de:



Nomear as principais táticas de controlo económico



Reconhecer como se pode impedir alguém de ganhar dinheiro



Explicar como funciona a dívida forçada e porque dura tanto



Descrever como a violência pode continuar online e após a separação

ESTA LIÇÃO

L1.2

Duração: 65 min

Prática: EX 1.3, EX 1.4

Questionário: 5 perguntas, 70% para passar



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Palavras-chave

As palavras que vai encontrar na lição L1.2, explicadas de forma simples.

Vigilância

Observar ou verificar tudo o que uma pessoa faz, por exemplo cada pagamento ou mensagem.

Sabotagem laboral

Impedir uma pessoa de arranjar ou manter um emprego ou curso, para que não ganhe dinheiro próprio.

Dívida forçada

Dívida em nome de uma pessoa, feita sob pressão, ameaça ou engano, ou sem o seu consentimento.

Historial de crédito

Informação que os bancos usam para decidir se pode pedir crédito ou arrendar. Dívidas por pagar prejudicam-no.

Violência pós-separação

Violência que continua depois de a relação acabar, por exemplo através do dinheiro, dos filhos ou dos tribunais.



Táticas de controlo

As táticas de controlo mantêm a pessoa dependente. Limitam o dinheiro a que ela chega e o que pode fazer com ele.



Limitar o acesso

Manter contas, cartões ou dinheiro fora do alcance dela. Ela pode pôr dinheiro numa conta que não pode usar.



Vigiar cada euro

Pedir talões, ver os extratos linha a linha, questionar cada compra, até a comida.



A «mesada»

Um valor pequeno e fixo que tem de chegar para tudo, e depois críticas sobre como foi gasto.



Decidir tudo sozinho

Tomar sozinho todas as decisões sobre dinheiro e afastá-la da informação e das decisões.

Bloquear o caminho para um rendimento



Esgotar os recursos

A exploração passa o dinheiro dela para o agressor. Pode deixar danos duradouros, como dívidas e mau historial de crédito.



Dívida forçada

Pressioná-la ou enganá-la para pedir empréstimos ou crédito, ou pedir crédito em nome dela sem consentimento.



Ficar com o dinheiro dela

Tirar-lhe dinheiro, salário ou apoios, vender as coisas dela ou pôr o dinheiro comum fora do seu alcance.



Recusar-se a contribuir

Não pagar nada da renda, da comida ou dos filhos, para que ela suporte sozinha todas as despesas.



Abusar de apoios ou estatuto

Controlar os apoios sociais dela, ou usar a autorização de residência ou a dependência para obter dinheiro ou obediência.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Como funciona a dívida forçada

A dívida forçada causa danos a longo prazo. Cada ação à esquerda deixa um dano duradouro à direita.

O que o agressor faz	O dano que fica
Pede empréstimos ou cartões em nome dela	Ela pode ser legalmente responsável por uma dívida da qual nunca beneficiou
Pressiona-a a assinar contratos financeiros	As prestações ficam a cargo dela, muitas vezes durante anos
Acumula dívidas e depois abandona-a	Um mau historial de crédito impede arrendar casa, pedir crédito e, por vezes, trabalhar
Esconde os empréstimos até ser tarde demais	Ela só descobre a dívida numa crise, já com poucas opções



A dívida pode durar mais do que a relação

DÍVIDA FORÇADA

A dívida em nome dela fica com ela, mesmo depois de sair. Pode impedi-la de arrendar, pedir crédito e às vezes trabalhar durante anos.

Continua a não ser culpa dela. O apoio jurídico e com dívidas, muitas vezes gratuito, pode ajudar.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Controlo através do banco digital

As aplicações que gerem o nosso dinheiro também podem servir para vigiar e controlar.



Sem acesso às aplicações

Controlar palavras-passe e alertas para que ela não possa ver nem usar as suas próprias contas.



Vigiada em tempo real

Ver cada pagamento no momento, e a aplicação do banco passa a ser uma forma de a vigiar.



Crédito aberto online

Abrir contas ou crédito online em nome dela, ou exigir acesso às suas aplicações de pagamento.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Violência depois da separação



Muitas pessoas pensam que o perigo acaba quando a relação acaba. A violência económica pode continuar através do dinheiro, dos filhos e dos tribunais.

- Arrastar a partilha de bens
- Recusar tirar o nome dela de uma dívida comum
- Usar a pensão de alimentos e as despesas comuns para manter o controlo
- Processos repetidos em tribunal, documentos retidos e longos atrasos



Verifique o que aprendeu

Tente responder por palavras suas antes de continuar.



Nomeie duas táticas de controlo económico.



Como se pode impedir alguém de ganhar o seu próprio dinheiro?



Porque é que a dívida forçada causa danos tão duradouros?



Como pode a violência económica continuar depois de uma relação acabar?

L1.2 Pontos-chave

Antes da próxima lição, guarde estes cinco pontos.



As táticas de controlo limitam o acesso: vigiar, dar mesada e decidir sozinho.



A sabotagem corta o rendimento: impedir o trabalho, assédio, insultos, tirar o salário.



A exploração esgota o dinheiro: dívida forçada, roubo e recusa em contribuir.



A dívida forçada pode acompanhar uma mulher durante anos. Não é culpa dela.



O banco digital e a separação dão à violência novas formas de continuar.



Agora ponha em prática

Termine esta lição na plataforma FIRE ou com o seu grupo.



ATIVIDADE INTERATIVA

Dê nome ao padrão

Na plataforma • cerca de 10 minutos



EXERCÍCIO 1.3

Encontre todas as táticas

22 min • Em pares



REFLEXÃO 1.4

Que táticas se escondem melhor?

15 min • Em grupo • Privada: só a própria pessoa vê as respostas



QUESTIONÁRIO DA LIÇÃO

5 perguntas de escolha múltipla

70% para passar • tentativas ilimitadas



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



LIÇÃO 1.3 • 55 MIN

Reconhecer os sinais

Nota sobre o conteúdo: Esta lição convida a pensar na sua própria situação. Partilhe só o que quiser e faça uma pausa se precisar.

NESTA LIÇÃO

- Sinais de alerta a conhecer
- Sinais na sua própria vida
- Sinais em alguém que apoia
- Como a violência cresce com o tempo

Módulo 1 • Identificar a violência económica



L1.3 Objetivos de aprendizagem

No final desta lição, vai ser capaz de:



Reconhecer os sinais de alerta mais comuns da violência económica



Usar quatro perguntas honestas para olhar para a sua situação



Notar sinais em alguém que apoia e responder com cuidado



Descrever as quatro fases da escalada

ESTA LIÇÃO

L1.3

Duração: 55 min

Prática: EX 1.5, EX 1.6

Questionário: 5 perguntas, 70% para passar



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Palavras-chave

As palavras que vai encontrar na lição L1.3, explicadas de forma simples.

Sinal de alerta

Um aviso de que algo pode não estar bem.

Escalada

Quando a violência fica, aos poucos, mais forte, mais frequente ou mais prejudicial.

Isolamento

Ficar afastada de amigos, família, trabalho ou atividades, muitas vezes devagar e passo a passo.

Revelação

Quando alguém conta a outra pessoa a violência que viveu.

Centro antiviolência

Um serviço local que dá às mulheres apoio gratuito e confidencial em qualquer tipo de violência, incluindo a económica.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Sinais de alerta a conhecer

Nenhum sinal sozinho prova a violência. Vários juntos são um sinal forte. Repare se algum lhe é familiar.



Sobre o dinheiro

- Não pode usar à vontade o dinheiro que ganhou ou a que tem direito
- Tem de explicar cada compra, por mais pequena que seja
- Outra pessoa controla todas as contas, cartões e palavras-passe
- Não sabe quanto a casa ganha ou deve



Sobre a sua vida

- Sente ansiedade ou medo ao gastar no essencial
- Apareceram dívidas em seu nome que não escolheu
- Foi impedida de trabalhar ou estudar
- O seu salário ou apoios são retidos ou «geridos» por outra pessoa



Olhar para a sua própria vida

A violência pode ser difícil de ver por dentro, porque cresce devagar. Estas perguntas honestas podem ajudar.



Tem acesso real?

Consegue chegar ao dinheiro, usá-lo e saber o que existe, sem pedir autorização nem ter problemas?



De quem é a decisão?

Quem decide de facto como se ganha, gasta e poupa? Ficar de fora de todas as decisões é um sinal.



O que acontece se perguntar?

Uma relação segura aceita perguntas sobre dinheiro. Raiva, castigo ou ser calada são o sinal.



O seu mundo encolheu?

A falta de dinheiro afastou-a, aos poucos, de amigos, família, trabalho ou das coisas de que gosta?

Sinais em alguém que apoia



Como cresce a violência económica

Raramente começa de forma dramática. Cada fase faz a seguinte parecer normal.

1



Começa por pouco

Uma oferta que parece gentil para «simplificar» ou «tratar» do dinheiro.

2



Torna-se rotina

O controlo passa, aos poucos, a ser a forma normal de gerir a casa.

3



Aperta

O acesso diminui, a vigilância aumenta e as perguntas são recebidas com raiva.

4



Prende

Dívidas, dependência e isolamento, em conjunto, fazem sair parecer impossível.

A independência da Giulia a encolher

ESTUDO DE CASO • ITÁLIA

Giulia, 41



O que aconteceu

A Giulia tinha um pequeno negócio antes de conhecer o Paolo. Ele ofereceu-se para «tratar da parte chata» do dinheiro. Depois passou a conta do negócio para uma conta conjunta que ele controlava. Dava-lhe dinheiro por semana e pedia-lhe contas de cada euro. Um dia, um fornecedor ligou por causa de uma fatura por pagar. A Giulia descobriu empréstimos em nome dela sobre o negócio.

O que mudou

A Giulia ligou para uma linha nacional gratuita. Um centro antiviolência local deu-lhe apoio jurídico e emocional e ajudou-a a pedir o Reddito di Libertà.

PENSE NISTO

- Que sinais de alerta consegue ver?
- Quando é que alguém podia ter reparado?
- Porque é que a Giulia pode pensar que «não era bem violência»?

Durante dois anos, a Giulia pôs dinheiro em contas que não podia ver.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Se se reconhecer aqui



Se estes sinais lhe são familiares, não está sozinha e a culpa não é sua. Não tem de decidir nada hoje. Pequenos passos seguros contam.

- Fale com alguém de confiança
- Contacte um serviço gratuito e confidencial quando se sentir pronta
- Pense na sua segurança antes de mudar alguma coisa em casa



Ajuda gratuita e confidencial

Estes serviços dão informação e apoio. São gratuitos e confidenciais.

ITÁLIA

1522

1522 Linha contra a violência e a perseguição

Gratuito, 24 horas, também por telemóvel. Em italiano, inglês, francês, espanhol, árabe e alemão. Também por chat e app.

gratuito • 24 horas por dia

ALEMANHA

116 016

Linha de apoio contra a violência sobre as mulheres (Hilfetelefon)

Gratuito, anónimo, 24 horas. Intérpretes em muitas línguas e língua gestual. Chat (diariamente, 12h-20h) e e-mail em alemão.

gratuito • 24 horas por dia

PORTUGAL

800 202 148

Serviço de Informação a Vítimas de Violência Doméstica

Gratuito, 24 horas: informação e encaminhamento confidenciais. Também por SMS 3060 ou e-mail violencia@cig.gov.pt.

gratuito • 24 horas por dia

EM TODA A UE

116 006

Linha de apoio à vítima de crime (onde disponível)

Número europeu para vítimas de crime. Ativo na Alemanha e em Portugal. Em Itália não foi encontrado: ligue 1522, ou 112 em perigo.



Em caso de emergência, ligue 112.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Verifique o que aprendeu

Tente responder por palavras suas antes de continuar.



Nomeie três sinais de alerta de violência económica.



Que quatro perguntas podem ajudar a olhar para a sua própria situação?



Como responderia se uma amiga mostrasse sinais de violência económica?



Quais são as quatro fases da escalada?

L1.3 Pontos-chave

Antes da próxima lição, guarde estes cinco pontos.



Nenhum sinal sozinho prova a violência, mas vários juntos são um sinal forte.



Pergunte pelo acesso, pelas decisões, pelo que acontece ao perguntar e pelo isolamento.



Nos outros, repare em sinais práticos, emocionais e de comportamento.



Responda acreditando nela, sem pressão, e diga onde há ajuda.



A violência cresce por fases, e cada fase faz a seguinte parecer normal.



Agora ponha em prática

Termine esta lição na plataforma FIRE ou com o seu grupo.



ATIVIDADE INTERATIVA

Sinais de alerta

Na plataforma • cerca de 10 minutos



EXERCÍCIO 1.5

Mapear a escalada

22 min • Em pares



REFLEXÃO 1.6

O que torna tão difícil sair?

15 min • Em grupo • Privada: só a própria pessoa vê as respostas



QUESTIONÁRIO DA LIÇÃO

5 perguntas de escolha múltipla

70% para passar • tentativas ilimitadas



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



LIÇÃO 1.4 • 55 MIN

O impacto e quem corre mais risco

Nota sobre o conteúdo: Esta lição fala dos danos da violência económica e inclui uma história real. Avance com calma e faça pausas quando precisar.

NESTA LIÇÃO

- Os efeitos em cadeia
- Porque prende as pessoas
- Quem corre mais risco
- Mitos e factos

Módulo 1 • Identificar a violência económica



L1.4 Objetivos de aprendizagem

No final desta lição, vai ser capaz de:



Descrever como a violência económica prejudica o dinheiro, a saúde, a segurança e os filhos



Explicar porque torna tão difícil sair



Nomear grupos de mulheres que correm mais risco



Substituir mitos comuns por factos

ESTA LIÇÃO

L1.4

Duração: 55 min

Prática: EX 1.7, EX 1.8

Questionário: 5 perguntas, 70% para passar



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Palavras-chave

As palavras que vai encontrar na lição L1.4, explicadas de forma simples.

Autorização de residência

Um documento oficial que dá o direito de viver num país.

Dependência financeira

Depender de outra pessoa para ter dinheiro, muitas vezes por não ter rendimento próprio.

Casa de abrigo

Um lugar seguro para ficar, para mulheres que saem de situações de violência, muitas vezes com os filhos.

Mito

Uma ideia em que muitas pessoas acreditam, mas que não é verdade.

Diretiva

Uma lei da UE que fixa metas que todos os países da UE têm de cumprir através das suas leis nacionais.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Os efeitos em cadeia

A violência económica nunca é só sobre dinheiro. Os danos chegam à saúde, à segurança e à geração seguinte.



Dinheiro

Perda de rendimento e poupanças, mau historial de crédito e dívidas que podem levar anos a pagar.



Mente e confiança

Preocupação constante, menos autoconfiança e uma forte sensação de estar presa.



Segurança e habitação

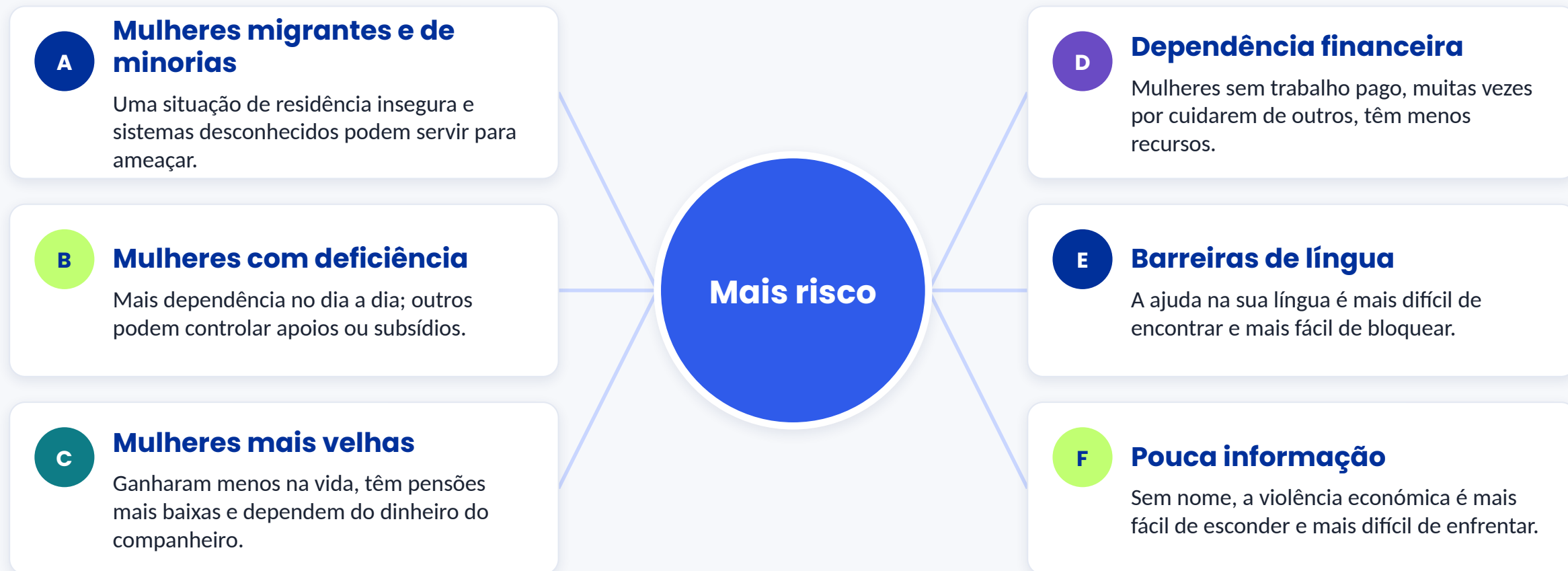
Sem dinheiro, sair em segurança é muito mais difícil. Algumas mulheres têm de escolher entre o perigo e ficar sem casa.



Filhos e futuro

Afeta a estabilidade dos filhos e pode passar os danos financeiros para a geração seguinte.

Quem corre mais risco



Porque prende as pessoas

Perceber como funciona a armadilha troca a culpa pela compreensão. Vários fatores atuam em conjunto.



Sem dinheiro para sair

Sair custa dinheiro: caução, transporte, apoio jurídico. A violência económica tira exatamente estes recursos.



A dívida como corrente

A dívida forçada e o mau historial de crédito acompanham-na e limitam casa e crédito durante anos.



Afastada dos outros

O dinheiro controlado corta o contacto com amigos e família que podiam ajudar a sair.



Autoconfiança desgastada

Depois de ouvir muitas vezes «não consegues sozinha», pode deixar de acreditar que consegue, mesmo quando consegue.

Aisha, longe de casa

ESTUDO DE CASO · ALEMANHA

Aisha



O que aconteceu

A Aisha foi para a Alemanha quando casou com o Karim. A autorização de residência dependia do casamento e ela falava pouco alemão. O Karim tratava de todos os papéis e apoios. Dizia que as autoridades «só falam com ele». Ficou com os documentos dela e não lhe dava dinheiro. Dizia que ela seria expulsa do país se criasse problemas. Sozinha e com medo, a Aisha achava que não tinha direitos.

O que mudou

A Aisha encontrou uma linha de apoio gratuita na sua língua. Soube que as casas de abrigo (Frauenhäuser) ajudam mulheres de qualquer nacionalidade.

PENSE NISTO

- Porque é tão difícil a situação da Aisha?
- Como se agravam estes fatores entre si?
- O que gostaria que a Aisha soubesse primeiro?



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



O que diz a lei da UE



A Diretiva (UE) 2024/1385 é a lei da UE sobre a violência contra as mulheres e a violência doméstica. Inclui a violência económica na violência doméstica.

- Todos os países da UE têm de adaptar as leis nacionais à Diretiva
- O Módulo 3 explica os seus direitos em Itália, na Alemanha e em Portugal



Mitos e factos

Os mitos protegem os agressores e calam as mulheres. Trocar cada mito por um facto ajuda a acabar com a violência.

A Mito

- «Não é bem violência se não houver agressões.»
- «Ela só tem de gerir melhor o orçamento.»
- «Se fosse assim tão mau, ela ia-se embora.»
- «Só acontece a certo tipo de mulheres.»
- «Acaba quando a relação acaba.»

B Facto

- A lei da UE inclui a violência económica na violência doméstica.
- O problema é o controlo de outra pessoa, não a forma como ela gere o dinheiro.
- A violência económica tira exatamente os recursos necessários para sair.
- Acontece em todas as classes, culturas e níveis de rendimento.
- Através de dívidas e despesas comuns, continua muitas vezes depois.

Dar-lhe nome é o primeiro passo



«Não pode ser livre quem não chega ao seu próprio dinheiro.» Este é um princípio orientador do programa FIRE.

- Dar nome à violência económica é o primeiro passo para a enfrentar
- O Módulo 2 ajuda a construir a independência financeira, passo a passo



Verifique o que aprendeu

Tente responder por palavras suas antes de continuar.



Nomeie três áreas da vida que a violência económica pode prejudicar.



Porque é tão difícil sair quando alguém não tem dinheiro próprio?



Que grupos de mulheres correm mais risco, e porquê?



Escolha um mito e explique o facto que o substitui.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Recursos para saber mais

Quer saber mais? Estes recursos são gratuitos e fiáveis.



FRA: Violência contra as mulheres, um inquérito à escala da UE

<https://fra.europa.eu/en/publication/2014/violence-against-women-eu-wide-survey-main-results-report>



**Cofinanciado pela
União Europeia**

FIRE - Financial Resilience - Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



L1.4 Pontos-chave

Antes da próxima lição, guarde estes cinco pontos.



A violência económica prejudica o dinheiro, a saúde mental, a segurança e os filhos.



Prende as pessoas: tira-lhes o dinheiro, acrescenta dívidas e isola-as.



Mulheres migrantes, com deficiência, mais velhas e dependentes correm mais risco.



A lei da UE inclui a violência económica na violência doméstica.



Todos os mitos comuns sobre ela são falsos, e contestá-los ajuda.



Agora ponha em prática

Termine esta lição na plataforma FIRE ou com o seu grupo.



ATIVIDADE INTERATIVA

Mito ou facto?

Na plataforma • cerca de 10 minutos



EXERCÍCIO 1.7

Avaliar o risco e o impacto

22 min • Em pares



REFLEXÃO 1.8

Contestar os mitos à nossa volta

15 min • Em grupo • Privada: só a própria pessoa vê as respostas



QUESTIONÁRIO DA LIÇÃO

5 perguntas de escolha múltipla

70% para passar • tentativas ilimitadas



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Onde pedir ajuda

Estes serviços são gratuitos e confidenciais. Pode ligar para si ou para alguém que apoia.

ITÁLIA

1522

1522 Linha contra a violência e a perseguição

Gratuito, 24 horas, também por telemóvel. Em italiano, inglês, francês, espanhol, árabe e alemão. Também por chat e app.

gratuito • 24 horas por dia

ALEMANHA

116 016

Linha de apoio contra a violência sobre as mulheres (Hilfetelefon)

Gratuito, anónimo, 24 horas. Intérpretes em muitas línguas e língua gestual. Chat (diariamente, 12h-20h) e e-mail em alemão.

gratuito • 24 horas por dia

PORTUGAL

800 202 148

Serviço de Informação a Vítimas de Violência Doméstica

Gratuito, 24 horas: informação e encaminhamento confidenciais. Também por SMS 3060 ou e-mail violencia@cig.gov.pt.

gratuito • 24 horas por dia

EM TODA A UE

116 006

Linha de apoio à vítima de crime (onde disponível)

Número europeu para vítimas de crime. Ativo na Alemanha e em Portugal. Em Itália não foi encontrado: ligue 1522, ou 112 em perigo.



Em caso de emergência, ligue 112.



Cofinanciado pela
União Europeia

FIRE • Financial Resilience • Módulo 1: Identificar a violência económica

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles.



Resumo do módulo

O que já sabe fazer depois do Módulo 1

- ✓ Já sabe explicar a violência económica e distingui-la de problemas de dinheiro.
- ✓ Já sabe nomear táticas de controlo, de exploração e de sabotagem do trabalho ou estudo.
- ✓ Já reconhece os sinais de alerta e sabe como a violência cresce com o tempo.
- ✓ Compreende o impacto, quem corre mais risco e porque é que os mitos são falsos.
- ✓ Sabe que existe ajuda gratuita e confidencial, e que pedir ajuda é um sinal de força.

NO PRÓXIMO MÓDULO

O Módulo 2 ajuda a construir a independência financeira: perceber o dinheiro, fazer um orçamento, ganhar, poupar e definir metas, passo a passo.

Faça o questionário final do módulo (70% para passar) para receber o certificado e o badge do Módulo 1.



FIM DO MÓDULO 1

Obrigado por aprender com o FIRE

[Continue na plataforma de aprendizagem FIRE: fire.elnlab.eu](https://fire.elnlab.eu)



**Cofinanciado pela
União Europeia**

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressos são, no entanto, apenas os do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência Nacional Erasmus+ INDIRE (Itália). Nem a União Europeia nem a entidade que concede o financiamento podem ser responsabilizadas por eles. Projeto 2025-1-IT02-KA210-ADU-000354693