

LIVRET SUR LES DROITS des femmes



Gobierno de
México

Mujeres
Secretaría de las Mujeres



LIVRET SUR LES DROITS des femmes



Mujeres
Secretaría de las Mujeres



Ministère des Femmes

CAMPAGNE PERMANENTE EN FAVEUR DE L'ÉGALITÉ
ET CONTRE LA VIOLENCE À L'ÉGARD DES FEMMES

Cartilla de Derechos de las Mujeres

Primera edición, 2025.

D.R. © Secretaría de las Mujeres

*Comité redactor para la elaboración de
la Cartilla de Derechos de las Mujeres:*

Ángela María Guerrero Alcántara

Daniela Helue Moctezuma Aguilera

Frida Hyadi Díaz González

Karla Micheel Salas Ramírez

Friné Haydee Salguero Torres

Esta Cartilla es de distribución gratuita.

Prohibida su venta.

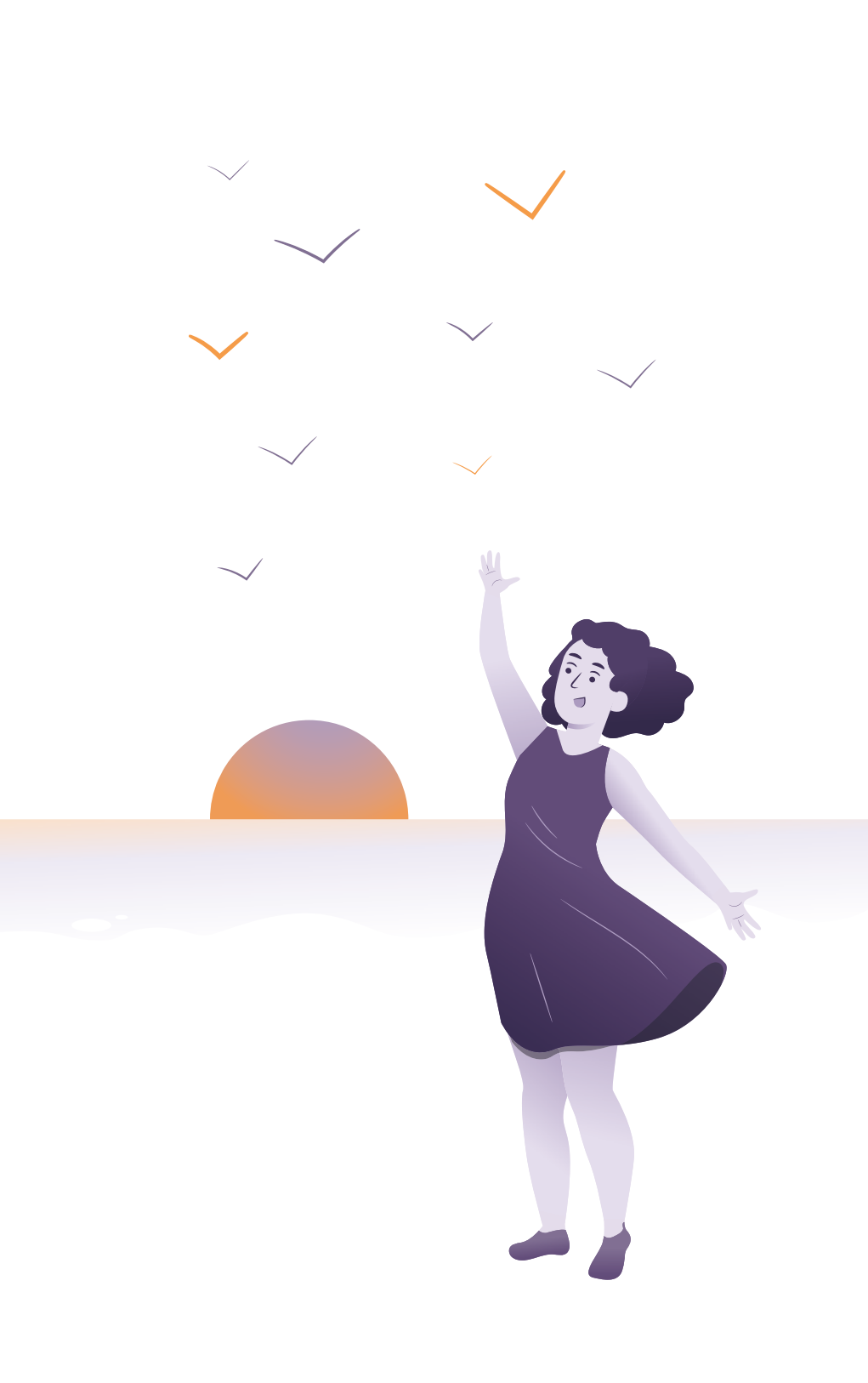
Hecho en México.



Gobierno de
México

Mujeres

Secretaría de las Mujeres





Aujourd'hui je veux reconnaître non seulement les héroïnes de la Patrie — que nous continuerons de mettre en avant — mais aussi toutes les héroïnes anonymes ; celles invisibles que nous rendons visibles par ces lignes ; celles que je fais apparaître par notre arrivée à la présidence et ces propos ; celles qui ont lutté pour leurs rêves et qui les ont réalisés ; celles qui ont lutté et qui n'ont pas réussi. C'est l'heure de celles qui ont dû se taire et qui ont crié ensuite dans l'intimité ; c'est l'heure des femmes autochtones ; des travailleuses domestiques qui quittent leurs villages pour aider toutes les autres femmes ; c'est l'heure des arrière-grands-mères qui n'ont pas appris à lire et à écrire parce que l'école n'était pas pour les filles ; c'est l'heure de nos tantes qui ont trouvé dans la solitude la manière d'être fortes. C'est l'heure des femmes anonymes, des héroïnes anonymes qui dans leur foyer, dans la rue ou dans leur lieu de travail ont lutté pour vivre ce moment. C'est l'heure de nos mères qui nous ont donné la vie avant de tout nous donner ; c'est l'heure de nos sœurs qui grâce à leur histoire ont réussi à aller de l'avant et s'émanciper ; c'est l'heure de nos amies et de nos compagnes ; c'est l'heure de nos filles — belles et courageuses — et celle de nos petites-filles ; c'est l'heure de celles qui ont rêvé à la possibilité qu'un jour, naître femme ou homme n'aurait pas d'importance, et où chacun pourrait réaliser ses rêves sans que son sexe détermine son destin.

**C'est l'heure de ces femmes, de
toutes ces femmes, qui nous ont
rêvées libres et heureuses**



Claudia Sheinbaum Pardo
PRÉSIDENTE DU MEXIQUE

1er octobre 2024. Discours d'investiture en tant que
Présidente constitutionnelle des États-Unis mexicains



CARTILLA DE DERECHOS
de las Mujeres



Gobierno de
México

Mujeres

Contenu



1. Le droit d'être libres et heureuses	10
2. Le droit de vivre en famille dans la paix et le bien-être.....	12
3. Le droit à l'éducation	14
4. Le droit à la santé.....	16
5. Le droit au logement	18
6. Les droits communautaires	20
7. Le droit à une identité et à l'autonomie	22
8. Le droit à la culture	26
9. Le droit à la libre expression et au libre transit	28
10. L'accès et le droit à la justice.....	30
11. Le droit à la participation politique.....	33
12. Les droits numériques	34
13. Les droits des filles et adolescentes	37
14. Le droit à un travail digne et à un salaire équitable	38
15. Le droit à une vie sans violence	40



Gobierno de
México

Mujeres
Secretaría de las Mujeres



Introduction

C'est l'heure des femmes

En tant que femmes, cette phrase nous fait sentir fières et émues car parfois nous ne sommes ni écoutées ni prises en considération comme nous le souhaiterions ; en réalité, tel que nous le méritons.

Certaines autres femmes, et les hommes en général, se demandent ce que cela signifie et comment ils peuvent y contribuer.

Si nos grands-mères et nos mères ont gardé leurs rêves en suspens, nous voulons que nos sœurs, nos filles, nos nièces, nos petites-filles et nous-mêmes connaissions **une réalité bien meilleure, beaucoup plus juste, plus aimante ; nous souhaitons qu'être femme ne signifie pas être plus, mais pas moins non plus**. C'est pourquoi nous sommes émues en pensant que notre heure est enfin arrivée.

Vous rendez-vous compte ? C'est la première fois de l'histoire que nous élisons une femme Présidente de la République.

En y réfléchissant, on a du mal à ne pas se demander pourquoi il a fallu autant de temps pour que cela arrive ; mais celui-ci est un bon moment pour réfléchir à ce qu'a été et à ce qu'est le rôle des femmes dans notre société. C'est aussi une grande occasion de connaître et d'exercer nos droits en tant que femmes.

Nous voulons que les filles
grandissent et se développent
en pleine liberté, conscientes
***qu'elles ont le droit de devenir les
personnes qu'elles veulent être et
d'avoir l'occasion d'y parvenir.***



Nous voulons aussi dire aux hommes que pour réaliser cette mission il est très important qu'ils connaissent les droits des femmes. Cela nous aidera toutes et tous à construire une société meilleure.

Si une femme veut s'occuper des tâches domestiques, elle peut le faire, mais si elle veut être **policière, pompière, entrepreneuse, sportive, artiste, scientifique, astronaute, paysanne, maîtresse d'école, ingénieure, docteure, architecte, députée, sénatrice, Présidente**, il faut qu'elle sache qu'elle peut être ce qu'elle veut !

*Toutes les femmes au Mexique
doivent savoir **qu'elles ont le
droit de réaliser leurs rêves et
que les autorités sont tenues
de garantir les conditions
pour qu'elles y parviennent.***



De très nombreuses années se sont écoulées avant que notre société ne comprenne que les hommes et les femmes ont les mêmes capacités et les mêmes droits.

Le moment est venu de nous regarder en tant qu'égaux et de construire ensemble une société meilleure.

Bien sûr que c'est possible !

S'il reste beaucoup à faire, les luttes des autres femmes au fil du temps ont porté leurs fruits.

De nos jours, nous voyons de plus en plus de femmes accéder à tous les espaces et à toutes les responsabilités. L'idée que certaines activités sont réservées aux hommes et d'autres aux femmes est peu à peu en train de changer.

Autrefois on croyait que le seul destin d'une femme était de se marier, avoir des enfants et s'en occuper. Bien que ce soit un travail précieux d'aide à la vie, pendant des siècles le rôle des femmes dans la société et dans l'histoire a été occulté.

La réalité est que nous, les femmes, nous avons toujours été présentes dans notre communauté et dans les luttes de notre pays. Nous nous sommes mobilisées en faveur de l'élimination de l'esclavage, de la défense des droits de la terre et du travail, du droit de voter et être votées, de nos libertés, et parmi d'autres actions, nous participons sans doute à la construction de la démocratie.

Nous avons haussé la voix lorsqu'on nous a fermé les portes et nous avons réussi à faire reconnaître notre rôle dans l'histoire et la vie de la Nation.

Désormais nous trouvons des femmes dans le sport, la culture, les entreprises, arrivant sur la lune, au gouvernement, mariées, célibataires, divorcées, avec ou sans enfants.

Nous avons toutes des droits



Nous, les femmes, nous constituons plus de la moitié de la population du Mexique et du monde. Il s'avère de plus en plus évident que les femmes et les hommes peuvent travailler ensemble dans des conditions d'égalité en faveur du changement.

En tant que première femme Présidente, Madame Claudia Sheinbaum Pardo a traduit dans diverses lois **l'égalité réelle. Pour la première fois, nous, les femmes, figurons dans la Constitution.**

Les droits s'adressent à tout un chacun, indépendamment de son lieu de naissance, de sa fortune, de la couleur de sa peau, de sa langue, de la manière dont il se voit ou de son lieu de résidence.

Cela signifie que toutes les autorités mexicaines, — les gouverneurs, législateurs, juges, fonctionnaires des deux sexes — doivent garantir un traitement équitable entre les hommes et les femmes et les mêmes droits, sans discrimination.

En tant que femmes, nous méritons de bien vivre, en paix et sans violence !

Nous avons tous le droit de bien vivre en plaçant au centre notre dignité et notre bien-être.

Il est également important de vous informer que nos droits sont liés par le même fil et qu'ils se tissent entre eux.

Par exemple, il est difficile qu'une femme puisse exercer son droit d'étudier si sa santé n'est pas garantie, si elle n'a pas accès à une bonne alimentation ou si elle n'a pas les moyens d'arriver à l'école; c'est-à-dire si ses autres droits ne sont pas garantis.

Les autorités doivent **garantir vos droits**

Pour nous autres femmes, il est essentiel de connaître nos droits pour les exercer, les défendre et exiger qu'ils soient respectés.

Cela est à l'origine de la création du **Livret sur les droits des femmes** : un outil pratique et de consultation utile pour les différents espaces de la vie quotidienne.

Les droits humains sont protégés par la Constitution et diverses lois. Les gouvernements, législateurs, juges et ministres des deux sexes et l'ensemble des pouvoirs ont la responsabilité principale de garantir le respect de nos droits sociaux, économiques, politiques, culturels et environnementaux.

Cela suppose créer des lois, les mettre en œuvre et s'assurer qu'elles fonctionnent. Ces autorités sont par ailleurs responsables de contrôler si elles sont respectées.

Dans ce livret vous trouverez **quelques droits de base des femmes.**

Ci-après vous découvrirez certains droits qui doivent être garantis. Il y en a d'autres, mais ceux-ci sont considérés comme un point de départ.



DÉCOUVREZ VOS droits



1. Le droit d'être libres et heureuses

Les espaces que nous habitons

Vous avez le droit de disposer d'un foyer où vivre heureuse, d'aller à l'école depuis votre enfance, d'exprimer vos idées, de vous déplacer en sécurité où et quand vous voulez, de vivre sans crainte, de rêver et de réaliser vos rêves, d'avoir un emploi, une maison et si vous voulez, de créer une famille. Vous avez aussi le droit de ne pas créer de famille si vous n'en avez pas envie.

Vous avez le droit de disposer de votre corps et de ne pas être obligée à quoi que ce soit. Vous avez le droit de dire « non » si quelqu'un veut faire quelque chose que vous ne souhaitez pas faire ; et de recevoir des soins dans n'importe quel établissement de santé lorsque vous êtes malade.

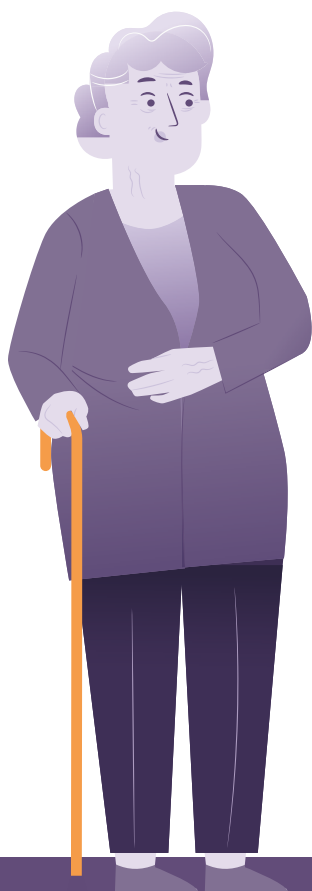
N'oubliez pas que dans ce pays toute personne âgée a droit à une retraite versée par le gouvernement mexicain dès 65 ans révolus, indépendamment de celle dont elle bénéficie pour son ancien travail.

Nous voulons vous annoncer une nouvelle importante qui touche de manière significative la vie des femmes : la Présidente Claudia Sheinbaum a donné des instructions pour que les femmes âgées de 60 ans minimum puissent avoir droit à une retraite en guise de reconnaissance pour les soins qu'elles ont traditionnellement prodigués et qui accompagnent la vie des familles et les territoires où elles habitent.

Ces dispositions ont été adoptées par les législateurs et les législatrices et elles sont devenues un droit. Vous devez savoir qu'en 2025 une retraite sera versée aux femmes âgées de 64 ans et que chaque année l'âge requis pour en bénéficier baissera peu à peu pour que vous puissiez en profiter.

C'est-à-dire qu'une femme a des droits de la naissance à la vieillesse, pendant tout son cycle de vie. Il s'agit de bien vivre, d'être heureuses et de nous respecter toutes et tous.

En tant que femmes, nous sommes différentes et diverses. Nous sommes présentes dans nombre d'espaces : au foyer, au travail, dans les centres de santé, dans les écoles ; ainsi que dans la communauté, la politique ou la famille.



Parfois, dans beaucoup de ces espaces nos besoins ne sont pas pris en compte ou on ne parle pas de ce que nous pensons.

Dans chacun de ces espaces, votre voix, vos connaissances, votre participation et votre expérience sont importants.

Vous méritez d'habiter tout espace dans le respect et la dignité, quels que soient votre âge, la couleur de votre peau, votre situation économique ou votre niveau d'études, et peu importe si vous êtes immigrante ou si vous avez un handicap.

2. Le droit de vivre en famille dans la paix et le bien-être

Nos foyers et nos familles

Saviez-vous que les familles vivant au Mexique sont diverses et que dans la plupart des cas, c'est nous, les femmes, qui prenons soin et qui entretenons cet espace ?

Toutes les familles sont composées différemment. Il n'y a pas qu'un seul genre de famille mais dans chacune d'elles nous devons trouver un espace sûr, paisible, un environnement respectueux où pouvoir nous développer librement.

*En famille, nous avons le droit de vivre à l'abri de la violence, d'avoir accès à une alimentation saine avec des aliments suffisants, de qualité et appropriés. Nous avons le droit de **satisfaire nos besoins de base, de vivre une vie saine dans le bien-être physique, mental et social. Nous avons le droit d'avoir un environnement propre, un logement digne et une identité.***

Au Mexique, nous, les femmes, nous consacrons beaucoup de temps aux soins d'autrui, aux tâches domestiques, aux soins des enfants, ainsi qu'aux autres activités qui satisfont les besoins de base de nos familles. Jusqu'à présent, ce travail n'était pas reconnu.

Partager ces responsabilités avec tous les membres de la famille est la première étape de la **reconnaissance d'un travail précieux d'aide à la vie** qui nous permet en même temps de continuer d'exercer nos autres droits.

Malheureusement, notre environnement le plus proche peut parfois être touché par la violence, qui se manifeste sous différentes formes. Vous avez le droit de vivre à l'abri de la violence et de la dénoncer pour y mettre un terme.

.....

Attention: si vous-même ou votre famille êtes victimes de quelque genre de violence physique, psychologique, économique, patrimoniale ou sexuelle, n'oubliez pas que les ministères publics et les bureaux du procureur spécialisés doivent s'occuper de vous et vous aider. Ils sont tenus de veiller sur votre sécurité. Si l'accès à l'une de ces institutions vous est refusé pour quelque motif que ce soit, vous pouvez porter plainte contre elle.

.....



3. Le droit à l'éducation

Les femmes et leur droit d'aller à l'école

Saviez-vous que tout un chacun a le droit d'accéder à une éducation fondée sur l'égalité et le respect ?

L'éducation est un droit pour lequel nous, les femmes, avons traditionnellement haussé la voix pour exiger qu'il nous soit garanti, étant donné que nous avons tous le droit d'avoir la possibilité de développer nos facultés et nos capacités et de voir reconnus nos droits et nos libertés.

Vous avez le droit d'aller à l'école et ***nul ne peut vous le refuser***

L'éducation à laquelle nous avons droit commence au niveau initial et se poursuit aux niveaux préscolaire, primaire, secondaire et supérieur.



Notre Constitution garantit une éducation gratuite, laïque et scientifique dans le respect de la liberté religieuse. **Si vous êtes membre d'une nation originaire ou d'une communauté autochtone ou afro-mexicaine, l'enseignement doit être dispensé dans votre langue.** Peu importe votre âge ; l'enseignement existe également pour les adultes des deux sexes.



En tant que femmes, nous avons le droit de bénéficier du système de bourses financé par l'État, telles les bourses Benito Juárez à l'intention des élèves et étudiants des niveaux élémentaire, secondaire et supérieur. En outre, nous lancerons bientôt la bourse Rita Cetina, un programme mis en place sous l'impulsion de la Présidente Claudia Sheinbaum au profit de tous les élèves des deux sexes de niveaux préscolaire, primaire et secondaire des écoles publiques, la priorité allant aux familles vivant dans la pauvreté.

.....

Information importante : le Ministère de l'Éducation publique est l'autorité chargée de garantir le droit à l'éducation et de veiller sur les écoles, les enseignants des deux sexes et l'administration, ainsi que de concevoir les livres de texte gratuits, de fixer le calendrier scolaire et les périodes de vacances, et de nommer les institutrices et les instituteurs, entre autres. Par ailleurs, tout organisme de la République, c'est-à-dire, tout gouvernement étatique, dispose de ses propres autorités éducatives.

.....



4. Le droit à la santé

Les femmes et leur droit à la santé

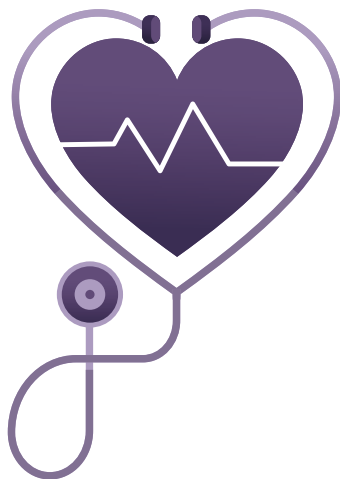
Saviez-vous que vous avez le droit de recevoir des soins médicaux de qualité, intégraux et gratuits, indépendamment de votre âge, de votre situation économique, de votre lieu de résidence, de votre identité de genre ou de toute autre condition ?

Il s'agit des services de santé physique, mentale, sexuelle et reproductive.

D'après notre Constitution, le système public de santé est tenu de garantir l'accès aux services de santé dans un environnement sûr et d'offrir des soins de qualité. Il doit en outre reconnaître et intégrer les pratiques liées à la médecine traditionnelle, comme les sages-femmes, par exemple.

Vous avez le droit de recevoir des soins lorsque vous êtes malade et vous avez également **le droit de consulter un médecin, d'avoir accès aux médicaments et aux traitements dans des cliniques et hôpitaux publics**, ainsi que de recevoir des informations claires et pertinentes sur la manière de vous soigner.

Les soins médicaux doivent s'adapter au contexte social, culturel ou géographique. Si vous parlez une langue autochtone vous avez le droit de bénéficier d'un interprète ou d'un traducteur de votre langue.



Le personnel médical doit établir un contact respectueux avec vous, qui vous fasse sentir à l'aise et en sécurité, en évitant toute stigmatisation ou discrimination, notamment si vous êtes une femme autochtone, afrodescendante, membre de la communauté LGBTIQ+, immigrante, handicapée ou en situation de vulnérabilité.

Un élément très important dans le plein exercice de notre accès à la santé est également **notre droit de recevoir des informations susceptibles d'aider à la prévention et au traitement des maladies qui touchent les femmes**, telles que le cancer du sein ou de l'utérus, les infections urinaires, le papillomavirus humain, les kystes dans les ovaires, entre autres.

Bien qu'il y ait une grande stigmatisation à l'égard de notre corps et de notre intimité, rappelez-vous que vous avez aussi le droit de recevoir des informations et des soins dans toutes les étapes de votre vie sexuelle et reproductive visant votre santé menstruelle et votre santé au cours de la grossesse.

Vous avez le droit de recevoir des informations sur les différentes méthodes contraceptives actuelles et d'utiliser celle de votre choix, conformément aux besoins de votre corps et de votre vie.

Enfin, toute information médicale doit être traitée de manière confidentielle dans le respect de votre droit à la vie privée.

.....

Information importante : les institutions chargées de garantir votre droit à la santé sont les suivantes : Ministère de la Santé, IMSS, ISSSTE, IMSS Bienestar, services étatiques de santé, instituts nationaux de santé et DIF. N'oubliez pas que si l'une de ces institutions vous refuse l'accès ou vous discrimine, vous pouvez saisir les autorités compétentes.

.....



5. Le droit au logement

Le lieu où nous habitons

Pendant longtemps, nous, les femmes, nous avons surmonté des obstacles pour avoir accès à un logement convenable, soit à cause de la violence, la discrimination, le manque d'accès aux crédits, la réclamation d'un héritage, les carences culturelles ou bien d'autres motifs qui traditionnellement nous empêchaient de devenir propriétaires.

En tant que femmes nous avons droit à un toit convenable que nous puissions financer, selon nos besoins, et qui donne accès aux services, aux écoles et aux emplois. Nous avons aussi le droit d'avoir la certitude de posséder notre logement sans risquer d'être expulsées de notre foyer ou de nos terres.

Notre Constitution reconnaît les conditions de vie des peuples et communautés autochtones et leurs espaces de convivialité et de loisirs par le biais des actions garantissant l'accès au financement de la construction et de l'amélioration du logement, ainsi que le développement de la couverture des services sociaux de base dans le cadre de leur environnement naturel et culturel, leurs connaissances et leurs technologies traditionnelles.

.....

Information importante : si vous n'avez pas pu exercer ce droit, vous pouvez saisir le Ministère du Développement agricole, territorial et urbain (SEDATU), l'Institut du Fonds national du logement pour les travailleurs (INFONAVIT) ou la Commission nationale du logement qui comptent des programmes visant la régularisation de la propriété foncière et l'offre de subventions.

.....





6. Les droits communautaires

Nos communautés

Saviez-vous que la communauté est l'une des formes d'organisation les plus anciennes et qu'elle permet aux femmes et aux hommes de cohabiter et de collaborer afin de réaliser des objectifs communs ?

Même si vous habitez en ville ou en zone rurale, vous avez le droit d'accéder à des services publics vous permettant, — vous-même, votre famille et votre communauté —, de profiter d'une vie digne (par exemple, électricité, eau potable, gestion optimale des déchets).

Lorsque ces droits ne sont pas respectés, ce sont les femmes qui sont les plus touchées parce qu'elles sont presque toujours chargées de l'aide à la vie quotidienne, c'est-à-dire de prendre soin des autres.

Les communes, les mairies, et parfois les communautés sont chargées de la gestion de ces services.

Pour de nombreux peuples autochtones et afro-mexicains, la communauté est au cœur de la vie socio-culturelle. Elle permet de reproduire la vie et de résoudre les problèmes de manière collective.

Au sein d'une communauté, il y a des droits individuels et des droits collectifs, c'est-à dire, ceux qui s'exercent en tant que peuple.

Si vous faites partie d'une communauté autochtone ou afro-mexicaine, en tant que femme, vous avez le droit de participer de manière active à sa vie sociale, d'être écoutée et de prendre part aux décisions prises par l'assemblée.

Le territoire et l'environnement sont des éléments essentiels à la vie, au bien-être, à la culture et à la survie de la communauté elle-même et de la planète.

Traditionnellement, dans les territoires, nous les femmes, nous avons eu une participation active et vitale à l'égard de la gestion de la terre : nous l'avons travaillée et nous l'avons défendue.

Néanmoins, certains de nos droits tels que l'accès à la terre et aux biens culturels ont été limités. C'est pourquoi notre Présidente a mis en œuvre un programme visant à délivrer des titres de propriété fonciers.



7. Le droit à une identité et à l'autonomie

Notre corps

Saviez-vous que nous, les femmes, nous avons le droit de décider librement de notre corps, de la manière de le soigner et de le protéger ?

Depuis la naissance, nous avons droit à une identité, c'est-à-dire au respect de tous les traits qui nous caractérisent peu à peu en tant que personnes, **y compris l'accès gratuit à un acte de naissance, et tout au long de vie, l'accès à d'autres documents.**

Nous avons le droit de décider des aspects les plus importants de notre vie, sans l'interférence de qui que ce soit ; **c'est-à-dire au libre développement de la personnalité.**

Cela signifie que nous avons la liberté de choisir qui aimer, comment nous habiller ou nous exprimer, sans que personne ne nous fasse taire ou nous contraigne, de choisir le style de vie que nous voulons mener, le genre de sport que nous voulons pratiquer, voire le type d'éducation ou de profession que nous préférons.

Ce droit promeut votre autonomie et votre liberté, le respect de la diversité, l'égalité et la non-discrimination.

La seule limite est de faire en sorte que vos choix et vos actions ne touchent pas aux droits des autres.

Même si parfois on murmure autour de nous ou s'il existe des préjugés envers les autres, **nous, les femmes, nous avons le droit de vivre et d'exprimer notre sexualité de manière libre, autonome et en connaissance de cause, sans que personne ne puisse accéder à notre corps sans notre consentement.**

Le consentement est un élément extrêmement précieux pour notre corps et notre vie car il est l'acceptation verbale ou non verbale que nous donnons librement du sentiment ou de la volonté de vouloir prendre part à une rapport sexuel. **Cela signifie que personne, quels que soient sa relation ou son lien de parenté avec vous, ne peut vous forcer à participer à un acte sexuel, ce qui constituerait un délit.**



Vous avez aussi le droit de décider **du nombre de fils et de filles que vous voulez avoir, du moment où vous voulez les avoir ou, si c'est votre choix, de ne pas en avoir.**

Souvent, nous, les femmes, nous avons des doubles ou des triples journées de travail et de soins (la famille, la communauté, les animaux de l'arrière-cour, le potager, entre autres), mais **souvenez-vous que nous avons aussi le droit de nous reposer, de nous amuser et d'avoir le temps de faire ce qui nous plaît.**

Vous avez le droit d'être soignée quand vous êtes malade, de disposer du temps et des outils nécessaires **pour vous soigner vous-même et autrui**, dans des conditions dignes et de sorte que cela ne porte pas atteinte à vos autres droits.

Les femmes et leur droit à la maternité

Saviez-vous que nous, les femmes, nous avons droit à une maternité libre et volontaire ?

Une maternité digne est essentielle à une société qui reconnaît et respecte les droits des femmes qui décident de devenir mères. La lutte en faveur de cette reconnaissance n'a pas été seulement un besoin mais aussi la clé pour avancer vers l'égalité et la justice.

Nous, les femmes, nous avons le droit de recevoir des soins intégraux avant, pendant et après la grossesse. Par ailleurs, nous avons le droit d'être traitées de manière digne, inclusive, confidentielle et respectueuse pendant les soins médicaux reçus lors de ce processus.

Vous avez le droit de recevoir des informations complètes, appropriées, véridiques et compréhensibles pour décider librement et donner votre consentement aux soins et aux suggestions que vous recevez au cours du processus.

Notre Constitution établit que ***nous avons droit à des espaces dotés des équipements nécessaires pour les soins liés à la grossesse, l'accouchement, et la période post-partum, c'est-à-dire pendant la période pendant laquelle le corps de la femme reprend son état normal à l'issue de l'accouchement.*** Nous avons également droit à des informations claires et opportunes sur notre état de santé et celui du nouveau-né, ainsi que sur les soins de ce dernier, l'allaitement et le programme de vaccination.



Si vous n'êtes pas correctement prise en charge vous avez le droit d'exprimer votre mécontentement auprès des autorités du service médical ou de la Commission des droits humains de votre organisme ou de la Commission nationale des droits humains.



8. Le droit à la culture

Notre culture

La culture des communautés et peuples comprend les traits communs qui identifient leurs membres: la langue, les arts, l'histoire, les traditions et le mode de vie, la propriété foncière.

Toutes et tous, nous partageons des éléments culturels, nous reproduisons et créons la culture, les habitudes, les modes de vie, les manières d'être et de voir le monde.

Nous avons tous le droit d'exprimer et de développer notre culture.



Certaines institutions culturelles à l'échelle nationale, étatique et municipale contribuent au respect de ces droits. Les femmes des communautés autochtones et afro-mexicaines ont aussi le droit de préserver, protéger et développer leur patrimoine culturel.



9. Le droit à la libre expression et au libre transit

Les femmes dans l'espace public

Saviez-vous que nous, les femmes, nous avons le droit d'être libres et en sécurité dans les rues, les bâtiments, les parcs, les chemins, les transports publics, les écoles, le travail ou ailleurs ?

L'espace public est un lieu à l'usage et à la jouissance de la collectivité, à l'accès gratuit pour toutes et tous, où nous pouvons nous réunir en tant qu'individus ou en groupe.

Au sein de ces espaces, notre droit à la sécurité intégrale doit être garanti, et ce dans le respect des différences et des diversités.

Cela signifie que vous pouvez marcher en liberté, vous habiller comme vous voulez sans que cela implique discrimination, manque de respect, harcèlement ou violence.

Si une fille se déplace, joue ou se sent en sécurité dans l'espace public, chacun peut en faire autant. Les familles, les communautés et les autorités doivent respecter ces droits.

Utiliser la voie publique implique aussi la possibilité de vous exprimer librement, parler haut et réclamer vos droits sans crainte.



Les manifestations pacifiques sont aussi une forme efficace d'agir face à l'injustice ; **c'est une manière d'exercer vos droits à la liberté de réunion, d'expression et de participation aux affaires publiques.**

Chacun, y compris vous-même, peut exprimer publiquement ses plaintes et ses attentes.

Nous, les femmes, **nous avons toutes le droit de nous organiser collectivement** pour défendre et exiger le respect de nos droits à travers les syndicats, les associations de la société civile ou les collectifs.

L'histoire a prouvé que lorsque nous, les femmes, nous nous unissons, nous pouvons améliorer nos conditions de vie et déclencher de grandes transformations pour notre communauté, nos familles et nous-mêmes.

10.L'accès et le droit à la justice

Les femmes et notre droit d'accéder à la justice

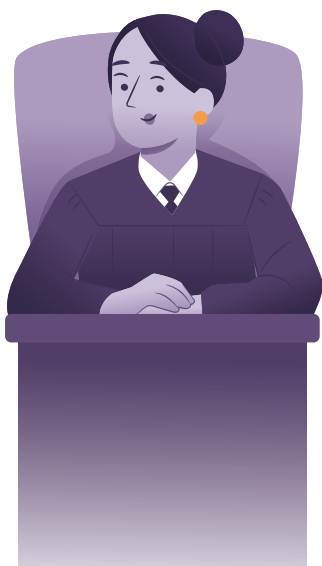
Saviez-vous que nous, les femmes, nous avons le droit d'accéder à la justice selon une approche fondée sur le genre, c'est-à-dire que nos besoins et nos expériences propres doivent être pris en considération ?

La justice suppose que les autorités remplissent leurs obligations établies par la loi afin qu'en tant que femmes nous puissions accéder à la justice dans des conditions équitables.

Les services offerts par les autorités doivent toujours être gratuits, sûrs, aisés à repérer, proposés près de votre domicile ; et les procédures pour avoir accès à vos droits doivent être simples et rapides.

Les autorités qui vous offrent les services d'accès à la justice doivent être des personnes formées pour vous assister, connaître les lois applicables et chercher à tout moment à faire respecter vos droits. Nous tenons à vous rappeler qu'il est important que vous vous sentiez à tout instant respectée, et que personne ne vous fasse sentir mal, ni coupable, ni vulnérable.

L'accès à la justice est un droit qui doit être garanti quand nous sommes victimes d'un délit mais il s'agit aussi du **mécanisme par lequel tous nos droits sont garantis.**





Par exemple, si vous avez été victime d'un délit, la police et les bureaux du procureur doivent prendre des mesures appropriées, vous offrir protection, vous recevoir respectueusement et dans des conditions dignes. Ils doivent faire en sorte que votre plainte fasse

l'objet d'une enquête par les autorités et que le ou les responsables soient traduits en justice afin que les magistrats vous garantissent l'accès à la justice.

Toute procédure pénale a pour objectif de vous permettre d'accéder à la vérité, à la justice et à un dédommagement intégral des dommages causés.

Si vous êtes accusée d'une infraction, **vous avez aussi le droit d'être considérée innocente jusqu'à preuve du contraire ; de bénéficier d'une représentation légale gratuite et qui représente vos intérêts ; à un procès équitable, rapide et sur un pied d'égalité.**

Les services de police, les bureaux du procureur et les tribunaux pénaux doivent garantir ces droits.

La représentation juridique des femmes doit être garantie par la Commission exécutive d'assistance aux victimes ou par les défenseurs publics en cas d'accusation.

Quelques questions liées à la justice et aux femmes :

1.- en matière familiale : s'agissant de dissolution du mariage, pension alimentaire, garde des enfants ou d'héritage, entre autres. Dans toutes ces affaires, les juges chargés des affaires familiales doivent garantir l'accès à la justice, et les défenseurs publics vous offrir une assistance juridique.

2.- Lorsque nos droits ne sont pas garantis par les autorités ou que le principe d'égalité n'est pas respecté, nous avons la possibilité d'avoir recours à un procès d'« *amparo* ». Cela signifie que la norme suprême est celle établie par la Constitution et que lorsqu'elle n'est pas respectée par une autorité, vous pouvez saisir une autre autorité pour que vos droits soient respectés.

Pour introduire une action en « *amparo* », vous devez vous faire représenter gratuitement par les défenseurs publics ou les Commissions exécutives d'assistance aux victimes.

L'accès à la justice dans un procès d'« *amparo* » revient aux juges et aux magistrats du pouvoir judiciaire de la Fédération. Notez que nous avons déjà le droit d'élire nos juges et les autorités judiciaires. Le 1^{er} juin 2025 nous pourrons exercer ce droit pour la première fois.

Les autorités chargées des questions telles que la santé, la sécurité sociale, l'emploi, le logement, les aides, bourses, dédommagements, migrations ou l'asile **doivent prendre en compte la question de l'égalité femmes-hommes dans toutes leurs actions.**

Cela signifie qu'elles doivent nous offrir assistance sans discrimination, répondre rapidement à nos demandes et avoir recours à des processus clairs et simples, dans le respect de nos droits.

.....
Information importante : pour sanctionner la diffusion des images intimes sans consentement, vous pouvez saisir les bureaux du procureur de votre commune ou la police cybernétique auprès de la Commission nationale de sécurité au numéro 088.



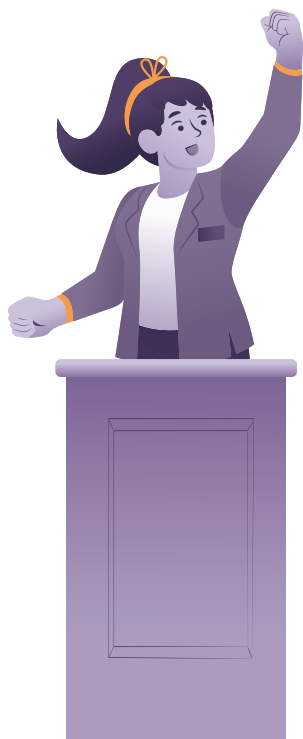
11. Le droit à la participation politique

Les femmes et la participation politique

Saviez-vous que nous, les femmes, nous avons le droit de participer dans différents espaces politiques lorsque nous votons, nous nous organisons et nous exprimons notre avis ?

La diversité de femmes dans notre pays a ouvert la voie à leur présence accrue dans les espaces de prise de décisions, y compris les décisions publiques.

Toute participation politique est une action que nous accomplissons de manière individuelle ou collective pour peser sur les affaires de nos pays, État, commune ou communauté ; c'est-à-dire que vous exercez ainsi votre droit à la participation politique non seulement en votant mais aussi en participant à une réunion de voisinage.



Vous avez le droit de voter de manière libre et secrète pour le candidat qui vous semble le plus apte à vous représenter. Vous exprimez ainsi la volonté populaire et vous permettez la prise d'une décision collective.

En même temps, vous avez aussi le droit de présenter votre candidature et d'être élue, d'occuper une fonction publique et de participer au gouvernement.

Nous savons qu'en tant que femmes, nous ne sommes pas toujours sur un pied d'égalité avec les hommes ; c'est pourquoi, des stratégies ont été mises en œuvre visant l'égalité des sexes pour vous offrir davantage de possibilités de participer.

S'engager en politique n'est pas seulement prendre part aux élections ; nous avons aussi d'autres droits politiques importants pour lesquels nous pouvons participer activement. Par exemple, **le droit de nous réunir et de nous organiser pour influencer sur la vie publique en faveur de nos intérêts et de l'exercice de nos droits, soit en faisant partie de projets artistiques ou sociaux, soit auprès d'un syndicat ou dans le cadre d'une manifestation pacifique.**

Vous avez le droit que vos idées et vos propositions soient écoutées et prises en compte. Souvenez-vous que dans toute prise de décisions votre voix compte car c'est ainsi que vous manifestez vos idées, vos demandes et vos besoins.

Il n'y a pas de démocratie pleine sans votre participation et celle de toutes les femmes.



12. Les droits numériques

Les femmes dans l'espace numérique

Saviez-vous que vous avez droit à l'accès à internet ?

Dans notre pays, 63 % des femmes n'utilisent pas internet faute des connaissances nécessaires.

L'espace numérique est un point de rencontre virtuel dans lequel on peut interagir sur des plateformes ou des applications. Toutefois, pour y accéder il faut disposer des équipements technologiques, d'une connexion de qualité, des capacités d'interaction et d'autres outils susceptibles de créer une exclusion de l'espace numérique. C'est la dénommée fracture numérique.

Être connectée et savoir utiliser les outils numériques de manière sûre vous permet d'accéder aux informations et de vous mettre en contact avec des personnes qui peuvent vous aider à créer des réseaux d'aide dans votre vie.

Nous avons le droit de naviguer sur les espaces numériques sans connaître de violence et de nous exprimer sans crainte ni censure ; nous avons le droit de bénéficier de protection en cas de harcèlement numérique, d'extorsion, de menaces de diffusion des images personnelles ou d'utilisation de ces dernières sans notre consentement.

Autant les plateformes des réseaux sociaux que les autorités sont tenues de proposer des moyens accessibles pour porter plainte en cas de violence numérique.

Vous avez droit à la vie privée sur internet et au respect de vos communications privées qui ne doivent pas être révélées publiquement ; vous avez aussi droit à la protection de vos données personnelles par toutes les plateformes telles que les réseaux sociaux (Facebook, Instagram, X, TikTok, entre autres) ou le commerce électronique. Vous avez le droit de contrôler la manière dont vos données sont collectées, stockées et utilisées en ligne. C'est pourquoi il faut y lire attentivement les termes avant de les accepter.

Pour offrir un accès gratuit à internet, les gouvernements ont l'obligation de créer l'infrastructure nécessaire dans les lieux publics tels que les places, parcs ou écoles.

La violence numérique est reconnue dans l'article 20 quater de la Loi générale d'accès à une vie exempte de violence et dans la loi Olimpia, en vigueur dans tous les États du pays, qui reconnaît et sanctionne toute violence exercée dans l'espace numérique.





13. Les droits des filles et adolescentes

Saviez-vous que, outre tous les autres droits, les filles et adolescentes sont aussi reconnues dans notre Constitution?

Indépendamment de votre âge, si vous êtes une fille ou une adolescente, vous avez tous les droits visés dans ce livret et qui doivent être garantis de manière prioritaire. **Vous avez le droit d'aller à l'école, de vous reposer et de disposer des moments de loisir, d'avoir vos propres croyances religieuses ou culturelles, de vous réunir et de vous associer pour participer à une manifestation ou exprimer vos idées librement et d'être prise en considération.** Souvenez-vous que vous êtes maîtresse de votre vie et de votre corps, que vous pouvez toujours décider de ce que vous aimez et de ce que vous n'aimez pas. Si vous êtes une fille, ne perdez jamais votre droit d'imaginer et de rêver.

14. Le droit à un travail digne et à un salaire équitable

L'endroit où nous travaillons

Saviez-vous que pendant longtemps, nous autres femmes, nous nous sommes vu assigner certaines tâches pour le seul fait d'être des femmes, sans tenir compte de nos rêves, nos préférences ou nos capacités ? Par ailleurs, peu à peu on a normalisé le fait que nos salaires soient inférieurs à ceux versés aux hommes pour le même travail.

Cette situation a peu à peu changé car la société sait que les femmes peuvent réaliser n'importe quel travail ; **nous avons le droit de choisir un emploi à notre goût et correspondant à nos intérêts et à nos besoins.**

La journée de travail doit durer huit heures au maximum par jour et si vous travaillez plus longtemps, des heures supplémentaires doivent vous être payées.

Nous avons tous droit à 12 jours de congés payés qui augmenteront peu à peu selon notre ancienneté et que nous pouvons prendre quand nous voulons. Nous avons aussi droit au règlement des congés non pris pendant la période correspondante, à la sécurité sociale, à des indemnités et à d'autres prestations.



Si vous êtes enceinte, vous avez le droit de conserver votre emploi, de bénéficier d'un congé maternité d'au moins trois mois pendant lesquels vous devez recevoir votre salaire complet, ainsi qu'à deux journées de repos extraordinaire pour exercer votre droit à l'allaitement.

Vous avez également le droit de ne pas effectuer de tâches exigeant un effort dépassant vos possibilités ou représentant un danger pour votre santé.

Dès sa prise de fonctions, la Présidente Claudia Sheinbaum a proposé de modifier la Constitution pour supprimer tout écart salarial entre les femmes et les hommes effectuant le même travail, ce qui est désormais interdit. C'est-à-dire **qu'à travail égal, salaire égal**.

Souvenez-vous qu'en guise de reconnaissance pour le travail accompli au cours de sa vie, désormais tout Mexicain a droit à une retraite établie par la Constitution à compter de 65 ans pour les hommes, et de 60 ans pour les femmes. En 2025, elle sera mise en place pour les femmes âgées de 64 et 63 ans.

Tâches domestiques

Si vous vous consacrez aux tâches domestiques, vous effectuez une activité reconnue par la Loi fédérale du travail. **Par conséquent, vous avez le droit de le faire dans des conditions de travail sûres et dignes** ; c'est-à dire que votre employeur doit vous garantir un contrat de travail stable et les prestations fixées par la loi comme dans n'importe quel emploi, ainsi que votre inscription à la sécurité sociale.

Ce droit est garanti par le Ministère du Travail et de la Protection sociale, le Bureau du Procureur fédéral chargé de la défense de l'emploi et le Ministère de l'Économie.

Si vous n'y recevez pas l'aide à laquelle vous avez droit, vous pouvez saisir la Commission nationale des droits humains ou les commissions étatiques.



15. Le droit à une vie sans violence

*Le droit de
vivre en paix
et à l'abri de
la violence*
dans tous les
espaces que
nous habitons

Saviez-vous que nous, les femmes, nous avons le droit d'être à l'abri de tout dommage ou souffrance psychologique, physique, patrimonial, économique, sexuel ou susceptible d'entraîner la mort dans tous les espaces que nous habitons (nos familles, la communauté, les écoles, les institutions, l'espace numérique ou la politique) ?

Nous, les femmes, nous avons droit au respect et à la reconnaissance de nos droits par les membres de nos familles et de la société, nos employeurs, les médias et bien entendu, par les autorités. L'État mexicain dans son ensemble est tenu de les garantir.

*Le droit de vivre sans violence signifie que, en plus de profiter et d'exercer nos droits humains, **nous avons droit à un traitement et une éducation à l'abri des coutumes, croyances ou pratiques susceptibles de nous discriminer, limiter nos droits, nous humilier ou nous faire sentir inférieures.***

C'est pourquoi, notre vie, nos décisions, notre santé physique et mentale doivent être respectées, et nous devons être traitées toujours et partout sur un pied d'égalité et respectueusement.

Depuis que nous avons une Présidente au Mexique, **le droit à une vie sans violence et à l'égalité réelle est garanti ni plus ni moins que par la Constitution**, en particulier par l'article 4, libellé comme suit :



« Toutes les autorités doivent condamner toute violence à l'égard des femmes et mettre en œuvre toutes les mesures appropriées pour l'éradiquer. Les autorités sont tenues de mettre en place des actions visant à : **prévenir la violence** : disposer des mécanismes visant à répondre aux signalements de violences et offrir des formations permanentes ; évaluer les autorités chargées de traiter et déterminer si nous sommes victimes de violence ; éliminer toute norme ou instrument juridique portant atteinte à nos droits et libertés. »



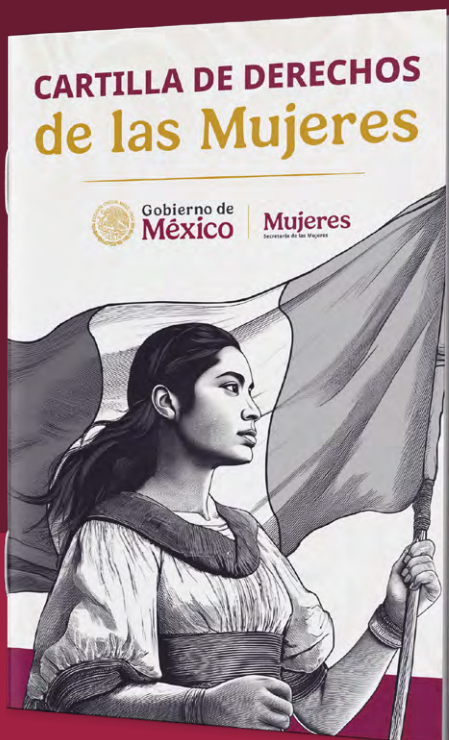
**Toutes les institutions
de l'État mexicain ont
l'obligation** de garantir
nos droits, en particulier
le Ministère et les Instituts
des Femmes, et de
contrôler les organismes du
gouvernement mexicain.

La protection ne vise pas seulement nous autres femmes, mais aussi nos familles et nos enfants. **Vous n'êtes pas seule ! L'heure est venue pour nous, les femmes, de savoir que nous ne sommes pas seules.**

Lorsque nous connaissons quelque genre de violence et que nous voulons porter plainte, les autorités doivent nous offrir une assistance intégrale, ce qui signifie **des conseils juridiques gratuits représentant nos intérêts pour accéder à la justice et obtenir une indemnisation intégrale**, des explications claires et simples sur nos droits, les étapes de la procédure, les ressources pour avoir accès à une procédure de recours visant les décisions des autorités, de l'aide psychologique, et si besoin, financière pour poursuivre notre quête de la justice.

Au Mexique, nous, les femmes, nous sommes toujours victimes de nombreuses violences, de discrimination et de stigmatisation sociale. Pour affronter ces situations, **nous avons besoin que davantage de femmes, comme nous, reconnaissent et défendent nos droits. Il faut également que les hommes et les femmes identifient ce genre de comportements qui semblent normaux mais qui contribuent à empêcher de nous traiter en tant qu'égaux.**

Ce faisant nous obtiendrons un changement culturel permettant à toutes et à tous de vivre une vie sans violence.



Ce livret représente le début d'une étape de transformation dans la vie des femmes qui habitent ce pays.

Nous avons rassemblé dans ce livret des informations importantes pour faire en sorte que la vie des femmes devienne de plus en plus digne et sans violence.

C'est pourquoi nous vous invitons à le garder à portée de main, à le lire et à le conserver pour le consulter, le partager et le commenter avec les femmes de votre entourage : vos amies, vos compagnes, vos alliées.



Mujeres
Secretaría de las Mujeres

***«Toutes ensemble, nous allons transformer
la vie des femmes. Pour ce faire, nous avons
besoin de votre action et de votre voix.***

*Comme vous pouvez le constater, les droits sont
présents dans tout aspect de la vie quotidienne.*

*Nous sommes maîtresses de notre propre vie et de
nos décisions. D'après la Constitution mexicaine, tout
un chacun doit être respecté et les autorités doivent
garantir davantage et de meilleures opportunités
pour réaliser l'ÉGALITÉ, ô combien souhaitée.*

*Tous ensemble, nous pouvons faire connaître et
respecter nos droits et exiger qu'ils soient garantis.*

*Une société égalitaire est une affaire de tous. Ce livret est la
première d'une série d'actions visant à promouvoir l'égalité
car l'heure est venue de reconnaître que les femmes ont été
discriminées et exclues pendant longtemps, mais surtout,
de découvrir que cette réalité est en train de changer.*

*Nous pouvons tous faire de notre pays un lieu où
mieux cohabiter entre hommes et femmes.*

*Bientôt nous publierons d'autres livrets sur des droits
spécifiques fondés sur les différents espaces où nous vivons
ensemble. **Rappelez-vous que vous N'ÊTES PAS SEULE et que
vous avez le droit de vivre heureuse, libre et en paix ».***

Citlalli Hernández Mora
MINISTRE DES FEMMES

Ministère des Femmes

CAMPAGNE PERMANENTE EN FAVEUR DE L'ÉGALITÉ
ET CONTRE LA VIOLENCE À L'ÉGARD DES FEMMES



Gobierno de
México

Mujeres
Secretaría de las Mujeres