

GUÍA DE RECURSOS PARA MUJERES CON DISCAPACIDAD



Fundación Dominicana de Ciegos (FUDCI)
Asociación de Personas con Discapacidad Físico-Motora (ASODIFIMO)
Red Luna de Mujeres Dominicanas con Discapacidad Visual

Coordinación:
Isabel Benedé
Miguel González

Autora:
Glenys De Jesús Checo

Asesoramiento técnico:
Fundación ONCE América Latina (FOAL)

Santo Domingo, 2021





Elaborado en el marco del proyecto para el Fortalecimiento de las organizaciones representantes de las personas con discapacidad para la implementación de las Observaciones Finales del Comité de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad financiado por la Unión Europea.

La presente publicación ha sido elaborada con el apoyo financiero de la Unión Europea. Su contenido es responsabilidad exclusiva del consorcio de organizaciones representantes de personas con discapacidad y no necesariamente refleja los puntos de vista de la Unión Europea.

Presentación

Esta Guía de Recursos para Mujeres con Discapacidad ha sido elaborada en el marco del “Proyecto de Fortalecimiento de asociaciones de Personas con Discapacidad” con el apoyo de la Red Luna de Mujeres Dominicanas con Discapacidad Visual.

Esperamos que se convierta en una herramienta útil, de uso cotidiano. Incluye conceptos y definiciones claves en cuatro grandes áreas: Educación, salud sexual y reproductiva, derecho a una vida libre de violencia, autocuidado y tiempo libre. En cada sección, incluimos una pequeña guía de recursos de asistencia y ayuda, y algunos consejos pensados para despertar tu curiosidad por conocer y saber más.

¿A quién va dirigida?

- A todas las mujeres adultas y a todas las adolescentes entre los 14 y los 16 años, tengan o no una discapacidad, y quieran conocer más acerca de sus derechos, cómo y dónde ejercerlos.
- A las madres, abuelas o tutoras, de adolescentes con algún tipo de discapacidad, que quieran conocer más sobre los recursos a los que pueden acceder sus hijas, nietas, sobrinas o hermanas con discapacidad.
- A los familiares de mujeres y adolescentes con discapacidad, que desean saber más sobre los derechos de las mujeres y los derechos de las mujeres con discapacidad.

EDUCACIÓN DE CALIDAD

En la República Dominicana el derecho a la educación está garantizado en la Constitución. Tanto la Ley General de Educación, como la Ley de Educación Superior, contienen normas específicas para prohibir que las personas sean discriminadas en el acceso a centros educativos de cualquier nivel (primaria, secundaria, universitaria o técnico-profesional). Además, la Ley 5-13 sobre Discapacidad obliga a todos los funcionarios y funcionarias del gobierno, a que garanticen, que todos los centros educativos, en cualquier parte del país, cuenten con la estructura física y la tecnología adecuada para la capacitación y formación de las personas con discapacidad.

El **Consejo Nacional de Discapacidad (CONADIS)**, es la institución que debe procurar y vigilar que el Ministerio de Educación y el Ministerio de Educación Superior Ciencia y Tecnología, trabajen para que la educación básica, la universitaria y la educación técnico-profesional, sean accesibles para todos y todas, lo que incluye formar a todo su personal, en los principios de la educación inclusiva. A nivel de la educación básica obligatoria, es la **Dirección de Educación Especial del Ministerio de Educación**, la que se encarga de asegurar que la educación básica sea verdaderamente inclusiva.

El personal educativo, de cualquier centro, incluye tanto al personal docente (profesoras y profesores), como al personal administrativo (secretarias, conserjes, personal contable y financiero), y personal de apoyo (orientadores y psicólogos/as). Tanto en el sector público, como el sector privado, es obligatorio que todo el personal respete los derechos de las personas con discapacidad en el ámbito de la educación, y garanticen los medios de acceso a la educación.





Por ejemplo,

Anabel, es una adolescente de 15 años, con una discapacidad físico-motora, por lo que utiliza silla de ruedas para moverse. Reside en un municipio de Samaná. Siempre ha sido excelente estudiante, le gusta ir a la escuela y aprender. Por suerte, sus padres encontraron una escuela pública con un personal comprometido y capacitado, pero el plantel de la escuela no se encuentra adaptado para que Anabel pueda moverse libremente, y ser autónoma. Entre los problemas que enfrenta se encuentran: pasillos y puertas de entrada a las aulas y baños muy estrechas, ausencia de baños adaptados, baches y hoyos en el patio escolar, áreas sin rampas de acceso. La biblioteca y el salón que utilizan para actos se encuentran en un segundo nivel.

Para Anabel y sus padres, esta escuela pública representa una gran oportunidad, ya que está cerca de su casa, por lo que pueden ahorrar mucho dinero en transporte, y el profesorado ha recibido entrenamiento en educación para la diversidad.

Anabel y sus padres deciden acudir a la oficina del ayuntamiento para averiguar si existe algún tipo de ayuda, también llaman al CONADIS, a la Dirección de Educación Especial del Ministerio de Educación, al Ministerio de Obras Públicas, y se reúnen con la Asociación de Padres de la Escuela. Resulta que ellos no son los únicos padres que se sienten incómodos con el mal estado de las instalaciones, así que comienzan una campaña de cartas y peticiones hasta que logran una respuesta del MINERD.

Aún falta camino, pero la comunidad educativa ha conseguido un acuerdo para la reforma del centro según estándares de accesibilidad universal.

La **accesibilidad universal en la educación** se refiere a las características que deben cumplir los entornos físicos y las herramientas de enseñanza, para que puedan ser comprensibles y utilizables por todas las personas en condiciones de igualdad, seguridad y comodidad, de la forma más autónoma y natural posible. Esto incluye, **poder contar con profesores y profesoras formados y capacitados para garantizar la educación inclusiva en el aula.**

Si no existen condiciones de acceso universal, **nos encontramos frente a barreras**, que son todos aquellos elementos del entorno de una persona que, cuando están presentes o ausentes, limitan el funcionamiento y generan discapacidad.

Es muy importante conocer que, en la República Dominicana, el modelo educativo es inclusivo, por lo que **no se permite que las personas con discapacidad sean referidas a centros de educación especial**. El resultado de un proceso de compromiso continuo y dinámico para eliminar las barreras que impiden el derecho a la educación, así como de cambios en la cultura, las políticas y las prácticas de las escuelas de educación general para acoger y hacer efectiva la inclusión de todos los alumnos. La Educación Especial sólo es aplicable cuando se determine que los centros educativos regulares no pueden satisfacer las necesidades educativas del estudiante, y sólo cuando se hayan agotado todos los recursos.

Los derechos de los estudiantes en la educación básica se encuentran establecidos en las “Normas del Sistema Educativo Dominicano para la convivencia y la disciplina escolar en los centros educativos públicos y privados”.

Dentro de esas normas, se establece que todos los y las estudiantes tienen derecho a:

Recibir una educación de calidad, que promueva que todos y todas aprendan, y que adapte la oferta académica regular a la diversidad de intereses y necesidades de aprendizaje.

Disfrutar de una atención personalizada a las necesidades de aprendizaje en cada momento.

Participar en la construcción de una comunidad educativa respetuosa y tolerante, capaz de modelar una educación no sexista, que valore la vida, la

dignidad humana y los derechos de los demás, reconociendo las diferencias de raza, cultura, sexo, credo y posición social.

☑ Ser tratados de forma digna, respetuosa y amable por parte del personal docente y administrativo.

☑ Recibir retroalimentación periódica, junto a sus padres, madres y tutores, de los resultados de las evaluaciones de los aprendizajes.

☑ Ser escuchados(as) en las quejas o sugerencias planteadas al personal docente o administrativo, así como al momento de defenderse de faltas que se les atribuyan.

☑ Acceder a programas públicos y privados de bienestar estudiantil y de actividades co-curriculares.

☑ Tener conocimiento pleno de las presentes normas de convivencia y disciplina escolar.

Recuerda

El Ministerio de Educación cuenta con guías y recursos, en línea y gratuitos, que pueden resultar útiles, conócelas. **Pregunta en tu centro educativo, o en el centro educativo a donde van tus hijos e hijas, si conocen y aplican estas Guías.** Si no es así, el centro de estudios puede pedir a la Dirección de Educación Especial talleres formativos.

☑ La Guía para Padres. Ejercicios que podemos poner en práctica en casa para mejorar la conducta de nuestros niños con alguna condición de discapacidad.

☑ Orientaciones generales para familias de estudiantes con discapacidad.

También te podría interesar:

☑ Guía para la Atención Temprana a Niños y Niñas que Presentan Discapacidad, elaborada por la Dirección de Orientación, Psicología y Atención a la Diversidad del MINERD.


Directorio de recursos


Si quieres conocer más sobre el derecho a la educación de las personas con discapacidad, o si quieres reportar o denunciar las barreras presentes en tu centro educativo o el de tus hijos/as, puedes llamar o escribir a las instituciones del Estado responsables. Aquí puedes encontrar los datos de contacto.

CONADIS. Área de Inclusión Educativa.

 (809) 687-5480

 inclusion.educativa@conadis.gob.do


 <http://conadis.gob.do>


 C/ Proyecto 27 de febrero #12 Ensanche Miraflores, Santo Domingo, Distrito Nacional, República Dominicana.

Dirección de Educación Especial. Ministerio de Educación.


 (809) 688-9700 Ext: 3790, 3792, 3794 Y 3795


 contacto@minerd.gob.do

 www.ministeriodeeducacion.gob.do

 Avenida Máximo Gómez esq. Santiago, No. 02, Gazcue, Distrito Nacional, República Dominicana.

Instituto Nacional de Bienestar Estudiantil.

 (809) 686-6567

 www.inabie.gob.do

 Av. Máximo Gómez #28, Zona Universitaria, Santo Domingo, D.N., República Dominicana.

SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA

Los derechos sexuales y reproductivos (DSR), forman parte del derecho a la integridad personal y el derecho a la salud, garantizados por la Constitución nacional. Los DSR son el conjunto de derechos que buscan garantizar que las personas puedan tomar decisiones sobre su vida sexual y reproductiva con libertad, confianza y seguridad, de acuerdo con su vivencia interna (cuerpo, mente, espiritualidad, y emociones) y externa (su contexto social, histórico, político y cultural).

Sin embargo, en la práctica, las mujeres con discapacidad enfrentamos diferentes barreras para ejercer nuestros derechos sexuales y reproductivos, y en especial a la información y a servicios en salud sexual y reproductiva. Muchas

de estas barreras se basan en mitos y prejuicios. Sin embargo, es importante que reafirmemos nuestros derechos, entre los que se encuentran:

- Las mujeres con discapacidad tenemos derecho a una vida sexual placentera.
- Las mujeres con discapacidad tenemos derecho a elegir libremente a nuestra pareja de preferencia.
- Las mujeres con discapacidad tenemos derecho a tener hijos si así lo deseamos, a decidir el número de hijos que queremos tener y el espaciamiento entre ellos. También tenemos derecho a decidir no tener hijos. Esta es una decisión personal, que afecta a nuestro proyecto de vida y sólo nos pertenece a nosotras.
- Las mujeres con discapacidad tenemos derecho a tomar decisiones autónomas sobre nuestra sexualidad. Esto es, decisiones libres de violencia, coacción, amenazas o manipulación.
- Las mujeres con discapacidad tenemos derecho a decidir el método anticonceptivo y de planificación familiar de nuestra preferencia, en consulta con el personal de salud. Nadie puede tomar esa decisión por nosotras.

Por ejemplo,

Altagracia, mujer de 25 años ciega, acudió mientras estaba embarazada a un chequeo obstétrico de rutina en un hospital. La enfermera que la atendió preguntó muy alarmada a la persona acompañante que hacía de interprete ¿Quién le había hecho eso? Insinuando que el embarazo sólo podía ser producto de una violación, ya que se trataba de una mujer con discapacidad.

Altagracia y su compañera solicitaron ser atendidas por otra persona.

El Ministerio de Educación es la institución responsable de poner en marcha el programa de Educación Sexual Integral en las escuelas. Es responsabilidad de los y las estudiantes, y los padres y madres, solicitar al centro educativo, que se ofrezca educación sexual integral que promueva una sexua-

lidad saludable y placentera, basada en el consentimiento, la negociación, y la diversidad de nuestros cuerpos.

El Ministerio de Salud, se encarga de establecer los servicios de salud sexual y reproductiva, en todo el país. Además, dicta los protocolos y las normas de atención que deben cumplir todos los prestadores de servicios de salud sexual y reproductiva.

De acuerdo con las normas del Ministerio de Salud, todos los centros de salud deben ofrecer servicios de consejería que brinden la información necesaria para que las personas puedan tomar decisiones sobre su vida sexual y su vida reproductiva. **Ningún miembro del personal sanitario puede obligarnos a tomar decisiones que nos hagan sentir incómodas.**

Servicios de salud accesibles

Es obligatorio que los espacios físicos donde se ofrecen servicios de salud sean universalmente accesibles. Esto significa que los edificios y las áreas de atención, deben estar organizados para permitir a todas las personas moverse de manera autónoma, tenga o no dispositivos de apoyo. Esto incluye: sistemas de lecto-escritura en Braille, señalización adecuada y entendible para personas con discapacidad intelectual, y para personas con visión reducida, sistemas de sonido y braille que orienten el espacio, y acceso a intérpretes cuando sea necesario. Lugares de estacionamiento para vehículos especiales, ascensores, pasillos, y puertas que permitan la entrada cómodamente a dispositivos de apoyo. Pero también, deberá haber camillas, mesas de examen, baños, lavamanos y otras estructuras, colocadas de manera tal que otorguen la mayor autonomía y privacidad al paciente.

A pesar de los esfuerzos nacionales por cumplir con estas normas, la mayor parte de los servicios de salud públicos y privados carecen de estas características. Pero hay que recordar que es un derecho de las personas con discapacidad que debe y puede ser exigido.

En los centros de la red nacional de salud deben existir servicios de **Consejería en Anticoncepción**, para ayudar a los/as usuarios/as a tomar decisiones informadas, voluntarias y confidenciales sobre su fecundidad. La consejería en anticoncepción ayuda a tomar decisiones sobre cómo evitar un embarazo, o sobre como espaciarlos o limitarlos por motivos personales o de salud. También brinda apoyo en caso de necesitar anticonceptivos de emergencia, que son aquellos que evitan el embarazo cuando se toman hasta 5 días después de tener sexo sin protección.

Los anticonceptivos de emergencia no interrumpen un embarazo en curso ni causan daño a un embrión en desarrollo. Son seguros para toda mujer, incluso aquellas que no pueden utilizar anticonceptivos hormonales continuos, y son una oportunidad para que la mujer inicie un método regular de anticoncepción.

Por ejemplo,

Yokasta es una mujer de 30 años con distrofia muscular, es madre de un niño de 5 años. Acudió a su chequeo ginecológico de rutina en compañía de su madre.

Sin su autorización, la madre de Yokasta pregunto al médico si no sería más conveniente para Yokasta, que se “prepararse”, es decir, se sometiera a una cirugía de esterilización.

De forma amable, el médico informó a la madre que esa decisión pertenecía únicamente a Yokasta por lo que, indicó a Yokasta que podía acudir a la Consejería en Salud Sexual y Reproductiva de su hospital, y pedir más información sobre Anticoncepción Quirúrgica Voluntaria, y otros medios de planificación familiar seguros y sin cirugía. Además, recordó a la madre de Yokasta que la visita a la oficina de Consejería es privada y confidencial.

Derechos de las usuarias de servicios de salud sexual y reproductiva

Los servicios de consejería en salud sexual y reproductiva que se encuentran en los hospitales y otros centros de la red pública de atención en salud deben cumplir con una serie de requisitos y normas. Cuando acudes a estos servicios recuerda que tienes los siguientes derechos:

Ser atendida en instalaciones que aseguren privacidad visual y auditiva. Que no haya personas presentes que no estén directamente involucradas en la atención sin tu consentimiento.

A solicitar el acompañamiento de una persona de tu confianza al momento de la consejería, si lo consideras pertinente. Por ejemplo, cuando si ne-

cesitas de una intérprete en lengua de señas o de voz ampliada. El acompañamiento SIEMPRE debe ser solicitado por la mujer o adolescente usuaria. Ningún prestador de salud debe sugerir que es obligatorio que estés acompañada.

☑ Que se respete la confidencialidad del motivo de la consejería, esto incluye la confidencialidad de los registros. Cuando sea estrictamente necesario, los registros sólo pueden ser compartidos con otros departamentos de salud.

☑ Que no se ofrezca información a terceras personas, ni familiares, sobre los motivos de atención, diagnóstico y tratamiento, sin tú autorización previa.

☑ A recibir información sobre medicamentos e insumos completa y actualizada, que incluya las características, mecanismos de acción, beneficios, efectos, posibles complicaciones, protección frente a enfermedades, riesgos para su salud, posibilidades de falla y contraindicaciones.

☑ La información debe ser clara y entendible, y el prestador de salud debe verificar que el mensaje haya sido comprendido. Por ejemplo, las mujeres que no hablan español tienen derecho a recibir la información en su idioma.

Recuerda

☑ Localiza tu Oficina Municipal o Provincial de la Mujer del Ministerio de la Mujer. Estas oficinas operan en todo el territorio nacional y cuenta con servicios de psicología que pueden ser útiles.

☑ Acude a tu hospital de referencia y pregunta si tienen servicios de Consejería en Salud Sexual y reproductiva. Si no cuentan con estos servicios pide que te refieran a otro centro que si los tenga.

☑ Llama a las organizaciones sociales que trabajan con personas con discapacidad y en especial a las organizaciones de mujeres con discapacidad e infórmate sobre talleres y cursos en sexualidad y en autoestima.

☑ Recuerda que los métodos anticonceptivos únicamente protegen de embarazos no deseados pero no evitan el contagio de infecciones de transmisión sexual. Habla con tu pareja, y si no estás segura pide que utilice condón aún te encuentres en algún método de planificación.

☑ Recuerda que tienes derecho a una sexualidad segura, libre y consciente. Esto es decidido por ti, sin temor a la violencia, la coacción, las infecciones y los embarazos no deseados.

Directorio de recursos

Si quieres conocer más sobre el derecho a la salud sexual y reproductiva de las personas con discapacidad, o si quieres reportar o denunciar las barreras presentes en tu centro de salud, puedes llamar o escribir a las instituciones del Estado responsables. Aquí puedes encontrar los datos de contacto.

Sistema Nacional de Atención Ciudadana 311

El Sistema 3-1-1 tiene por finalidad permitir al Ciudadano registrar Denuncias, Quejas, Reclamaciones y Sugerencias a cualquier entidad o servidor del Gobierno de la República Dominicana. Aunque se puede utilizar para denunciar cualquier mala atención en un servicio público, es el canal que existe para denunciar malos tratos en servicios de salud.

☎ Marcar 3-1-1 a través de una línea fija o móvil, de manera gratuita, desde cualquier parte del país.

📄 Denuncia en Línea a través de www.311.gob.do y puedes registrar personalmente tu denuncia, queja, reclamación o sugerencia.

Instituto Nacional de Protección de los Derechos del Consumidor, PROCONSUMIDOR

Es un servicio que permite denuncia cualquier acción, irregularidad o práctica comercial incorrecta que afecte a los consumidores, como por ejemplo en servicios de salud privados.

También se pueden presentar reclamación, que es cuando algún proveedor o prestador de servicios no respeta el precio, cantidades, plazos, términos, entregas, condiciones, modalidades, características, garantías, intereses y demás compromisos referentes a la operación celebrada en forma verbal o escrita.

✉ info@proconsumidor.gob.do

☎ Whatsapp al 809-567-8555.

VIDA LIBRE DE VIOLENCIA

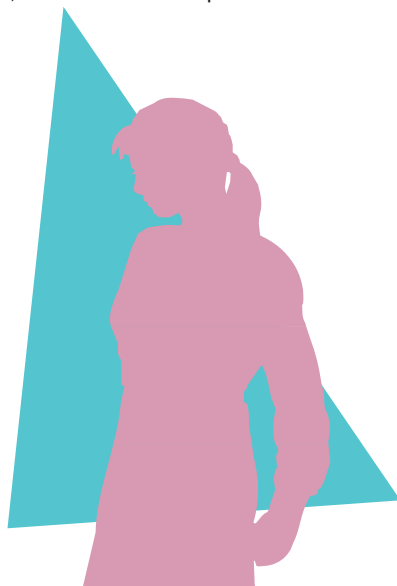
El derecho de las mujeres a vivir una vida libre de violencia está reconocido por distintas leyes dominicanas, incluyendo la Constitución de la República.

En nuestras vidas, con frecuencia enfrentamos violencia o somos testigo de cómo otras personas sufren violencia. Incluso a veces, nosotras mismas ejercemos violencia contra otras personas.

Todas y todos hemos internalizado la violencia como parte de nuestras vidas, es decir, ocurre con tanta frecuencia que la mayor parte del tiempo no nos damos cuenta de que estamos frente a un acto violento. Claro que no todas las violencias son iguales, ni tienen las mismas consecuencias. Pero todas provocan daños, en la forma de sentimientos de angustia, inferioridad y malestar, nos hacen sentir inseguras, y algunas lastiman nuestro cuerpo y hasta nos pueden costar la vida.

Una de las formas más visible de la violencia contra la mujer, es la que, ejercida por la pareja o ex pareja de la mujer, viva o no con ella, tengan o no hijos en común. A esta forma de violencia se le llama violencia doméstica o intrafamiliar.

La violencia, en cualquiera de sus formas constituye una forma de discriminación contra la mujer. Las mujeres con discapacidad podemos ser víctimas de formas específicas de violencia, en base a la explotación de nuestra discapacidad.





Por ejemplo,

Teresa, es una mujer de 65 años, que vive en un barrio de la ciudad de Barahona. Producto de un accidente, tiene una discapacidad físico-motora que le impide moverse sin asistencia de otras personas. Su familia contrató los servicios de una persona para cuidarla. Como medio para controlarla y castigarla, la persona que cuida de Teresa, en ocasiones se rehúsa a bañarla o darle alimentos suficientes. Es decir, se comporta de forma negligente de manera deliberada, utilizando su poder sobre Teresa. Como consecuencia, Teresa se ha llegado a enfermar, está deprimida y angustiada, y siente que tiene que obedecer en todo aún ella no quiera.

Durante mucho tiempo, Teresa tuvo miedo de hablar con su familia, porque pensó que no le iban a creer. Además, le preocupa ser una carga, y molestar a sus familiares, que podrían pensar que ella se comporta “como una vieja quejosa y complicada”.

Pero un día, Teresa no aguantó más y tuvo el valor de confiar en una amiga, que la ayudó a contar su historia. La familia despidió a esta persona, y la denunció por maltrato, para asegurarse que no volviera a maltratar a nadie más.

Teresa, reclamó su derecho a vivir una vida libre de violencia.

La violencia puede tener muchas manifestaciones:

Violencia física: Va desde formas leves, que a veces pasan inadvertidas, como son los empujones, arañazos y bofetadas; hasta formas más graves que incluyen golpes, a veces con palos, ramas, alambres o cinturones, lanzarte objetos, ácidos, o sustancias inflamables como gasolina con el propósito de lesionarte, patadas, o arrastrarte por el suelo. También puede consistir en privarte de tus dispositivos de apoyo, por ejemplo, no dejar que utilices silla de ruedas o andadores para impedir tu libre movilidad, o dispositivos auditivos, o bastones guía.

Muchas de estas formas de violencia dejan en las mujeres secuelas permanentes como cicatrices o dolores crónicos, algunas provocan discapacidades físico-motoras y hasta sensoriales, como la pérdida parcial de la audición. Todas provocan daños emocionales y psicológicos, pueden llevar a la depresión y hasta el suicidio.

La violencia física en ocasiones puede terminar en el asesinato de la mujer, lo que conocemos como: **Feminicidio**.

Violencia psicológica o emocional: Siempre que ocurre violencia física se acompaña de violencia emocional y psicológica, pero a veces esta forma de violencia es la única que se utiliza. La forma más común son los insultos, tanto en público como en privado, y las amenazas, por ejemplo, con no cubrir los gastos de manutención de los hijos/as, o no pagar la casa. También puede tratarse de actos humillantes, que no requieren de contacto físico directo, como escupirte, tirar tus cosas a la calle, o criticarte constantemente con expresiones degradantes. En el caso de las mujeres con discapacidad es frecuente que se utilice la condición de discapacidad para menospreciar a la mujer y hacerla sentir inferior.

También se presenta a través de formas de control como el acoso y el hostigamiento: aparecer de sorpresa en tu lugar de trabajo o estudio para saber dónde estás y con quién andas, revisar tu teléfono, WhastApp y correo electrónico, revisar tus cosas personales, cuestionarte todo el tiempo, hacer escenas de celos, controlar tus horas de entrada y de salida, dejarte encerrada, prohibirte visitar a tu familia o amistadas, o nunca dejarte ir sola a ningún sitio, controlar tu forma de vestir o maquillarte, y hasta prohibir que utilices ciertas ropas.

Violencia sexual: incluye abusos y agresiones sexuales, incesto, acoso sexual, explotación sexual comercial, y la denegación u obstaculización del derecho a adoptar medidas de protección contra infecciones de transmisión sexual o embarazos no deseados.

Una agresión sexual puede ser por ejemplo tocarte el cuerpo, en cualquier lugar, con intenciones sexuales, sin contar con tu consentimiento. La violación es todo acto de penetración sexual no consentida, de cualquier orificio corporal, el ano, la boca o la vagina. Puede ser con un objeto o cualquier parte del cuerpo.

La violencia sexual al interior de las relaciones de pareja está prohibida y castigada. Las mujeres no estamos obligadas a tener relaciones sexuales, o a realizar actos de naturaleza sexual, con nuestras parejas, exparejas, o el padre de nuestros hijos, si No lo queremos.

Violencia patrimonial: es toda acción por parte del agresor, dirigido a controlar la supervivencia económica de la víctima, o dirigida a controlar sus ingresos.

Por ejemplo,

Sugeily es una mujer de 27 años, que vive en el Distrito Nacional. Es sorda, trabaja como secretaria en una empresa, está casada y tienen dos hijos. Su esposo y padre de sus hijos es muy controlador, vigila sus horarios, sus amistades, y la forma en que se viste. La obliga a informarle cada vez que ella cobra su salario, y él decide cómo, en qué y cuándo se gasta su dinero, sin embargo, Sugeily nos cuenta que ella no sabe cuánto dinero él gana, y se molesta si le preguntan.

El esposo de Sugeily realizó unos gastos grandes sin antes haber pagado la mensualidad de la casa y el colegio de los niños. Estos gastos provocaron deudas y casi llevan a la familia a la quiebra. Tuvieron una discusión y él se fue de la casa. Unos días más tarde, cuando Sugeily regresó a su casa, encontró que él se había llevado la Televisión, la radio, lavadora, y computadora de los niños. Además, se llevó con él la libreta de ahorros conjunta, y las actas de nacimiento de los niños y de ella. Cuando Sugeily reclamó, él respondió que “si ella era tan buena gobernando, que se mantuviera sola”.

Además, le advirtió que se llevaba las actas de nacimiento porque esos eran sus hijos, y él podía hacer lo que quisiera, y la amenazó con quitarle la custodia, alegando que nadie le iba a dejar los hijos a una mujer sorda.

El marido de Sugeily nunca le había dado golpes, por lo que resultó difícil para ella explicar a sus familiares y amigos, la violencia que había

sufrido. Sin embargo, buscó asesoría en una de las oficinas del Ministerio de la Mujer, en donde las abogadas la ayudaron y le aseguraron que no iba a perder la custodia de sus hijos. Ahora se está separando y reconstruyendo su vida.

Teresa, reclamó su derecho a vivir una vida libre de violencia.

Derechos de las mujeres supervivientes de violencia

- Recibir un trato digno y respetuoso, sin discriminación, con respeto a su integridad y al ejercicio de sus derechos.
- Ser respetada en su intimidad.
- No ser revictimizada.
- Ser atendida y protegida de manera oportuna, efectiva y gratuita por personal especializado.
- Recibir la protección para su seguridad y la de sus familiares.
- Dependiendo del riesgo –para lo cual podrá elaborarse un análisis específico– se tienen que establecer medidas para salvaguardar la integridad de la víctima.
- Que se le otorguen órdenes de protección, así como las medidas cautelares y de otra naturaleza necesarias para evitar que el daño sea irreparable.
- Intervenir en los procedimientos de investigación y en los procedimientos judiciales.
- Recurrir todos los actos que den por terminado el proceso.
- Ser informada de los resultados de las actuaciones y procedimientos, y ofrecer su consentimiento informado cuando sea necesario.
- Ser escuchada antes de cada decisión que implique la extinción o suspensión de la acción penal, siempre que ella lo solicite.

Recuerda

Existen diferentes recursos a nivel nacional, para las mujeres que enfrentan situaciones de violencia, pero reconocemos que no siempre es fácil tomar la decisión de buscar ayuda. Así que aquí te ofrecemos una pequeña guía de pasos básicos.

¿Qué es lo primero que tengo que hacer si me encuentro en una situación de violencia de género?

Habla del tema con alguien cercano, en quien confíes, y busca apoyo. Sobre todo, debes proteger tu integridad, la de tus hijos/as y tu familia, por lo que acude a una oficina de servicios para la mujer en donde puedan darte información, y otros recursos de apoyo, como alojamiento, en caso de que lo necesites.

Las Oficinas de apoyo a la mujer del Ministerio de la Mujer, se encuentran en casi todo el país, localiza tu oficina más cercana. Allí encontraras una psicóloga y una abogada que pueden orientarte. Si no tienes una cercana, existen números de atención telefónica y pueden referirte a alguna organización local de mujeres.

Ten paciencia y se amable contigo misma. La violencia es un ciclo, y no es sencillo salir de ese círculo. Pero, sobre todo, no es tu culpa. Nadie tiene derecho a agredirte. Lo importante es dar un primer paso pidiendo ayuda.

¿Qué hacer si se trata de una emergencia?

Puede ser que te encuentres en una situación e emergencia en donde tengas un miedo real de perder la vida o resultar gravemente lesionada, o que tus hijos se vean amenazados. En ese caso llama al Sistema de Atención de Emergencias, te guiarán y te dirán qué hacer paso a paso.

¿Es obligatorio que yo ponga una denuncia?

No lo es, y en ocasiones las mujeres prefieren esperar hasta estar seguras. Ahora, denunciar es la única vía para conseguir que tu agresor reciba la sanción que merece, y sobre todo, no continua haciéndote daño a ti y otras personas.

¿Qué pasa si mi vida corre peligro?

Puedes solicitar una orden de protección. La orden puede incluir indicación de que no se acerque a ti, a tu familia, lugar de trabajo o estudio.

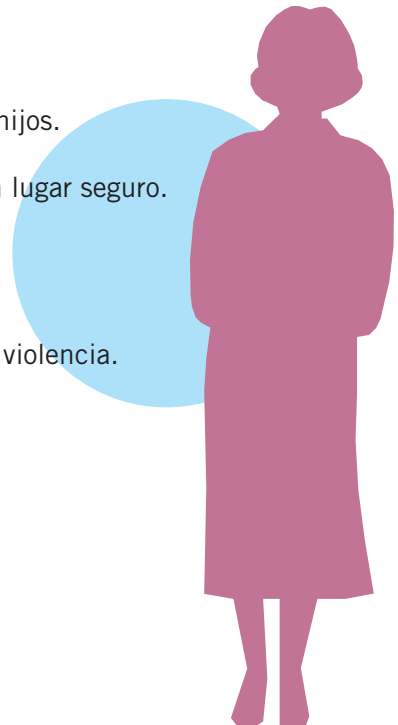
También puedes solicitar una orden de desalojo del agresor de tu casa, si se trata de la vivienda familiar, y pedir una prohibición de ingreso a la vivienda.

Puedes solicitar una orden de prohibición de trasladar u ocultar a los hijos/as. Debes comunicarla al colegio o escuela de los niños.

Puedes solicitar una orden para que se le prohíba poner en venta los bienes comunes o retirar dinero de la cuenta bancaria.

Por último, recuerda siempre:

- ☑ Habla con personas en quien confíes.
- ☑ Cuida tu integridad y la de tus hijos/as.
- ☑ Pide ayuda en los canales adecuados.
- ☑ Protege tu documentación y la de tus hijos.
- ☑ Guarda dinero para emergencias en un lugar seguro.
- ☑ Recuerda que No es tu culpa.
- ☑ Recuerda que no siempre es fácil, pero es tu derecho vivir una vida libre de violencia.



Ruta para interponer de denuncia

Paso 1: Ubica la forma que más te conviene para denunciar. Puedes:

- Acudir directamente a una oficina de la Fiscalía.
- Realizar tu denuncia en línea ante la Fiscalía o la Policía.
- Realizar tu denuncia vía telefónica al teléfono de emergencias del Ministerio de la Mujer o de la Policía Nacional.

Paso 2: Prepara la documentación que necesitas para levantar tu denuncia

- Lleva siempre tu cédula y acude acompañada.
- Si eres extranjera lleva tu pasaporte o algún otro documento identificativo, y acude acompañada.
- Lleva contigo documentación adicional, por ejemplo, si has tenido que acudir al Hospital, lleva la documentación de la atención médica, toma fotografías y guarda los mensajes de amenaza.

Paso 3: Acude al Ministerio de la Mujer

- Asesórate con las funcionarias de las Oficinas Provinciales o Municipales de la Mujer. Localiza la más cercana. En esa guía encuentras el número de información telefónica.
- Ellas te brindarán asesoría, o te guiarán hacia alguna organización de mujeres que pueda acompañarte.

Paso 4: Acude al Ministerio Público

- El Ministerio público tiene unidades especializadas en violencia contra la mujer, donde puedes encontrar orientación.
- Localiza su ubicación llamando o visitando la oficina de la Fiscalía de tu provincia. Aquí encontrarás los datos.
- Es posible que el Ministerio Público ordene que se te hagan a ti exámenes médicos y psicológicos. Eso es normal y de rutina.

Paso 5: Relata cómo sucedió el delito

- ☑ Deberás describir cómo sucedió el delito de violencia. En general la violencia de pareja suele ocurrir durante años y es continuada, por lo que puede ser muy agotador y difícil hacer este relato.
- ☑ Por lo mismo, es necesario que hayas acudido previamente a un servicio de apoyo. Si no has podido porque se trata de una emergencia, solicita tan pronto puedas asistencia psicológica.
- ☑ Deberás brindar todos los detalles, asegúrate de pedir un lugar privado, donde te sientas cómoda. No estás obligada a hablar a menos que te sientas segura, y es obligación de los funcionarios crear el espacio de seguridad.
- ☑ Tienes derecho a tener un intérprete de señas.
- ☑ Tienes derecho a tener un intérprete de idiomas.

Paso 6: Solicita medidas especiales en caso de requerirlas

- ☑ En caso de requerir medidas especiales (por razones de género y/o discapacidad), la autoridad debe garantizar que tengas acceso a ellas para que puedas denunciar.

Paso 7: Da seguimiento a tu denuncia

- ☑ Antes de salir del MP, solicita copia de tu expediente de investigación y anota el número de tu expediente.
- ☑ Recuerda que tienes derecho a estar informado sobre los avances y las decisiones que tome el ministerio público sobre tu caso y a oponerte a alguna decisión, si no te convence o te perjudica.

Información adicional

- ☑ El ministerio público NO puede rechazar tu denuncia. Si esto sucede, puedes reportarlo.
- ☑ En caso de que acudas a la oficina incorrecta, el personal que te atienda DEBE orientarte sobre dónde denunciar.

☑ En caso de ser víctima de alguna irregularidad o acto de corrupción, denuncia ante la Procuraduría Especializada de Persecución de la Corrupción Administrativa – PEPCA.

Directorio de Recursos

Si quieres conocer más sobre el derecho a vivir una vida libre de violencia de las mujeres con discapacidad, o si quieres reportar o denunciar una situación de violencia, o una mala atención por parte de los servicios de atención en violencia, puedes llamar o escribir a las instituciones del Estado responsables. Aquí puedes encontrar los datos de contacto.

Sistema de atención de emergencias. Ministerio de la Mujer

- ☎ Línea Mujer *212 o llamando al 809-200-7212
- ✉ lineaemergencia@mujer.gob.do
- 🌐 mujer.gob.do

Dirección de Prevención y Atención a la Violencia Contra la Mujer, e Intrafamiliar. Ministerio de la Mujer

Ofrece asistencia legal, terapia y asistencia psicológica.

- ☎ (809) 685-3755 ext. 4511.
- ✉ prevencionyatencion@mujer.gob.do
- 🌐 mujer.gob.do
- 📍 Av. México esq. 30 de Marzo, Bloque D, Segundo Piso, frente al Palacio Presidencial, Santo Domingo, Rep. Dom.

🌐 Denuncia en Línea. Procuraduría General de la República

Requisitos:

- Estar registrado como usuario de portal, click aquí para registrarse: <https://portal.servicios.pgr.gob.do/UsuariosCiudadanos/Create>
- Completar el formulario de registro en línea
- Ingresar al siguiente enlace <https://portal.servicios.pgr.gob.do/Denuncias/Denuncias>
- Completar los datos con tu denuncia.

Dirección Nacional de Atención a Víctimas. Procuraduría General de la República

- ☎ 809-548-3198.
- ✉ Atencionavictimas2005@gmail.com
- 🌐 pgr.gob.do/dnav/
- 📍 Calle Héctor Homero Hernández, (antigua San Cristóbal). Esq. Luis Pérez García No. 49. Ensanche La Fe. Distrito Nacional, Rep. Dom.

Denuncia telefónica. Policía Nacional. *788

El servicio de atenciones a llamadas *788 se realiza las 24 horas del día durante los siete días de la semana, para lo cual cuenta con un amplio personal, debidamente entrenado y que trabaja en tres turnos: De 8:00 a.m. a 4:00 p.m. | De 4:00 p.m. a 12:00 p.m. | De 12:00 p.m. a 8:00 a.m.

Te conecta de forma rápida y directa con el Centro de Información del Ministerio de Interior y Policía.

Denuncia en Línea. Policía Nacional

Es un servicio de recepción de reportes en línea a nivel nacional, sobre un delito que te afecte a ti u otra persona.

Sólo tienes que ingresar al formulario en línea y llenar los campos solicitados. Las denuncias las recibe el Departamento Control Centros de Recepción de Denuncias, P.N.

Puedes acceder entrando a este link:

<https://www.policianacional.gob.do/reporte-en-linea/>

Funciona las 24 horas todos los días del año.

Directorio de Fiscalías por Provincia

Fiscalía del Distrito Nacional

📍 C/ Fabio Fiallo, Ciudad Nueva
 ☎ 809-221-6400 / 829-657-8495
 🌐 pgr.gob.do/fiscaliadn/

Fiscalía de Santo Domingo Este

📍 Plaza Ghapre, C/Simón Orozco
 No. 23
 ☎ 809-480-4540/809-728-2727
 Ext. 3316

Fiscalía de Santo Domingo Oeste

📍 Av. Las Palmas No. 52,
 Sector Reparto Rosa
 ☎ 809-922-1894 / 809-480-9370

Fiscalía de Azua

📍 C/Ramón Matías Mella esq.
 Hermanas Nanita
 ☎ 809-521-5200
 🌐 pgr.gob.do/fiscaliaazua/

Fiscalía de Barahona

📍 C/ Colón esq. Prof. Juan Bosch
 No. 43, Centro de la Ciudad
 ☎ 809-524-2371
 🌐 pgr.gob.do/fiscaliabarahona/

Fiscalía de Bahoruco

📍 Ave. 27 de Febrero esq. San Bartolomé No. 4
 ☎ 809-527-9189
 🌐 pgr.gob.do/fiscaliabahoruco/

Fiscalía de Elías Piña

📍 Palacio de Justicia, Segundo Nivel, No.11. C/ 27 de Febrero
 ☎ 809-527-0114

Fiscalía de Duarte

📍 C/ 27 de Febrero esq. Emilio Conde. San Francisco de Macorís

☎ 809-588-2236 / 829-421-3763

🌐 pgr.gob.do/fiscaliaduarte/

Fiscalía de El Seibo

📍 C/ Mella Km. ½, Ave. Manuela Díaz Jiménez

☎ 809-552-4600

🌐 pgr.gob.do/fiscaliaelseibo/

Fiscalía de Dajabón

📍 C/ Beller esq. Profesor Emilio Batista No. 58

☎ 809-579-7523 / 809-579-7313

🌐 pgr.gob.do/fiscaliadajabon/

Fiscalía de Hato Mayor

📍 Km. 1, Carretera Hato Mayor

☎ 809-553-3826 / 809-553-3100

🌐 pgr.gob.do/fiscaliahatomayor/

Fiscalía de Hermanas Mirabal

📍 C/ Hermanas Mirabal, Salida Ciudad de Moca. Salcedo.

☎ 809-577-2282/809-533-3522

Ext. 610

🌐 pgr.gob.do/fiscaliaespaillat/

Fiscalía de Independencia

📍 C/ 27 de Febrero No. 6

☎ 809-248-3152

🌐 pgr.gob.do/fiscaliaindependencia/

Fiscalía de La Altagracia

📍 C/ Agustín Guerrero No. 55

Higüey, La Altagracia

☎ 809-554-6040 / 809-399-6321

Fiscalía de La Romana

📍 C/ Restauración No. 1 esq. Paseo Jose Martí. La Romana.

☎ 809-556-2996

Fiscalía de La Vega

📍 C/ García Godoy esq. Monseñor Panal

☎ 809-573-2386 Ext. 203

💻 pgr.gob.do/fiscalialavega/

Fiscalía de Constanza

📍 C/ Matilde Viña No. 16, Al lado del Destacamento de la Policía

☎ 809-539-1375

💻 pgr.gob.do/fiscaliaconstanza/

Fiscalía de María Trinidad Sánchez

📍 C/ Emilio Conde esq. Cruz Rosario

☎ 809-584-3874 / 809-533-3522 ext. 633 / 809-753-0873

💻 pgr.gob.do/fiscalianagua/

Fiscalía de Monseñor Nouel

📍 Autopista Duarte Km. 83 ½.

Bonao.

☎ 809-525-2346

Fiscalía de Monte Cristi

📍 C/ Pimentel No.107, Sector Las Colinas.

☎ 809-579-2011

💻 pgr.gob.do/fiscaliademontecristi/

Fiscalía de Monte Plata

📍 C/ Dr. José Francisco Peña Gómez No. 16. Monte Plata.

☎ 809-551-6330 / 809-551-4115

Fiscalía de Pedernales

📍 C/ Duarte No. 44. Pedernales.

☎ 809-524-0551 / 829-222-2548

💻 pgr.gob.do/fiscaliapedernales/

Fiscalía de Peravia

📍 C/ Máximo Gómez No. 106. Baní.

☎ 809-522-3305 / 809-533-3522 Ext. 7001

💻 pgr.gob.do/fiscaliaperavia/

Fiscalía de Puerto Plata

📍 C/ Luis Ginebra. San Felipe de Puerto Plata.
☎ 829-423-1341 / 829-423-8501

Fiscalía de Samaná

📍 C/ María Trinidad Sánchez No. 5
Próximo al Palacio de Justicia
☎ 809-538-2376 / 809-538-2934
🌐 pgr.gob.do/fiscaliasamana/

Fiscalía de San Cristóbal

📍 C/ Padre Borbón No. 15. San Cristóbal.
☎ 809-528-3231
🌐 pgr.gob.do/fiscaliasancristobal/

Fiscalía de Villa Altagracia

📍 C/ Duarte No.104, Sector Barrio Duarte. Villa Altagracia.
☎ 809-559-3376

Fiscalía de San José de Ocoa

📍 C/ Matías Martínez No. 5. San José de Ocoa.
☎ 809-558-4857

Fiscalía de San Juan

📍 C/ Dr. Luis Pelayo González No. 4.
☎ 809-557-5766

Fiscalía de Espaillat

📍 C/ Duarte No. 63.
☎ 809-578-2864 ext. 603 / 809-577-7358

Fiscalía de Las Matas de Farfán

📍 C/ Independencia No. 118.
☎ 809-527-6110 / 809-527-6095
🌐 pgr.gob.do/fiscalialasmatasdefarfan/

Fiscalía de San Pedro de Macorís

📍 Palacio de Justicia, C/ Laureano Canto No. 1. Sector Villa Providencia.
☎ 809-529-3311

Fiscalía de Valverde

📍 C/ Miguel Crespo. Mao.

☎ 809-572-3203

💻 pgr.gob.do/fiscaliaivalverde/

Fiscalía de Santiago

📍 Ave. 27 de Febrero, Ensanche Román I. Santiago de los Caballeros.

☎ 809-576-6224

💻 pgr.gob.do/fiscaliasantiago/

Fiscalía de Santiago Rodríguez

📍 C/ Pedro Tomás No. 54, San Ignacio de Sabaneta.

☎ 809-382-0714 / 809-426-7283

💻 pgr.gob.do/fiscaliasantiagorodriguez/

Fiscalía de Sánchez Ramírez

📍 C/ Sánchez esq. Calle 4, Sector La Esperanza. Cotuí.

☎ 809-240-0072

AUTOCUIDADO Y TIEMPO LIBRE

Todas las personas tenemos derecho a cuidar de nuestra salud, física y mental, a través de actividades de autocuidado, como son, reservar un día sólo para nosotras, leer, dar un paseo, cuidar la calidad de nuestra alimentación, asistir a algún espectáculo, al cine o al teatro, o compartir con amigos y amigas. Sin embargo, a las mujeres, muchas veces nos cuesta reconocer e interiorizar que estamos ejerciendo un derecho cuando participamos de alguna de estas actividades. La condición de discapacidad sólo agrava esta situación, debido a las barreras arquitectónicas, físicas, tecnológicas, y de comunicación, que existen en nuestra sociedad.

El autocuidado se encuentra vinculado a dos derechos importantes. El primero, es **el derecho al uso del tiempo en condiciones de igualdad**. De acuerdo con estudios nacionales, las mujeres dedicamos más horas del día al trabajo productivo y al trabajo de cuidado que al ocio y al tiempo libre, por el contrario, los hombres dedican dos veces más tiempo a las actividades recreativas. Esta es una situación de discriminación que con frecuencia no advertimos, y sin embargo, tiene un alto costo en nuestra salud física y mental.

El segundo es el derecho a **contar con espacios de esparcimiento y recreación colectivos y accesibles universalmente**, como son bibliotecas, museos, teatros, salas de cine, parques, plazas y espacios naturales protegidos como mares, lagos, ríos, montañas, y bosques; y a **poder participar de actividades y eventos culturales y deportivos, también accesibles y adaptados**.

Las mujeres con discapacidad tenemos talentos diversos, que se expresan en la pintura, el canto, la gastronomía, tocar algún instrumento musical, escribir, pertenecer a grupos de teatro o baile, fabricar artesanía o manualidades. Si bien para algunas mujeres, estas actividades son también un medio de sostén económico, para otras son una forma de autocuidado, que les permite distraerse, socializar y pasar tiempo consigo mismas. Como tales, forman parte del derecho al uso del tiempo en condiciones de igualdad.



Por ejemplo,

Jacinta es una mujer de 40 años con una discapacidad intelectual. Desde hace años, prepara dulces y repostería para los amigos y la familia. Sus creaciones parecen pequeñas obras de arte y se ha vuelto muy conocida en su zona. En ocasiones la gente le encarga para comprar, pero a su familia no le gusta que ella haga negocio con eso, les preocupa que “dada su condición” la vayan a engañar con el dinero.

El Ayuntamiento organizó una feria gastronómica como estrategia para atraer más turistas. Conocidos de Jacinta la propusieron para participar. Al principio, su familia se negó por temor a que no la tomarán en serio. Sin embargo, Jacinta, con ayuda y apoyo de algunas amistades, declaró que iba a participar. Completar los formularios de inscripción no fue sencillo así que, solicitó asistencia a un funcionario del Ayuntamiento.

Valió la pena el esfuerzo porque sus dulces y pasteles ganaron un premio a la mejor presentación y más original, y otro al mejor sabor. Ahora forman parte de la marca del municipio.

Derecho al tiempo libre

El artículo 18 de la Ley 5-13 sobre discapacidad, dispone que el Estado dominicano debe garantizar que las personas con discapacidad participen en las actividades culturales, deportivas, y recreativas, en condiciones de igualdad. Asimismo, que se les ofrezcan los medios técnicos y educativos necesarios para que desarrollen sus capacidades creativas, artísticas e intelectuales, en sus diversas manifestaciones.

Las instituciones nacionales responsables son diversas, pero debes considerar, sobre todo, al Ministerio de Cultura, el **Ministerio de Deportes y Recreación**, el **CONADIS**, y tu **Ayuntamiento**.

El Ayuntamiento de tu municipio, es la institución del Estado dominicano encargada de promover la cultura, el deporte y de la recreación a nivel del municipio, y garantizar que todos los espacios de esparcimiento público cumplan con los estándares de accesibilidad universal que establece la Ley 5-13 sobre Discapacidad.

Las organizaciones locales de tu municipio, sobre todo las juntas de vecinos y organizaciones de mujeres tienen derecho a exigir que el Ayuntamiento asegure que todos los espacios públicos sean universalmente accesibles. Si formas parte de estos espacios, es importante que propongas el tema. Es importante saber, que el CONADIS, está obligado a trabajar en coordinación con los gobiernos locales, para garantizar que se implementen y ejecuten políticas culturales, deportivas y recreativas inclusivas, que tomen en cuenta las necesidades de hombres y mujeres con discapacidad.

Recuerda

- Reserva tiempo para ti misma.
- Socializa, comparte con tus amistades y conocidos.
- Cuida tu alimentación. Consume alimentos con alto valor nutricional, como frutas y verduras, y evita los alimentos procesados altos en grasas y azúcares.
- Visita nuevos lugares e infórmate sobre las asociaciones, o grupos culturales o deportivos que hay en tu comunidad, y pregunta si tienen iniciativas específicas para personas con discapacidad. Si no las tienen, se tú la primera.

☑ Llama a tu ayuntamiento y pregunta por la agenda de actividades culturales. Todos los ayuntamientos tienen una.

☑ Entra la página web del Ministerio de Cultura y del Ministerio de Deporte. Tienen información sobre eventos, y programas de becas, que quizás te puedan interesar.

☑ Utiliza las redes sociales para participar de forma virtual y gratuita en exposiciones de fotografía, conciertos, obras de teatro, danza, cine y gastronomía.

☑ Utiliza tus redes sociales para promover las actividades culturales y artísticas que ocurren en tu comunidad. Así darás a conocer a otros las cosas buenas que ocurren en tu comunidad.

☑ Recuerda que el autocuidado incluye disfrutar de los bienes de la naturaleza: los ríos, el mar, las montañas, y toda la belleza natural que nos rodea. Sal a pasear, toma fotos y compártelas en tus redes sociales, podrías dar inicio a una conversación.

☑ Únete a algún club deportivo, pero si no te interesa practicar deportes, únete a un club de lectura, o a un club de baile, o a un club de artesanías y manualidades. También puedes crear tu propio grupo. Comparte tus creaciones con otros usando tus redes sociales.

☑ Inscríbete y participa de cursos y talleres y aprende cosas nuevas: cocina, manualidades, artes como pintar o escribir. No es necesario que sepas de estas cosas o tengas talento natural. Lo más importante es crecer como personas y practicar actividades que nos aporten felicidad y satisfacción personal.

Directorio de recursos

Si quieres conocer más sobre el derecho a la cultura y el deporte de las personas con discapacidad, o si quieres reportar o denunciar las barreras presentes en tu comunidad para ejercer tu derecho al ocio y al tiempo libre, puedes llamar o escribir a las instituciones del Estado responsables y a tu Ayuntamiento. Aquí puedes encontrar los datos de contacto.

Ministerio de Cultura

☎ (809) 221-4141

✉ accesoainfo@minc.gob.do

🌐 <https://www.cultura.gob.do/>

📍 Ave. George Washington esq. Pte. Vicini Burgos, Santo Domingo.

Ministerio de Deporte y Recreación

☎ (809)-540-4010

✉ info@miderec.gob.do

🌐 <https://miderec.gob.do>

📍 Ave. 27 de Febrero Centro Olímpico Juan Pablo Duarte

Departamento de Deporte adaptado. Ministerio de Deporte

☎ 809-540-4010 Ext. 2011

✉ deportesparatodos@miderec.gob.do

También puedes contactar este departamento en línea llenando un formulario en la página web: <https://miderec.gob.do/servicios/deporte-adaptado/>

📍 27 de Febrero, Centro Olímpico Juan Pablo Duarte, Edificio Administrativo.

Directorio de oficinas provinciales y municipales de la Mujer



Lista Informaciones de las OPM y OMM

N.º	OPM/OMM	Dirección	Teléfono
REGIÓN ESTE			
1	Higüey	C/ La Altagracia, Plaza Barcelona 2.º piso	809 554-3066
2	Veron	Av. Bolevar del Sol, 2.º piso en el Ayuntamiento	
3	La Romana	Av. Teniente Amada García Edif. Gubernamental	809 813-4401
4	San Pedro de Macorís	Av. Independencia #167 al lado de la Emisora la 98.	809 529-6697
	Consuelo	Ave. Independencia 167, frente al colegio Cristo Rey	809 529-6697
5	Hato Mayor	C/ Plao Hincado Esq. 27 de febrero	809 553-4643
6	El Seibo	C/ León Beras N.º 2, Oficinas Gubernamentales, frente al Politécnico Sergio Augusto.	809 552-3161
7	Monte Plata	C/ Mella N.º 27, Casi Esq. Duarte frente Farmacia San Antonio	809 551-3194
8	Yamasá	C/ Juan Pablo Duarte frente a los Mormones, segundo nivel	809 525-0315
REGIÓN SUR			
1	Azua	Av. Ramón Matías Mella, Oficinas Gubernamentales 1er nivel	809 521-4042
2	San Cristóbal	Padre Borbón #5. Plaza comercial COINFI	809-288-3623
3	Haina	C/ Jose Antonio Aliz N.º 2. Frente a la Lavandería Triny	809 957-3948
4	Villa Altagracia	C/ Robertico Jiménez N.º 2	809 559-4652
5	San Juan de La Maguana	C/ Colón N.º 32	809 557-3394
6	Las Matas de Farfán	C/ Las Canela N.º 12. Los Multis al lado de la Banca Cindy	
7	Eliás Piña	C/27 de Febrero N.º 15, 2.º piso. Frente a la Policía Nacional	809 527-9655
8	Ocoa	Av. Canadá No. 46	809 558-2980
9	Baní	C/ presidente Billini N.º 14 Altos, frente a la Asociación ASOMIBA	809 522-5034
10	Barahona	C/27 de Febrero, Esq. Duvergé N.º 1	809 524-2140
11	Independencia	C/ Mella N.º 19	809 248-3347
12	Duvergé	Nuestra Señora del Carmen # 82	809 558-8588
13	Bahoruco	C/ Apolinar Perdomo N.º 113. Frente a la Estación Esso, Neyba	809-527-9389
14	Pedernales	Genaro Pérez Rocha, Esq. 27 de Febrero	809 524-9370
15	Oviedo	C/ Duarte N.º 56, al lado del Ayuntamiento	
16	Santo Domingo Este	Aut. San Isidro Plaza Fama, Gobernación Provincia Santo Domingo	809 728-1802 809 728-1790 809 728-1844
17	Santo Domingo Norte	Av. Hermanas Mirabal N.º 788 Alto, frente al Vestir de Hoy	809 797-8369
18	Boca Chica		

REGIÓN NORTE			
1	Santiago	Av. Bartolomé Colón, Plaza Coral 4.º Nivel, frente a la Sirena	809 724-0684
2	Navarrete	Av. Joaquin Balaguer N.º 162	809 585-6336
3	San José de las Matas	C/ 27 de Febrero N.º 16, San Jose de las Matas	809 578-8072
4	Tamboril	C/ Real N.º 150 Alto, encima del Banreservas	809 580-5022
5	La Vega	C/ Duarte Edif. Maranata N.º 9, 2.º Nivel.	809 242-3604
6	Jarabacoa	Gastón Fernando Deligne N.º 89	809 574-6334
7	Constanza	C/ La Vega Real N.º 4, frente a Agua Tomé	809 539-1537
8	Jima Abajo	C/ Mella N.º 17	809 577-8703
9	Cotuí (Sánchez Ramírez)	C/ Duarte N.º 46 Frente al auto Banreservas, al lado del BHD-León	809 585-3537
10	Cevicos	C/ San Rafael, al lado de la Ferreteria cevicos Cevicos	809 585-0420
11	Fantino	C/ Ramon Guerrero N.º 26. Distrito Educativo, Oficina Gubernamental	809 574-1564
12	Duarte	C/ San Francisco Esq. Papi Olivier, 3.º Piso Plaza Juan Pablo Duarte	809 725-2630
13	Castillo	C/ Olegario Tavares N.º 49, 2.º nivel	809 584-0668
14	Villa Riva	C/ 27 de Febrero N.º 41.	809 587-0608
15	Hermanas Mirabal	C/ Tejada Florentino cerca del Ayuntamiento	809 577-1344
16	Espailat	C/ Rosario N.º 80, 3.º piso. Edif. Gobernación Provincial	809 578-5767
17	Gaspar Hernández	Av. Duarte N.º 129	809 587-2996
18	Santiago Rodríguez	C/ Dario Gómez N.º 47. San Ignacio de Sabaneta.	809 382-0610
19	Monseñor Nouel	Av. 27 de febrero Esq. Jacinto Peynado	809 525-6582
20	Nagua	C/ Salomé Ureña N.º 2. Frente al Tribunal de NNA	809 584-1959
21	Samaná	C/ Cristóbal Colón N.º 2, N.º 33	809 538-3626
22	Las Terrenas	C/ Duarte N.º 212, Ayuntamiento Municipal 3er. Piso	809 240-6449
23	Sánchez	C/Independencia Esq. Luperon	809 552-7473
24	Dabajón	C/ Beller, Esq. Víctor Manuel Abreu. N.º 20	809 579-8580
25	Montecristi	C/ Pimentel N.º 127, Las Colinas	809 579-3641
26	Las Matas de Santa Cruz	C/ Duarte detrás del Cuartel de la Guardia	(829) 259-6691
27	Guayubin	C/ Pimentel N.º 38, 2.º piso. Oficina Gubernamentales	809 572-0429
28	Puerto Plata	C/ La Estancia, Av. LUIS GINEBRA	809 261-2216
29	Altamira	C/ Hermanas Mirabal N.º 1	809 571-7307
30	Imbert	C/ Duarte N.º 58	809 581-2059
31	Valverde Mao	Av. Desiderio Arias, Primer nivel Edificios Gubernamentales	809 572-4103

Despedida

Esperamos que esta pequeña guía haya sido de utilidad para ti, y que la compartas con otras mujeres, niñas y adolescentes con discapacidad y sus familias. También esperamos, que haya servido para despertar tu curiosidad sobre estos temas, tus derechos y las instituciones responsables de garantizarlos. Visita las páginas webs, infórmate y envía tus preguntas.

Recuerda que amarnos y cuidarnos a nosotras mismas, es una decisión que tomamos cada día, y a veces parece difícil, pero no estás sola. Somos muchas las mujeres con discapacidad en la República Dominicana, dedicadas a promover nuestro derecho a una vida digna, plena y feliz.



GUÍA DE RECURSOS PARA MUJERES CON DISCAPACIDAD

