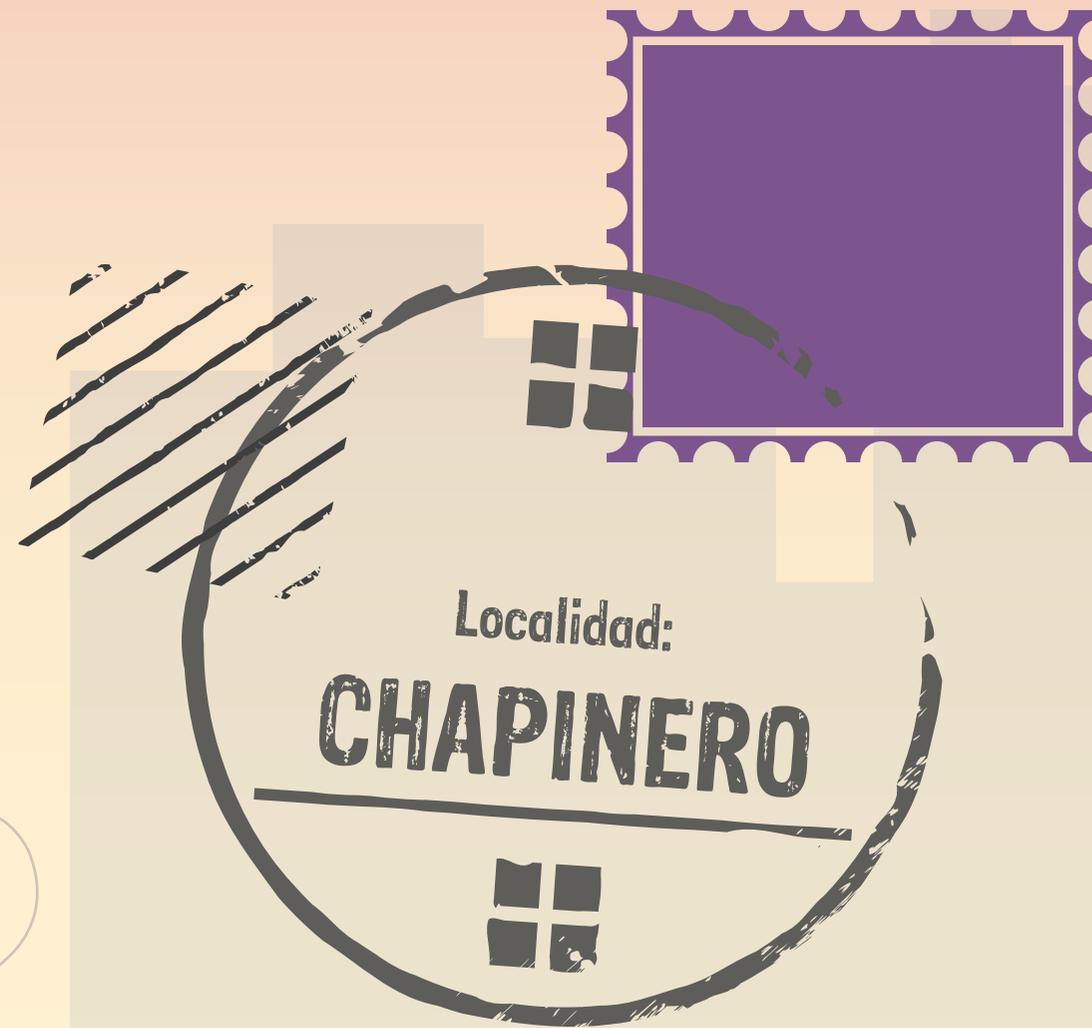


CARTAS

viajeras



SECRETARÍA DE
LA MUJER

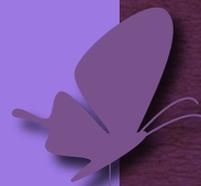


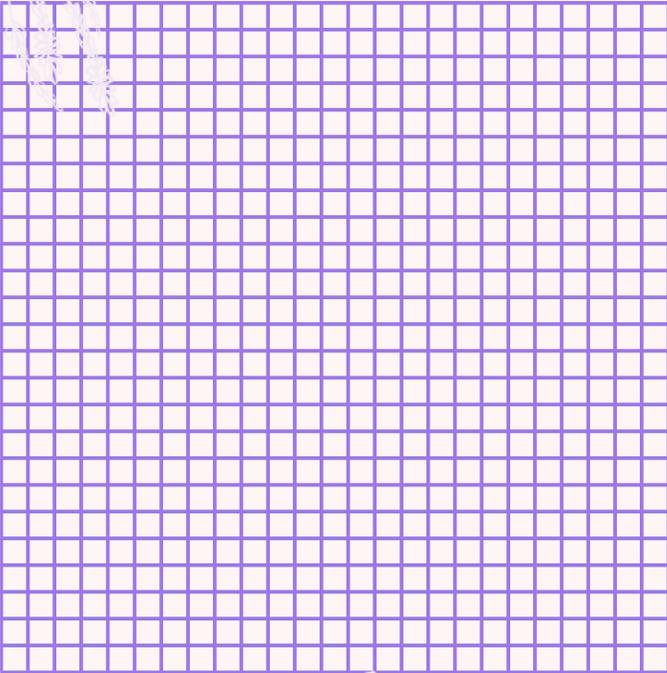
CARTAS VIAJERAS CIOM CHAPINERO

Estos mensajes de las mujeres fueron plasmados en el marco de los encuentros psicosociales de la localidad de Chapinero.

¡Estos mensajes son fortaleza para ti mujer!

Mujeres que abrieron su corazón y contaron en muchas ocasiones su historia propia y la resiliencia que han atenido para atravesarla





Hola mujer

¿Por qué has permitido el maltrato psicológico, emocional o físico?

Sí, Somos maravillosas, bellas, emprendedoras y las que originamos vida desde nuestras entrañas y somos todo esto y mucho más cuando nos miramos de adentro hacia afuera.

Merecemos bienestar y calidad de vida desde nosotras mismas cuando nos amamos, nos valoramos, nos respetamos y hacemos por estos mismos motivos que se nos trate como merecemos en nuestra cotidianidad. Y esto solo lo logramos cuando por ningún motivo ni en nombre del amor cedemos, cambiamos, negociamos lo que somos y por lo que debemos vivir.

¿Por qué?

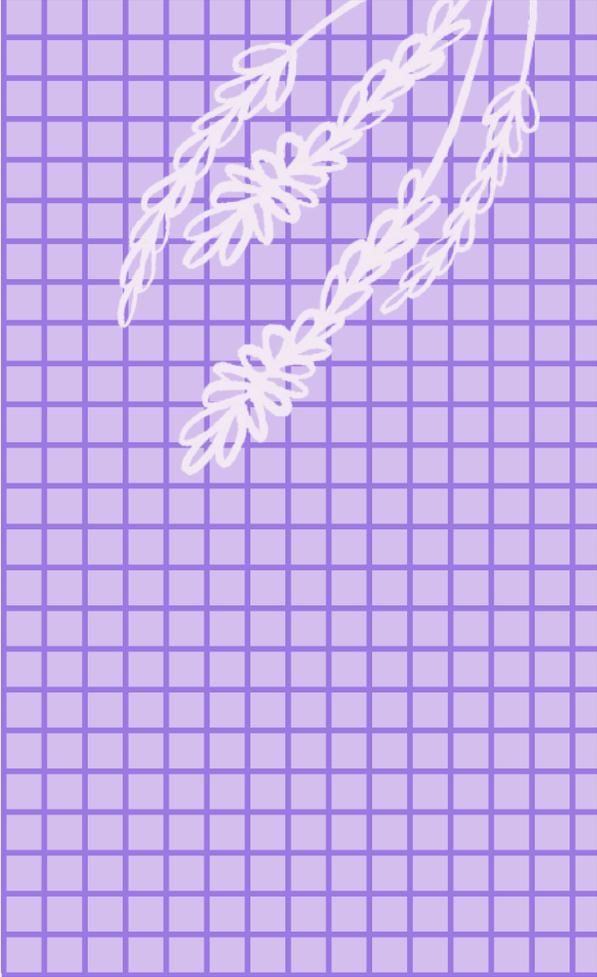
Entonces, permitir cuando nos enamoramos y en nombre del amor ceder todo esto y dejarlo atrás para entrar en el dolor y el sufrimiento de quien nos agrede, nos desvaloriza y nos hace perder nuestra autoestima con sus groserías, palabras hirientes, golpes físicos, nos viola todos los derechos y nos sigue maltratando aún más cuando perdonamos, porque abrimos más la puerta para cosas peores, o nos quedamos calladas porque se nos dice que no cumplimos con las expectativas de nuestra pareja, o “Que la ropa sucia se lava en casa” y dejamos de denunciar.

¡Ya no más mujer!

Basta ya mujer a entregar el poder sobre sí misma, es hora de renunciar a todo ese maltrato y a decir me amo, me amo, y me respeto, me valoro y merezco ser yo misma; tengo mi poder y lo hago valer por encima de todo.

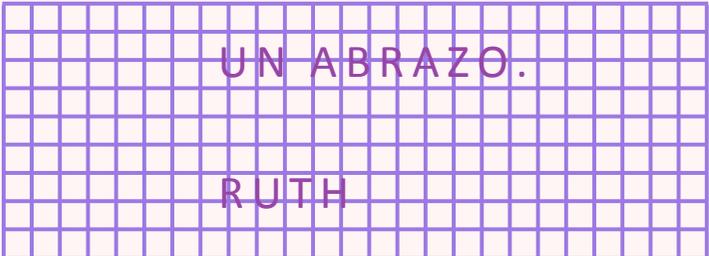
¡Y por ese amor que me tengo es que NO puedo ni debo permitir de ninguna manera ni por ningún motivo ni en nombre del amor de quien me ha conquistado y luego me ha degradado esos tipos de maltrato!

Sí, eres bella, ¡y mereces alegría, bienestar, armonía y paz interior y eso solo lo ganas cuando te AMAS!



UN ABRAZO.

RUTH



“

¡Hola!

Mi nombre es Ana Milena, fui víctima de violencia sexual y tortura psicológica por más de 10 años, apenas el año pasado pude poner mi denuncia y romper el silencio y sé por experiencia propia que no estás pasando por uno de tus mejores momentos pero que lo peor ya paso.

Ahora es el tiempo para que resplandezcas porque lo mereces, eres una mujer valiente que ha decidido poner un alto en el camino y cambiar la situación de dolor en resiliencia y cada día en un paso más cerca a la fortaleza y abrigarte en quienes te aman verdaderamente.

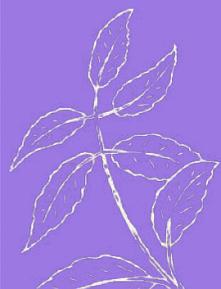
El amor lo vas a encontrar en quien menos esperas y siempre habrá personas que te amen, pero lo más importante es que te ames y sepas que no estás sola.

Al principio es difícil entender porqué existe tanta maldad o porque me paso a mí, pero de ti depende si el dolor lo conviertes ahora en una fortaleza para ayudar a otras mujeres a salir de situaciones de maltrato. Cuando ayudas a otras personas tu misma te vas reconstruyendo y te das cuenta que, aunque la vida no es fácil es hermosa.

Cada día es una oportunidad para que el mundo conozca lo hermosa que eres y que fuiste creada con amor y con propósito de vida. Te puedo decir que, aunque no te conozco te amo mucho porque de lo que hoy tengo puedo dar y es amor.

Sí se puede, nunca te rindas, nunca estás sola.

Ana Milena Rubiano
Ceo Metamorfosis del Silencio a la Vida



“

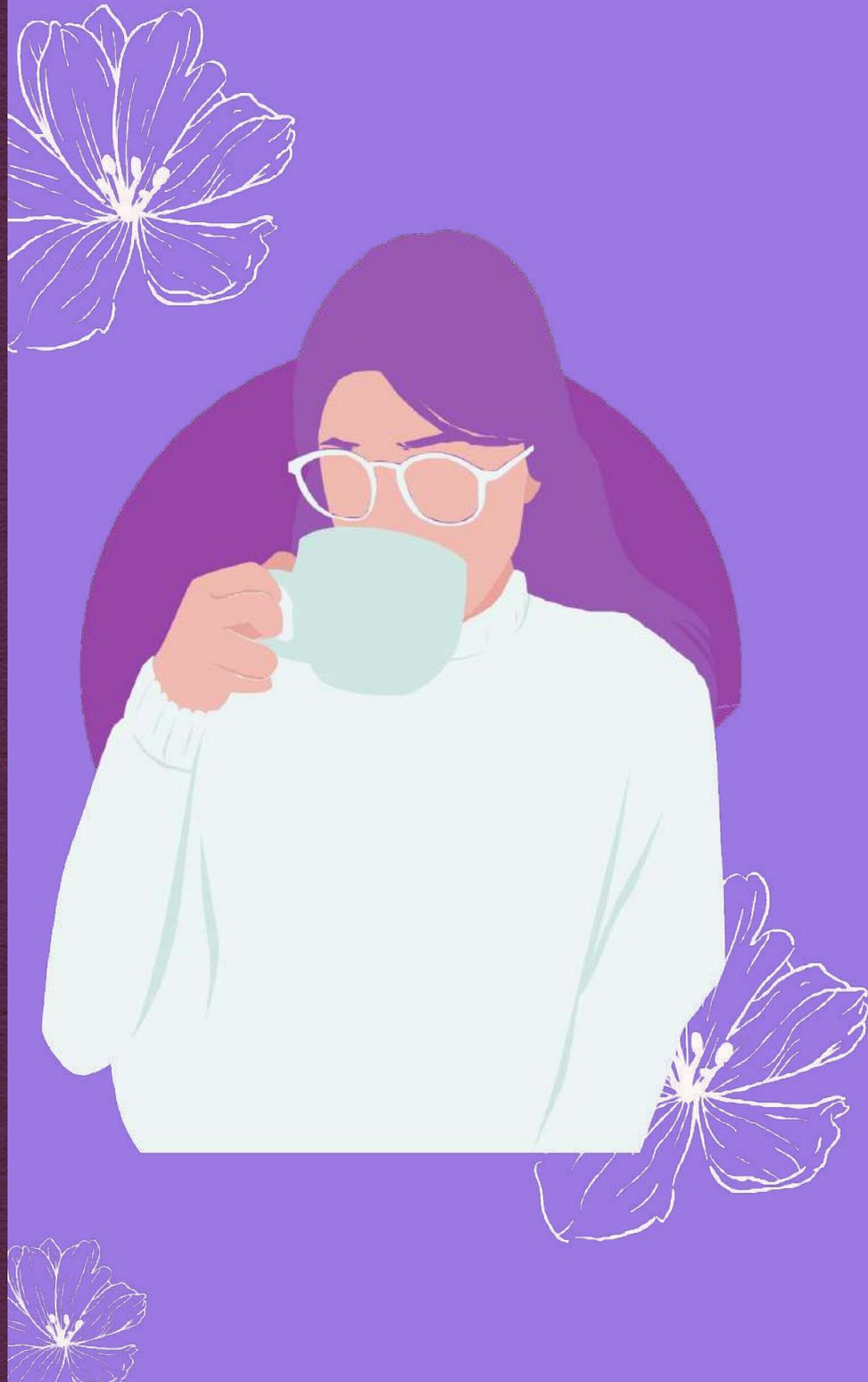


A ti que estás luchando a diario con la incertidumbre y el miedo, a ti que te despiertas cada día con dudas y temores al futuro, quiero decirte que no estás sola y no debes temer. Las razones parecen complejas y difíciles de entender, pero si lo miras con atención, quizás la esperanza comience a llegar a ti. Históricamente las mujeres nos hemos caracterizado por luchar, por salir adelante y defender con todas nuestras fuerzas aquello que amamos, y tú no eres la excepción. Tienes la capacidad de visualizar tu futuro, de soñar y de empeñar todos tus esfuerzos en cumplir tus sueños, sin depender de nadie. Tienes la fortaleza para alzar tu frente y decidir caminar un camino diferente y tranquilo, donde no dependas emocionalmente de alguien que te haga sentir inferior y que te diga que tú no puedes, porque ¡SÍ PUEDES!

Puedes valerte por ti misma, estudiar, prepararte, surgir de las cenizas, trabajar en lo que te gusta, ver crecer a tus hijos a la par que crecen tus proyectos, puedes amar sin dolor, y puedes ser amada de una manera genuina y transparente, sin tener que entregar tu autonomía y libertad a cambio. ¡TÚ PUEDES!!, porque eres fuerte y luchadora, porque mereces brillar y sobresalir, mereces sonreír y ser feliz y mereces vivir una vida libre de violencias de cualquier tipo. ¡Mereces sólo lo mejor!! Porque el amor más grande que debes tener es el amor propio, y amarte sin medida a ti misma es la más bella revolución

-- ANÓNIMA





Mujer, amiga: Te escribo esta carta para decirte que no estás sola, que puedes contar conmigo, con todas las redes de mujeres, con la Casa de la Igualdad. Es muy importante que des a conocer la situación que estás viviendo. Pero además amiga hay que hacer un pare en el camino y pensar que cosas quieres realizar, esos planes que alguna vez dejaste de lado, como los va a sacar adelante. Si el trabajo que estás realizando o las labores que haces a diario te llenan y te sientes a gusto haciéndolas, hay que hacerlas bien hechas y disfrutar de las mismas, sino es así, es hora de una reprogramación de la vida. Imagino que sacas tiempo para hacer cosas que te gustan, independientemente de las obligaciones. Qué cosas te gustaría hacer realmente; pasear, ir al gimnasio, ir a cine, leer, escribir, desarrollar un arte. Va siendo hora de liberarte de ataduras que no te permiten ser, hacer y realizar tus sueños. Yo Ana Gladis Muñoz te invito a que participes de los cursos de formación que tenemos para todas las mujeres que habitan en Bogotá, para que aprendas cosas nuevas. Más adelante cuando termine la pandemia, tendré ocasión de darte a conocer el Centro de Desarrollo Comunitario TITOS. Un lugar diseñado para ti y para todas las mujeres que necesitan un Respiro en el camino. Yo trabajo con Integración Social en Chapinero. Estoy presta para atender con calidez a todas las personas que quieran participar de los programas y servicios.

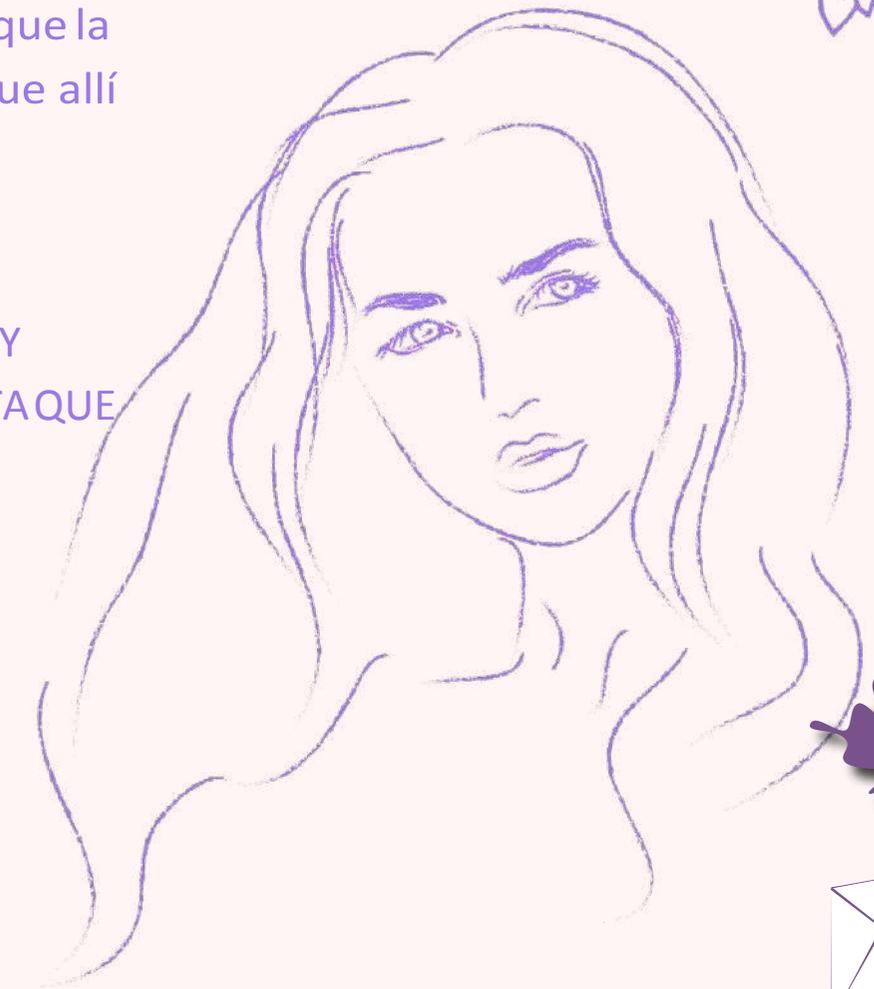
CON MUCHO APRECIO: ANA GLADIS MUÑOZ C PSICÓLOGA REFERENTE DEL CENTRO DE DESARROLLO COMUNITARIO

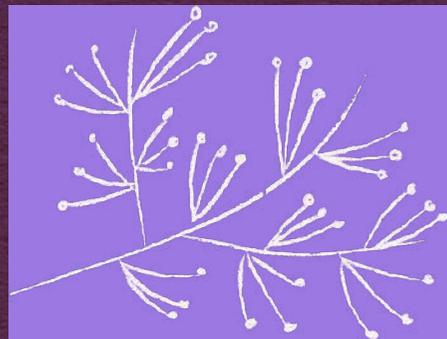


Como mujer mayor te puedo decir que el amor se construye en el día a día, sin embargo nunca permitas que el abuso y maltrato tomen dimensiones muy grandes, no calles busca orientación y guía, denuncia, hoy la mujer tiene mucho apoyo y orientación, aprovecha estas opciones habla a tiempo, pero no solo con aquellas personas que en cambio de orientarte y fortalecerte te confunden más, confía en las oportunidades de orientación profesional, conoce y aprovecha estas estrategias que la secretaria Distrital de la mujer ofrece no te asustes, antes de traerte problemas, hablar a tiempo; tal vez ayudes a tu pareja (si es que la tienes) a reflexionar y ver en ti una mujer que conoce el respeto y lo proyecta ya que allí encontraras quien te escuche y te escucharas a ti misma.

DENUNCIA NO ESPERES A QUE LAS COSAS SEAN PEOR. RECUERDA QUE TIENES DERECHOS Y VALE LA PENA DEFENDERLOS, NO ESTAS SOLA. TAL VEZ QUIEN TE MALTRATA SE DÉ CUENTA QUE ERES MAS VALIOSA DE LO QUE PENSABA.

LUZ CARMENZA ZAMORA



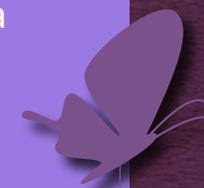
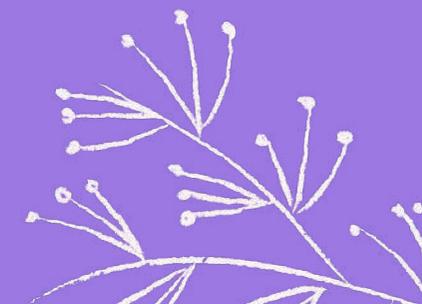


Asociación Red de Mujeres Productoras de Chapinero

En estos momentos en los que las circunstancias no son tan ideales como todas deseamos, un abrazo de amistad, un café o un tranquilo respiro puede aliviar nuestra vida. Nos sentimos solas, desprotegidas, abatidas.... Pero no es así, porque en alguna otra parte muchas otras mujeres están pasando por las mismas y muchas otras están dispuestas a ayudarnos, a apoyarnos, no estamos solas, porque el universo nos hizo mujeres y las mujeres somos más fuertes de lo que se puede pensar. Hablemos, contémonos y compartamos nuestro sentir, no estamos solas, nadie puede hacernos daño, nadie puede hacernos pensar que somos insignificantes, que somos menos, que debemos ser sumisas....o que solo estamos para servir al esposo, al novio, al amigo, al hermano, a los hijos, a la familia en general, a los jefes, a las mismas amigas.

Nacimos libres, con derechos como todo ser humano, vinimos a vivir a disfrutar, sufrir no vale la pena, llorar es bueno, pero no siempre, ni el maltrato, ni los golpes, ni las agresiones verbales, nos pueden volver a dañar. No estamos solas, no nos pueden volver a dañar. No más lágrimas, nos vamos a arrugar, no más sufrimiento, nos vamos a agotar, no más silencio, nos vamos a ahogar, no estamos solas, no nos pueden volver a dañar. Nuestra piel no puede ser golpeada, nuestra voz no puede ser callada, nuestros ojos no pueden ser vendados, nuestras manos no pueden ser atadas, nuestros pies caminan libres y seguros por el camino de la felicidad. Hagamos un pacto: Hagamos un pacto sagrado, vamos a hablar, no nos vamos a callar, vamos a denunciar a quien nos hace daño, a quien hace daño a las demás, vamos a movernos, vamos a volar, porque no estamos solas, no nos pueden volver a dañar y después un café, un vino, un agua aromática, lo que nos provoque probar.

Un abrazo, Asored - Mujeres Productoras de Chapinero



HOLA QUERIDAS MUJERES

Mi nombre es Patricia, tengo 32 años y tengo un hijo. Esta carta más que pretender enseñar algo es compartirles algo de mi historia y decirles que si están pasando algún hecho de violencia no lo pasen por alto y recuperen su amor propio y su dignidad. Mi historia comienza a los 21 años cuando me enamore de un hombre que me salvó en muchos aspectos, tenía problemas en mi casa y él llegó como una “solución” a todos mis problemas, me enamore perdidamente de él, al ver como con todos sus detalles llenaba, según yo, todos los espacios vacíos de mi vida. Gran error, pues después de todo eso aprendí que nadie te completa, te complementa tal vez sí, pero no te completa. Yo misma pagué mis estudios y él me ayudaba, pero no con el pago de la carrera, me ayudaba con el transporte y la alimentación, cosa que siempre le agradecí. Fui con el tiempo desarrollando un relación de codependencia, al principio él fue violento conmigo, pero no quise ver, un día cuando llevábamos 6 meses me empujó y ahora que lo pienso en ese momento debí alejarme, pero no, el uso eso para justificar que lo hacía porque me quería y tenía rabia y celos, eso en vez de asustarme me enamoro más, si suena absurdo, pero después lograba que me olvidara de eso con sus detalles. Él salía de viaje y yo me convertí en una persona celosa y desconfiada pues él no me mostraba en realidad como era, desaparecía, no me llamaba, a partir de ahí lo único que yo hacía era aguantar por dizque “amor”, pero no, el amor no tiene por qué doler, así se convirtieron 10 años de una relación de desconfianza, celos y mucha codependencia. Muchas veces le dije que necesitábamos ayuda, pero no le gustaba que yo buscara un psicólogo o ayuda espiritual le molestaba eso y aunque yo me creía una persona con carácter él lograba de alguna forma hacer que cambiara mi forma de pensar y desistiera de pedir ayuda. Llegó nuestro hijo y fue una gran felicidad para los dos, pero yo tenía claro algo él no iba a cambiar por mi niño y tampoco era mi pretensión, aunque reconozco que en el fondo guardaba la esperanza. Nunca pasó, al contrario, diferíamos muchísimo de las cosas del niño y su educación, por ejemplo. En el tiempo del embarazo trabajé con él y entonces empecé a depender también económicamente, me equivoqué de nuevo por eso entiendo tanto a tantas mujeres que pasan por lo mismo. Como ya me había graduado, renuncié a mi trabajo, me convenció de iniciar un negocio juntos trabajé con él y fue peor todo. Todo lo que me había dado durante años mientras estudie y mientras estuve ahí trabajando con él, me lo hecho en cara, mi familia estaba cansada de que yo viniera llorando y después otra vez corriera a los brazos de él, y los entiendo tienen toda la razón, me quieren y lo que menos quieren es verme mal. Empecé a asistir terapias psicológicas en una universidad, obviamente él no estaba de acuerdo pero empecé porque sentía que lo que me estaba pasando no era normal, no era normal llorar tanto y pensar y sentir que sin él se me estaba yendo la vida, eso me ayudó muchísimo ya que yo misma pude analizar que la solución estaba en mis manos y también y lo más importante fue la ayuda de Dios en ese momento, siempre le pedía que me ayudara, pero nunca me daba cuenta que la solución estaba en mis manos.

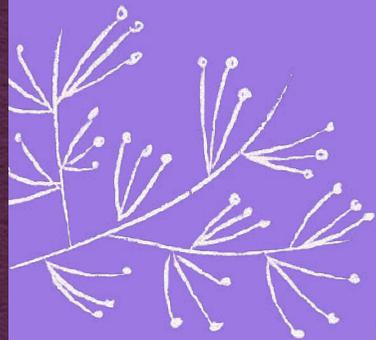




No estás loca como me decía él a mí, por querer buscar ayuda, al contrario, es de valientes reconocer que estamos fallando y queremos mejorar, cambiar y más aún cuando se tiene hijos. También leí mucho, investigué por internet, escuché muchísimos testimonios de mujeres, hasta que llegué al término de la codependencia y al verlo desde ese punto de vista me di cuenta de que no quería vivir así y que lo que yo sentía no era tanto amor sino una necesidad de llenar vacíos. Mi hijo es lo más hermoso de mi vida, no me arrepiento ni un solo instante de todo lo que pasó porque ningún camino que no llegue hasta donde está él no tiene sentido, por él precisamente también tomé la decisión de terminar con esta relación tóxica, me trataba mal al otro día me quería y así muchas veces, no quería darle ese ejemplo a mi hijo y que viera por medio de los gritos y peleas que así se solucionan las cosas, me niego a repetir los patrones de mi infancia. Me niego a pensar que los hombres son así y hay que aguantar. Me niego a pensar que la mujer debe soportar todo por sostener un hogar. Me niego a dejar que me pisoteen por un poco de amor. Me niego a que mi hijo aprenda que así es como se deben tratar las mujeres. Por eso el día que quiso pegarme delante de mi hijo, fue como un clic, algo cambió en mí, él ya se estaba dando cuenta y para que no me fuera amenazaba con quitármelo y yo estaba tan mal y con mi autoestima en el suelo que le creía. Por eso decidí comunicarme con la línea púrpura, busqué ayuda y me aconsejaron, me escucharon, pude hablar con una psicóloga y tenía tanta pena de contarle mis cosas, pero ella me escuchó con tanto cariño que parecía que me conociera de toda la vida, me entendía y pude tomar más seguridad de mi decisión. Es muy importante tener espacios donde las mujeres nos apoyemos y podamos ser alivio para otras así sea solo con escuchar. No estaba loca como yo pensaba y como él me lo decía, estaba pasando por maltrato psicológico y no es fácil recuperarse, pero es peor quedarse en el mismo lugar y no hacer nada por uno para ser feliz. También tuve mis errores claro una relación es de dos, y un error bien grande fue no poner límites en todo esto tanto el como yo. Y si a veces pienso que lo extraño y que quisiera que las cosas no fueran así, pero me enfoco en la realidad, me desahogo si es necesario, pero sé que es un proceso de sanidad y que voy a lograr estar plena, por el momento decido dejar el maltrato atrás y ver hacia adelante, hacia mi familia y hacia mí. No estás sola, no estás loca, busca ayuda mírate al espejo la solución la tienes tú. Yo pensaba que no podía vivir sin él, sentí tal vez lo mismo que tú, por eso te digo si se puede salir adelante, se puede ser feliz de nuevo y sobre todo libre, entendiendo que el amor no nos lo da nadie más que primero nosotras mismas, ya es suficiente de repetir la historia de siglos, podemos también solas, sino ¿entonces gracias a quien hay humanidad en el mundo? Es gracias a nosotras mujeres, ánimo y espero que mi historia les sirva en algo. Dios te bendiga.

Con cariño, Patricia Martínez





Querida mujer

Hoy estoy escribiendo estas palabras que me salen de lo más profundo de mi corazón, me estoy colocando en tu lugar, no puedo imaginar lo que estás sufriendo los dolores que inundan muchas veces tu cuerpo, tu mente y tu alma. La angustia y los miedos que son incontrolables el terror que tienes que vivir cada día de saberte maltratada por esa persona que siempre te juraba amor incondicional y respeto. Que para él eras lo más importante en su vida. Qué triste te sientes cuando te das cuenta de que nada de eso fue cierto, en cambio conociste un ser despiadado, egoísta, maltratador, violento en todas las formas.

Pero querida mujer hoy te quiero hablar del amor de ese amor propio, de ese amor que nos ayuda a querernos, a superarnos a dejar esos miedos y a luchar por nuestro destino y salir de esa vida de maltrato y de violencia. Querida mujer eres un ser maravilloso, una creación perfecta de Dios, deja de ser que te maltrata, que te violenta, busca ayuda, afuera hay mucha gente que te puede ayudar. Sal mujer de esa vida de maltrato y lucha por ti. Mujer, empieza a buscar construir tus sueños, empieza a volar y vuela muy alto y no dejes que nadie te parta tus alas de nuevo. Eres más valiente de lo que crees, más fuerte de lo que pareces y más inteligente de lo que piensas, ánimo y ¡adelante mujer! que tienes un camino abierto que te llama a luchar por tu vida. Fuerte pero cierto ponlo en práctica, yo creo que si uno tiene una pareja es para tener un apoyo y una motivación, no para tener un pinche tormento que te amargue la existencia todo el día.

MIRIAM



A LAS MUJERES QUE ESTÁN O ESTUVIERON EN LA SITUACIÓN EN LA QUE YO ESTUVE

Voy a hablar desde mi experiencia, desde lo que yo viví. Quizás como una forma de catarsis personal, quizás con la intención de que estas palabras sirvan de contención para alguien más. Yo sé lo que se siente ser maltratada, pero también sé lo que se siente ser revictimizada al denunciar el maltrato, por las

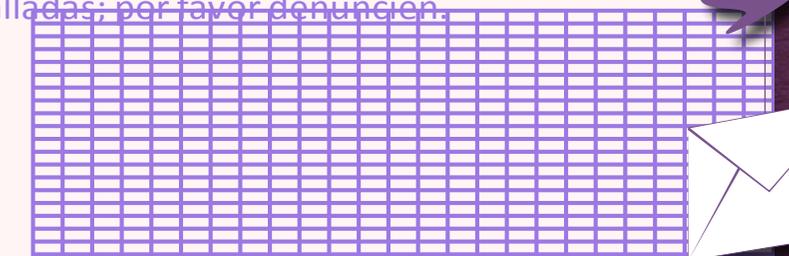
instituciones que en principio están para protegerte y defenderte. Si eres una de las mujeres que está pasando por esto, sé que te sientes desesperada, angustiada, triste, avergonzada y sola. Extremadamente sola. Sé, además, que aunque hayas crecido en una familia amorosa, nadie de tu entorno está preparado para ayudarte cuando eres víctima de maltrato. Tal vez porque no saben cómo ayudar, o tal vez porque no quieren lidiar con un tema tan complejo. Sea como sea, en ambos casos el resultado es ignorar la situación, como si nada hubiera sucedido. Pero lo cierto es que sucedió demasiado y no se puede borrar con solo omitirlo o desearlo. No les voy a mentir; ser una víctima de violencia intrafamiliar es algo que las acompañará por el resto de sus días. Es algo que se queda en el corazón y que las marca para siempre. La clave está en saber convivir con ello y de algún modo, continuar. Y, sinceramente sigo buscando la manera de lograrlo ... Quizás ya sepan que en la sociedad hay una estigmatización frente a las mujeres maltratadas; generalmente son mujeres de poca educación, carentes de lazos familiares, de bajos ingresos, que dependen completamente (tanto emocional como económicamente) de su maltratador. Mi caso demuestra que el hecho de seguir creyendo que ese es el prototipo de la mujer maltratada, invisibiliza y revictimiza a las mujeres que no encajan en ese modelo. Yo soy prueba de ello; he estudiado toda mi vida, tengo una familia que me quiere, y siempre me destacué por mi capacidad de

análisis y de reflexión. Yo tomé la decisión de casarme con el que luego se convertiría en mi maltratador con convicción, porque estaba enamorada y porque quería construir un futuro con él. En ese momento yo no sabía lo que me pasaría, pero cuando empezó el maltrato tampoco fui capaz de decirlo en voz alta y huir. Me costó un año irme del lugar en el que vivíamos y lo hice porque casi pierdo la vida ...Puse distancia de por medio y empecé a encontrarme con la persona que era antes de volverme un accesorio de mi esposo. Pero fue entonces cuando él decidió buscarme, rogarme, llorarme, suplicarme, que le diera otra oportunidad. Fue escalando cada vez más. Yo era consciente de la situación y por eso le pedí el divorcio, pero él se negaba a firmar los documentos porque tenía miedo de que le quitara la mitad de todos sus bienes. A golpes aprendí que no me iba a dejar ir. Todo el odio que él sentía hacia mí se desbordó una noche en la que me ahorcó estando presentes en mi casa una pareja de amigos suyos que habían venido desde su país de origen a visitarlo. Lo más triste es que, pese a que pedía auxilio, nadie entró a revisar qué estaba ocurriendo. Es más, cuando se dieron las audiencias de la Comisaría de Familia, la mujer de la pareja escribió un testimonio (sellado en el Consulado de su país) diciendo que no había pasado nada esa noche y que, posiblemente, si se había dado el maltrato, yo había sido la culpable. La noche en cuestión yo salí de mi casa con una bufanda atada al cuello para que no se vieran las marcas de sus manos. Llamé un taxi y me fui a casa de mi mamá. Entré sin hacer ruido, casi como si me estuviera escondiendo. No le dije nada hasta que al otro día ella se percató de mi presencia y fue entonces, finalmente, cuando le conté que llevaba tiempo siendo maltratada por mi esposo. Inmediatamente pedí el divorcio civil, lo que me significó acceder a no reclamar ninguno de los bienes del matrimonio. Luego inicié un proceso legal para requerir una orden de alejamiento porque me aterraba que mi ex-esposo volviera a buscarme para implorarme una tercera oportunidad.



La verdad es que siempre tuve la sensación de que la única forma en la que él me dejaría ir era cuando estuviera celebrando mi funeral incluso peor que seguir al lado de mi maltratador. Nunca imaginé que denunciar el maltrato intrafamiliar era someterse a ser juzgada, humillada, vilipendiada. Ninguna de las mujeres que me atendieron en Comisaría de Familia me creyó; por el contrario, le dieron todas las prebendas a él, violando sin miramientos mis derechos. Les pongo un ejemplo, de los muchos que podría poner: para el día de la primera audiencia yo solicité que no se me confrontara con mi agresor y en pleno testimonio, él tocó la puerta de la abogada y le pidió entrar. Ella me miró y me preguntó si lo podía dejar entrar. Ante mi asombro le contesté que no, que le tenía miedo y que no lo quería cerca. La abogada, en vez de atender a mis razones, me reclamó vehementemente que lo dejara entrar aduciendo que para ella era más fácil realizar el procedimiento con los dos, cara a cara. Yo sé que mi caso no fue excepcional; vi en esa Comisaría de Familia cómo maltrataban a las mujeres, cómo las denigraban, cómo las llamaban mentirosas e histéricas, cómo las animaban para que volvieran con su agresor argumentando que había unos hijos de por medio. Yo denuncié ese maltrato y nada pasó. Incluso la Jueza de esa Comisaría declaró por escrito que yo había gritado en la audiencia del fallo, pese a que yo no asistí a esa audiencia; de hecho, ese día yo ni siquiera estaba en Bogotá ... Y aunque era tan evidente la falsedad de la Jueza, aunque en el texto de la audiencia decía específicamente que yo no había asistido, nada pasó. Ninguna sanción, ningún llamado de atención, nada. Nada. Únicamente injusticia. Todo lo que cuento es para decirles que ser víctima de violencia intrafamiliar no es fácil. Nadie, excepto quien lo vive en carne propia, puede hablar del tema. Nadie, excepto quien lo vive en carne propia, puede entender por qué se dan segundas oportunidades, o por qué la vergüenza es tan grande que uno prefiere ocultar los moretones y alejarse de quienes lo quieren para evitar admitir el maltrato. Nadie, excepto quien lo vive en carne propia, sabe que las instituciones que deben proteger a las mujeres de violencia intrafamiliar lo que hacen es revictimizarlas y juzgarlas por atreverse a denunciar. Y, sin embargo, tengo la certeza de que la única opción es denunciar; el único camino a seguir para sobrevivir es denunciar. Lastimosamente lo que viene después de la denuncia es el infierno, pero de alguna manera hay que atravesarlo para seguir con vida. Y lo digo en serio: yo sé que mi exesposo hubiera terminado matándome si yo hubiera seguido con él. Y sé también que probablemente mi muerte hubiera quedado impune: tenía el dinero para pagar buenos abogados, tenía las relaciones públicas para librarse, tenía el carisma para convencer a cualquiera de que él jamás habría sido capaz de tocarme y tenía, además, la garantía de trabajar como Defensor de Derechos Humanos. Mi maltratador era, en efecto, un reconocido funcionario de DDHH en su país y un estudiante ilustre del Doctorado en Ciencias Políticas en la Universidad de Los Andes, en el mío. Tenía, en consecuencia, una fachada impecable. Lo que les puedo decir, por experiencia, es que la vida sigue, siempre y cuando se denuncie. No va a ser una vida sencilla, no va a ser una vida normal, pero al menos van a tener la posibilidad de vivirla. Y vivir sin ser maltratada es una bendición; debería ser un derecho, pero en realidad, en la realidad en la que vivimos, es prácticamente un milagro. Esta es mi historia; no sé cuál es la de ustedes. Pero si necesitan hablar con alguien, me ofrezco a escuchar. Pese a tener la opción de ir a terapia, sé que ningún terapeuta puede entender lo que sentimos, a menos de que lo haya vivido. Y sé que la única forma de aminorar el sentimiento de soledad es compartiendo la experiencia con las mujeres que están o estuvieron en la situación en la que yo estuve. El silencio también nos hace daño; tal vez parezca que no, pero a la larga es el que permite que el maltratador siga maltratando. No se queden calladas; por favor denuncien.

Adriana



¡ERES UNA MUJER VALIENTE, DIOS ESTÁ CONTIGO CON FUERZA VAMOS A APOYARTE” DENUNCIA!
CLAUDIA



“SI TE GOLPEAN O TE AMENAZAN, NO TE CONFUNDAS ESO NO ES AMOR”
ANDREA

“NO ESTÁS SOLA, ERES UNA MUJER FUERTE NO TE DEJES VENCER”
INGRY

¡NO ESTÁS SOLA, DENUNCIA! SOMOS LIBRES”
YENI

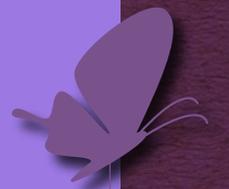


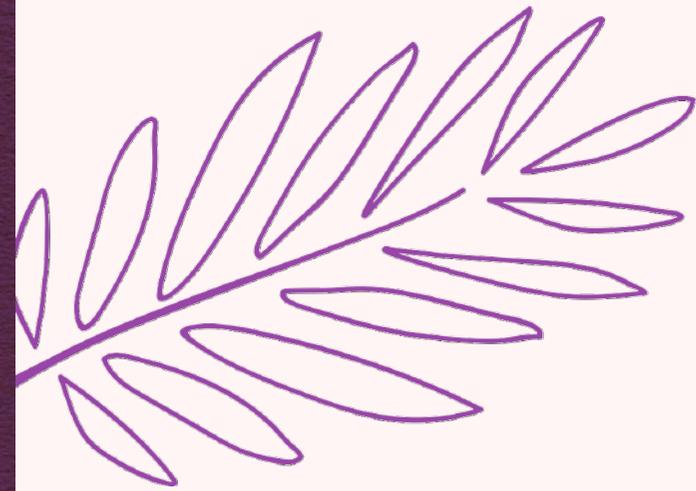
HABLEMOS, TEN CONFIANZA Y DENUNCIA!
LUCELLA

“DENUNCIA.....ERES UN SER MUY VALIOSO”
MARTHA



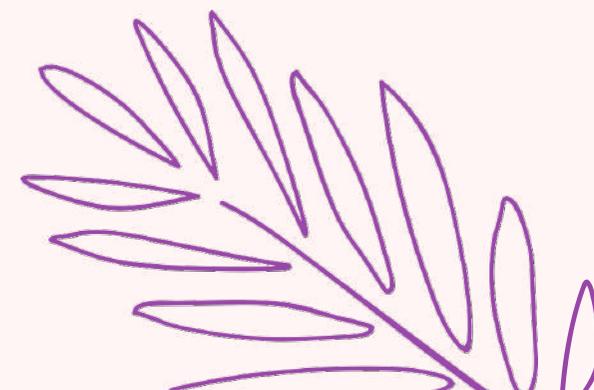
“NO TEMAS ESTAMOS CONTIGO”
ANDREA

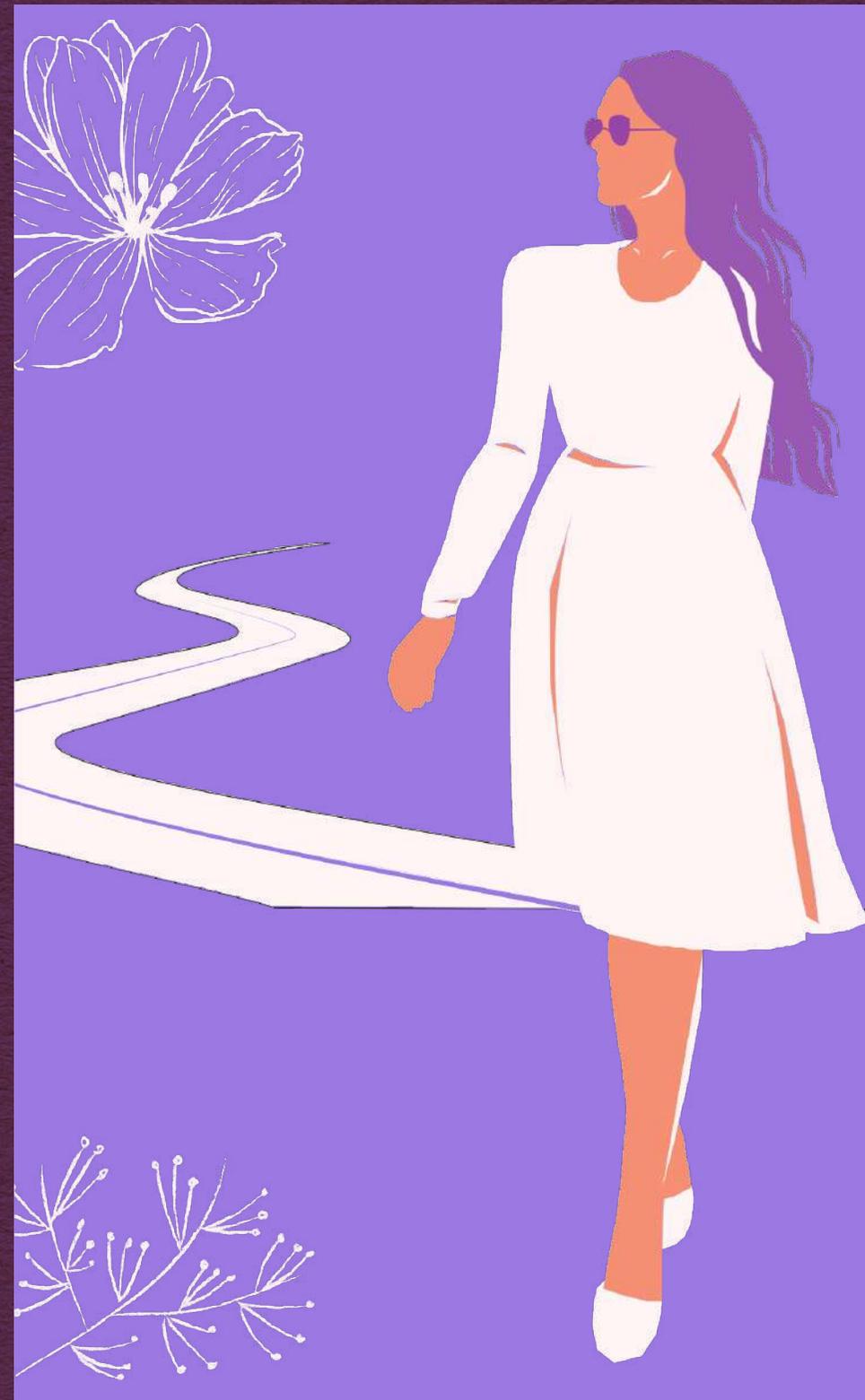




Mujer fuerte siempre sigue adelante, incluso con lágrimas. Cuando la vida se vuelva dura, recuerda que eres la persona más fuerte del mundo, ¡no estás sola! Detrás de cada mujer existe una historia que la convierte en guerrera. Empieza ya a creer en ti; si eres diferente es porque eres única, que nada te limite, que nada te defina, que la libertad sea tu propia sustancia.

SARA





Hermana, amiga, hoy quiero decirte que no estás sola, yo sé que tienes miedo, pero estoy contigo, juntas saldremos adelante ésta será la última vez que te toca, que te grita, que te insulta, que te ignora: #BastaYA, estás a tiempo, eres valiente, fuerte, guerrera, tú puedes, no estás sola...

FANNY



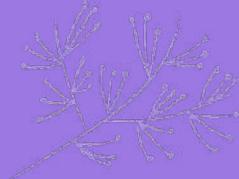
“

Amiga, hermana, hija, tía, mamá, no estás sola, el 35% de las mujeres en el mundo están en tu misma situación, hoy te digo que juntas lo lograremos, juntas nos apoyaremos y saldremos adelante, es el momento de decir no más. Tu voz es la voz de aliento de las demás, no es momento de callar, es tiempo de ser libre.

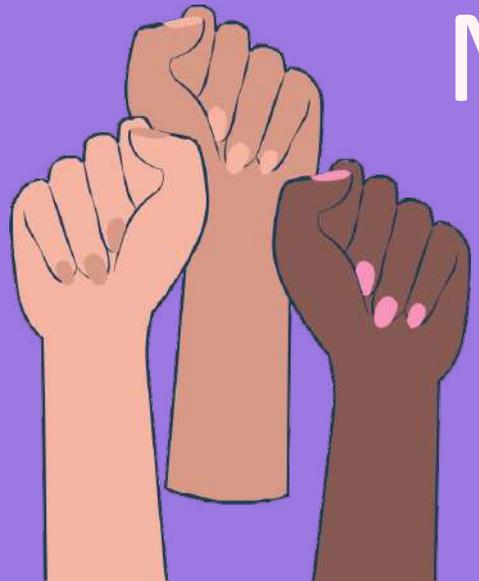
Asesórate y juntas demos el paso final.

MARÍA NOGUERA





Abrazos y agradecimientos a cada una de las mujeres que permitieron este video.



Mujeres cada vez más fuertes
Sororidad cada día más.

