

# #LONORMALES

## Campaña de prevención de COVID-19 y Violencia contra mujeres y niñas.

PROYECTO de seguridad alimentaria frente a la crisis por COVID-19 en comunidades indígenas y rurales de Honduras. Implementado por CARE /ASONOG, PRR y FIPAH, financiado por SeedChange y el Gobierno de Canadá.

ASONOG  
12



Trabajamos con 3.018 hogares en 123 comunidades en los departamentos de Intibucá, Lempira, Comayagua, Santa Bárbara y Yoro en Honduras, proporcionando asistencia inmediata para reducir los riesgos críticos de COVID-19 y abordar sus consecuencias en la seguridad alimentaria a través de la producción de alimentos y semillas a corto y mediano plazo, con la participación activa de las mujeres y el fortalecimiento de liderazgos femeninos para preservar la seguridad alimentaria de sus familias y comunidades.

**f Más información:** @weseedchangeorg | @EmbCanCRHNNI


@CareHonduras | @ASONOG | @FIPAHonduras | @ProgramaReconstruccionRural

# Canada

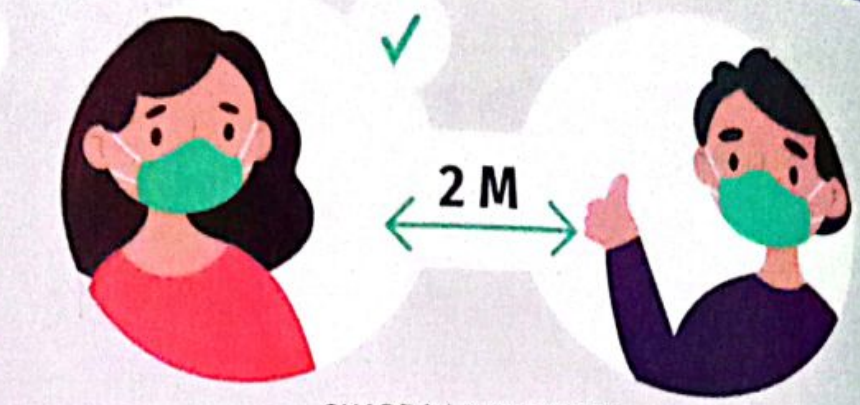
 **SeedChange**  
Sembrando el Cambio,  
anteriormente USC Canada









USA MASCARILLA  
CORRECTAMENTE, TAPANDO  
NARIZ, BOCA Y BARBILLA




GUARDA LA DISTANCIA  
CON OTRAS PERSONAS




ESTORNUDA EN TU ANTEBRAZO  
O CODO. NO ESTORNUDES EN  
LA PALMA DE TU MANO



LAVA TUS MANOS  
FRECUENTEMENTE  
CON AGUA Y JABÓN



NO TE TOQUES LA CARA  
SIN LAVARTE LAS MANOS



SI TE SIENTES MAL,  
BUSCA AYUDA CON EL PERSONAL  
DE SALUD DE TU COMUNIDAD

FRENTE AL COVID-19

**#LONORMALES**

**NO DESCUIDAR LAS MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD  
Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA  
AL PRESENTAR SÍNTOMAS**



## LOS SÍNTOMAS MÁS COMUNES SON:



FIEBRE



TOS  
SECA



FATIGA

## OTROS SÍNTOMAS QUE SON MENOS FRECUENTES Y PUEDEN AFECTAR A ALGUNAS PERSONAS INCLUYEN:



PÉRDIDA  
DEL GUSTO  
Y OLFATO



CONGESTIÓN  
NASAL



CONJUNTIVITIS  
(OJOS ROJOS)



DOLOR DE  
GARGANTA



DOLOR DE  
CABEZA



DOLOR DE  
MÚSCULOS



ALERGIAS  
EN LA  
PIEL



NÁUSEAS O  
VÓMITOS,  
DIARREA,  
ESCALOFRÍOS  
O MAREOS

FRENTE AL COVID-19

# #LONORMALES

**NO DESCUIDAR LAS MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD**

**Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA AL PRESENTAR SÍNTOMAS**



# ¿Cuáles son los síntomas del Covid-19?

LOS SÍNTOMAS DE LA ENFERMEDAD GRAVE DE COVID-19 INCLUYEN:

DIFICULTAD  
PARA  
RESPIRAR



PÉRDIDA  
DE  
APETITO



CONFUSIÓN



DOLOR O  
PRESIÓN  
EN EL  
PECHO

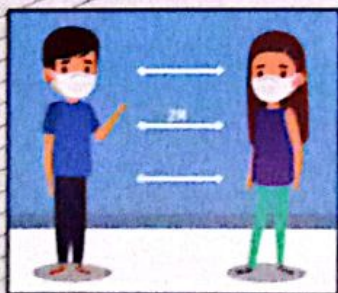


39,5°C  
ALTA  
TEMPERATURA



*Las personas de todas las edades que experimentan estos síntomas deben buscar atención médica inmediatamente. Si es posible, llame primero al 911, o acuda al centro de salud de su comunidad.*

Fuente: OMS



*También hay personas que pueden estar contagiadas por COVID-19 sin presentar síntomas. Frente a esta situación la mejor protección es utilizar siempre mascarilla, mantener distancia con otras personas y lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente.*

FRENTE AL COVID-19

## #LONORMALES

**CUIDARSE Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA  
AL PRESENTAR SÍNTOMAS**



## EVOLUCIÓN DEL VIRUS Y SUS TRES VÍAS DE ATAQUE



**Es importante ir al médico antes de entrar a la fase pulmonar**

**FRENTE AL COVID-19**  
**#LONORMALES**  
**CUIDARSE Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA**  
**AL PRESENTAR SÍNTOMAS**



FRENTE AL COVID-19

Si necesitas ayuda  
o información,  
acude al centro de  
salud más cercano,  
al guardián, voluntario de  
salud de tu comunidad  
o llama al



Llamada sin costo desde tu celular

FRENTE AL COVID-19

**#LONORMALES**

**CUIDARSE Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA  
AL PRESENTAR SÍNTOMAS**





COLOREA

FRENTE AL COVID-19

**#LONORMALES**

**USAR LA MASCARILLA CORRECTAMENTE**



# JUEGA Y APRENDE

SOBRE EL COVID-19 Y VIOLENCIA DE GÉNERO

IDENTIFICA LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y LOS SÍNTOMAS DEL CORONAVIRUS, PARA EVITAR CONTAGIARTE Y GANAR LA BATALLA. ADEMÁS, AYUDA A ELIMINAR LA VIOLENCIA DE GÉNERO.

¡GANASTE!

- Sube con la escalera
- Baja con las serpientes



## REGLAS

Se comienza a jugar desde el cuadro uno.

Cada jugador(a) tira una moneda al aire, si cae cara, avanza tres cuadros y si cae escudo, un cuadro.

Si caes en un cuadro con mensaje, léelo y sigue la flecha. Puede ser que avances más rápido o que retrocedas.

Gana quien llegue primero a la meta final.

INICIO



DIVIÉRTETE Y ENCUENTRA LAS 4 DIFERENCIAS

1



2



FRENTE AL COVID-19

**#LONORMALES**

**CUIDARSE Y BUSCAR ATENCIÓN MÉDICA INMEDIATA  
AL PRESENTAR SÍNTOMAS**





- SE BURLA DE VOS O TE RIDICULIZA,
- TE INSULTA O TE GRITA,
- TE AMENAZA CON MALTRATARTE O QUITARTE A TUS HIJAS E HIJOS,
- TE IMPIDE SALIR O TENER AMISTADES Y VISITAS,
- ESTABLECE UN AMBIENTE DE MIEDO EN EL HOGAR.

## Violencia **psicológica**

Causa daño emocional y disminución de la autoestima, perjudica el pleno desarrollo personal y busca degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de las mujeres.



¿TE HAN JALADO DEL PELO, EMPUJADO, GOLPEADO O PATEADO?

## Violencia **física**

Es cualquier acto que implique el uso de la fuerza; cachetadas, golpes, empujones, fajazos, heridas, fracturas o quemaduras que provoquen o puedan provocar una lesión, daño o dolor en el cuerpo de una mujer.



¿TENÉS QUE HACERLO PORQUE YO QUIERO!

## Violencia **sexual**

Ocurre siempre que se le impone a la mujer un comportamiento sexual contra su voluntad, se produce por parte de su pareja o por otras personas.



¿DAME TODO TU DINERO, LO VOY A GUARDAR!

## Violencia **económica**

Es cualquier acción de control de las finanzas, castigos monetarios a las mujeres, o apropiación del dinero que ganó la mujer con su trabajo, así como la negación, condicionamiento de los recursos económicos necesarios para el hogar común.



ES TU TIERRA, PERO YO LA VOY A SEMBRAR Y GANAR DINERO CON ELLA.

## Violencia **patrimonial**

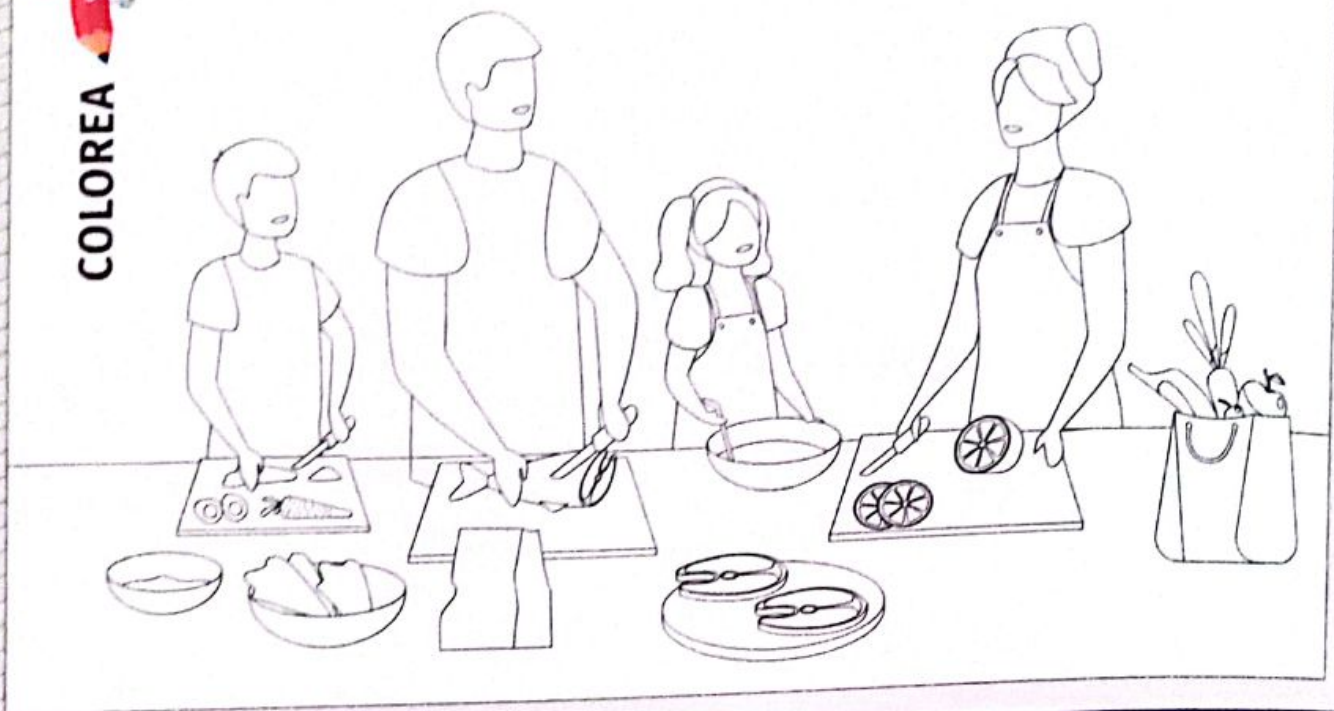
Es la destrucción o venta de bienes materiales, ya sean de ambos o solamente de la mujer, retención de documentos personales, bienes muebles y/o inmuebles como casa, terrenos, etc.

Si estás en una situación de riesgo, busca apoyo, mantén comunicación constante con personas de confianza.

**#LONORMALES**  
**DENUNCIAR**

LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES





## **Si mi hogar no es un lugar seguro para mi, ¿Qué puedo hacer?**

Si estás experimentando violencia, comunícate con familiares, amigos y vecinos y llama al 911 para solicitar apoyo.

Haz un plan de seguridad en caso de que la violencia en tu contra o de tus hijos se intensifique. Esto incluye:

1. Identificar a un vecino, amigo, familiar o refugio al que ir en caso de que necesites salir de la casa inmediatamente por seguridad.
2. Ten un plan de cómo saldrás de la casa de forma segura y cómo llegarás allí (por ejemplo, el transporte).
3. Mantén algunos artículos esenciales (por ejemplo, documentos de identificación, teléfono, dinero, medicamentos y ropa) disponibles, y una lista de números de teléfono en caso de emergencia.
4. Si es posible, desarrolla un código con un vecino de confianza para que puedan acudir en tu ayuda en caso de emergencia (por ejemplo, un mensaje de texto que no sea sospechoso).

**#LONORMALES**  
**DENUNCIAR**  
**LA VIOLENCIA DE GÉNERO**



**¡REACCIONA!  
DENUNCIA Y  
PIDE AYUDA**

**¡BUSCA APOYO!  
CUÉNTALE A  
ALGUIEN DE  
CONFIANZA,  
NO TE QUEDES  
SOLA**

**¡CUIDADO!  
LA VIOLENCIA  
ESTÁ PRESENTE**

18  
17  
16  
15  
14  
13  
12  
11  
10  
9  
8  
7  
6  
5  
4  
3  
2  
1

**ASESINAR**

**VIOLAR**

**ABUSAR SEXUALMENTE**

**AMENAZAR DE MUERTE**

**AMENAZAR CON OBJETOS O ARMAS**

**ENCERRAR, AISLAR**

**GOLPEAR**

**EMPUJAR**

**AGREDIR "JUGANDO"**

**MANOSEAR**

**DESTRUIR ARTICULOS PERSONALES**

**CONTROLAR, PROHIBIR**

**INTIMIDAR, AMENAZAR**

**OFENDER, HUMILLAR**

**CELAR**

**IGNORAR**

**MENTIR, ENGAÑAR**

**CHANTAJEAR**

Si estás en una situación de riesgo, busca apoyo,  
mantén comunicación constante con personas de confianza.

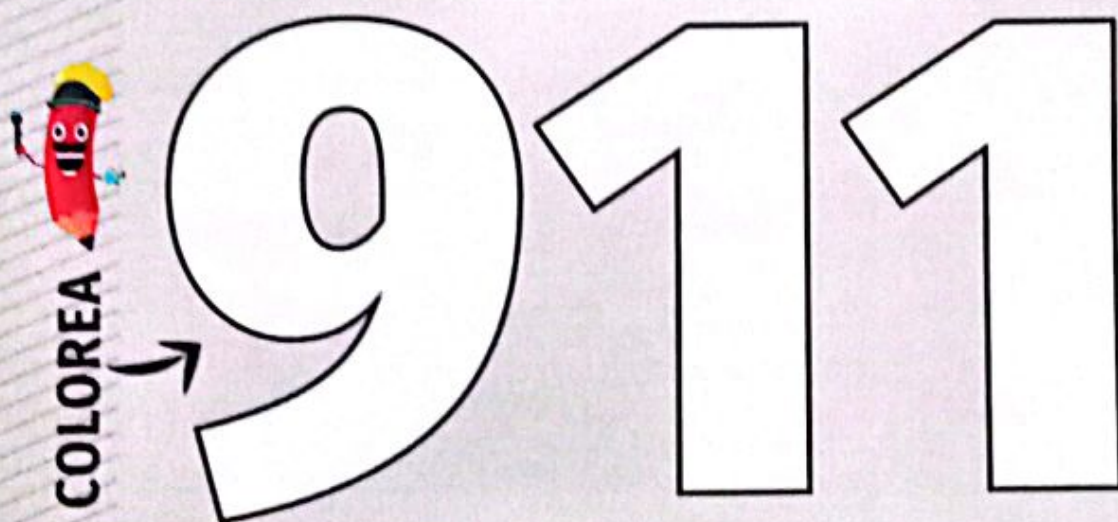
**#LONORMALES**

**DENUNCIAR**

**LA VIOLENCIA DE GÉNERO**



Si estás en riesgo por  
causa de la violencia en  
tu hogar, busca ayuda.  
Acude a la Oficina  
Municipal de la Mujer  
o llama al



Llamada sin costo desde tu celular

**#LONORMALES**  
**DENUNCIAR**  
LA VIOLENCIA DE GÉNERO



# ANTIGUOS Y NUEVOS PATRONES DE MASCULINIDAD

## MASCULINIDAD TRADICIONAL

Se considera al padre  
como **proveedor**.

El cuidado de los hijos es  
una **tarea exclusiva de**  
la mujer.

El padre no asume  
**responsabilidades**  
domésticas.

El hombre **controla**  
las conductas,  
deseos y opiniones  
de la mujer.

## NUEVA MASCULINIDAD

Tanto el padre como la  
madre **pueden desarrollar**  
emprendimientos  
para obtener ingresos.

Tanto el padre como la  
madre **comparten**  
el rol de crianza.

El padre **asume igual**  
**responsabilidad** que la mujer  
en las tareas domésticas.

El hombre **respeta las**  
**decisiones, opiniones y deseos**  
de la mujer y **promueve un trato**  
**igualitario, libre de violencia.**

**#LONORMALES**  
**QUE EXISTA IGUALDAD**  
ENTRE EL HOMBRE Y LA MUJER



**911**

**Intibucá:**

-Organización Intibucana de Mujeres Las Hormigas en La Esperanza, Intibucá:

Tel. 9692-3495

-Ministerio Público - La Esperanza, Intibucá:

Tel. 2783-0600 / 2783-1704

**Comayagua:**

-Ministerio Público - Fiscalía de la Mujer y el Módulo de Atención Integral Especializado (MAIE) - Comayagua:

Tel. 2772-9128

**Lempira:**

-Ministerio Público - Fiscalía - Gracias, Lempira:

Tel. 2656-1253

**Yoro:**

-Ministerio Público - Fiscalía - El Progreso, Yoro;

Tel. 2647-1399 / 2647-3742 / 2647-3743

**Santa Bárbara:**

-Ministerio Público - Fiscalía - Santa Bárbara:

Tel. 2643-2350 / 2643-2855

- La posta policial de tu localidad.

- Las Oficinas Municipales de la Mujer en tu Municipio.

- Organizaciones de derechos humanos y derechos de las mujeres en tu localidad.

**Canada** 

 **SeedChange**  
Sembrando el Cambio,  
anteriormente USC Canada

