

**Dr. Alfonso Hernández Barrón**  
*Presidente*

### Oficina Central

Pedro Moreno 1616, Col. Americana, CP 44160, Guadalajara, Jalisco, Tel. 3669 1101, **Lada sin costo: 01 800 201 89 91**

### Oficinas Regionales

**Región Norte** /sede en Colotlán:  
Basilio Terán 1-C, Tel. 01 (499) 99 2 09 13

**Región Altos-Norte** /sede en Lagos de Moreno: Juan Rulfo 124,  
Col. El Mozaico, CP 47400,  
Tel. 01 (474) 742 37 00

**Región Altos-Sur** /sede en Tepatlán de Morelos:  
Anacleto González Flores 639, Col. Villa Hermosa,  
CP 47694, Tel. 01(378) 715 44 70

**Región Ciénega** /sede en Ocotlán:  
Melchor Ocampo 335, planta baja, Col. Centro,  
CP 47800, Tel. 01(392) 925 69 70

**Región Sureste-Sur** /sede en Zapotlán el Grande:  
calzada Madero y Carranza 348, CP 49000,  
Tel. 01(341) 413 43 96

**Región Sierra de Amula-Costa Sur**/sede en Autlán de Navarro:  
Independencia Nacional 1591, Col. Centro, CP 48900,  
Tel. 01 (317) 382 02 31

**Región 09 Costa Norte**/sede en Puerto Vallarta: Lago Titicaca  
223, esq. Río Santiago, Residencial Fluvial Vallarta, CP 48312,  
Tel. 01 (322) 225 64 84

**Región Sierra Occidental**/sede en Mascota: Cuauhtémoc 1-A  
esq. Constitución, Col. Centro,  
Tel. 01 (388) 386 13 10

**Región Valles**/sede en Tequila: Toluca 190,  
Col. Los Triángulos, CP 46400, Tel. 01 (347) 742 36 96

 Comisión Estatal de Derechos Humanos de Jalisco

 @CEDHJ  CEDHJalisco [www.cedhj.org.mx](http://www.cedhj.org.mx)

Mayor información: **Instituto de Investigación y Capacitación en Derechos Humanos (IICADH)**,  
[iicadh@cedhj.org.mx](mailto:iicadh@cedhj.org.mx), Tel. 3615 3893

- **Todas las personas y autoridades** tienen el deber de trabajar para que estos derechos **sean respetados** y garantizados. Si esto no sucede o, si tales derechos son violados, la Comisión Estatal de Derechos Humanos Jalisco **está para ayudarte**, acude o llama a cualquiera de nuestras oficinas.

*Trabajamos por el respeto de los derechos humanos, trabajamos por la paz*



# Las mujeres también tenemos derechos

**Todas las personas** somos iguales en **dignidad y derechos**; sin embargo, existen personas o grupos en una situación de desventaja respecto de los demás para ejercerlos. **Como nosotras**, las mujeres.

Las características biológicas propias de **nuestro sexo** no deben ser vistas ni calificadas como inferiores o superiores a las de los hombres, pero sí tomadas en cuenta para posibilitarnos en condiciones de **igualdad** el ejercicio de los derechos.

Históricamente, **la sociedad** y la cultura nos han asignado funciones y roles que nos impiden tener las **mismas oportunidades**. Esto nos ha colocado en una situación de vulnerabilidad que se agrava cuando pertenecemos a otros grupos vulnerables como: **personas adultas mayores**, migrantes, pertenecientes a un pueblo indígena, con discapacidad, reclusas o con VIH/sida.

## ¿Qué son los derechos humanos?

Son condiciones **de dignidad** que necesitamos los seres humanos para nuestro bienestar; **satisfactorios** de las necesidades más básicas. Por ejemplo: alimentos suficientes y nutritivos, agua potable, seguridad y **servicios de salud**. Independientemente de nuestro sexo, **género**, apariencia física o cualquier otra circunstancia, **todas las personas**, por el simple hecho de serlo, tenemos los mismos derechos.

## ¿Dónde se encuentran reconocidos nuestros derechos?

A escala internacional, en la **Declaración Universal de Derechos Humanos** y en diversos pactos y tratados internacionales y regionales, específicamente en la **Convención** sobre la Eliminación de Todas las Formas de **Discriminación contra la Mujer** y en la Convención Interamericana para Prevenir, **Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer**; en el ámbito nacional, en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación, la **Ley General de Acceso de las Mujeres** a una Vida Libre de Violencia y en la Ley General para la **Igualdad entre Mujeres y Hombres**. Finalmente, en el estado de Jalisco, en la Constitución Política local, la Ley de Acceso de las Mujeres a una **Vida Libre de Violencia** del Estado de Jalisco y la Ley Estatal para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.

## ¿Cuáles son mis derechos?

- **Un trato digno.**
- No sufrir **discriminación**.
- Acceso a una vida **libre de violencia**.
- Participar en la vida pública de la sociedad.
- Tener las **mismas oportunidades** de desarrollo que tienen los hombres.
- Decidir **sobre nuestro cuerpo**, cuándo tener relaciones sexuales y los métodos anticonceptivos que emplearemos.
- **Acceso a servicios de salud** en instalaciones adecuadas a las necesidades particulares de nuestro sexo.
- **Libertad** de pensamiento, conciencia y de expresarnos libremente.
- **Respeto y protección** de nuestra vida privada y familiar.
- El libre desarrollo de **nuestra personalidad**.
  - Respeto a nuestro proyecto de vida.

