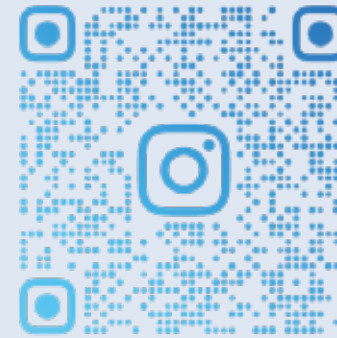


1



Escuchanos



REEL COMPARTIDO EL MAY 2, 2025
DE @LEVANTANDOANCLAS_

¿te sientes identificada con lo que escuchaste?

¿crees que algo de lo que oíste aplica a tu vida?

¿crees que te puede pasar algo así o alguien cercano a ti?

PREGUNTA TE

¿QUÉ ES UN "VIOLENTÓMETRO"?

Imagina que el "Violentómetro" es como una regla de colores que nos ayuda a ver las diferentes formas en que alguien puede ser maltratado, especialmente en las relaciones de pareja o en la familia.

¿PARA QUÉ SIRVE?

Nos ayuda a darnos cuenta de cuándo una relación no es sana y puede volverse peligrosa. Es como una señal de alerta para saber si una persona está en riesgo de sufrir violencia.

¿QUÉ ES LEVANTANDO ANCLAS?

Creamos este proyecto entre dos amigas para ayudar a que más mujeres se informen sobre situaciones de peligro que a veces no notan que están viviendo. Es importante reconocer estas señales para que su vida no corra riesgos.



No estas sola!!

No estas sola!!!

No estas sola!!!!

¿Quiénes somos nosotras?

Somos diseñadoras que nos preocupamos mucho por ayudar a resolver problemas de la sociedad. Con nuestro trabajo, queremos lograr que las cosas cambien para bien.



Mereces vivir una vida libre de miedo y violencia. No tienes que soportar esto.

¿Por qué rojo?

Si alguien te hace algo de lo que está en la parte roja, eso es un delito muy serio. Si lo cuentas a las autoridades, esa persona debe tener un castigo por la ley. A ti te tienen que ayudar y devolverte tus derechos.

¿Por qué verde?

Si te hacen las cosas de la parte verde, tú puedes tomar el control. Tienes que decir hasta aquí, creer más en ti misma, quererte y cuidarte. Busca ayuda y pon límites claros.

recuerda verde no es bueno



- Te intento quita la vida.
- Te obliga a tener relaciones sexuales sin tu consentimiento.
- Te toca sin tu permiso.
- Te dice que te va a matar.
- Te muestra un cuchillo para asustarte.
- No te deja salir de la casa.
- Te ha golpeado

- Te avienta con fuerza.
- Te pellizca fuerte diciendo que es un juego.
- Te toca partes íntimas sin tu consentimiento.
- Rompe tus cosas personales.
- No te deja usar tu celular.
- Te mira fuerte para que tengas miedo.

- Te dice apodos feos.
- Te revisa el teléfono constantemente.
- No te habla cuando le dices algo.
- Te inventa historias para manipularte.
- Te dice que va a pasar algo si no haces lo que quiere.

¿Por qué amarillo?

Las cosas que están en la parte amarilla son acciones que te hacen daño con la gente que te rodea. Puede que la gente se dé cuenta de que no está bien, pero quizás no te defiendan. Si te pasa esto, puedes aguantarlo (aunque no es bueno), o contárselo a alguien que esté más arriba, como un jefe, un director o tus padres.

No estás sola. Hay personas que quieren ayudarte recursos disponibles para ti

