

## ¿A QUIÉN PUEDES CONTACTAR?

Lo primero que tienes que hacer es reconocer la situación que estas pasando, y acercarte a tu red de apoyo familiar, en tu trabajo, escuela o en tu centro de salud, a continuación te compartimos algunos contactos:

- **Instituto Nacional de las Mujeres**, Barranca del Muerto #209, San José Insurgentes 03900, Ciudad de México. Tel. (55) 5322-6030; correo: contacto@inmujeres.gob.mx
- **Instituto Estatal de las Mujeres**, Calle Antonio Suárez Hernández #.136 Colonia Reforma, C.P. 86080 Centro, Tabasco. Tel. (993) 3 16 68 13, (993) 4270280 y (993) 4270949; correo: iem@tabasco.gob.mx
- **Fiscalía General del Estado de Tabasco. Fiscalía de Violencia de Género.** Av. Paseo Usumacinta No. 802 Col. Gil y Sáenz. Villahermosa, Tabasco. Tel. (993) 313 65 50 ext. 4142. Y Centros de Procuración de Justicia en cada municipio.
- **Policía Estatal Preventiva con Perspectiva de Género**, Av. 16 de Septiembre s/n esq. Periférico Col. 1ro de Mayo, C.P. 86190 Villahermosa, Tabasco. Tel. (993) 3 58 12 00 Ext. 2608 y 9933 580537.
- **Salud Psicosocial**, Retorno Vía 5 No. 104, 3er. Piso Colonia Tabasco 2000. Tel. (993) 3 17 70 49. correo: saludpsicosocial@outlook.com

**La CEDH TABASCO TE ASESORA Y ORIENTA**  
**Todos sus servicios son gratuitos**

**Oficina Central**  
993 315 35 45  
993 315 34 67

**Oficina Regional**  
Tenosique  
934 342 2418

dirquejas@cedhtabasco.org.mx regional@cedhtabasco.org.mx



www.cedhtabasco.org.mx



f cedhtabasco

t @cedhtabasco

@tabascocedh

Boulevard Adolfo Ruiz Cortinez No. 503,  
(Esquina con Francisco Javier, Mina, Col. Casa Blanca)  
C.P 86060, Villahermosa, Tabasco.



Derechos Humanos  
Comisión Estatal Tabasco



UGND

UNIDAD DE GÉNERO Y  
NO DISCRIMINACIÓN

# LA IMPORTANCIA DEL 25 DE NOVIEMBRE



25 de noviembre

## ¿CÓMO SURGE?

Fue declarado como el "Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres", sin embargo, en Latinoamérica esta fecha se conmemora desde el año 1981 en honor a tres hermanas dominicanas asesinadas el 25 de noviembre de 1960, por defender los derechos de las mujeres.



Tras su legado, representan la lucha por la libertad y el acceso a los derechos de las mujeres a una vida libre de violencia. Trascendiendo a las normas jurídicas internacionales y locales.



## IMPORTANCIA DE LA CONVENCIÓN BELÉM DO PARÁ:

La "Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer", es el instrumento que contempló por primera vez en el continente Americano, la violencia contra las mujeres, la cual afirma que: **"La violencia contra la mujer constituye una violación de los derechos humanos y las libertades fundamentales"**, la define como: **"cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado"**. Vigente en México desde 1998, la cual resguarda el **Derecho de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia**.

## \* TIPOS DE VIOLENCIA

1. Violencia física
2. Violencia sexual
3. Violencia psicológica
4. Violencia patrimonial
5. Violencia económica
6. Violencia feminicida

## \* MODALIDADES

- Familiar
- Laboral
- Docente
- En la Comunidad
- Institucional
- Política
- Digital y Mediática

## ¿CÓMO RECONOCER LA VIOLENCIA?

Comprende cualquier acto de agresión basada en género, con la posibilidad o consecuencia de tener perjuicio o sufrimiento en la salud física, sexual o psicológica de la mujer, incluyendo las amenazas de dichos actos, coerción o privaciones arbitrarias de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como privada.

## FASES DEL CICLO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO:

Acumulación de tensión

Explosión/ Agresión

Arrepentimiento/ Luna de miel

## ¿QUÉ HACER?

Uno de los factores más importantes para romper el ciclo de violencia es la disposición de las mujeres de cambiar de lugar y de tener un despertar crítico que les permita entender que merecen relaciones sanas y libres de violencia.

\*Ley General de Acceso a las Mujeres a Una Vida Libre de Violencia, México vigente desde el año 2007.