

Contra la
violencia,
actúa,
cambia,
denuncia

Infórmate,
conoce tus derechos
y los lugares donde
pueden apoyarte.



¿Sabes qué es la violencia contra las mujeres?



Es una situación en la que los hombres cometen algún tipo de abuso o de control sobre mujeres o niñas.

Es una ofensa a la dignidad y a los derechos humanos.

Puede presentarse en todas las edades de las personas, en todas las clases sociales y regiones geográficas.

Tiene efectos inmediatos y puede ponerte en peligro de muerte.

Muchas veces las mujeres no sabemos que estamos sufriendola. En este folleto te ayudamos a identificarla y a saber qué hacer para evitarla.

¿Vives violencia?

Responde sinceramente estas preguntas.

¿Le tienes miedo a tu pareja?



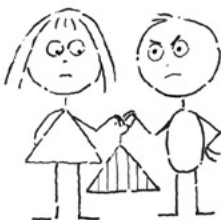
¿Prefieres no hablar de ciertas cosas con él para que no se enoje?



¿Te humilla, te hace sentir que "eres menos"?



¿Te dice cómo vestirte?



¿Te dice cómo debes portarte o si lo que piensas está bien o mal?



¿No respeta tu intimidad?
¿Muestra celos continuamente?



¿Es infiel?



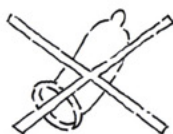
¿Critica las costumbres o tradiciones de tu familia?



¿Te obliga a tener sexo cuando tú no quieres?



¿Te hace tener sexo sin protección?



¿Te ha dado un empujón, un golpe o una bofetada?



¿Te insulta o te humilla frente de los demás?



Si contestas que sí a una o más de ellas, entonces estás sufriendo violencia. Busca apoyo inmediatamente.

Busca ayuda

Habla con alguna persona de confianza, que te escuche y respete. No dejes pasar el tiempo; es un problema que no desaparece.

Acude a la instancia estatal de apoyo a la mujer de tu estado o a una organización no gubernamental.

Busca servicios especializados de ayuda.

La Ley te protege

En México tenemos la Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia.

Describe los diversos tipos de violencia contra las mujeres: física, sexual, psicológica, económica y hasta patrimonial.

Para más información, visítanos.

<http://vidasinviolencia.inmujeres.gob.mx/?q=contactos>

Igualdad ni más ni menos



MÉXICO

GOBIERNO DE LA REPÚBLICA

