

SOBRE PHRI(TM)

PHRI ayuda a adultos, familias, lugares de trabajo y comunidades a proteger la dignidad, responder al dano y crear sistemas responsables sin confusion ni silencio.

Lo Que Hacemos

- E** Educar a adultos y familias
- P** Fortalecer la prevencion y la preparacion
- A** Promover dignidad, justicia, verdad y responsabilidad
- R** Ayudar a responder al dano con claridad

La dignidad humana es una norma para tratar a cada persona.

Mas Informacion

phoenixhumanrights.org | info@phoenixhumanrights.org

PHRI(TM) CONOCE TUS DERECHOS

Guia de Seguridad y Derechos Humanos

Edicion para Adultos



- 1 Los derechos protegen dignidad, seguridad y libertad de vivir sin dano.
- 2 La informacion clara ayuda a actuar temprano y con criterio.
- 3 Las comunidades fuertes responden al dano sin silencio.

¿Sabrias que hacer ante una situacion de dano?

CONOCE TUS DERECHOS

Toda persona adulta merece ser tratada con dignidad, respeto y justicia. Nadie debe ser amenazado, explotado, abusado, aislado o silenciado.

R Tus Derechos Incluyen:

- Sentirte seguro en casa, en el trabajo y en la comunidad
- Ser escuchado y tomado en serio
- Hacer preguntas y buscar ayuda sin represalias
- Proteccion contra abuso, coercion, explotacion e intimidacion
- Tomar decisiones informadas y establecer limites personales

Recuerda:

Respetar la dignidad, la seguridad y los derechos de los

Informacion general solamente. Para necesidades legales, medicas o de emergencia, contacta al profesional o servicio

RECONOCIENDO EL DANO

El dano puede ser fisico, emocional, financiero, digital o social. Puede ser un acto grave o un patron de control, presion, silencio o miedo.

Senales de Alerta

- 1 Sentirte con miedo, atrapado, vigilado o sin poder
- 2 Presion para guardar secretos daninos
- 3 Control del dinero, movimiento, comunicacion o apoyo
- 4 Amenazas, humillacion, aislamiento o intimidacion
- 5 Impedirte preguntar, salir, reportar o buscar ayuda

Los patrones importan. Actuar temprano puede prevenir mas dano.

PHRI(TM) ALZA LA VOZ Y BUSCA AYUDA

Hablar es un paso responsable para protegerte, proteger a otra persona y cuidar a la comunidad.

Pasos de Accion

- 1 Alejate del peligro inmediato
- 2 Habla con una persona de confianza, defensor, consejero o lider
- 3 Documenta fechas, mensajes, nombres, testigos e impacto
- 4 Sigue buscando ayuda hasta que se tome accion apropiada
- 5 Llama a emergencias si alguien esta en peligro inmediato

No tienes que enfrentar el dano a solas. Ponte a salvo, busca apoyo y toma el siguiente paso

CONSTRUYENDO COMUNIDADES SEGURAS

Los derechos humanos son mas fuertes cuando familias, trabajos, escuelas y vecindarios comparten normas claras y responden temprano.

Normas Comunitarias

- 1 Tratar con dignidad, justicia y privacidad
- 2 No justificar amenazas, coercion, represalias o abuso
- 3 Apoyar a quien habla sin culparlo
- 4 Reportar conductas peligrosas por canales adecuados
- 5 Escuchar con cuidado y proteger la confidencialidad
- 6 Elegir soluciones pacificas, responsables y legales

Una comunidad segura se construye con personas informadas dispuestas a actuar.