



La casa debe ser un espacio seguro para las niñas.

¡Pon un alto a la violencia contra ellas dentro y fuera de casa!

Pide ayuda al **911** EMERGENCIAS

Susana Distancia



Las niñas no deciden embarazarse.

Debemos cuidar a las niñas de la violencia sexual en los hogares durante el confinamiento a causa del COVID19.

Pide ayuda al **911** EMERGENCIAS

Susana Distancia

#SusanaDistancia
#SusanaConvivencia



Pongamos un alto a las violencias en los hogares.

Pide ayuda al **911** EMERGENCIAS

Susana Distancia

¡NO!

Escúchalas, abre los ojos y pon un alto a las violencias de las que podrían estar siendo víctimas en su propio hogar.



En estas circunstancias de convivencia intramuros por el COVID19, es muy probable que sientas estrés, tristeza o enojo, por ello hoy más que nunca es importante que...

En la comunicación con tu pareja, la escucha y el diálogo sea mutuo, libre y sin restricciones en un ambiente de pleno respeto.

¡Tengo miedo!

Hablemos... te escucho





¿Sabías qué?

Los cuidados y labores familiares también son cosa de hombres.

Hacerlo es un compromiso directo con todo el entorno familiar, así que esta contingencia hazte cargo tú también.

¡Trabajemos por la igualdad y ambientes sanos para todas las personas!



Pedir apoyo también es cosa de hombres. Para recibir orientación, acercate a los servicios de:

genges.org.mx

o comunícate a:

5552642011

Llamando...



EN ESTA CUARENTENA ¡YO DECIDO PROTEGERME AL DOBLE!

En México vivimos casi 18 millones de adolescentes y jóvenes de entre 12 y 19 años de edad.

Todas y todos tenemos derecho a vivir nuestra sexualidad de manera placentera, voluntaria y responsable.

#YoDecido

- USAR DOBLE PROTECCIÓN= ¡MUY EFECTIVO!
- SER CORRESPONSABLE CON MI PAREJA
- ERRADICAR LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO



Un embarazo entre los 15 y 19 años de edad es de **alto riesgo** por las complicaciones que conlleva a la salud.

EMPODERARME ES...

DISFRUTAR. con responsabilidad mi adolescencia y juventud evitando **embarazos** no planeados e infecciones de transmisión sexual.

DECIDIR... cuándo y con quién tener relaciones sexuales de mutuo acuerdo. ¿La prueba de amor? ¡Bah!

¡Yo decido sobre mi cuerpo!

CUIDAR... de mí y de la otra persona. utilizando la **doble protección.**

DOBLE protección





Para una mejor convivencia en el hogar, busca espacios para convivir con tu pareja, otro para estar con tus hijas e hijos y uno para ti.



¿Sabes cuáles son los derechos sexuales?

- | | | | |
|----|--|----|---|
| 01 | Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y sexualidad. | 08 | Derecho a la igualdad. |
| 02 | Derecho a ejercer y disfrutar plenamente nuestra vida sexual. | 09 | Derecho a vivir libres de discriminación. |
| 03 | Derecho a manifestar públicamente nuestros afectos. | 10 | Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad. |
| 04 | Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarnos afectivamente, eróticamente y sexualmente. | 11 | Derecho a la educación integral en sexualidad. |
| 05 | Derecho a que se respete nuestra privacidad e intimidad y a que se resguarde nuestra información personal. | 12 | Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva. |
| 06 | Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual. | 13 | Derecho a la identidad sexual. |
| 07 | Derecho a decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva. | 14 | Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción. |





HeForShe

En esta cuarentena no te olvides del cuidado de los que comparten la casa contigo:

- Propicia espacios de conversación para saber cómo se sienten. Escucha de manera activa para que se sientan comprendidos y con libertad de expresarse.
- Recuerda que sus actividades y responsabilidades son tan importantes y necesarias como las tuyas.
- Utiliza un lenguaje no violento, habla en primer persona sobre cómo te sientes y qué piensas para evitar lastimar a los otros.



Es tiempo de desafiamos como hombres creando ambientes libres de violencia.

#HeForSheDesdeCasa



GOBIERNO DE
MÉXICO

INMUJERES

ONU
MUJERES



HeForShe

En contextos de emergencia
como la pandemia actual,
la violencia contra las mujeres
y niñas incrementa.

En México, 44% de las
mujeres ha padecido
violencia por parte de
su pareja (relación
actual o última
relación).



Es tiempo de desafiarnos como hombres creando
ambientes libres de violencia.

#HeForSheDesdeCasa



GOBIERNO DE
MÉXICO

INMUJERES

ONU
MUJERES



HeForShe

Involucrarte en las labores del hogar es una forma de cuidar a todos los que viven en la casa.

- Involúcrate en el trabajo emocional. Considera los gustos y necesidades de los otros.
- Asume tu responsabilidad en las labores domésticas. Organiza tu tiempo para colaborar en la limpieza, la preparación de la comida y el cuidado a los otros.
- Participa activamente en el cuidado y la rutina de tus hijos. Encárgate de sus necesidades básicas y participa en las actividades que ellos decidan realizar.



Es tiempo de desafiarnos como hombres creando ambientes libres de violencia.

#HeForSheDesdeCasa



GOBIERNO DE
MÉXICO

INMUJERES

ONU
MUJERES



HeForShe

Las personas adultas mayores son una población vulnerable en esta cuarentena por eso es muy importante cuidar de ellos.

- Conversa con ellos. Escucha cómo se sienten y cuáles son sus necesidades.
- Ayuda a mantener rutinas y horarios regulares o apóyalos para crear nuevos.
- Comunica con ellos solamente información verificada y confiable.
- Ayuda a mantener un contacto regular con sus seres queridos.



Es tiempo de desafiamos como hombres creando ambientes libres de violencia.

#HeForSheDesdeCasa



GOBIERNO DE
MÉXICO

INMUJERES

ONU
MUJERES



HeForShe

Aprender a cuidar de nosotros mismos es saber cuidar a nuestras personas cercanas.

- Organiza el tiempo laboral y toma pausas durante la jornada para descansar y convivir con los demás.
- Reflexiona cómo te hace sentir esta situación.
- Expresa tus emociones y compártelas, con tu familia y amigos.



Es tiempo de desafiarlos como hombres creando ambientes libres de violencia.

#HeForSheDesdeCasa



GOBIERNO DE
MÉXICO

INMUJERES

ONU
MUJERES



DESPLAZAMIENTO INTERNO FORZADO A CAUSA DE LA VIOLENCIA

El desplazamiento interno forzado, es un tipo de movilidad distinta a la migración interna e internacional.

Éste se refiere a personas o grupos de personas que se han visto obligadas a huir de su hogar habitual, como resultado de situaciones de violencia generalizada, catástrofes naturales o provocadas, conflicto armado o violaciones a derechos humanos y que no han cruzado una frontera internacional.

En el año 2018 se identificó a **474 mil personas en esta condición en todo el país, esto representa el 1.35% del total de hogares.**

La región centro conformada por: Ciudad de México, Guerrero, Hidalgo, México, Morelos, Puebla y Tlaxcala, ha registrado un mayor desplazamiento de 2017 a

2018, casi doblando la cifra de 103 490 a 194 670 hogares desplazados.

Las regiones Noreste, que corresponde a los estados de Coahuila, Durango, Nuevo León, San Luis Potosí, Tamaulipas; **la Noroeste**, Baja California, Baja California Sur, Chihuahua, Sinaloa y Sonora, y **la Occidente**, Aguascalientes, Colima, Guanajuato, Jalisco, Michoacán, Nayarit, Querétaro y Zacatecas, **presentan un crecimiento moderado.**

La región Sureste: Campeche, Chiapas, Oaxaca, Quintana Roo, Tabasco, Veracruz y Yucatán, **presentan el nivel más bajo de de movilidad interna, teniendo una variación del 5% de 2017 a 2018.**

CRECIMIENTO DE PERSONAS QUE SE MOVIERON POR LA VIOLENCIA ENTRE 2017 Y 2018

CENTRO



NORESTE



NOROESTE



OCCIDENTE



SURESTE



TOTAL



Fuentes: Principios rectores de desplazamiento de Naciones Unidas. Estimaciones del CONAPO con base en el INEGI, ENSI 2010 y ENVIPE 2011-2019.

