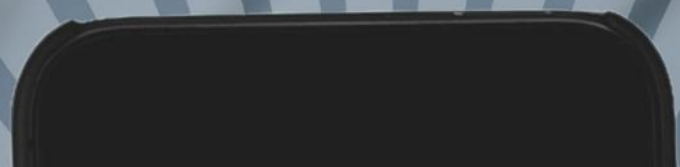


micro

MACHISMOS

NO



Cursos 2006-2010.

Campaña "Muévete por la igualdad. Es de justicia".

Edición de publicaciones & Financiación para realizar formaciones.

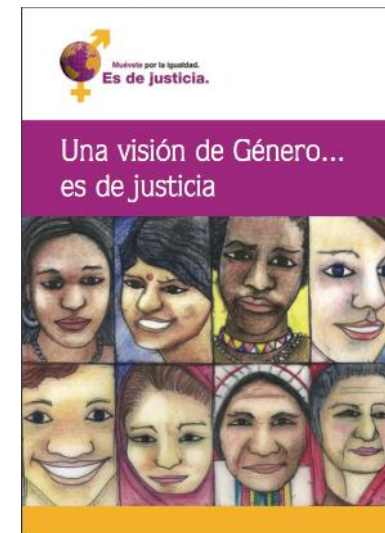
www.mueveteporlaigualdad.org



entreculturas
ONG JESUITA PARA LA EDUCACIÓN Y EL DESARROLLO



Muévete por la igualdad
Es de justicia



Curso 2010-2011.

Campaña "Ciudad Planeta". Temática del 2º año: Género.

Taller de Género en la Oferta Educativa Municipal del Ayto. Burgos.

www.entreculturas.org/es/publicaciones/v-deo-ciudad-planeta-y-cuaderno-de-campa



Género

"Aunque las costumbres sociales establezcan la desigualdad, la libertad es el sueño más querido del ser humano".

Carmen de Burgos "Colombine"³

RECETA

"Añadir género, siempre a partes iguales"

Entre todas las desigualdades que tienen lugar en nuestra sociedad, una de las más extendidas a lo largo de la historia, en la mayor parte del planeta, y que nos afecta a todos y a todas, es la desigualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres.

A lo largo de la historia, los seres humanos en distintas culturas hemos ido reproduciendo la idea de que las diferencias biológicas que existen entre hombres y mujeres determinan los comportamientos y tareas adecuados para uno u otro sexo. De esta forma se asocian a las mujeres atributos como la ternura, la belleza o la capacidad de cuidado y a los hombres la fuerza, la valentía o el liderazgo.

Estas asociaciones se convierten en prescripciones, es decir, hay que poseer estos atributos para ser "un buen hombre" o "una buena mujer"; y por el contrario, se considera inadecuado para un hombre o para una mujer un exceso en las cualidades "propias" del otro sexo.

Esto ha ido acompañado de la infravaloración de lo que se considera "propriadamente" femenino (por ejemplo, la creencia implícita de que el cuidado de las personas en la familia es menos importante que el liderazgo). Y a un modelo de masculinidad asociado a los valores socialmente más relevantes, "poder, fuerza, exigencia (...) en el que (...) lo afectivo-emocional está devaluado y lo político-social sobredimensionado".

Este sistema de relaciones de género conduce a una clara desigualdad jurídica⁴, social, política, económica, etc. de las mujeres (feminización de la pobreza, violencia machista, mayor porcentaje de desempleo, discriminación salarial, escasa consideración del trabajo doméstico y del rol de cuidado, menor presencia en puestos de responsabilidad pública, etc.); y a que los hombres pierdan oportunidades en el desarrollo de la dimensión afectiva intra e interpersonal.

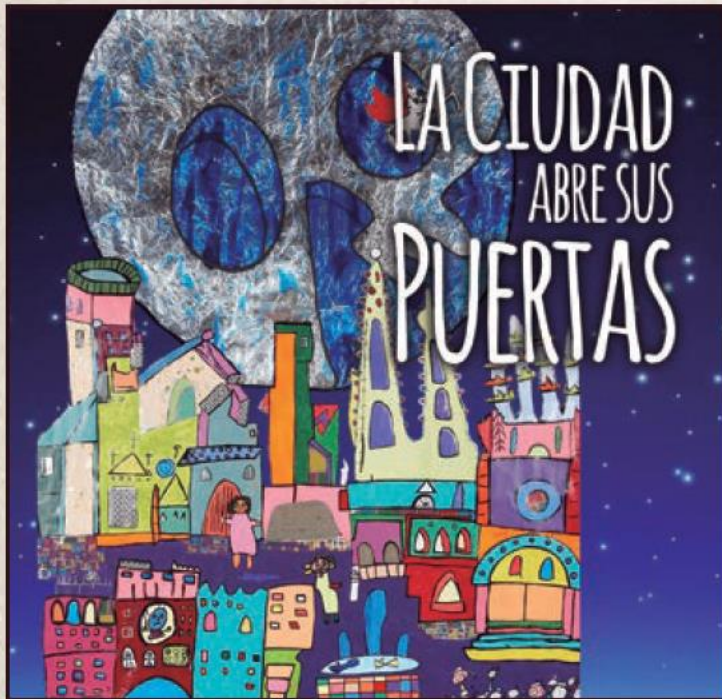
3 Carmen de Burgos fue periodista y escritora de la Generación del 98 en España. La cita es de la obra *La mujer moderna y sus derechos*.
4 AHIGE. Asociación de Hombres por la Igualdad de Género.
5 La igualdad ante la ley es una conquista relativamente reciente en determinados países, y aún no es una realidad en todos los países del planeta.

EL PERIÓDICO

de novedades



Ayuntamiento
de Burgos



La educación en valores es uno de los ejes transversales de la Oferta Educativa del Ayuntamiento de Burgos. Por este motivo, para el curso 2017-2018 se mantiene la colaboración con la **Fundación Entreculturas**, que ofrece talleres gratuitos para Educación Secundaria y Bachillerato:

- Niñas soldado
- Mujeres refugiadas y desplazadas
- El derecho a la educación de niñas y mujeres
- Mujeres y Cultura de Paz

15/01/2011.

Documento "Política de Igualdad de Género de Entreculturas".

Este documento plasma nuestra expresión y nuestro compromiso con la equidad de género, desde nuestra identidad y misión hasta nuestras estrategias y líneas de acción.

www.entreculturas.org/sites/default/files/genero-entreculturas.pdf



contenidos

- 2** Introducción
- 4** Identidad
- 16** Misión
- 21** Cultura organizativa
- 25** El equipo de personas

23/04/2011

Campaña Mundial por la Educación.

Por los derechos de las niñas y las mujeres.

<http://www.cme-espana.org/same/#1452447072016-dc9dcac7-c833>

La **Campaña Mundial por la Educación (CME)** promueve la educación como un derecho humano básico y la presión política sobre los gobiernos y la comunidad internacional para que cumplan sus promesas de proveer educación básica gratuita, obligatoria y pública a todas las personas; en particular a la infancia, las mujeres y los sectores desfavorecidos de la sociedad.

La campaña está impulsada por la convicción de que una educación de calidad para todos y todas es alcanzable, y por la preocupación por el enorme coste social que supone a los países que carecen de ella.

La Campaña Mundial por la Educación, fundada en 1999, reúne a ONG y sindicatos de educación en más de 150 países alrededor del mundo. Por ello cuenta con una capacidad singular de movilización de la sociedad civil.

En España, la Semana de Acción Mundial por la Educación está promovida a nivel estatal por las siguientes organizaciones: Alboan, Ayuda en Acción, Educación sin Fronteras, Entreculturas, FECCOO, FERE-CECA, FETE UGT, Fundación Cultura de Paz, InteRed, Jóvenes y Desarrollo y STES-I.

La educación no es un cuento. Por los derechos de las niñas y las mujeres.

La **Semana de Acción Mundial por la Educación (SAME) 2011** se pone en marcha bajo el lema **La educación no es un cuento. Por los derechos de las niñas y las mujeres**. Millones de personas en todo el mundo nos movilizaremos para recordar a los líderes políticos las dificultades que millones de niñas y mujeres en el mundo tienen para acceder a una educación de calidad, y para pedirles que también recuerden y cumplan su compromiso de destinar los recursos necesarios para hacer realidad la Educación para Todos y Todas en 2015.

La **Gran Historia** es la acción que propone la SAME para que entre toda la sociedad civil, alumnos y alumnas, docentes, clase política y otros agentes, nos movilemos y reflexionemos sobre la importancia de la educación de las mujeres y las niñas, y los obstáculos que cada día enfrentan para poder ejercer su derecho a una educación de calidad. A partir de los testimonios de las experiencias de niñas y mujeres elaboraremos cuentos que reflejen cómo el acceso a la educación o la falta de ésta puede cambiar la vida presente y futura de las niñas y las mujeres.

¿Cómo participar en la SAME 2011?

1. Trabajando las propuestas didácticas.
2. Participando en La Gran Historia y algunos de los actos que se organizarán en toda España durante la SAME, en los que recordaremos a los representantes del gobierno español sus compromisos y la necesidad de que pongan la educación de las mujeres y las niñas en la primera página de su agenda.
3. Uniéndote a la campaña y dejando tu cuento en nuestra página web. Además de firmar en apoyo de esta, conocerás la importancia de la educación de las mujeres y las niñas, las noticias de la campaña o las actividades que se están realizando en otras partes del mundo.

Visita www.cme-espana.org para obtener más información y participar en la Semana de Acción Mundial por la Educación.

الفئات **femmes** **Niñas** **Girls** **files**

Campana Mundial por la **EDUCACIÓN**
www.cme-espana.org

La GRAN Historia

La educación no es un cuento.
Por los derechos de las niñas y las mujeres.

SEMANA DE ACCIÓN
MUNDIAL POR LA EDUCACIÓN
Abril de 2011

08/09/2011.

Informe "Las niñas a clase: una cuestión de justicia".

4º Publicación de la Colección de Informes Rojos de Entreculturas.

www.entreculturas.org/sites/default/files/las_ninaas_a_clase.pdf



24/11/2011. Agencia de Noticias Europa Press.

«Crece la discriminación sexista entre los jóvenes».

El 80 por ciento de los jóvenes de entre 14 y 18 años piensan que en una relación de pareja, la chica "debe complacer" al chico y éste tiene la obligación de protegerla, según un estudio de FMP.

www.europapress.es/videos/video-crece-discriminacion-sexista-jovenes-20111124174741.html



29/10/2012. Ayuntamiento de Burgos.

Campaña de sensibilización sobre violencia psicológica.

www.aytoburgos.es/%5Bvocab-raw%5D/mujer/noticias/campana-de-sensibilizacion-sobre-violencia-psicologica



Tu sonrisa le enamoró pero se enfada si abres la boca.

A todas las agresiones físicas les precede el maltrato psicológico.
Plántate a tiempo. Podemos ayudarte a prevenir.

016 TELEFONO Ayuntamiento de Burgos www.nomaltrato.es



Le gustaba que fueses observadora pero no te deja levantar la vista.

A todas las agresiones físicas les precede el maltrato psicológico.
Plántate a tiempo. Podemos ayudarte a prevenir.

016 TELEFONO Ayuntamiento de Burgos www.nomaltrato.es



Le encantaban tus piernas pero ahora te exige ocultarlas.

A todas las agresiones físicas les precede el maltrato psicológico.
Plántate a tiempo. Podemos ayudarte a prevenir.

016 TELEFONO Ayuntamiento de Burgos www.nomaltrato.es



Le atraía tu inteligencia pero ahora desprecia tus opiniones.

A todas las agresiones físicas les precede el maltrato psicológico.
Plántate a tiempo. Podemos ayudarte a prevenir.

016 TELEFONO Ayuntamiento de Burgos www.nomaltrato.es

28/05/2013. Diario El País. Alba Tobella.

«La violencia machista sobrevive en las parejas más jóvenes».

Las nuevas tecnologías emergen como arma de control.

http://sociedad.elpais.com/sociedad/2013/05/28/actualidad/1369764459_765429.html?rel=mas

VIDA & ARTES »

La violencia machista sobrevive en las parejas más jóvenes

Cada vez más adolescentes acuden a centros de atención para mujeres maltratadas

Las nuevas tecnologías emergen como arma de control

Los expertos urgen a prevenir con educación

ALBA TOBELLA | Madrid | 28 MAY 2013 - 20:07 CET

Archivado en: Igualdad Educación ciudadanía Vida y Artes Violencia género Desigualdad social Jóvenes Materias educativas Violencia Juventud Mujeres
España Delitos Problemas sociales Sistema educativo Sucesos Educación Sociedad Justicia

19/10/2013. Diario El País. María R. Sahuquillo.

«Víctimas del machismo a los 15».

Los casos de maltrato entre adolescentes crecen un 30% en un año.

http://sociedad.elpais.com/sociedad/2013/10/19/actualidad/1382206109_621723.html

Víctimas del machismo a los 15

Los casos de maltrato entre adolescentes crecen un 30% en un año

Las relaciones perpetúan patrones sexistas. “Creía que la violencia de género era solo cosa de adultos”

MARÍA R. SAHUQUILLO | Madrid | 19 OCT 2013 - 20:08 CET

 204

Archivado en: Adolescencia Machismo Violencia Juventud Agresiones sexuales Prejuicios Delitos sexuales Problemas sociales Delitos Sucesos Sociedad Justicia

23/02/2014. Diario El Mundo. Berta González de Vega.

«Demasiado pequeñas para tanto rosa».

La polémica del "princesismo".

www.elmundo.es/cultura/2014/02/23/5309568222601ddc168b4578.html



TENDENCIA La polémica del 'princesismo'

**Demasiado pequeñas para tanto
rosa**

25/11/2014. Gobierno de España.

Campaña "Cuéntalo. Hay salida a la violencia de género".

www.msssi.gob.es/campañas/campañas14/haySalida016.htm

**SI TU CHICO
TE CONTROLA
EL MÓVIL
CUÉNTALO**
HAY SALIDA A LA VIOLENCIA DE GÉNERO

016 ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE MALOS TRATOS
#haysalida016

LIBRES
RESISTENCIA A LA OPRESIÓN
hay salida
a la violencia de género

**SI TU
CHICO TE
RIDICULIZA
CUÉNTALO**
HAY SALIDA A LA VIOLENCIA DE GÉNERO

016 ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE MALOS TRATOS
#haysalida016

LIBRES
RESISTENCIA A LA OPRESIÓN
hay salida
a la violencia de género

**SI TU CHICO
TE AÍSLA DE
TUS AMISTADES
CUÉNTALO**
HAY SALIDA A LA VIOLENCIA DE GÉNERO

016 ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE MALOS TRATOS
#haysalida016

LIBRES
RESISTENCIA A LA OPRESIÓN
hay salida
a la violencia de género

**SI TU CHICO
TE HACE
SENTIR MIEDO
CUÉNTALO**
HAY SALIDA A LA VIOLENCIA DE GÉNERO

016 ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE MALOS TRATOS
#haysalida016

LIBRES
RESISTENCIA A LA OPRESIÓN
hay salida
a la violencia de género

Cuéntalo, Hay Salida a la Violencia de Género. "016" - YouTube



https://www.youtube.com/watch?v=pPDww_pIBCo ▼

25 nov. 2014 - Subido por Ministerio Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad
Si Tu Chico Te Controla El Móvil Si Tu Chico Te Ridiculiza Si Tu Chico Te Aísla De
Tus Amistades Si Tu Chico Te ...

"Cuéntalo". Campaña Hay Salida 2015 - YouTube



<https://www.youtube.com/watch?v=TLDh33IVuZA> ▼

21 abr. 2015 - Subido por IPMARK
Campaña contra violencia de género dirigida a jóvenes y adolescentes. Realizada
por Globomedia Digital.

26/01/2015. Junta de Castilla y León.

Campaña "Violencia Cero. Reacciona". 100.000 Violentómetros.

www.familia.jcyl.es/web/jcyl/Familia/es/Plantilla100/1284386375815/_/_/_

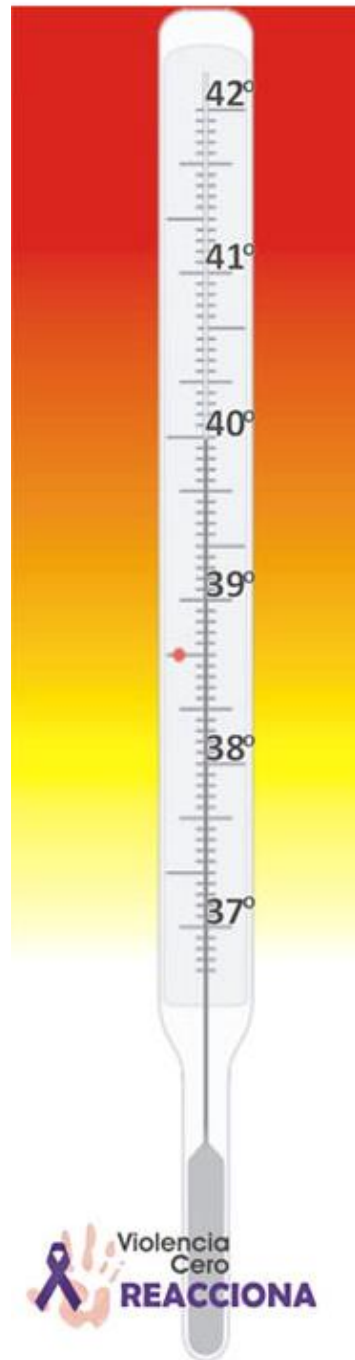
Diario de Burgos.es

CASTILLA Y LEÓN

Familia pone en alerta del trato machista a las adolescentes con 100.000 "violentómetros"

SPC / Valladolid - lunes, 26 de enero de 2015

Cien mil 'termómetros de violencia' ayudarán a las castellanas y leonesas, en especial a las jóvenes y adolescentes, a examinar la salud de su relación de pareja y poder así autodetectar si están siendo objetivo de maltrato. Esta nueva herramienta de sensibilización, impulsada por la Consejería de Familia tendrá, además, una versión interactiva, que será colgada en la web de la Junta, y que permitirá también a las jóvenes, a través de sus respuestas a las preguntas que se les formulan, conocer si viven una relación sana o, por el contrario, están inmersas en una espiral de violencia a la que deben poner freno.



Atenta contra tu vida.

Te viola.

Te obliga a prácticas sexuales que no deseas.

Te da bofetadas, te golpea.

Te toca de forma que no te gusta.

Te agarra, te empuja.

Te hace sentir miedo.

Te aísla de tu familia, de tus amistades.

Te amenaza.

Te controla las salidas y entradas de casa.

Te acosa por teléfono o en las redes sociales.

Te controla el móvil, correos, redes sociales, donde vas, ropa...

Te chantajea.

Te insulta.

Te ignora.

Te culpabiliza.

Te grita.

Te ridiculiza.

Tiene celos.

Te hace de menos.

Os apoyáis en vuestro proyectos.

Tenéis libertad para tomar decisiones.

Valora tus sentimientos, tus opiniones.

Te acepta con tus virtudes y defectos.

Te siente a gusto.

Te respeta, confía en ti.

23/01/2015. Ayuntamiento de Burgos. Campaña "Chequea tu relación".

<http://www.aytoburgos.es/servicios-sociales/mujer/noticias/campana-chequea-tu-relacion>

JJ
ESTADO: Te quiero solo para mí

Sofi
ESTADO: Siempre contigo

Álex
ESTADO: Que el amor aporte alegría y no tragedias

Mar
ESTADO: Me encanta ser solo tuya

Nico
ESTADO: "FEO: Fantástico, Especial, Original"

Elsa
ESTADO: Cansada de medias naranjas, príncipes y princesas

+ info
www.aytoburgos.es/chequeaturrelacion

Ayuntamiento de Burgos

Ayuntamiento de Burgos

Left Smartphone Screen:

Sofi: Venga Álex. No me sermonees 🙄

Mar: JJ me ha bloqueado 🙄

JJ ha abandonado el grupo

Nico: Mar, ¿qué os pasa?

Mar: JJ se ha enfadado porque he quedado con los de clase... y está el buenorro de Samu...

Álex: Yo flipo. Vaya formas. Coge y se pira. ¿No sabe que se puede hablar y llegar a acuerdos?

Mar: Celosillo que es el chico

Álex ha cambiado el estado de grupo "Chequea tu relación"

Álex: Pero bueno, ¿y la C-O-N-F-I-A-N-Z-A?

Mar: Cuando quieres a alguien, ya se sabe. Haces lo que te pida

Nico: A mí eso me parece una bobada. Si Luis me intenta controlar, me planto.

Álex: ¡Pues claro! No es normal. Los celos no son divertidos, ni las prohibiciones, ni los chantajes... todo eso es CONTROL

Nico: Álex tiene razón. Bueno ¿Qué plan tenéis para esta tarde?

Right Smartphone Screen:

Sofi: 😞😞😞😞

Álex: ¿Enamorada?

Sofi: 😞😞 ¡Y para siempre!

Mar: 🍊🍊🍊

Sofi: ¡¡¡MI MEDIA NARANJA!!!

Elsa: 😱😱 ¡Sofit, ¡Sofit, ¡Cuidado...!

Sofi: ¡Claro!... la cansada de las medias naranjas

Elsa: Prefiero ser naranja entera y rodar con otra naranja entera 🍊🍊

Nico: 🍊🍊

Sofi: Chicas, os regalo mi short que a mi príncipe le gustan las princesas discretitas

Mar: Buff, a mi chico le gusta que me arregle pero sólo si voy con él.

Sofi: Os dejo que me está escribiendo mi príncipe 😞😞😞. Por cierto, no podré ir al cumple. Estaré con mi 🙄

Álex: 🙄 Te estás equivocando. Si te encierras con tu siempre perderás. También existen amigos, familia, aficiones, estudios...

17/12/2015. ONG Care (Norway).

**Querido papá, me van a llamar puta,
seguramente sea una broma y tú no le des importancia.**

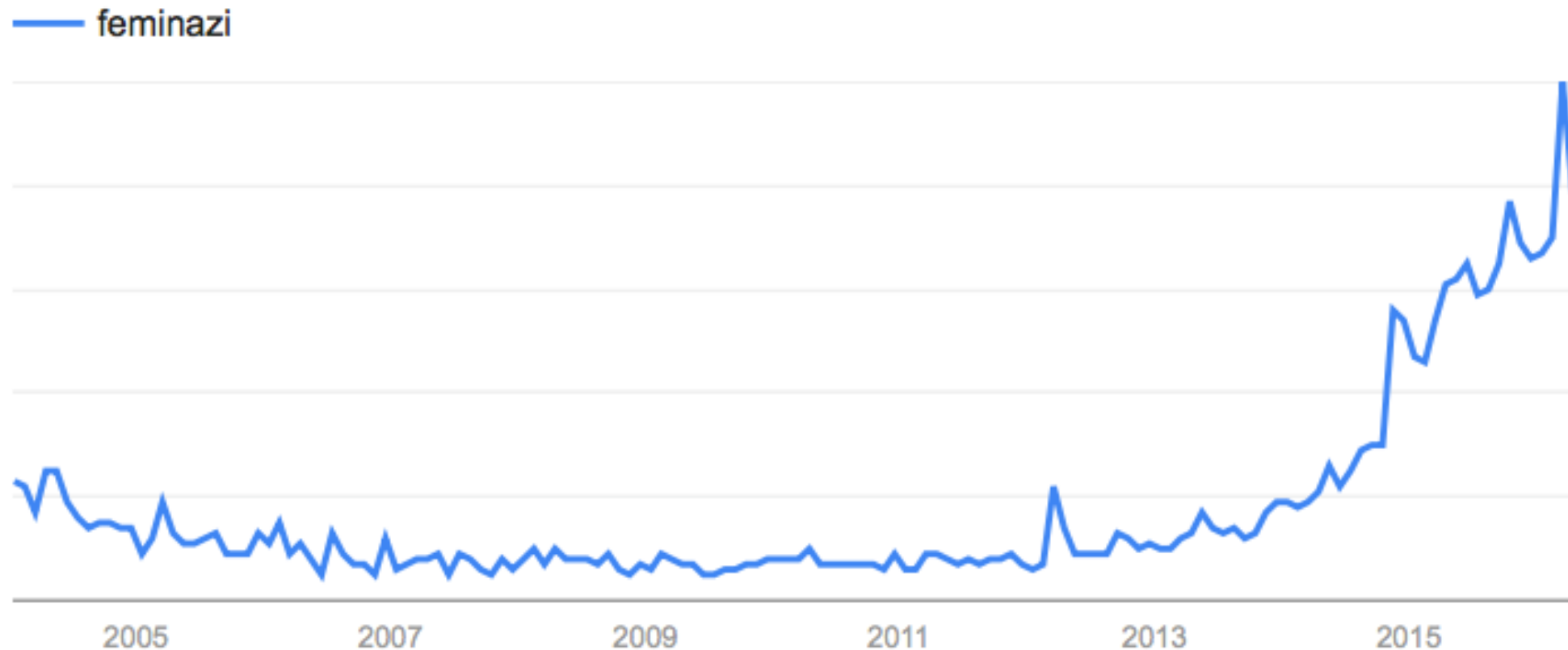
<https://okdiario.com/bebes/2015/12/18/video-papa-me-van-a-llamar-puta-9776>

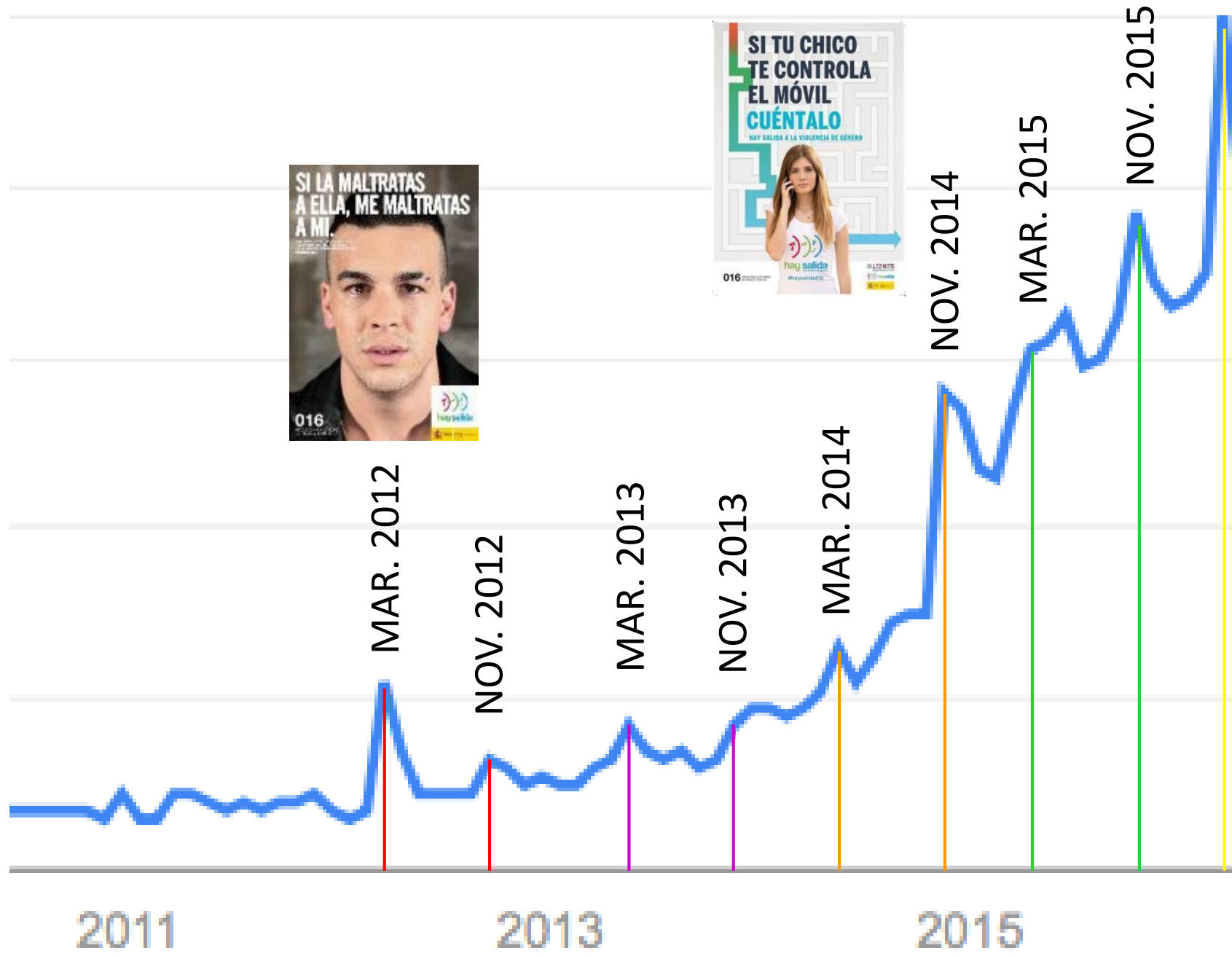


01/04/2016. Google Trends.

**Evolución del uso del término "feminazi" según Google Trends,
la página que muestra la evolución de las búsquedas en internet.**

www.google.es/trends/explore?hl=es#q=feminazi&tz=Etc/GMT-1





03/03/2017. Ayuntamiento de Burgos.

Campaña "Micromachismos NO".

<http://www.aytoburgos.es/servicios-sociales/mujer/noticias/campana-micromachismos-no>



**ANALIZEMOS FRASES PARA SABER
SI HAY MACHISMO O NO EN ELLAS.**

Desarrollo del taller:

Se ponen en las paredes del aula 3 carteles que pongan:

1. NADA.
2. ALGO.
3. MUCHO.

Se van viendo en la pantalla las distintas frases, y las personas participantes tienen que posicionarse a un lado u otro de la sala aproximándose más a uno de los tres carteles en función de si las frases son nada machistas, algo machistas o mucho.

TIENE DETALLES AMABLES Y CARIÑOSOS.



YES OR NO?

LE GUSTA HACER PLANES CON ELLA.

YES **OR** **NO?**

LA TRATA COMO ALGUIEN A QUIEN HAY
QUE PROTEGER Y DEFENDER, DICIÉNDOLE
QUE QUIERE LO MEJOR PARA ELLA.

YES **OR** **NO?**

LE DICE QUE LA QUIERE TANTO QUE NO
PODRÍA SOPORTAR QUE LE DEJARA.

YES **OR** **NO?**

LE DICE QUE SUS CELOS SON
UNA DEMOSTRACIÓN DE LO MUCHO
QUE LA QUIERE.

YES **OR** **NO?**

A VECES LA ACUSA SIN JUSTIFICACIÓN
ALGUNA DE COQUETEAR CON
OTROS CHICOS.

YES **OR** **NO?**

SE BURLA O HABLA EN TÉRMINOS
INSULTANTES SOBRE LAS MUJERES
EN GENERAL.

YES **OR** **NO?**

EN OCASIONES LE GRITA Y LE DA
ÓRDENES.



YES OR NO?

TRATA CON RESPETO A
SUS COMPAÑEROS.

YES **OR** **NO?**

TIENE GUSTOS DIFERENTES
A LOS SUYOS.

YES **OR** **NO?**

LE PIDE QUE CAMBIE SU MANERA DE
VESTIR, DE HABLAR, SUS OPINIONES
O SUS GUSTOS.

YES **OR** **NO?**

SI NO DESEA MANTENER RELACIONES
SEXUALES PONE EN DUDA
SU AMOR POR ÉL.

YES **OR** **NO?**

LE MONTA NUMERITOS EN PÚBLICO O EN PRIVADO POR LO QUE HACE O DICE.



YES OR NO?

CRITICA CON FRECUENCIA A SUS AMIGOS
O AMIGAS, FAMILIARES O COMPAÑEROS.

YES **OR** **NO?**

LA COMPARA CON OTRAS HACIÉNDOLA
SENTIR INCÓMODA Y HUMILLADA.



YES OR NO?

LE DICE QUE SE PREOCUPA TANTO POR ELLA QUE NECESITA SABER DÓNDE VA, CON QUIÉN Y QUE HACE EN TODO MOMENTO.



YES **OR** **NO?**

CREA SITUACIONES TENSAS CUANDO
ESTÁN CON OTRAS PERSONAS QUE A ÉL
NO LE GUSTAN.



YES OR NO?

LA AMENAZA CON BUSCARSE A OTRAS SI
NO ACCEDE A MANTENER RELACIONES
SEXUALES CON ÉL.

YES **OR** **NO?**

LE DICE QUE NO PODRÍA SOPORTAR QUE
OTRO LA TOCARE.

YES **OR** **NO?**

NUNCA EXPRESA RECONOCIMIENTO
SOBRE LA VALÍA DE LAS CUALIDADES
DE ELLA.

YES **OR** **NO?**

GOLPEA O ARROJA OBJETOS CUANDO
DISCUTE CON ELLA.

YES **OR** **NO?**

Todos los micromachismos (mM) son comportamientos manipulativos que básicamente inducen a la mujer a la que son destinados a comportarse de un modo que perpetúa sus roles tradicionales de género, con el interés no expresado de conservar la posición superior y de dominio, intentando mantener mayores ventajas, comodidades y derechos (a la libertad, a tener razón, al uso del tiempo y el espacio, a ser cuidado y a desimplicarse de lo doméstico entre otros), y colocando a ellas en un lugar de menos derecho a todo ello.

Podemos describir así cuatro categorías de mM:

-Los mM utilitarios, que fuerzan la disponibilidad femenina usufructuando y aprovechándose de diversos aspectos "domésticos y cuidadores" del comportamiento femenino tradicional, para aprovecharse de ellos. Se realizan especialmente en el ámbito de las responsabilidades domésticas.

-Los mM encubiertos, que abusan de la confianza y credibilidad femenina ocultando su objetivo.

-Los mM de crisis que fuerzan la permanencia en el status quo desigualitario cuando éste se desequilibra, ya sea por aumento del poder personal de la mujer, o por disminución del varón.

-Los mM coercitivos que sirven para retener poder a través de utilizar la fuerza psicológica o moral masculina.

Todos, a su modo, buscan disminuir la libertad de elección y de decisión de la mujer.

**MATERIAL COMPLEMENTARIO.
(SÓLO DEBE USARSE SI EL
TALLER SE QUEDA CORTO).**

Haces más caso a tus amigas q a mi 12:04

Conectada a estas horas... 23:35

Si no es conmigo con quien? 23:36

Ei bonita q te has puesto hoy 08:10

Ya sabes k no me gusta k los demás vean lo k es solo mio 08:12

Manda fotito para darte el ok 08:13

No queria hacerte daño 17:27

Sabes q lo hago xq t quiero 17:30

Lo has leído y no contestas 20:10

Si pasas d mi recuerda q tengo unas fotos q no t gustaria q los demás vieran 20:13

Es x tu bien, ellos no t quieren como yo 17:40

No es amor, identifícalo

Llama al **012**

EM
LA FAMILIA EN UNO

Haces más caso a tus amigas q a mi 12:04

Ei bonita q te has puesto hoy 08:10

Ya sabes k no me gusta k los demás vean lo k es solo mio 08:12

Manda fotito para darte el ok 08:13

Es x tu bien, ellos no t quieren como yo 17:40

Conectada a estas horas... 23:35

Si no es conmigo con quien? 23:36

No queria hacerte daño 17:27

Sabes q lo hago xq t quiero 17:30

Lo has leído y no contestas 20:10

Si pasas d mi recuerda q tengo unas fotos q no t gustaria q los demás vieran 20:13

La conducta dominante	Los abusos verbales y emocionales	El abuso físico	El abuso sexual
<ul style="list-style-type: none"> ✓ No permite salir al otro/a con sus amistades ✓ Llama o trata de localizar a la pareja constantemente (teléfono móvil) ✓ Le ordena qué ropa debe vestir ✓ Le acompaña obligadamente todo el tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Le insulta con apodosos indeseables ✓ Tiene celos con frecuencia ✓ Le da poca importancia ✓ Le amenaza con hacerle daño a él/ella, a su familia o a sí mismo/a (suicidio) si no hace lo que él/ella desea. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Empujones ✓ Golpes ✓ Patadas ✓ Puñetazos ✓ Bofetadas ✓ Pellizcos ✓ Tirar del cabello ✓ Estrangular (el cuello) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Manoseos y besos indeseados ✓ Relaciones sexuales obligadas ✓ Privación del uso de medios para el control de la natalidad ✓ Juegos sexuales por la fuerza

TIPOS DE VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES



PSICOLÓGICA



FÍSICA



PATRIMONIAL



**DESIGUALDAD Y
DISCRIMINACIÓN**



SEXUAL



ECONÓMICA

MANDAMIENTO #1

MI LIBERTAD
NO SE TERMINA
CUANDO
ME UNO
A ALGUIEN

MANDAMIENTO #2

COMO MAMÁ
NO EDUCO
NI MACHOS
NI SUMISAS

MANDAMIENTO #3

NUNCA ME QUEDARÉ
CALLADA
SI ALGO
NO ME GUSTA

MANDAMIENTO #4

NO ACEPTARÉ
NINGÚN TIPO DE
VIOLENCIA
EN MI CONTRA

MANDAMIENTO #5

NUNCA ME
TRAICIONARÉ
DEJANDO DE SER
QUEN SOY

MANDAMIENTO #6

NADIE, NI
SIQUIERA MI
PAREJA, TOCARÁ
MI CUERPO
SI YO NO QUIERO

MANDAMIENTO #7

TRABAJARÉ
PARA NO
DEPENDER
ECONÓMICAMENTE
DE ALGUIEN

MANDAMIENTO #8

LAS MUJERES
QUEDADAS
NO EXISTEN, YO
DECIDO
SI CASARME O NO

MANDAMIENTO #9

NO HARÉ SOLA EL
TRABAJO
DEL HOGAR, Y ESO
NO ME HACE
SER MALA MUJER

MANDAMIENTO #10

NO AGUANTARÉ A NINGÚN
HOMBRE
SÓLO PARA QUE
MIS HIJOS TENGAN
UN PADRE

Primeros signos del maltrato

PUEDES ESTAR SUFRIENDO MALTRATO SI TU PAREJA O EXPAREJA ...

Te ridiculiza, te hace sentir inferior, torpe o inútil.

Te aísla, te impide relacionarte con familiares o amistades, se pone celoso o provoca una pelea.

Te amenaza, humilla, grita o insulta en privado o en público.

Te hace sentir culpable, tú tienes la culpa de todo.

Amenaza con hacerte daño a ti o a tu familia.

Te da miedo su mirada o sus gestos.

Te controla el dinero, la forma de vestir, revisa tu teléfono móvil y las redes sociales.

Te ha agredido alguna vez físicamente.

Te ha forzado a mantener relaciones sexuales en contra de tu voluntad.

Amenaza con quitarte a tus hijas e hijos en caso de dejarlo.

Una relación saludable es aquella basada en los principios de confianza y respeto mutuo. Si en tu relación aparecen alguna de las actitudes que hemos citado, debes estar alerta y actuar.



¿Qué hacer?

El primer paso que puedes dar es explicar tu situación a otras personas y pedir ayuda.

Te aconsejamos buscar el apoyo de familiares y amistades de confianza para que te apoyen y acompañen en estos momentos difíciles. También si en tu entorno detectas un posible caso de violencia de género.



ESTAMOS CONTIGO:



Llama al 016 : teléfono gratuito de información y asesoramiento jurídico, las 24 horas del día y en 51 idiomas.



Consulta la web de recursos de apoyo y prevención ante casos de violencia de género que permite la localización de los recursos policiales, judiciales y de información, atención y asesoramiento, más próximos a tu localidad: <http://wrap.seigualdad.gob.es/recursos/search/SearchForm.action>



Si eres menor de edad y crees que alguien de tu entorno está sufriendo violencia de género, puedes llamar a ANAR, al número de teléfono 900 20 20 10.



Descarga la APP "Libres", con información útil para saber cómo actuar ante una situación de maltrato.

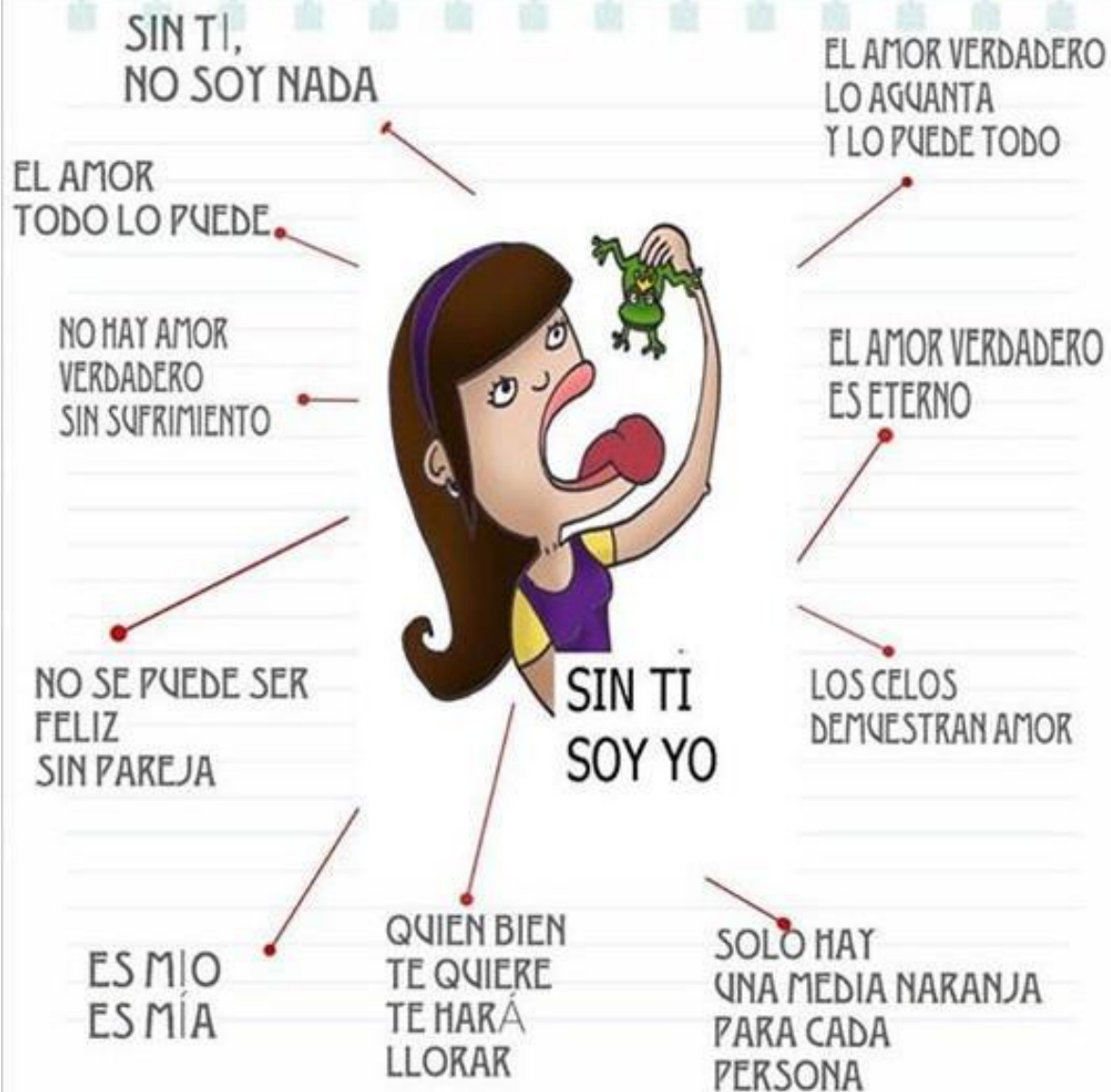


Confía en el personal sanitario de tu centro de salud y **cuéntaselo**.

Ciudad Real

SAN VALENTÍN

NO ME CUENTES CUENTOS



Mitos en torno al Amor Romántico

IND



1

Mito de "la media naranja" o de la "fe ciega en el destino"

Consistente en creer que se elige a la pareja que teníamos predestinada y que ha sido la única o mejor elección posible

2

Mito del "emparejamiento"

Creencia de que la pareja heterosexual es algo natural y universal o de que la monogamia amorosa está presente en todas las épocas y culturas

3

Mito de la exclusividad

Creer que es imposible que nos gusten varias personas a la vez

4

Mito de los celos

Creencia de que los celos son un signo de amor

5

Creer que amor y enamoramiento son equivalentes

Se puede creer que si una persona deja de estar apasionadamente enamorada es que ya no ama a su pareja y lo mejor es cortar la relación

6

Mito de la omnipotencia

Creer que "el amor lo puede todo" o que "cualquier sacrificio es válido por la pareja"

7

Concepción mágica del amor

Creencia de que nuestros sentimientos amorosos no están influidos por factores socio-biológicos-culturales

8

Mito del matrimonio o de la convivencia

Creer que el amor debe conducir siempre a la unión estable de la pareja y constituirse en la única base de la convivencia de la pareja

9

Mito de la unidad

Creencia de que ambos miembros de la relación han de ser "uno"

10

Creencia de que discutir es malo

Una pareja que no discute no es necesariamente una buena pareja

11

"Los polos opuestos se atraen"

Las personas que tienen objetivos, intereses, gustos y perspectivas comunes son las que más se atraen y mejor se llevan a largo plazo

Amor romántico ¿o dependencia emocional?

IDEALIZAR

Eres todo lo que siempre
soñé

01

PÉRDIDA DE IDENTIDAD

Sin ti no soy nada

02

RELACIONES TÓXICAS

Quien bien quiere, te hará
llorar

03

NECESIDAD DE AFECTO

Nadie me querrá como tú

04

PÁNICO A LA RUPTURA

El amor duele

05

Siquia

EL ICEBERG DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



VIOLENTOMETRO

¿Tu cuanto mides?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30



¡TEN CUIDADO!
LA VIOLENCIA AUMENTA

¡REACCIONA!
NO TE DEJES DESTRUIR

¡NECESITAS
AYUDA PROFESIONAL!



MICROMACHISMO

20 FORMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO
QUE SUELEN PASAR DESAPERCIBIDAS EN
LA VIDA COTIDIANA

MICROMACHISMO #20

**CUANDO TU PAREJA TE DICE
QUE NO TE PONGAS ESE
VESTIDO TAN «PROVOCADOR».**

MICROMACHISMO #19

**CUANDO TE DICEN QUE
DEBERÍAS SER «UN POCO MÁS
FEMENINA».**

MICROMACHISMO #18

CUANDO TE DICEN QUE
DEBERÍAS CUIDAR TU FIGURA,
PORQUE NADIE SE FIJARÍA EN
ALGUIEN COMO TÚ.

MICROMACHISMO #17

**CUANDO TE DICEN QUE
DEBERÍAS CONSEGUIRTE UN
NOVIO QUE TE HAGA FELIZ.**

MICROMACHISMO #16

CUANDO NADIE ADMITE QUE
QUE QUIZÁS NO LO QUIERAS A
«ÉL», SINO QUE LA QUIERES A
«ELLA».

MICROMACHISMO #15

**CUANDO NADIE ADMITE QUE
QUIZÁS NO QUIERAS A MÁS
NADIE QUE A TI MISMA PARA
SER FELIZ.**

MICROMACHISMO #14

**CUANDO TE DICEN QUE
APRENDAS A COCINAR «PARA
TU MARIDO, CUANDO TE
CASES».**

MICROMACHISMO #13

**CUANDO TE PIDEN QUE HAGAS
LAS TAREAS DEL HOGAR
SOLAMENTE «PORQUE ERES LA
MUJERCITA DE LA CASA».**

MICROMACHISMO #12

**CUANDO TE MIRAN MAL POR
DECIR ALGO «FUERA DE LUGAR
PARA UNA SEÑORITA».**

MICROMACHISMO #11

CUANDO TE DICEN QUE TÚ NO DEBERÍAS OPINAR SOBRE FÚTBOL, «PORQUE ESO ES COSA DE HOMBRES».

MICROMACHISMO #10

CUANDO TE DICEN QUE TÚ NO DEBERÍAS PARTICIPAR EN POLÍTICA «PORQUE ESE NO ES UN LUGAR PARA MUJERES».

MICROMACHISMO #9

CUANDO TE DICEN QUE NO
TENGAS TANTO CARÁCTER,
«PORQUE ESO NO ES PROPIO
DE UNA SEÑORITA».

MICROMACHISMO #8

**CUANDO TE OCULTAN COSAS
PORQUE ASUMEN QUE «ERES
DEMASIADO SENSIBLE».**

MICROMACHISMO #7

CUANDO TE GRITAN POR LA
CALLE Y TÚ SABES QUE NO SON
«PIROPOS».

MICROMACHISMO #6

CUANDO DE NIÑA TE VESTÍAN
DE PRINCESA, AUNQUE TÚ TE
QUERÍAS DISFRAZAR DE
SUPERHÉROE.

MICROMACHISMO #5

**CUANDO TE DICEN PUTA POR
ACOSTARTE CON QUIEN TÚ
QUIERES.**

MICROMACHISMO #4

CUANDO TE DICEN MOJIGATA
POR NO ACOSTARTE CON
QUIEN TÚ NO QUIERES.

MICROMACHISMO #3

**CUANDO TE DICEN PERRA
PORQUE NO QUIERES UNA
RELACIÓN ESTABLE.**

MICROMACHISMO #2

CUANDO TE DICEN ILUSA POR
PENSAR QUE UN HOMBRE
COMO «ÉL» SE FIJARÍA EN
ALGUIEN COMO TÚ.

MICROMACHISMO #1

**CUANDO TE DICEN QUE SEAS
UNA MUJER QUE NO ERES,
PARA CONQUISTAR A UN
HOMBRE QUE NO QUIERES.**

~~micromachismo~~