



LA VIDA RENACE

Guía para la eliminación y prevención de todo tipo de violencias

“Este folleto fue posible gracias al generoso apoyo del pueblo de Estados Unidos a través de su Agencia para el Desarrollo Internacional (USAID). Los contenidos son responsabilidad de la Fundación Natalia Ponce de León y no necesariamente reflejan las opiniones de USAID o del gobierno de Estados Unidos”.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA



Fundación
Natalia Ponce de León



LA VIDA RENACE

“La Vida Siempre Renace, nunca lo olvides, siempre existe la posibilidad de volver a empezar y de reinventarte por difícil que parezca en un principio volver a tener fuerza. Recuerda también que toda la fuerza que necesitas está en ti, la encontrarás siempre en tu alma y en tu corazón, y nace de tu amor propio. No olvides nunca, que lo más importante en tu vida eres tú mismo, y que te prometerás a ti no hacerte ni permitir que nada, ni nadie te ocasione daño”

Natalia Ponce de León, Embajadora de la Reconciliación

Gracias al apoyo y trabajo conjunto con el Programa de Alianzas para la Reconciliación de USAID y ACIDI/VOCA, durante casi 4 años la Fundación Natalia Ponce de León ha trabajado para aportar a la construcción de una cultura de paz y reconciliación en Colombia, desde el ámbito de la prevención de las violencias y el empoderamiento de quienes han sido sobrevivientes de ataques con agentes químicos, a partir de la exigibilidad y protección de sus derechos.

Con esta herramienta, se busca visibilizar las problemáticas no sólo de la violencia de género sino de cualquier tipo de violencia, para promover el conocimiento y difundir la información necesaria para dejar de silenciar una realidad que reclama voz. De esta manera, las temáticas que desde aquí se plantean apuntan hacia el aprendizaje y la interiorización de conceptos fundamentales para hablar de reconciliación, transformación social y empoderamiento, desde un enfoque de género, diferencial y de derechos humanos.

Bajo estos preceptos, el presente documento sirve de guía y soporte a líderes y lideresas de la comunidad, funcionarios/as, organizaciones de mujeres, personas vinculadas a instituciones públicas y privadas y demás interesadas/os en el tema, con la finalidad de proveer recursos que faciliten la construcción de autoestima y conocimientos teóricos básicos, que permitan la prevención y la eliminación de todo tipo de violencias.

Finalmente, invitamos a quien lee este instrumento a ser protagonista de su propia realidad, a ser agente autónomo y consiente que más allá de los elementos teóricos, es el amor propio el motor del cambio y el proceso que requiere destruir los caudales del miedo para reivindicar el valor de la vida misma.

FACTORES CLAVE



VIOLENCIA CONTRA LA MUJER

“Por violencia contra la mujer se entiende cualquier acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado” (Ley 1257/08).

CICLO DE LA VIOLENCIA

1

Se producen burlas, ira contenida, gritos o amenazas. Se culpa a la víctima por el comportamiento del agresor.

2

Se produce violencia psicológica, física y sexual. La víctima trata de tranquilizar al maltratador siendo amable y servicial

3

Momento de calma, disculpas y arrepentimiento por parte del maltratador, existe la promesa que no volverá a suceder. La víctima cree estos propósitos, sin embargo, se regresa a la primera fase.



FACTORES DE RIESGO

Las manifestaciones de violencia que se señalan a continuación NO son necesariamente consecutivas o sucesivas, sino que pueden ser experimentadas de manera intercalada ya que pueden repetirse, sobreponerse o anticiparse. No obstante, es una herramienta de sensibilización que permite estar alerta para detectar todo tipo de violencias.

RECONOCE LAS SEÑALES



Te hace bromas hirientes, te intimida, amenaza o chantajea, te culpabiliza

Te humilla, te ridiculiza, te indica cómo vestirse o maquillarte, te controla o te prohíbe amistades

Te golpea "jugando"
Destruye tus artículos personales



Te ofende verbalmente o te insulta
Te empuja, te jalonea, te manosea

Te golpea o agrede físicamente, te obliga a tener relaciones sexuales

Te amenaza de muerte
Te amenaza con objetos o armas



ES FUNDAMENTAL

1

La transformación cultural de estereotipos de género o ideas sobre lo que puede/debe y no puede/no debe hacer un hombre o una mujer.

2

Realizar acciones de educación y sensibilización, para acabar con valores, prejuicios y mitos preconcebidos en nuestra cultura.

ACTIVACIÓN DE RUTAS

Si eres víctima de violencia tienes derecho a que se active una ruta de atención integral para garantizarte la protección, recuperación y restitución de tus derechos vulnerados. En Colombia, existen 3 sectores fundamentales que integran ésta ruta:



LEY 1257 DE 2008 SOBRE NO VIOLENCIAS CONTRA LAS MUJERES

El objetivo de la Ley es “garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización” (Ley 1257/08)



FACTORES DE PREVENCIÓN

Generalmente, las raíces de la violencia contra la mujer se encuentran asociadas a causas estructurales relacionadas con la discriminación de género, las normas sociales y los estereotipos que la han perpetuado dentro de nuestras sociedades, por ello, los esfuerzos se han centrado en las respuestas y servicios para las sobrevivientes. Sin embargo, el medio más eficiente para contrarrestar la violencia es la prevención, atacando sus orígenes y causas estructurales.

De esta manera, es a través de la promoción de la igualdad de género, el empoderamiento y el respeto de los derechos humanos que se generan verdaderos cambios para avanzar en la construcción de sociedades seguras, participativas y equitativas. Significa acabar con los roles de género, rechazar todas las manifestaciones de violencia, educar a hijos e hijas bajo los preceptos de la igualdad, actuar con respeto y dejar de ser cómplices del silencio.

EN UNA RELACIÓN TIENES DERECHO A

