



# sección ioleta

Esta es una guía regiomontana gratuita para ti.

No estás sola. Estamos contigo.

2022

georregias

## ¿Qué es la Sección Violeta?

Es una guía digital con información sobre centros y colectivos de apoyo, divididos en 5 temas centrales: asesoría legal, asesoría psicológica, derechos sexuales, reproductivos y placenteros, migración, y acción pública. La Sección Violeta es gratuita, modificable, accesible e inclusiva para mujeres y personas trans y no binarias de todos los contextos que estén en situación de vulnerabilidad.



## ¿Cómo usar esta guía?

A continuación, encontrarás el violentómetro para que puedas identificar situaciones de violencia y vulnerabilidad, además de qué sección consultar

En cada sección encontrarás organizaciones enfocadas en atender diferentes problemáticas. Cada una tiene íconos, dependiendo de sus especialidades.

# VIOLENTÓMETRO

¿En qué nivel de violencia te encuentras?

TEN CUIDADO

La violencia aumentará

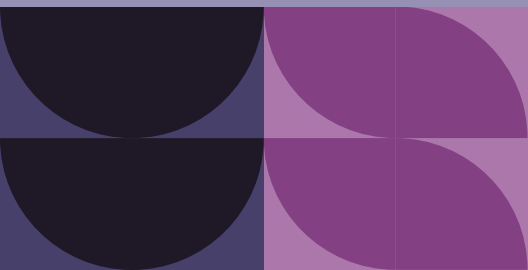
REACCIONA

No te dejes destruir

ACTÚA

Necesitas ayuda

- 30 - Asesinar
- 29 - Mutilar
- 28 - Violar
- 27 - Abusar Sexualmente
- 26 - Forzar a una relacion sexual
- 25 - Amenazar de muerte
- 24 - Amenazar con objetos o armas
- 23 - Encerrar / Aislar
- 22 - Patear
- 21 - Cachetear
- 20 - Empujar / Jalonear
- 19 - Pellizcar / Arañar
- 18 - Golpear Jugando
- 17 - Acariciar agresivamente
- 16 - Manosear
- 15 - Controlar / Prohibir (vestimenta,
- 14 - familiares, amistades, dinero,
- 13 - tiempo, celular, redes sociales, etc.)
- 12 - Intimidar / Amenazar
- 11 - Humillar en público
- 10 - Ridiculizar
- 09 - Ofender
- 08 - Descalificar
- 07 - Culpabilizar
- 06 - Celar
- 05 - Ignorar / Ley del Hielo
- 04 - Mentir
- 03 - Engañar
- 02 - Chantajear
- 01 - Hacer bromas hirientes



# Apoyo psicológico


Aquí encontrarás  
organizaciones y psicólogas  
enfocadas en apoyarte y  
guiarte mental y  
emocionalmente


Nombre:  
Alternativas Pacíficas


Teléfono: 8183729694

Dirección: Ignacio Zaragoza 555- 2do Piso, Centro,  
64000, Monterrey, Nuevo León

Correo: info@alternativaspacificas.org

 Alternativas Pacíficas, A.C.

 @alternativaspacificas

 <https://alternativaspacificas.org>

Monterrey

Nombre:  
Sostelar A.C

Teléfono: (81) 1535-3623 / (81) 1744-2085

Dirección: Av. del Estado 208 Colonia Tecnológico, C.P.  
64700 Monterrey, N.L., México.

Correo: contacto@sostelar.org

 Sostelar

 @sostelar

 <http://sostelar.org>


Monterrey


Nombre:  
Zihuakali  
"Casa de la Mujer"

Teléfono: (81)83439673

Dirección: Calle Villagrán 116, Planta Baja, Col. Centro,  
Monterrey, N.L., México.

Correo: zihuakali\_casadelamujer@live.com.mx

 ZIHUAKALI

 @zihuakali

 N/A


Monterrey

Nombre:  
Mujeres Mexicanas con  
Discapacidad


Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad Digital

Correo: mexicanascondiscapacidad@gmail.com

 Mujeres Mexicanas con Discapacidad

 N/A

 www.yotambien.mx

Nombre:  
Mujeres de Valor

Teléfono: 81 8372 0646

Dirección: 64580, Calle Juan Escutia 1112, Modelo, 64580  
Monterrey, N.L.

Correo: N/A

 mujeresdevalorabp

 N/A


 N/A


Nombre:  
Cruces x Rosas

Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad Digital

Correo: ayuda@crucesxrosas.org

 CrucesXRosas

 crucesxrosas


 N/A


Nombre:  
Conéctate Conmigo

Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad Digital

Correo: [ibero.conecta.conmigo@gmail.com](mailto:ibero.conecta.conmigo@gmail.com)

 [conectateconmigoapoyoemocional](#)

 [@conectate\\_conmigo](#)

 N/A


Monterrey


Nombre:  
Mariposas A.C.


Teléfono: 81 8343 2477

Dirección: Comunidad Digital

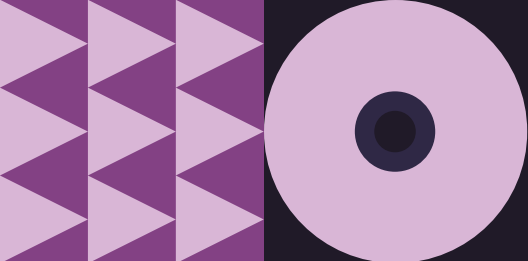
Correo: [mariposasinfo@gmail.com](mailto:mariposasinfo@gmail.com)

 [mariposas.ac](#)

 [@mariposasac](#)

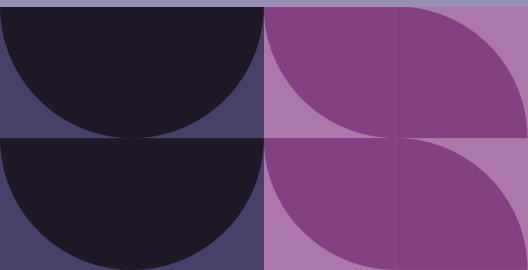
 <https://mariposas.org.mx/>

Monterrey



# Asesoría legal

Aquí encontrarás abogades y organizaciones que te pueden asesorar en caso de que necesites apoyo legal.







Nombre:  
Alternativas Pacíficas


Teléfono: 8183729694

Dirección: Ignacio Zaragoza 555- 2do Piso, Centro,  
64000, Monterrey, Nuevo León

Correo: [info@alternativaspacificas.org](mailto:info@alternativaspacificas.org)

 Alternativas Pacíficas, A.C.

 @alternativaspacificas

 <https://alternativaspacificas.org>


Monterrey


Nombre:  
Renace ABP

Teléfono: 81 1052 8930

Dirección: Morelos 1032 Oriente, Barrio Antiguo, 64000,  
Monterrey, Nuevo León

Correo: [comunicacion@renace.org.mx](mailto:comunicacion@renace.org.mx)

 Renace A.B.P.

 @renaceabp

 N/A

Monterrey

Nombre:  
Instituto de la Mujer  
Restaurada


Teléfono: 8124737843

Dirección: La Barca #4833, Col. Los Altos. Monterrey, N.L.

Correo: [infomujeresrestauradas@gmail.com](mailto:infomujeresrestauradas@gmail.com)

 IMER Instituto de la Mujer Restaurada

 N/A

 <https://mujeresrestauradas.org/>

Monterrey

Nombre:  
Venumia

Teléfono: 867 266 5647

Dirección: Plaza las Brisas Local 3. CP 66220  
Monterrey, N.L.

Correo: venumia0220@gmail.com

 Venumia

 N/A

 N/A


Monterrey

Nombre:  
Instituto Municipal de las  
Mujeres Regias

Teléfono: N/A

Dirección: 5 de mayo #525 entre Zaragoza y Escobedo,  
Edificio Elizondo Páez 3er. piso, 64000 Monterrey, Nuevo  
León  
Correo: N/A

 N/A

 @immujeresregias

 N/A

Monterrey


Nombre:  
Voces de Mujeres en  
Acción


Teléfono: 8181693671

Dirección: Linda Vista, 67130 Guadalupe, N.L.

Correo: infomujeresrestauradas@gmail.com

 N/A

 @vocesmty

 vocesdemujeres.org


Monterrey

Nombre:  
Instituto Estatal de las  
Mujeres


Teléfono: 81 2020 9753

Dirección: Calle 5 de mayo 525 Oriente, Zona Centro,  
Monterrey

Correo: [instituto.mujeres@nuevoleon.gob.mx](mailto:instituto.mujeres@nuevoleon.gob.mx)

 IEMujeresNL

 N/A


 <https://www.nl.gob.mx/institutodelasmujeres>

Nombre:  
CADHAC  
Ciudadanos en Apoyo a  
los Derechos Humanos  
A.C.

Teléfono: 81 83435058

Dirección: Vancouver 156, Col. Vista Hermosa 64620  
Monterrey, NL.

Correo: [cadhac@cadhac.org](mailto:cadhac@cadhac.org)

 CADHAC Derechos Humanos

 N/A

 <http://www.cadhac.org/>

Nombre:  
Observatorio Mexicano de  
Derechos Humanos


Teléfono: (81) 2474-7142

Dirección: Calzada San Pedro Sur 105 – 101B Col Del Valle,  
San Pedro Garza García, NL. C.P. 66220

Correo: [coordinacion@derechoshumanosmexico.org](mailto:coordinacion@derechoshumanosmexico.org)

 N/A

 N/A


 [https://www.derechoshumanosmexico.org/  
contacto/](https://www.derechoshumanosmexico.org/contacto/)


Nombre:  
Zihuakali  
"Casa de la Mujer"

Teléfono: (81)83439673

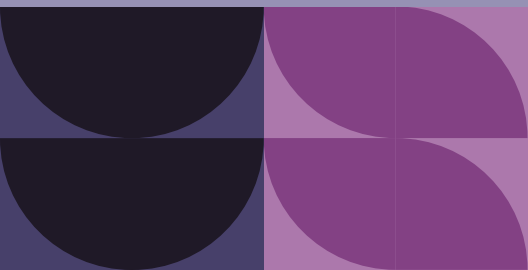
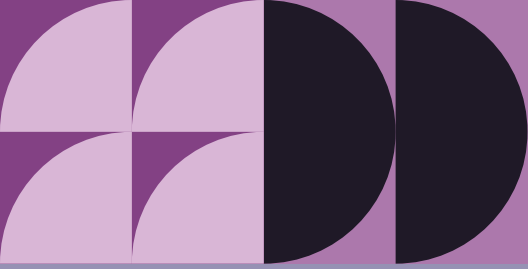
Dirección: Calle Villagrán 116, Planta Baja, Col. Centro,  
Monterrey, N.L., México.

Correo: zihuakali\_casadelamujer@live.com.mx

 ZIHUAKALI

 @zihuakali

 N/A



# Acción Pública


Aquí encontrarás  
organizaciones y psicólogas  
enfocadas en apoyarte y  
guiarte mental y  
emocionalmente


Nombre:  
Asamblea Feminista de  
Nuevo León

Teléfono: N/A

Dirección: Jerónimo Treviño Ote. 440-430, Centro,  
64000 Monterrey, N.L.

Correo: N/A

 AsambleaFeministaDeNL

 @AsambleaFeministaDeNL


 N/A


Nombre:  
Luchadoras

Teléfono: 81 8372 0646

Dirección: Comunidad digital

Correo: hola@luchadoras.org

 LuchadorasMX

 @Luchadoras.mx


 <https://luchadoras.mx/>

Nombre:  
FUNDENL, Fuerzas Unidas  
por Nuestros Desapareci-  
dos en Nuevo León

Teléfono: 811 789 78 48

Dirección: Comunidad digital

Correo: desaparecidosmexico@gmail.com

 FUNDENL

 @funde\_nl


 <http://fundenl.org>

Nombre:  
Movimiento por Nuestros  
Desaparecidos Mx

Teléfono: (81) 83435058

Dirección: Comunidad digital

Correo: N/A

 movNDmx

 N/A

 <http://www.movndmx.org/>

Monterrey

Nombre:  
Movimiento por la  
Igualdad en Nuevo León  
A. C.

Teléfono: 8123540668

Dirección: Comunidad Digital

Correo: [contacto@movinl.org](mailto:contacto@movinl.org)

 MOVINL

 @MOVINL

 <https://www.movinl.org>


Monterrey

Nombre:  
Arthemisas por la Equidad  
A.C.

Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad Digital

Correo: N/A

 Arthemisas2007

 N/A

 [arthemisas2007@yahoo.com.mx](mailto:arthemisas2007@yahoo.com.mx)


Monterrey


Nombre:  
Tejedoras de Cambios


Teléfono: 89897070

Dirección: Privada Plutarco Elías Calles, San Pedro Garza García, Nuevo León. México

Correo: tejedorasac@gmail.com

 tejedorasdecambios

 @tejedorasdecambiosAC

 <http://www.tejedorasdecambios.net/>


Monterrey

Nombre:  
Colectivo Rodada Feminista

Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad Digital

Correo: N/A

 RodadaFeminista

 @RodadaFeminista

 N/A


Monterrey

Nombre:  
Arkali Espacio Cultural A.C

Teléfono: 5520907262

Dirección: Venustiano Carranza Sur 504 Norte, Centro, 64000 Monterrey, N.L., Mexico

Correo: infomujeresrestauradas@gmail.com

 ArkaliEsCultura

 arkaliescultura

 <http://www.arkaliescultural.com/>

Monterrey




Nombre:  
Sostelar A.C

Teléfono: (81) 1535-3623 / (81) 1744-2085

Dirección: Av. del Estado 208 Colonia Tecnológico, C.P.  
64700 Monterrey, N.L., México.

 Sostelar

 @sostelar

 <http://sostelar.org>


Monterrey

Nombre:  
CORDEM

Teléfono: 8358-7220

Dirección: Jose L.Garza No.2828 Col. Chepevera 64030  
Monterrey, Nuevo León, México.

Correo: [dministracion@cordem.org.mx](mailto:dministracion@cordem.org.mx)

 cordemabp

 @cordemabp

 <https://cordem.org.mx/conocenos>

Monterrey

Nombre:  
Olascoaga

Teléfono: (81) 14 54 0189

Dirección: Av Lázaro Cárdenas, Torrebrisas, Las Brisas 5o.  
Sector, 64980 Monterrey, N.L

Correo: [contacto@olascoaga.mx](mailto:contacto@olascoaga.mx)

 [olascoaga.mx](http://olascoaga.mx)

 @olascoaga.mx

 <https://www.olascoaga.mx/>


Monterrey

Nombre:  
Observatorio Violeta


Teléfono: 818-372-9066

Dirección: Av. Félix U. Gómez 125, Obrera, 64018  
Monterrey, N.L. 64018 Monterrey, Nuevo León

Correo: observatorio@alternativasapacificas.org

 Observatorio Violeta NL

 @obsvioletanl

 <http://observatoriovioletanl.org/>


Monterrey


Nombre:  
Mujer 21

Teléfono: 811800-9658

Dirección: Comunidad Digital

Correo: 21mujer@gmail.com

 21Mujer

 @21Mujer 21

 N/A

Monterrey


Nombre:  
Mujeres + Mujeres

Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad Digital

Correo: N/A

 N/A

 @mujeresmmujeres

 N/A


Monterrey


Nombre:  
¿Y yo, por qué no?


Teléfono: 88180166079

Dirección: Comunidad Digital

Correo: yoporquenong@gmail.com

 yyporquenong

 @yyporquenong

 yyporqueno.org


Monterrey


Nombre:  
Casa Trans Mty

Teléfono: 81 8372 0646

Dirección: Comunidad Digital

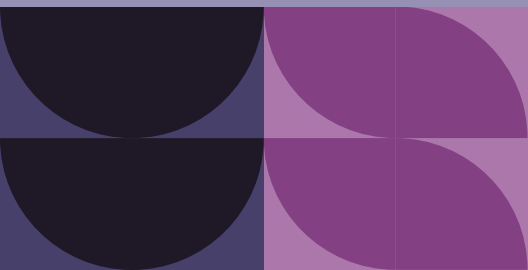
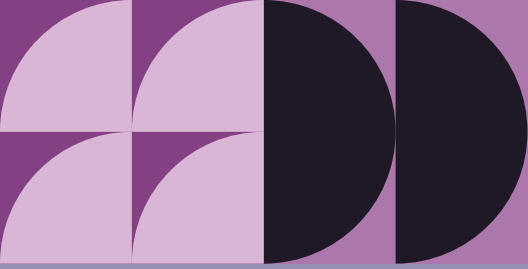
Correo: N/A

 Casa Trans Mty

 @casatransmtyac

 N/A

Monterrey



# Migración

Aquí encontrarás  
organizaciones  
especializadas que te  
ayudarán a adaptarte mejor  
a la ciudad

Nombre:  
Casa Monarca  
Ayuda Humanitaria  
al Migrante

Teléfono: 8183906305

Dirección: Calle Hidalgo #100 Col. Centro CP 10100  
Santa Catarina, Nuevo León

Correo: [contacto@casamonarca.org.mx](mailto:contacto@casamonarca.org.mx)



Casa Monarca. Ayuda humanitaria al migrante ABP



@casamonarcasc



<https://casamonarca.org.mx/>

Monterrey

Nombre:  
UNHCR - ACNUR. Agencia  
de la ONU para Refugiados

Teléfono: 554 791 7041

Dirección: Juan Ignacio Ramón 506-Oriente, Piso 8, Centro,  
64000 Monterrey, N.L.

Correo: [mexmefomon@unhcr.org](mailto:mexmefomon@unhcr.org)



UNHCR



@acnur



[www.acnur.org/es-mx/monterrey-nuevo-leon.html](http://www.acnur.org/es-mx/monterrey-nuevo-leon.html)

Monterrey

Nombre:  
Paso de Esperanza A.C.

Teléfono: 83444624

Dirección: Ignacio Zaragoza 1000, Centro, 64000 Monte-  
rrey, N.L., Mx

Correo: [direccion.pasodeesperanza@gmail.com](mailto:direccion.pasodeesperanza@gmail.com)



pasodeesperanza



@pasodeesperanza



<http://pasodeesperanza.com.mx/>

Monterrey

Nombre:  
Casa del Migrante  
Casa Nicolás

Teléfono: 81 2169 8232

Dirección: Emiliano Zapata 4417, esq. con Serafín Peña, Col.  
Guadalupe Victoria, Gpe. CP. 67180

Correo: nellymorales6718@hotmail.com



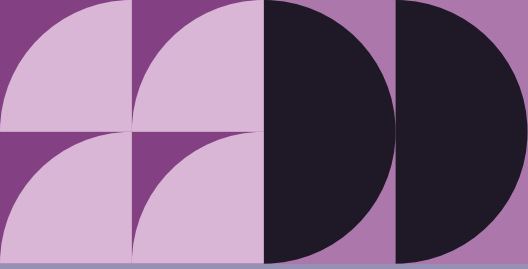
Casa del Migrante Casa Nicolás



@casanicolas\_oficial

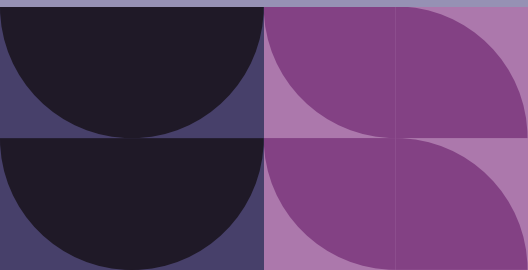


<http://www.casanicolas.org>



# Derechos sexuales, reproductivos y placenteros

Aquí encontrarás organizaciones  
especializadas que te ayudarán a  
adaptarte mejor a la ciudad





Nombre:  
Hablemos de aborto

Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad digital

Correo: [hablemosdeabortonl@gmail.com](mailto:hablemosdeabortonl@gmail.com)

 [hablemosdeaborto](#)

 [@hablemosdeaborto](#)

 <http://www.hablemosdeaborto.mx/>


Monterrey


Nombre:  
Sexualika:  
Educación Sexual


Teléfono: N/A

Dirección: Comunidad digital

Correo: [sexualika@gmail.com](mailto:sexualika@gmail.com)

 [sexualika](#)

 [@sexualika](#)

 <https://sexualika.wordpress.com/>

Monterrey


Nombre:  
Xochiquétzal. Bienestar,  
Sexualidad y Derechos

Teléfono: 81 1821 2629

Dirección: Venustiano Carranza Sur 570-500, Centro, 64000  
Monterrey, N.L.

Correo: [xochiquetzalmx.ac@gmail.com](mailto:xochiquetzalmx.ac@gmail.com)

 [XochiquetzalMX](#)

 [@mayraisel](#)

 <http://xochiquetzal.org.mx>

Monterrey




Nombre:  
ExploraT AC

Teléfono: 8183463732

Dirección: Washington 2340, Col. María Luisa, Nuevo Obispado, Monterrey, NL. 64040

Correo: [contacto@explorat.org.mx](mailto:contacto@explorat.org.mx)

 [exploraT](#)

 [@explorat.ac](#)

 <https://explorat.org.mx/>

Monterrey

Nombre:  
Género, Ética y Salud Sexual AC

Teléfono: 818358 2401

Dirección: Comunidad digital

Correo: [gessac@gmail.com](mailto:gessac@gmail.com)

 [gessac](#)

 N/A

 <https://gessac.wordpress.com/>

Monterrey

Nombre:  
Comunidad Metropolitana AC (COMAC)

Teléfono: 8183433091

Dirección: Mariano Escobedo 845 Norte, entre Carlos Salazar y José Ma. Arteaga, Centro de Monterrey. 64000, Monterrey, Nuevo León

Correo: [cinfo@comacmty.org](mailto:cinfo@comacmty.org)

 [comacmty](#)

 [@comacmty](#)

 <http://www.comacmty.org/>

Monterrey

La Sección Violeta fue creada por la colectiva Georregias en colaboración con Wikimedia México en el LABNL Lab Cultural Ciudadano en Monterrey, Nuevo León. Su primera versión se liberó el 12 de Marzo 2022 y se seguirá modificando y adaptando conforme se necesite.

## sección violeta

¡Tu opinión nos importa!

Ayúdanos a mejorar la Sección Violeta con tus opiniones y comentarios.

Accede en el QR o en esta liga:

