



# PUNTOS VIOLETAS

**#EspacioSeguro**

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO



**PUNTOS  
VIOLETAS**



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

**¿Tienes una  
emergencia?**

**LLAMA AL  
911**

**POLICÍA  
DE GÉNERO  
9933 58 05 37  
Ext. 2608**

# PUNTOS VIOLETAS

## Pasos a seguir:

- 1** Llama al 911
- 2** Mantén la calma en lo que llegan las autoridades

# No estás sola



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

# ¿Qué hacer si eres testigo(a) de violencia?

Pregunta si necesita apoyo y marca al 911.

Ofrece herramientas de apoyo como números de emergencia y servicios de asistencia social.

## Cuidémonos entre todas y todos





Línea   
Mujeres  
Seguras

**993 316 68 13**

**993 689 3108**



Abelardo Reyes 201-B,  
Fracc. Arboledas Centro  
C.P. 86000 Villahermosa, Tabasco

**Nada justifica  
la violencia**

Si eres víctima o conoces a alguien que sufre  
algún tipo de violencia solcita ayuda

# PUNTOS VIOLETAS



Es una herramienta que contribuye a la erradicación de las violencias contra las mujeres, adolescentes y niñas.

Es una señalización gráfica con un **código QR**, que se coloca a la vista de la ciudadanía con el objetivo de compartirles información primordial sobre las violencias.



**Dirección de Atención a las  
Mujeres del Centro**

 **993 310 3232**  
**Ext. 1011, 1017 y 1018**

Prolongación de Paseo Tabasco  
1401 Col. Tabasco 2000 C.P. 86035,  
Villahermosa, Tab.



**Chatea con tu  
FISCAL**

**993 277 2050**

Av Paseo Usumacinta No 608, Gil y  
Sáenz C.P. 86080 Villahermosa, Tab.

**Centro de Justicia  
Empoderamiento e Igualdad para  
las Mujeres en el Estado de Tabasco**

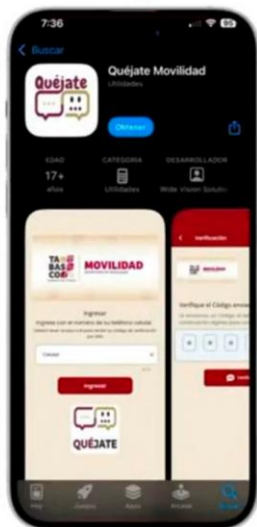
Ejido Torno Largo #221 Col. La Manga II  
Villahermosa, Tab.



**Descarga  
para más  
información**

Dirección de Atención a  
las Mujeres de Tabasco

# Descarga la App “Quéjate Movilidad”



# Violentómetro

**¡NECESITAS AYUDA  
PROFESIONAL!**

**¡REACCIONAL!**  
No te dejes destruir

**¡TEN CUIDADO!**  
La violencia aumentará

- 
- ASESINAR (Homicidio/Feminicidio)
  - Mutilar
  - Violar
  - Abuso sexual
  - Forzar a una relación sexual
  - Amenazar de muerte
  - Difundir contenido íntimo sin consentimiento por medios digitales
  - Amenazar con objetos o armas
  - Sextorsión
  - Encerrar, aislar
  - Patear
  - Cachetear
  - Empujar, jalonear
  - Pellizcar, arañar
  - Golpear "jugando"
  - Caricias agresivas
  - Manosear
  - Destruir artículos personales
  - Controlar, prohibir (amistades, familiares, dinero, lugares, apariencia, actividades, celular, mails y redes sociales)
  - Intimidar, amenazar
  - Humillar en público
  - Ridiculizar, ofender
  - Descalificar
  - Culpabilizar
  - Acechar / Stalkear redes sociales
  - Celar
  - Ignorar, ley del hielo
  - Mentir, engañar
  - Chantajear
  - Bromas hirientes

# P'ISI' TS'IBAJTESIA

**¡K'ÈNÈ AK'A UNTU MACHIKA  
UBENET K'AJALINI!**

**¡CH'È AK'AJALINI!**  
¡Mach awéktan-aba xupiket!

**¡K'ALIN JÈBÈ AJUT!**  
¡Ni ts'ibajtesia uxe tē k'e'nani!

- Tsēmsa
- Usek'e' kwa' jini ta' awak'o
- Kokoj chukom
- Ukokoj tēle'et ta' wak'o
- Ukokoj bisanet tuba ajnik t'ok une
- Ubēk'tesanet ke uxe utsēmsenet
- Uyēk'e' tē chēninte kwa'chika jini tuyak'o  
chanēlib ke mach awo
- Ubēk'tesanet t'ok kwa'chika jini o kwa'  
utsēmsenet
- Upa'sen tak'in tuba ajniket t'ok
- Umēke'et, unēt'esanet
- Lomtek'
- Top'choj
- Lubnojom, jolom
- Lep'om, lēchom
- Jēts'om "t'ok alas"
- Kērēx bēyom
- Ulaj t'oxe' ak'ēnbita
- Mach uyēktanet achen kwa' ayo achen
- Ubēk'tesanet
- Uk'ejpanet tupēnte' alot
- Pēpē' ēlben kwa' chika t'ok tse'ne
- Upatil ēlbenet
- Ujulbenet ta' wak'o
- Uch'ukēn/uch'ukēn kwa' achen
- Machyo apekēn kachika jini
- Machyo upekēnet
- Usukpekēnet
- Ubenet kwa' awo si ane aben kwa'yo
- Èlēs tse'ne ke uts'ibajtesanet

Lengua Yokot'an

# P'ISOL

¡YOMÁCH IKOTYAÑETY JIÑI  
PROPEYONAL ANO'BÁ TYI TYOJLELI!

¡NÁ'TYAÑ MACH AWÁK'  
ABA MI' TYA'LANETYO'BI!

¡KÁÑÁTYAÑ ABÁ MI KAJEL IBE  
NUK AN MAJLEL JINI WOKOL

- Tsäñsäñtyel
- Mulil
- CHe' mi tsejpel imi lojk'eñtyel ibä'tyal kixtyañoj
- CHe' mi tsots'piñety cha'añ mi tyä'lañety.
- CHe' mi ityä'lañety
- Mi wersa xik'ety cha'añ mi api'leñ tyi wañel.
- Mi su'beñety ke mi kajel itsänsañety.
- CHe' mi päs ba' chakalety ima'añ tyi asu'be mi ipuke'.
- CHe' mi ipäs eñety juloñi'
- CHe mi ipuk alok'om tyi internet
- Ñup'ol
- Che' mi bo'tyek'elaj
- Tyok' jajts'iñtyel paty chikiñ
- Xitychokoñtyel
- Sep'
- Jajts'el
- Mi ajajts'el che' mi ityäjlel abä'tyal
- CHe' mi tyäjlel la kbä'tyal
- Mi tyop'e' muk'bä lajk'añ
- Mi' su'beñety chuki mach mej achajpañ
- CHe' añ Chuki mej iñik'i tyubeñoñlaj
- CHe' mi käjk'ela tyi kisiñ kaña iwuty kixtyañojob
- Nik'i su'beñtyel
- Ma'añ mi ijajk'el isujmilel
- CHe' mi soraj jojp'el amulil.
- CH'uj k'elol
- Celar. Mi chäkiñety.
- Ma'añ mi k'elety mi cha'leñ.
- CHe' mi tyä'lañetyob

# Derechos Humanos de las Mujeres Indígenas

- Estar protegidas por sus familias, comunidades y gobiernos.
- Hablar su lengua indígena.
- Que se reconozca su trabajo, tanto en la casa como fuera de ella.
- No ser maltratadas física, sexual o psicológicamente.
- Ser informadas de los métodos para decidir el número de hijos que quiere tener.
- Elegir el método anticonceptivo que consideran adecuado.
- Elegir marido libremente y sin presión alguna, o decidir no casarse.
- Participar activamente, con voz y voto, y que sean escuchadas en las asambleas.
- Tener acceso a recursos públicos para proyectos productivos.
- Tener acceso a la tierra.
- Recibir servicios de salud, de educación y de capacitación.
- Ocupar cargos políticos en su comunidad.
- Decidir sobre el manejo de los recursos naturales de su comunidad.
- Recibir información sobre sus derechos.
- Una vida digna.
- Compartir responsabilidades y satisfacciones con sus compañeros en un plano de igualdad.
- Que reconozcan que son importantes, sin importar las diferencias físicas y entre hombres y mujeres.
- Vivir de acuerdo con las costumbres y tradiciones de su comunidad.



**Línea** <sup>24/7</sup>  
**Mujeres  
Seguras**

**993 316 68 13**

993 689 3108 | 993 316 6488



# UTOJILE UTSIL KUXLE YOKO IXIKTAKJOB

- K'alín ajnik të kënëntintejob tan uyotot, tan ukajob kama' tëkë tan oyotot ch'unikilba.
- Uchen t'an të yokot'an.
- K'alín chënbintik upatan, kama' tan uyototjob ka' chich tëkë bajka tak unume.
- Mach ts'ibajteskak tuyak'o, kokoj ajnik t'ok machka këra o bék'tesaya t'ok uk'ajalin.
- K'alín këntesakakjob t'ok jini ts'aji tuba uwina'tan jëytu ubij ch'ok yo ajnik.
- Unehich uyële' kamba jin ni ts'ak uxe uch'e' tuba mach ajnik uts'isa.
- Uch'e' chich uyële' kamba uxe ujit'ok mach
- K'ënë kokoj bintik, o che' tëkë mach lotojak.
- Pak'in ajnik tan ump'e woyom, ubkak ut'an kama' tëkë ut'ëbsen uk'ëb, che' tëkë ubkak ut'an tama ump'e woyom.
- Uch'e' bintik jini tak'in tuba uchen kua' chich ka jini tuba uchen bit patan.
- Uch'e' ukënëntan ukab.
- Ajnik uts'ak, ni këntesia kama' tëkë k'alín ye'bintik kache'da uchen ump'e patan.
- Uch'e' xik tëkë ixnoja tan utënxina kaj.
- Uch'e' uyële' kache'da uch'e' K'ënkak jini kua' ya'an tan yëxoma tuba ukaj.
- K'alín ts'aykëbintik kache'da tusu jini utojil kuxle.
- Ajnik të K'alín kuxle uts.
- Uk'alín pukën kua' të ute kama' tëkë uk'alín chen ni patan t'ok ulot uk'a ajnik tutoja ukuxle.
- Uch'e' uyëk'e' tupixan ke unejo'ba k'en uk'ajalin, mach k'ënë uchënen kache'da ya'an kuxu, tama chich ni winkërejob t'ok ixiktakjob.
- Ajnik të kuxle kama' chich uyute oni, kama' tëkë t'ok upete ni pitsile ke uyute tan ukaj.

Lengua Yokot'an



**Línea 24/7**  
**Mujeres**  
**Seguras**

**993 316 68 13**

993 689 3108 | 993 316 6488



## CONOCE LA CARTILLA DE DERECHOS de las Mujeres

// Queremos que las niñas crezcan y se desarrollen en libertad plena //  
 con la conciencia de que es su derecho convertirse en las personas que quieran ser y contar con los oportunidades para lograrlo.

**15 Derechos de las Mujeres**

1. Derecho ser libre y ser feliz
2. Derecho a vivir en familia, en paz y con bienestar
3. Derecho a la educación
4. Derecho a la salud
5. Derecho a la vivienda
6. Derechos comunitarios
7. Derecho a una identidad y a tener autonomía
8. Derecho a la cultura
9. Derecho a la libre expresión y al libre tránsito
10. Acceso y derecho a la justicia
11. Derecho a la participación política
12. Derechos digitales
13. Derechos de las niñas y los adolescentes
14. Derecho a un trabajo digno y a un salario igualitario
15. Derecho a una vida libre de violencias

**Los derechos son para todas las personas no importa dónde naciste, cuánto dinero tienes, el color de tu piel, la lengua que hables, cómo te veas o dónde vivas.**

**Las mujeres somos más de la mitad de la población en México y en el mundo. Cada vez es más claro que hombres y mujeres podemos trabajar juntos en condiciones igualitarias para abonar al cambio y a la transformación.**

**También queremos decirles a los hombres que conozcan los derechos de las mujeres, ello nos ayudará a todas y todos a construir una sociedad mejor.**

**Todas las mujeres en México deben saber que tienen derecho a cumplir sus sueños y las autoridades están obligadas a garantizar las condiciones para que esto suceda.**



**CARTILLA DE DERECHOS de las Mujeres**




Descarga

CAMPAÑA PERMANENTE POR LA IGUALDAD Y EN CONTRA DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES

[www.cartilladerechosdelasmujeres.gob.mx](http://www.cartilladerechosdelasmujeres.gob.mx)



Gobierno de México

Mujeres Secretaría de las Mujeres

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

**PUNTOS  
VIOLETAS**

INSTITUTO ESTATAL  
**DE LAS MUJERES**  
TABASCO



**SITIO EN  
CONSTRUCCIÓN**

[iem-yumka.gob.mx](http://iem-yumka.gob.mx)

## CARTILLA de DERECHOS SEXUALES

1

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

**DERECHO A DECIDIR DE FORMA LIBRE, AUTONOMA E INFORMADA SOBRE MI CUERPO Y SEXUALIDAD DE ACUERDO CON MI DESARROLLO Y EDAD**



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

2

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

**DERECHO A EJERCER Y DISFRUTAR PLENAMENTE MI SEXUALIDAD COMO PRÁCTICA DE UNA DE UNA VIDA PLENA, PROTEGIDA Y PLACENTERA, SIN LESIONAR NI FORZAR LA VOLUNTAD PROPIA Y AJENA.**



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

3

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

**DERECHO A MANIFESTAR PUBLICAMENTE MIS AFECTOS**

SIN PREJUICIOS, DISCRIMINACIÓN NI VIOLENCIA, RESPETANDO LA DIVERSIDAD SEXUAL.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

4

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

**DERECHO A DECIDIR LIBREMENTE CON QUIÉN O QUIÉNES ME RELACIONÓ AFECTIVA, ERÓTICA Y SOCIALMENTE**

SIN COACCIÓN NI OBLIGACIÓN.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

5

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

**DERECHO A QUE SE RESPETE MI PRIVACIDAD E INTIMIDAD**

RESGUARDANDO CONFIDENCIALMENTE MI INFORMACIÓN PERSONAL SIN IMPORTAR LA INDOLE.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

6

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

**DERECHO A LA VIDA, A LA INTEGRIDAD FÍSICA, PSICOLÓGICA Y SEXUAL**

A VIVIR LIBRES DE VIOLENCIAS, CON DIGNIDAD, INTEGRIDAD Y LIBERTAD.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

## CARTILLA de DERECHOS SEXUALES

7

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

### DERECHO A DECIDIR DE MANERA LIBRE E INFORMADA SOBRE MI VIDA

REPRODUCTIVA. CUÁNDO Y CUÁNTOS HIJOS E HIJOS  
TENER SIN QUE EXISTA IMPEDIMENTO.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

8

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

### DERECHO A LA IGUALDAD

A VIVIR LIBRES DE PREJUICIOS Y ESTEREOTIPOS DE  
GÉNERO QUE LIMITEN MIS CAPACIDADES PRÁCTICAS Y  
EJERCICIO PLENO DE LOS DERECHOS.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

9

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

### DERECHO A VIVIR LIBRE DE DISCRIMINACIÓN

AL EXPRESAR MI IDENTIDAD SEXUAL Y CULTURAL, ASÍ COMO  
FORMA DE VIVIR Y EJERCER LA SEXUALIDAD.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

10

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

### DERECHO A LA INFORMACIÓN ACTUALIZADA, VERAZ, COMPLETA, CIENTÍFICA Y LAICA SOBRE SEXUALIDAD

Y PODER TOMAR DECISIONES LIBRES DE ESTEREOTIPOS,  
PREJUICIOS O CULPAS.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

11

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

### DERECHO A LA EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD BASADA EN EVIDENCIA CIENTÍFICA

Y EN EL MARCO DE LOS DERECHOS HUMANOS, CON PERSPECTIVA  
DE GÉNERO Y PERTENENCIA CULTURAL.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

12

CARTILLA  
DERECHOS  
SEXUALES

### DERECHO A SERVICIOS DE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

CONFIABLES, AMIGABLES, GRATUITOS Y CON PERTINENCIA  
CULTURAL SIN SER NEGADOS POR LA AUSENCIA DE PADRE,  
MADRE, TUTOR O TUTORA LEGAL.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

## CARTILLA de DERECHOS SEXUALES

13 CARTILLA DERECHOS SEXUALES

### DERECHO A LA IDENTIDAD SEXUAL

A CONSTRUIR, DECIDIR Y EXPRESAR MI IDENTIDAD DE GÉNERO, ORIENTACIÓN SEXUAL E IDENTIDAD POLÍTICA.



INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

14 CARTILLA DERECHOS SEXUALES

### DERECHO A LA PARTICIPACIÓN EN LAS POLÍTICAS PÚBLICAS SOBRE SEXUALIDAD

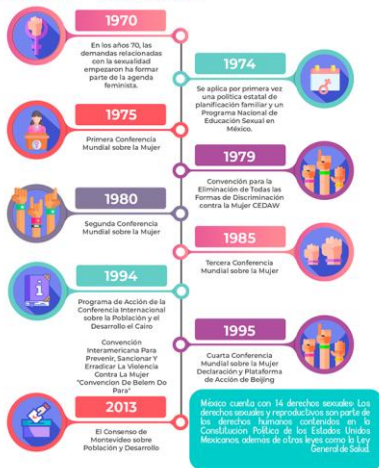
Y REPRODUCCIÓN dialogando creando y proponiendo acciones que contribuyan a mi salud y bienestar.



INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

### CARTILLA DERECHOS SEXUALES

### MOMENTOS HITOS EN LA EXIGIBILIDAD DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS DE LAS MUJERES



PUNTOS  
VIOLETAS



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

IMAGINA  
UN JUGUETE  
PARA NIÑO

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

Los juguetes  
no tienen género

Rompamos con los estereotipos que limitan  
el desarrollo de las niñas y niños.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

IMAGINA  
ALGUIEN  
LLORANDO

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

Los niños  
también lloran

El llanto es una respuesta natural y fisiológica,  
reprimir las emociones puede tener consecuencias  
negativas para la salud.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

IMAGINA  
QUE QUIERES  
SER DE  
GRANDE

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

Las niñas pueden  
trabajar en todas las  
profesiones

Deben de gozar de los mismos derechos,  
recursos y oportunidades profesionales.



INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

## Enero Sin Violencias



**La Violencia Económica y la Violencia Patrimonial**

Son formas de violencia de género que están relacionadas, pero **NO** son lo mismo.

La diferencia principal está en cómo **SE EJERCE EL CONTROL O EL DAÑO**

**Violencia Económica**

Ocurre cuando se limita o controla la autonomía económica.

**Ejemplos:**

- Impedir que trabaje o estudie.
- Controlar o vigilar el dinero que gana.
- No aportar a los gastos del hogar de manera intencional.
- Retener salarios, pensiones o apoyos económicos.
- Obligar a entregar el sueldo completo.

Su objetivo es **GENERAR DEPENDENCIA ECONOMICA**



**Violencia Patrimonial**

Implica dañar, destruir, retener o apropiarse de bienes y recursos materiales.

Su objetivo es **DESPOJAR O CONTROLAR EL PATRIMONIO**

**Ejemplos:**

- Quitar documentos personales (INE, actas, escrituras).
- Destruir objetos personales, herramientas de trabajo o vivienda.
- Apropiarse de bienes, propiedades o cuentas bancarias.
- Ocultar o vender pertenencias sin consentimiento.
- Impedir el uso o disfrute de bienes compartidos.




**Diferencias Claves**

**Violencia económica:** afecta el dinero y la capacidad de generar ingresos.

**Violencia patrimonial:** afecta los bienes, propiedades y documentos.

Ambas suelen presentarse juntas y están reconocidas en la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia en México.



**PUNTOS  
VIOLETAS**

INSTITUTO ESTATAL  
**DE LAS MUJERES**  
TABASCO

**#AmorEs**

AMOR PROPIO

AMOR FAMILIAR

**#AmorEs**

AMOR SIN VIOLENCIAS

AMOR SORORO

**TABASCO**  
GOBIERNO DEL PUEBLO

**GOBIERNO**  
SECRETARÍA DE GOBIERNO

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

**#AmorEs**

No cambiar  
para agradar  
**A NADIE.**

**TABASCO**  
GOBIERNO DEL PUEBLO

**GOBIERNO**  
SECRETARÍA DE GOBIERNO

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

**#AmorEs**

**ROMPER CICLOS**  
que dañan.

**TABASCO**  
GOBIERNO DEL PUEBLO

**GOBIERNO**  
SECRETARÍA DE GOBIERNO

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

**#AmorEs**

Hablar,  
**NO MANIPULAR.**

**TABASCO**  
GOBIERNO DEL PUEBLO

**GOBIERNO**  
SECRETARÍA DE GOBIERNO

INSTITUTO ESTATAL  
DE LAS MUJERES  
TABASCO

## Conoce nuestras campañas

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO



### ¿QUIÉN CONSUME A QUIÉN? Convive sin adicciones

Se reportó que el 21.05% de los hombres agresores estaban bajo los efectos del alcohol y drogas cuando violentaron a las mujeres

Datos del IEM 2024



Escanea para más información

Pide Ayuda

9933166813 | 99336893108 | 9933166488

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO



### IEM MUJERES EMPREDEDORAS

Conoce nuestro  
**#DirectorioIEM**

f @ X IEM Tabasco



INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

## Enciende tu luz

Enciende la luz de tu fachada por las noches, para crear espacios seguros para niñas, adolescentes y mujeres.



Escanea para más información



Línea Mujeres Seguras

f @ X IEM Tabasco

993 316 68 13

993 689 3108 | 993 316 6488



TABASCO

EDUCACIÓN

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

## Escuelas Libres de Violencias

Con esta campaña buscamos prevenir y responder a las violencias hacia las niñas y adolescentes del estado de Tabasco.

A través de la implementación del Proyecto QR Escuelas Libres de Violencias, las niñas y adolescentes podrán escanearlo y acceder a una página informativa sobre el acoso escolar y los tipos de violencias.

1. Escanea el Código QR de tu escuela
2. Accede a la página web
3. Infórmate



Línea Mujeres Seguras  
993 316 68 13

Código QR  
Escuelas Libres de Violencias

## Conoce nuestras campañas



Gobierno de México

Mujeres

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

**Tejedoras de la Patria**

Llegamos todas y juntas tejemos la patria

¡Súmate!

[tejedorasdelapatria.mujeres.gob.mx](http://tejedorasdelapatria.mujeres.gob.mx)

### SABÍAS QUE ESTO ES UN DELITO?

#### Acoso Sexual

Si alguien te insiste en insinuaciones sexuales, tocamientos, mensajes o comentarios lascivos sin tu permiso, en persona o por internet, especialmente en lugares públicos o transporte, eso es acoso sexual y es un delito.

#### Abuso Sexual

Si te tocan de forma sexual o te obligan a tocarte sin tu permiso, o si lo hacen con alguien que no entiende lo que está pasando o no puede defenderse, eso es abuso sexual y es un delito grave.

#### Hostigamiento Sexual

Si alguien con poder sobre ti en el trabajo, escuela, iglesia o en casa te insinúa cosas sexuales o te presiona para algo, aprovechándose de que tiene autoridad sobre ti, eso es hostigamiento sexual y es un delito, y es aún más grave si eres menor de edad o no puedes comprender o resistirte.

#### Sexting

Si alguien te envía fotos o videos íntimos y tú los compartes con otros sin su permiso (por mensajes, redes sociales, etc.), eso es un delito llamado sexting y puede meterte en serios problemas.

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

#### Violación

Si te obligan a tener sexo usando la fuerza o amenazas, introduciendo su pene o cualquier otro objeto en tu vagina, ano o boca, sin importar si eres hombre o mujer, eso es violación y es un delito muy grave.

### ¿Conoces estos términos de violencia digital?

#### Cyberbullying

Acoso psicológico que se ejerce a través de medios digitales, como redes sociales, mensajes de texto, correos electrónicos y plataformas de juegos.



### ¿Qué es el love bombing?

Es una estrategia de manipulación emocional que comienza con un despliegue excesivo de afecto y atención al principio de una relación.

Busca ganar tu confianza rápidamente, creando una conexión intensa que puede llevar a la dependencia emocional.



### ¿Por qué es peligroso?

- Te hace depender emocionalmente de la otra persona
- Puede ser el inicio de una relación tóxica y abusiva
- Genera confusión y sentimientos de culpa cuando intentas alejarte

### Combatir love bombing

Fortalece tu Autoestima, Cultiva Relaciones Externas, Prioriza tu Bienestar Emocional, Fomenta Tu Independencia, Educa Sobre Relaciones Saludables, Asiste a Terapia si es Necesario

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

f @ X IEM Tabasco



## Conoce nuestras campañas

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

### 8 Modalidades de VIOLENCIAS

Una modalidad corresponde al lugar, ambiente y/o situación donde las mujeres, adolescentes o niñas son violentadas.



**Violencia Familiar**



**Violencia Femenicida**



**Violencia Escolar**



**Violencia Institucional**



**Violencia en la Comunidad**



**Violencia Laboral**



**Violencia Política**



**Violencia en la de Género**

Fuente: Ley Estatal de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia

### 8 Modalidades de VIOLENCIAS



**Violencia Familiar**

Actos de violencia que se dan dentro del ámbito familiar, como entre pareja, padres e hijos, etc.



**Violencia Femenicida**

Asesinato de una mujer por el hecho de ser mujer.



**Violencia Escolar**

Toda agresión realizada dentro del ambiente de las instituciones educativas.



**Violencia Institucional**

Actos de violencia cometidos por personal de instituciones públicas, como la policía, etc.

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

### 8 Modalidades de VIOLENCIAS



**Violencia en la Comunidad**

Actos de violencia que se dan en espacios públicos, como acoso sexual, etc.



**Violencia Laboral**

Actos de violencia que se dan en el ámbito laboral o docente, como hostigamiento, acoso sexual, etc.



**Violencia Política**

Impedimentos o restricciones a la participación política de las mujeres, como la imposibilidad de postularse, etc.



**Violencia de Género**

violencia dirigida contra una persona en razón de su género, especialmente contra mujeres.

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO



## Conoce nuestras campañas

### Reconoce los Tipos de **Violencias**

#### Física

#### Psicológica

#### Económica

#### Patrimonial

#### Sexual

#### Simbólica

#### Verbal

#### Vicaria

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO



### Reconoce los Tipos de **Violencias**

#### Física

Agresiones que atentan contra la integridad física de la persona, como golpes, patadas, empujones, etc.

#### Psicológica

Agresiones que causan daño a la salud mental de la persona, como amenazas, insultos, humillaciones, aislamiento, etc.

#### Económica

Se manifiesta a través de limitaciones encaminadas a controlar el ingreso de sus percepciones económicas.

#### Patrimonial

Un tipo de violencia que afecta la supervivencia de la víctima, a través de la sustracción, destrucción, retención o daño de bienes, documentos personales, derechos patrimoniales o recursos económicos.

#### Sexual

Actos que atentan contra la libertad sexual de la persona, como violación, acoso sexual, etc.

#### Simbólica

Violencia que se ejerce mediante la imposición de ideas, creencias y prácticas que perpetúan relaciones de poder y dominación.

#### Verbal

Es aquella en la que se pretende dañar a otra persona con un mensaje o un discurso.

#### Vicaria

Forma de violencia por la cual los hijos e hijas de las mujeres víctimas de violencia son instrumentalizados como objeto para maltratar y ocasionar dolor a sus madres.



INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

### Servicios del IEM

- Atención psicológica a mujeres en situación de violencia
- Atención jurídica
- Asesoría de trabajo social
- Capacitaciones con enfoque de género
- Pláticas y talleres de sensibilización y prevención
- Atención médica

TODAS NUESTRAS ATENCIONES SON GRATUITAS

INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO



Programa con el cual médicas y médicos, otorgan un descuento especial para las IEMMujeres



INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES TABASCO

**PUNTOS  
VIOLETAS** 

**Nada justifica  
la violencia**



**IEM Tabasco**



Abelardo Reyes 201-B,  
Fracc. Arboledas Centro C.P. 86000  
Villahermosa, Tabasco

INSTITUTO ESTATAL  
**DE LAS MUJERES**  
TABASCO