

Plan de seguridad para mujeres en situación de violencia Morelos

¿Qué hacer en caso de vivir violencia
durante el aislamiento por el COVID-19?

Atendiendo las medidas de seguridad decretadas por el Consejo de Salubridad General, ante la emergencia sanitaria por el COVID-19, siendo una de ellas el resguardo domiciliario corresponsable, situación que nos obliga a quedarnos en nuestros hogares.

En este contexto es importante tener presente que las mujeres, niñas, adolescentes y adultas mayores, están expuestas en mayor riesgo de vivir violencia en el ámbito familiar, porque el estrés, la escasez económica, el consumo de sustancias pueden detonarla e incrementarla al momento que se entretujan con el machismo, por lo cual es importante identificar el riesgo y saber cómo actuar ante el peligro.

1. ¿Cómo saber si vives en situación de violencia?

Existen distintas formas en las que puedes experimentar o vivir la violencia, aquí se describen algunos ejemplos:

Violencia psicológica

Está presente en todo momento, es la más sutil, afecta tu personalidad porque puede causarte **confusión, desorientación y desconfianza** ante la toma de decisiones.

Se manifiesta de las siguientes maneras:

Violencia Psicológica



La violencia contra las mujeres es un delito

Violencia física

Golpes

Empujones

Jalones de
cabello

Patadas

Cachetadas

Intento de
ahorcamiento

Mordidas

La violencia económica

Son conductas que afectan tu supervivencia económica. Alguien ejerce violencia económica contigo si:

Controla o te quita tu dinero

Te obliga a endeudarte de diferentes maneras

Te niega el dinero para comprar alimentos

No cumple con la pensión alimenticia obligatoria



La violencia patrimonial

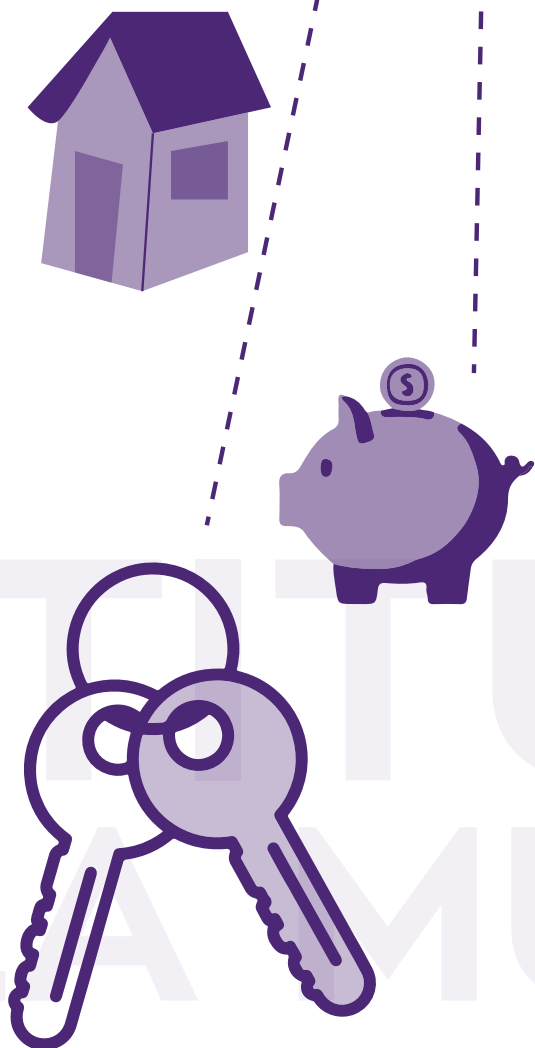
Se da cuando el agresor se aprovecha de tu confianza para:

Empeñar tus objetos de valor (celular, televisión, radio, anillos, pulseras, reloj, computadora, etc.)

Pone a su nombre tus propiedades mediante el engaño

Destruye tus cosas de valor

Perdió, escondió o rompió tus documentos personales



2. ¿Qué hacer en caso de vivir violencia

y sentir que tu vida está en peligro?

Lo primero que debes hacer es un **plan de seguridad**, tener presente las acciones a seguir en caso de que se agrave la situación de violencia, identificar las instituciones y redes de ayuda a las que puedes recurrir en una emergencia. A continuación enlistamos los pasos a seguir para elaborar tu plan de seguridad:

a) Procura tener a la mano y en un mismo lugar (bolsa/mochila) lo siguiente, puede ser que los necesites en caso de tener que salir de casa:

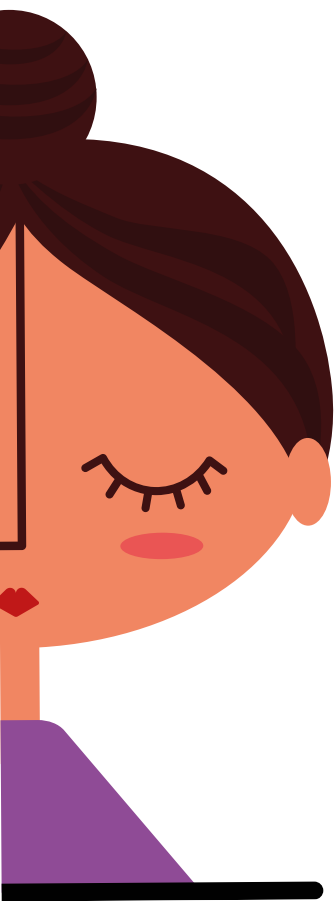
- Duplicado de las llaves de tu casa
- Documentos importantes (Actas de nacimiento (tuya, de tus hijos e hijas),
- Acta de matrimonio (si estás casada)
- Dinero
- Carnet para atención médica
- Identificación oficial (credencial de elector, pasaporte etc.)
- Directorio telefónico de las personas que puedan ayudarte
- Medicinas que tengas que tomar (si padeces alguna enfermedad)
- Número de expediente (si has iniciado trámite de divorcio o de pensión alimenticia)
- Un cambio de ropa tuya y de tus hijos e hijas
- Celular



b) Trata de estar atenta a posibles situaciones de violencia, si crees que puedes vivir una agresión. Es importante:

- ▶ Identificar todas las puertas y las ventanas por las que puedas escapar de manera segura.
- ▶ Identificar a uno o más vecinos(as)/ familiares/ amistades (red de apoyo) a quienes puedas hablarles y pedirles ayuda en caso de necesitarlo. Inventa una palabra clave para que sepan que estás corriendo peligro y que tienen que auxiliarte.
- ▶ Intenta mantener comunicación frecuente con tu red de apoyo, intenta memorizar algunos teléfonos, así como los de emergencia (911).
- ▶ Desarrolla un plan de seguridad con tus hijos e hijas para cuando no estés con ellos (as), que sepan qué hacer para protegerse, explícales la situación, crea con ellas y ellos palabras clave o señas en caso de estar en peligro y enséñales a marcar los números de emergencia (911) o teléfonos de tu red de apoyo.
- ▶ En caso de requerir salir de casa, identifica un lugar seguro al que puedas acudir, ya sea la casa de algún/a vecino/a, familiar, amistad, o institución de gobierno, **recuerda que el gobierno cuenta con refugios donde se puede resguardar tu integridad, y la de tus hijas e hijos.**





c) En caso de vivir una agresión, es importante:

- ▶ Permanecer en una habitación segura, fuera del alcance de la persona generadora de violencia y donde esta persona no tenga acceso a objetos peligrosos, evita permanecer en el baño y cocina, y cercana a la puerta para facilitar la salida.
- ▶ Pon en marcha el plan de seguridad que realizaste con redes de apoyo e hijas e hijos.
- ▶ Recuerda que puedes solicitar apoyo a los números de emergencia **911** para solicitar apoyo.

d) En caso de que la persona generadora de violencia salga de casa, cierra las entradas y ventanas, y en caso de que no viva en tu casa y acude, no le abras.

- ▶ Comunícate de manera urgente con tu red de apoyo y **números de emergencia 911**.

911
EMERGENCIAS

777 538 66 09

777 538 66 37

Horario de 7:00 am a 4:00 pm

777 538 55 99

777 534 25 89

Horario de 4:00 pm a 12:00 am

3. ¿En dónde puedo buscar ayuda?

Si acabas de vivir un episodio de violencia puedes acudir a alguna institución para buscar soluciones a lo que te enfrentas:

Si tienes alguna emergencia en tu domicilio y necesitas auxilio de la patrulla llama al **911**

Si te encuentras lesionada o sufriste una violación: acude al hospital más cercano para que recibas atención, tratando de tomar en cuenta las medidas preventivas frente al COVID-19.

Si requieres de una asesoría jurídica u orientación psicológica: puedes acudir al:

▶ **Centro de Justicia para Mujeres** (Cuernavaca Centro y Yautepec) Tel 3 10 24 06

▶ **Instituto de la Mujer para el Estado de Morelos** (Centros de Atención Externa: Cuernavaca Centro, Temixco, Tetecala) Tel. 173 00 66

▶ **Línea Segura IMM** telefónica y por Whatsapp 777 5386609, 777 538 6637, 777 538 5599 y 777 534 2589

Si vas a denunciar acude al **Centro de Justicia para Mujeres** (Cuernavaca Centro y Yautepec) Tel. 310 24 06

4. ¿Qué puedo hacer si sé que una mujer vive violencia?

Si tú no estás en una situación de violencia, pero formas parte de la red de apoyo de alguna otra mujer que sí lo está, aquí te dejamos algunas recomendaciones:

- 1) Ten presente que estar en una situación de violencia no es fácil y que las mujeres requieren de todo el apoyo que se les pueda brindar, desde el respeto y la empatía.
- 2) Pregunta si ya realizó su plan de seguridad, en caso de que no lo tenga, comparte con ella este documento o comparte la información con ella.
- 3) Procura estar presente y tener cercanía con la mujer que está en situación de violencia, por ningún motivo cierras canales de comunicación; hazle saber constantemente que puede contar contigo en cualquier circunstancia.
- 4) Ten a la mano los teléfonos de emergencias 911 o policía local.
- 5) Pide los números de teléfono de algún familiar de confianza u otra persona de su red de apoyo para que estén en contacto.
- 6) Establece un código de comunicación de seguridad con las mujeres víctimas de violencia para activarlo en caso de ser necesario.
- 7) Si está en tus posibilidades, ofrece tu espacio como un espacio de seguridad en caso de tener que salir huyendo.
- 8) Si escuchas que tu vecino está golpeando, agrediendo a su pareja o a algún familiar, es importante que llames a la policía o al 911.

5. Directorio de referencia

Seguridad Pública: Emergencias 911

Instituto de la Mujer para el Estado de Morelos: Tel. 1730066

Centro de Atención Externa Cuernavaca Centro: Abasolo 6, Col. Centro, Cuernavaca, Morelos (Piso que ocupa el Instituto de la Mujer para el Estado de Morelos).

Centro de Atención Externa Temixco: Plan de Iguala esquina con Juan N. Álvarez s/n Colonia Rubén Jaramillo en las oficinas del Centro de Desarrollo Comunitario. Tel Móvil 777 268 10 18

Centro de Atención Externa Tetecala: No reelección s/n Col.Centro, ubicado en la biblioteca pública municipal “Benito Juárez” Tel fijo: 751 391 74 71 y Tel móvil: 777266 44 63

Centro de Justicia para Mujeres: Tel. 3102406

Centro: Av. José María Morelos Sur 70, Col Chipitlán, Cuernavaca, Morelos

Oriente: Manzana 26 de la Lotificación de La Col. Corral Grande, del Predio "Loma De Morillo", Carretera Yautepec-Tlayacapan, en Oaxtepec, Yautepec, Morelos.

Servicios de Salud de Morelos:

En caso de vivir violencias:

Centro SYGUE CUERNAVACA: Av. Emiliano Zapata No. 300
Col. Tlaltenango Cuernavaca, Mor. 01777 3 17 71 48

Centro SYGUE Temixco: Ruben Jaramillo, 62587 Temixco, Mor.

Centro SYGUE Tetelcingo: Carretera Av. México Cuautla esq.
Río Frío s/n Tetelcingo, Mor.

Centro SYGUE ZACATEPEC. Calle Cuautotolapan No 5 Col.
Centro Zacatepec, Mor. 01734 34 780 47

En caso de tener lesiones o haber sufrido una violación acude
al hospital más cercano:

Hospital General de Cuernavaca : Av. Domingo Diez S/N,
Lomas de la Selva, 62270 Cuernavaca, Mor.

Hospital General de Temixco : Independencia 320, Rubén
Jaramillo, 62587 Temixco, Mor.

Hospital de la Mujer de Yautepec : Av. Paseo Tlahuica 190,
Paracas, 62731 Yautepec de Zaragoza, Mor.

Hospital General de Cuautla: Carr Federal México-Cuautla Km 98.2, Miguel Hidalgo, 62748 Cuautla, Mor.

Hospital Comunitario de Ocuituco: Calle Santiago 1 Barrio, Calle San Nicolás, 62850 Ocuituco, Mor

Hospital General de Jojutla : Av. Universidad S/N, Centro, 62900 Jojutla de Juárez, Mor.

Hospital General de Tetecala: Av. Juárez S/N, El Charco, 62620 Tetecala, Mor.

Hospital Comunitario de Jonacatepec: Carretera Jonacatepec-Axochiapan N/A, Sta Lucia, 62930 Jonacatepec, Mor.

Hospital General de Axochiapan: Zaragoza esq. Francisco Cazales S/n, Progreso, 62950 Axochiapan, Mor.

Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia: tel. 3156009 en Blvd. Adolfo López Mateos, número 100, Colonia el Vergel, Cuernavaca, Morelos.

Fiscalía General del Estado:

FISCAL ESPECIALIZADA CONTRA EL SECUESTRO Y EXTORSIÓN : Boulevard Cuauhnahuac No. 103, Col. Flores Magón, Cuernavaca. Teléfono(s): (777) 317 82 78 y 317 83 87

FISCAL ESPECIALIZADA EN REPRESENTACIÓN PARA GRUPOS VULNERABLES Y ASISTENCIA SOCIAL: Blvd. Juárez 82, Col. Las Palmas, Cuernavaca, Tel: (777) 317 79 93

FISCAL ESPECIALIZADA PARA LA INVESTIGACIÓN Y PERSECUCIÓN DEL DELITO DE FEMINICIDIO: Francisco I. Madero. 41, Col. Miraval, Cuernavaca Tel: (777) 170 5501 y (777) 170 5511

FISCAL ESPECIALIZADA EN DESAPARICIÓN FORZADA DE PERSONAS: Blvd. Juárez 82, Col. Las Palmas, Cuernavaca