

**Promover la igualdad
y prevenir la violencia
basada en género**



En esta emergencia sanitaria la violencia basada en género se ha hecho presente. Debido al confinamiento, muchas niñas y mujeres estuvieron expuestas a ser víctimas de violencia física, sexual y emocional. Muchas mujeres perdieron su trabajo durante la pandemia.



¿Cómo saber si eres víctima de la violencia basada en género?

- Si el trabajo doméstico que haces en casa aumentó al doble debido a que eres mujer, y te corresponde hacer las labores de limpieza y desinfección.
- Si perdiste el trabajo durante la pandemia por darle preferencia a un hombre.
- Si no te permiten buscar un trabajo remunerado.
- Si recibes maltrato por medio de golpes, insultos, gritos, jalones en casa por parte de tu pareja o algún miembro de la familia.
- Si te obligan a tener relaciones sexuales.
- Si te han humillado.
- Si te prohíben salir de casa, poniendo de pretexto la pandemia.
- Si no te dejan tener la vacuna cuando te corresponde.





¿Qué hacer si sufres violencia basada en género?

- Hablar con una persona de confianza.
- Buscar orientación en instancias de la mujer o en organizaciones de la sociedad civil que trabajen en pro de la defensa de los derechos de la mujer.
- Infórmate y denuncia.

Acciones para prevenir la violencia basada en género.

- Elaborar políticas y compromisos que permitan la igualdad de género en la respuesta humanitaria ante la COVID-19.
- Adoptar medidas para aliviar la carga de trabajo no remunerado.
- Usar los medios de comunicación como la televisión, radio o el internet para informar a las mujeres sobre la violencia basada en género.
- Capacitar a las mujeres sobre cuáles son sus derechos.
- Capacitar a las mujeres para que identifiquen si son o han sido víctimas de violencia.
- Capacitar a las mujeres sobre cómo enfrentar y actuar ante la violencia.
- Empoderar a las mujeres.



Recuerda que, aunque hayas recibido la vacuna debes seguir manteniendo las medidas de bioseguridad por tu salud y la de tu familia.

Este es un mensaje de:
RIADIS, IDA, La RED GIRDD LAC con el apoyo de CBM.

