

FIQUE ATENTA!

Tipos de Violência Contra a Mulher:

- **Física:** Espancar, sufocar, agredir.
- **Psicológica:** Ameaçar, humilhar, intimidar.
- **Sexual:** Estuprar, assediar, abusar.
- **Moral:** Difamar, expor, acusar sem provas.
- **Patrimonial:** Furtar, extorquir, roubar.

Não hesite em procurar ajuda e denunciar qualquer forma de violência!

**Ligue 190, 197,
180 ou 156, opção 8.**

 @secmulherdf

www.mulher.df.gov.br

Palácio do Buriti – Ed. Anexo, 8º andar
Telefone: (61) 3330-3104

A IMPORTÂNCIA PARA A FAMÍLIA

Com o aumento da expectativa de vida, muitas mulheres acima dos 60 anos tornam-se cuidadoras de seus pais idosos e assumem papéis essenciais como provedoras e matriarcas em suas famílias.

A IMPORTÂNCIA PARA A SOCIEDADE

As mulheres idosas são ricas em experiências e conhecimentos, contribuindo significativamente para o aprendizado e desenvolvimento das gerações mais jovens.

CONHEÇA OS EQUIPAMENTOS, PROGRAMAS E PROJETOS DA SECRETARIA DA MULHER! APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR PARA O CÓDIGO!



ENVELHECER COM RESPEITO: A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO À MULHER IDOSA



CONSEQUÊNCIAS DA IDADE

Financeiras: A aposentadoria pode levar a uma redução dos rendimentos financeiros.

Psicológicas: Enfrentar perdas e restrições pode impactar a saúde mental. A necessidade de se sentir útil é crucial para o bem-estar.

Físicas: Idosas podem enfrentar maior vulnerabilidade a doenças como Alzheimer, Parkinson e diabetes.

VOCÊ SABIA?

É LEI:
PRIORIDADE ESPECIAL à pessoa idosa maior de 80 anos em relação aos demais idosos.
Estes são os chamados de **SUPER IDOSOS.**

BENEFÍCIOS PARA PESSOAS COM MAIS DE 60 ANOS

- **Benefício de Prestação Continuada (BPC):** Salário mínimo mensal para idosas acima de 65 anos com baixa renda.
- **Atendimento Preferencial:** Prioridade no SUS e em órgãos públicos para idosas acima de 60 anos.
- **Isenção em Transporte Público:** Isenção de tarifa com documento de identidade.
- **Vagas Exclusivas:** Assentos reservados no transporte público e em estacionamentos.
- **Medicamentos Gratuitos:** Disponíveis nas Unidades de Saúde e farmácias do SUS.
- **Meia-Entrada em Eventos:** 50% de desconto em ingressos para eventos culturais e de lazer.
- **Isenção do IPTU:** Para idosas acima de 60 anos.

O QUE A PESSOA IDOSA PODE FAZER?

Explore novas oportunidades e projetos pessoais, participe de cursos e atividades grupais para promover dignidade e respeito. O envolvimento em atividades prazerosas é fundamental para o bem-estar.

PROGRAMAS EXCLUSIVOS



PARCERIA : UNISER – UNB
(Universidade do Envelhecer):
Amplia habilidades e cidadania.
www.uniserunb.com

- **Coral Levando a Vida:** Aulas de canto gratuitas. Contato: (61) 98157-8827 (WhatsApp)
- **Rede de Proteção da SEDES:** Acompanhamento e prevenção de risco. Procure o CRAS local.
- **Defesa dos Direitos do Idoso:** Apoio psicossocial e inclusão digital. Endereço: SAAN – Quadra 1. Lote C. Telefone: (61) 2244-1329