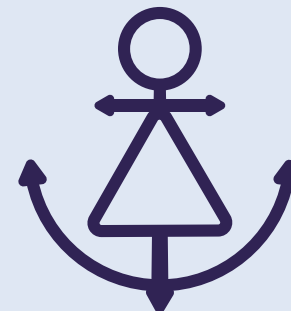




NO ESTAS SOLA

Esta información es para ti.



Levantando
anclas



por Jeny Romero - Heidy Monroy

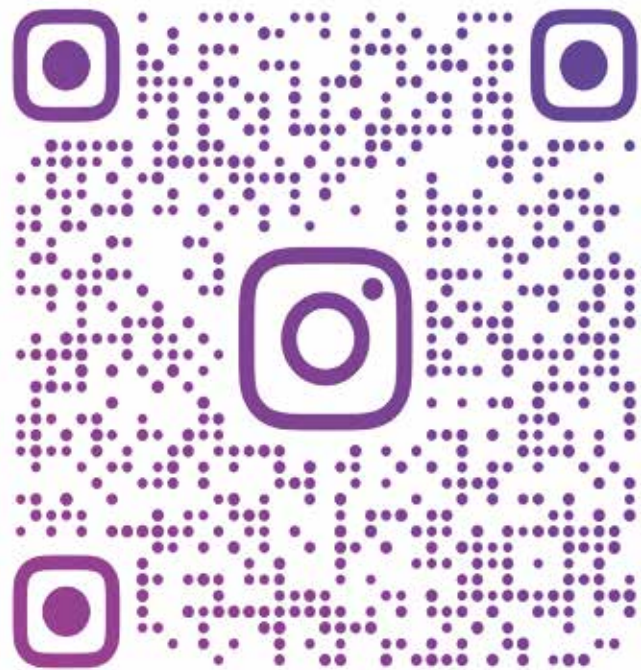
¿QUÉ ES UN “VIOLENTÓMETRO”?

Imagina que el *“Violentómetro”* es como una regla de colores que te ayudará a **identificar las diferentes formas en que alguien puede hacerte daño**, sea en tu familia, con tu pareja o en tu círculo de amigos.

¿PARA QUÉ SIRVE?

Es una **herramienta** que ayuda a **darte cuenta a tiempo** si una relación *no es sana* y puede volverse peligrosa. Es como una **señal de alerta** para saber si estás en **riesgo de sufrir maltrato** o si las **personas** a tu alrededor te están **haciendo daño**.





LEVANTANDOANCLAS_

ESCÚCHANOS

PREGÚNTATE

¿Me siento identificada con lo que escuché?

¿Creo que algo de lo que oí aplica a mi "vida"?

¿Creo que me puede pasar algo así o a alguien cercano a mí?



¿QUÉ ES LEVANTANDO ANCLAS?

Creamos este proyecto entre dos amigas para ayudar a que te **informes sobre situaciones de peligro** que a veces puedes pasar por alto o que puedes estar viviendo. Es importante **reconocer estas señales para que tú vida no corra riesgos.**



No estas sola!!
No estas sola!!!
No estas sola!!!!

¿Quiénes somos nosotras?

Somos **Jeny y Heidi** dos diseñadoras **preocupadas por la salud física y emocional de las mujeres.** Con nuestro trabajo queremos brindarte una **herramienta en pro de tu bienestar.**



ROJO

Si pasas por algo de esta parte, es un **delito muy serio**. Puedes contarlo a **las autoridades**, que están para **protegerte y ayudarte**. Si no te sientes preparada para denunciar, **la Línea Púrpura** te ofrece **apoyo**.

Tu vida vale mucho

VERDE

Si te sientes identificada con esta parte. **Tú puedes tomar el control**. Puedes **hablar** para que esas actitudes cambien. Si después de hablar siguen igual, eso es **una señal** de que **no** es un lugar **sano para ti**. **Busca ayuda y pon límites claros**.

Recuerda verde no es bueno



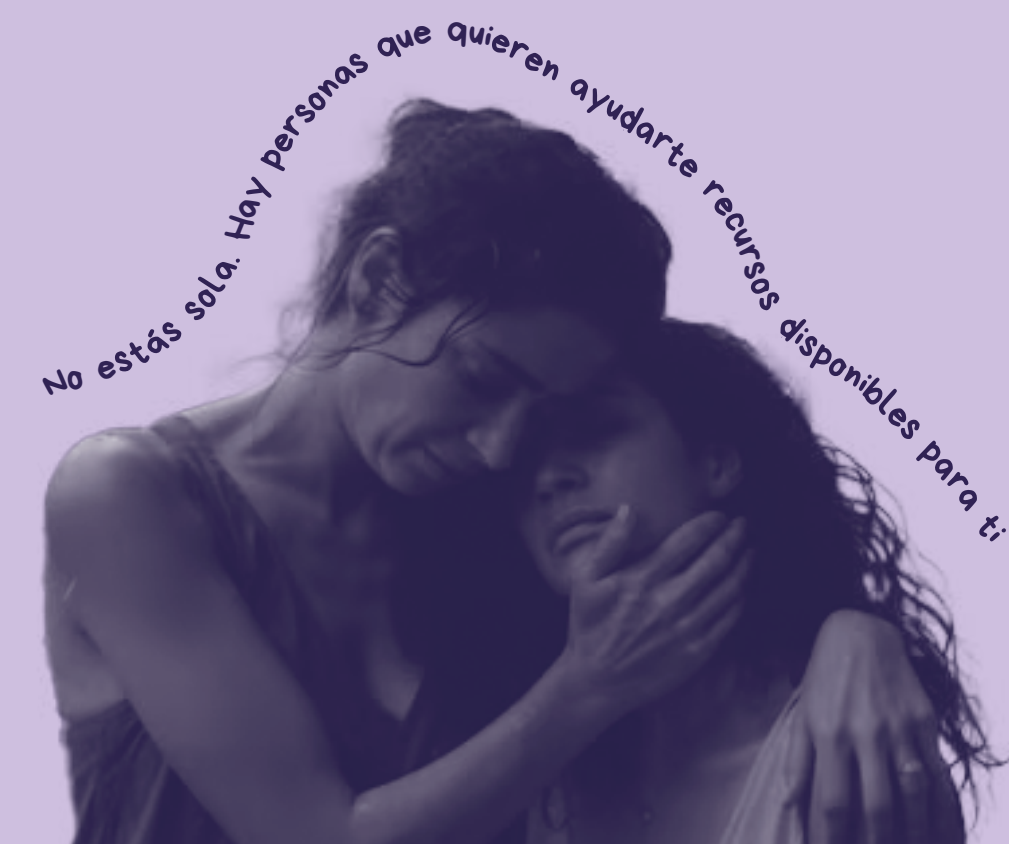
AMARILLO

Las alertas que están en la parte amarilla son acciones que te **hacen daño en tu vida y en tus relaciones**. Busca **ayuda afuera**: amigas, familia cercana, o alguien de **confianza** con quien puedas hablar, que te dé **tranquilidad** y que **no sea parte** de lo que **esta ocurriendo**.

No tienes que pasar por esto sola

Línea Púrpura

WhatsApp
300 755 1846
Linea telefónica
018000 112 137



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