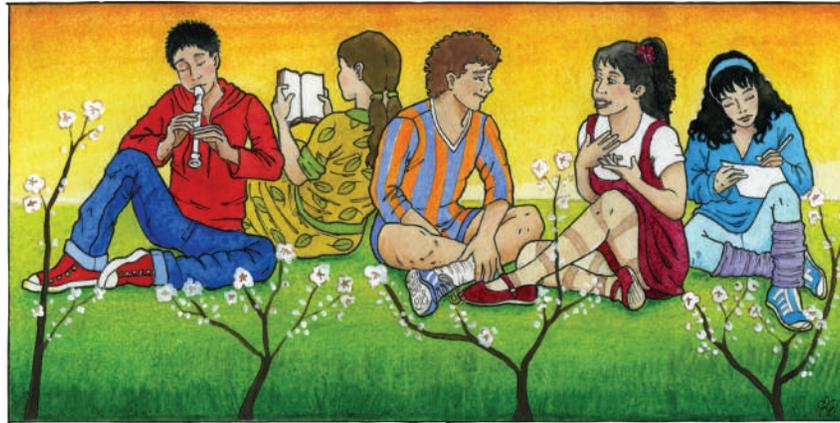


mis derechos sexuales



Decidir libremente con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y socialmente



Decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad



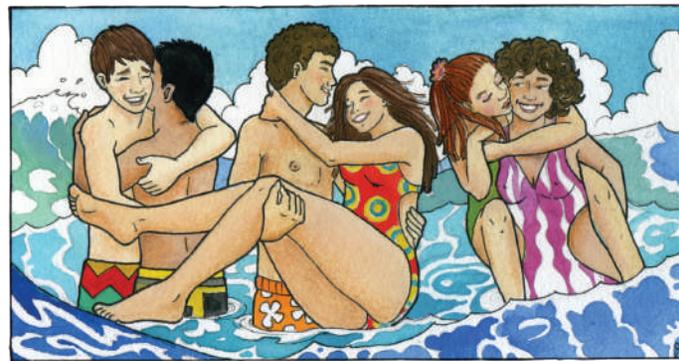
Ejercer y disfrutar plenamente mi sexualidad



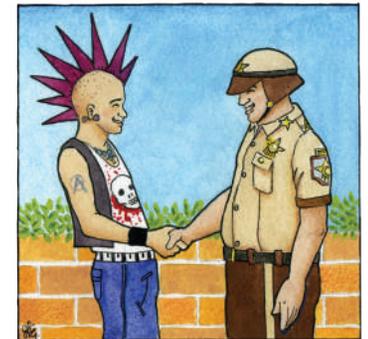
Respeto de mis espacios privados y a la confidencialidad



Libertad reproductiva



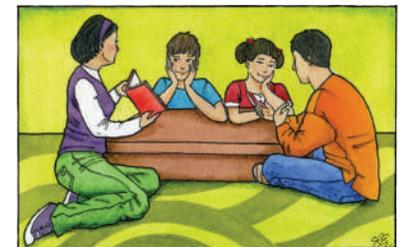
Manifiestar públicamente mis afectos



Vivir libre de toda discriminación



Participación en las políticas públicas sobre sexualidad



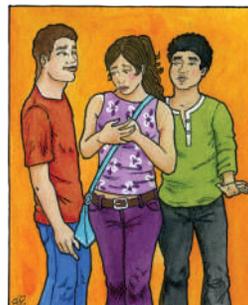
Información y Educación Sexual



A la igualdad, a vivir libre de prejuicios y estereotipos de género



Identidad sexual



A la vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libre de violencia



Servicios de salud sexual y salud reproductiva

Programa PROEQUIDAD

BALANCE
libertad - justicia - transformación

Este material se realizó con recursos de la Décima Sesión Emisión del Programa Proequidad del Instituto Nacional de las Mujeres. Sin embargo, este no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por todos los autores del presente trabajo.

Sentir Bonitos



@sentirbonitomx

Ejercer y disfrutar plenamente mi sexualidad

Decidir libremente sobre el ejercicio de nuestra sexualidad es fundamental para poder disfrutarlo, y eso trae beneficios para nuestra salud y bienestar físico, mental y social. Tenemos derecho a vivir las experiencias que elijamos, así como identificarnos y expresar nuestro género como decidamos, eso forma parte de una vida emocional y sexual plena, protegida y placentera.

Nadie puede obligarnos, discriminarnos, inducirnos al remordimiento o castigarnos por ejercer, o no ejercer, actividades relacionadas con nuestro cuerpo y nuestra vida sexual.

Consulta: www.cndh.org.mx o llama al 01800 715 2000 (55) 56 81 81 25 y (55) 54 90 74 00

A vivir libre de discriminación.

Adolescentes y jóvenes tenemos derecho a expresar nuestras identidades sexuales y culturales, diferentes formas de vivir y ejercer la sexualidad, sin que se nos discrimine por nuestra edad, el origen étnico o nacional, el color de piel, la cultura, el sexo, el género, las discapacidades, la condición social, económica, de salud (incluyendo embarazo, Infecciones de Transmisión Sexual o VIH) o jurídica, la religión, la apariencia física, las características genéticas, la situación migratoria, la lengua, las opiniones, las preferencias sexuales, la identidad o filiación política, el estado civil, la situación familiar, los antecedentes penales o cualquier otro motivo.

Consulta: www.conapred.org.mx

A la Información y la Educación Integral en sexualidad

Para el ejercicio placentero de nuestra sexualidad y la toma de decisiones libres necesitamos información actualizada, veraz, completa, científica y sin influencias religiosas, que incluya temas sobre relaciones, erotismo, reproducción, diversidad y cuestione los estereotipos de género.

Además es necesario contar con educación Integral en sexualidad para propiciar un ambiente que fomente el ejercicio de nuestros derechos sexuales, protegiendo nuestro bienestar físico, mental y social, así como el desarrollo humano y el fomento de una cultura de respeto a la dignidad humana, la igualdad de oportunidades y a la equidad.

Consulta: www.demysex.org.mx/declaracion.html
<http://unesdoc.unesco.org/images/0026/002608/260840s.pdf>
Consulta: www.redbalance.org o llama 55391802
Facebook: Balance AC / Sentir Bonito

¡Síguenos!



mis derechos sexuales

La sexualidad es una dimensión central del ser humano que está presente en todas las etapas de la vida. Existen diversas formas de vivir y expresar nuestra sexualidad: a través de deseos, sentimientos, actitudes, conocimientos, prácticas, expresión, relaciones interpersonales y afectivas, valores y creencias.

Los derechos sexuales son parte de nuestros derechos humanos sin importar nuestra edad, identidad o expresión de género, origen étnico o nacional, discapacidad, condición de salud, religión, orientación sexual, características sexuales o cualquier otra condición. El único límite de mis derechos son los derechos de las demás personas.

Decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad

Adolescentes y jóvenes tenemos derecho a que se respeten las decisiones que tomamos sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad. Nadie debe obligarnos, presionar, imponer o condicionar sus valores sobre la forma en que decidimos vivir nuestra sexualidad. Las personas adultas deben facilitarnos la toma de decisión dándonos información, herramientas y respeto.

Visita la página: www.misderechossexuales.com

Manifestar públicamente mis afectos

Las expresiones de afecto contribuyen a la promoción de una cultura armónica, afectiva, libre de violencia y de respeto a la diversidad sexual. Tenemos derecho a ejercer nuestra libertad individual de expresión, manifestación, reunión, identidad e identidad sexual y cultural sin prejuicios, discriminación ni violencia.

Consulta: CONAPRED 52 62 14 90 y 01 800 543 0033
Facebook: Kinal Antzetik

Servicios de salud sexual y salud reproductiva

Tenemos derecho a contar con servicios de salud sexual y reproductiva que sean amigables para adolescentes y jóvenes.

Nadie puede negarnos el acceso a los servicios, información o atención bajo ninguna condición.

No importa nuestra edad, tenemos derecho a recibir información y acceso a todos los métodos anticonceptivos, incluyendo la pastilla de emergencia y condones.

Consulta: <https://comolehago.org/clinicas-servicios-amigables/>
Llama al: 50381700
www.mexfam.org.mx

A la vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libre de violencia.

Cualquier forma de violencia hacia nuestra persona afecta el disfrute pleno de nuestra sexualidad. Tenemos derecho a vivir libre de violencia y a que no se nos someta a ningún tipo de tortura, tratos crueles, inhumanos o denigrantes.

Ninguna persona o autoridad, en el ámbito familiar, laboral, escolar, de salud, comunitario o institucional, puede ejercer ningún tipo de violencia, incluyendo la sexual, física, psicológica, patrimonial, económica, ni alguna otra que tenga como fin lesionar o dañar, la vida, la dignidad, integridad y/o libertad.

Consulta: conavim.gob.mx al 018008428462
Programa Háblalo (asesoría legal y psicológica)
01800 425256
adivac.org o llama 5682 7969, 5547 8639
En caso de violación: <https://tiempofuera.mx/#/>
Consulta: conavim.gob.mx
APIS 55393917

Decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva

Las decisiones sobre nuestra vida reproductiva forman parte del ejercicio y goce de nuestra sexualidad. Adolescentes y jóvenes tenemos derecho a decidir si deseamos o no tener criaturas, cuántas, cada cuándo y con quién, sin que mi orientación sexual, estado de salud, identidad de género, edad, estado civil o alguna característica personal sea un impedimento para ello.

En todo el país el aborto es legal por diferentes razones, consulta el código penal de tu entidad. El aborto es legal en la Ciudad de México hasta las 12 semanas por libre decisión de quien lleva el embarazo en su cuerpo.

Consulta: andar.org.mx
ipasmexico.org
<http://catolicasmexico.org/ns/>
Si necesitas apoyo: fondomaria.org o llama 01800 832 7311
Medicina a distancia al 51320909

A la identidad sexual

Tenemos derecho a construir, decidir y expresar nuestra identidad de género, orientación sexual e identidad política.

Contar con una identidad jurídica que corresponda con mi identidad sexual, posibilita el pleno acceso a todos los derechos humanos, la participación social y la inclusión en la vida económica, políticas y cultural del país.

Consulta: www.conapred.org.mx
Facebook: Brújula Intersexual / Almas Cautivas AC
Llama: Almas Cautivas 5518543546, 5561095247

Decidir libremente con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y socialmente

Tenemos derecho a decidir libremente con quién o quiénes compartir nuestra vida, nuestra sexualidad, nuestras emociones y nuestros afectos.

Elegir y crear diversas formas de relacionarnos es parte de la construcción de nuestra identidad y plan de vida.

Nadie debe obligarnos a contraer matrimonio, compartir nuestra vida con alguien o forzarnos a realizar prácticas sexuales.

Consulta: www.avedemexico.org.mx

Respeto de mi intimidad y mi vida privada

Nuestro cuerpo, espacios, pertenencias y la forma de relacionarnos con las demás personas son parte de la identidad y privacidad de cada persona.

Tenemos derecho al respeto de nuestros espacios privados y a la confidencialidad en todos los ámbitos de nuestra vida: escolares, familiares, sociales, digitales, laborales y de salud.

Sin nuestro consentimiento, ninguna persona puede difundir información sobre nuestro cuerpo, sexualidad, salud, relaciones y actividades; ni invadir nuestros espacios, ni tomar nuestras pertenencias sin nuestro consentimiento.

Llama al Centro de Atención a la Sociedad del INAI: 01800 8354324

Participación en las políticas públicas sobre sexualidad

Adolescentes y jóvenes tenemos derecho a participar en el diseño, implementación y evaluación en cualquier iniciativa de ley, plan o programa que involucre los Derechos Sexuales, así como en la asignación y ejecución del presupuesto público.

También tenemos derecho a solicitar a las autoridades gubernamentales y a las instituciones públicas que contribuyan y promuevan los espacios y canales necesarios para nuestra participación.

Consulta: www.fundar.org.mx
www.eligered.org

A la igualdad, a vivir libre de prejuicios y estereotipos de género

Todas las personas tenemos una diversidad de características y necesidades específicas, sin embargo tenemos los mismos derechos ante la Ley.

Como adolescentes y jóvenes, tenemos derecho a un trato digno y equitativo, así como gozar de las mismas oportunidades de desarrollo personal e integral.

Nadie bajo ningún pretexto o circunstancia, debe limitar, condicionar o restringir el pleno goce de todos nuestros derechos individuales, colectivos y sociales.

Consulta: www.ilsb.org.mx
www.equidad.org.mx