



Em caso de assédio sexual, moral e racismo:

- ▶ **DOCUMENTE TUDO** - Registre detalhadamente todos os incidentes: datas, horários, locais, o que foi dito ou feito e quem estava presente. Isso será essencial como prova.
- ▶ **DENUNCIE** - Utilize os canais internos da empresa, como o setor de Recursos Humanos ou a Ouvidoria. Se preferir, recorra a órgãos externos, como o Ministério Público do Trabalho (MPT);
- ▶ **BUSQUE APOIO** - Procure suporte emocional e, se possível, evite ficar a sós com o agressor;
- ▶ **APOIO JURÍDICO E SINDICAL** - Consulte um advogado e entre em contato com o seu sindicato para orientação e apoio durante o processo;
- ▶ **DISQUE 180** - No caso de mulheres vítimas de violência, a Central de Atendimento à Mulher funciona 24h, de forma gratuita e sigilosa;
- ▶ **SOLICITAÇÃO MEDIAÇÃO** - É seu direito pedir à empresa uma mediação formal para a resolução do problema, especialmente se envolver relações hierárquicas.

LUTAR CONTRA O ASSÉDIO E O RACISMO É UM DEVER COLETIVO. DENUNCIAR É O PRIMEIRO PASSO PARA TRANSFORMAR O AMBIENTE DE TRABALHO EM UM ESPAÇO MAIS JUSTO, SEGURO E IGUALITÁRIO.



OUVIDORIA DA MULHER

FISIOTERAPEUTA E TERAPEUTA OCUPACIONAL • CREFITO-7



CREFITO7
Conselho Regional de Fisioterapia e
Terapia Ocupacional da 7ª Região

Quando buscar ajuda?



Você sabe o que é assédio sexual?

O assédio sexual é definido por lei como o ato de "constranger alguém, com o intuito de obter vantagem ou favorecimento sexual, prevalecendo-se o agente da sua condição de superior hierárquico ou ascendência inerentes ao exercício de emprego, cargo ou função."

(Código Penal, art. 216-A)

EXEMPLOS DE ASSÉDIO SEXUAL:

- Convites impertinentes sobre sexo;
- Frases ofensivas de duplo sentido, grosseiras, humilhantes, embaraçosas;
- Exibição de material pornográfico;
- Perguntas indiscretas sobre a vida privada;
- Contato físico não desejado;
- Comentários sexistas;
- E muito mais.



Você sabe o que é assédio moral?

É toda e qualquer conduta abusiva que, intencional e frequentemente, **fira a dignidade e a integridade física ou psíquica de uma pessoa**, ameaçando seu emprego ou degradando o clima de trabalho. Embora o assédio moral não seja citado diretamente, as medidas estabelecidas para o combate englobam e valem também para outros tipos de irregularidades citadas na **Lei nº 14.457/22**.



Informação é poder



O crime de injúria racial está previsto no artigo 140, § 3º, do Código Penal. A lei define como injúria racial a ofensa a alguém, em razão da sua raça, cor, etnia ou origem.

RACISMO

NÃO É PIADA

NÃO É BRINCADEIRA

NÃO É MIMIMI

NÃO É OPINIÃO PESSOAL

