



# Assédio sexual e bullying

**O que posso fazer?**

**UNIA**

**Como se defender:**

# **Assédio sexual e bullying**

## **1. Fale diretamente com o agressor**

**Diga claramente ao agressor, de preferência perante testemunhas, que não aceita o seu comportamento!**

Fale no momento em que os factos acontecem ou depois e, se necessário, também por escrito.

**Ao abordar o comportamento, tenha os seguintes pontos em consideração:**

- Descreva os acontecimentos de forma clara (por exemplo: «Você passou muito perto de mim e tocou-me.»)
- Diga como se sentiu naquele momento (por exemplo: «Isso foi desagradável para mim.»)
- Diga o que você espera (por exemplo: «Eu espero que você pare com isso no futuro.»)

## **2. Registe todos os factos**

Tome nota de todos os factos relacionados com o assédio ou bullying: data, hora, local, testemunhas, natureza do assédio e sua reação.

**Guarde todas as provas, como cartas, SMS e e-mails.**

### 3. Procure aconselhamento

Muitas pessoas afetadas sentem-se culpadas pelo que aconteceu - mesmo que não tenham qualquer culpa!

O Unia e [belaestigt.ch](http://belaestigt.ch) (também em línguas estrangeiras) oferecem apoio e ajuda.

**O que fazer: preparar conversas, escrever cartas, sensibilizar o empregador, etc.**

Pessoas com estatuto de estadia incerto temem muitas vezes perder a sua autorização se protestarem. Contra tal discriminação múltipla, existem também centros especializados, como [network-racism.ch](http://network-racism.ch).

### 4. Medidas legais

Quer tomar medidas legais? Consulte um órgão especializado como, por exemplo, o sindicato Unia. Em muitos casos, é sensato resolver antes o conflito de outras maneiras. Se mesmo assim optar por medidas legais, receberá o nosso apoio.

**Procure apoio de pessoas que lhe são próximas**

Fale dos acontecimentos com pessoas de confiança e colegas de trabalho que o/a podem ouvir e apoiar.



### **O assédio sexual no local de trabalho é proibido**

O artigo 4 da Lei sobre a Igualdade proíbe claramente o assédio sexual no local de trabalho. É dever do empregador protegê-lo/a. É seu direito defender-se.

### **Que comportamentos são considerados assédio sexual?**

- Comentários sobre aparência física, orientação sexual, identidade de género, expressão de género
- Comentários indesejados sobre sexualidade, piadas sexistas, relatos com conteúdo sexual
- Olhares ou gestos sugestivos, assobios, insultos, piscadelas de olho
- Exibição de material porno, convites indesejados ou ameaças
- Contacto físico indesejado, agressão sexual ou violação

**Essencial: trata-se de assédio se o comportamento for indesejado.**

**Mais informações e a nossa brochura completa podem ser encontradas aqui:**

[unia.ch/molestie](http://unia.ch/molestie)



**Torne-se membro!**