



# Todas merecemos felices fiestas libres de violencia machista

## INAMU entrega Premio Nacional por la Igualdad Ángela Acuña Braun

La investigación periodística “Cerrando la brecha: La lucha de las mujeres por el pago igualitario en el deporte”, elaborada por Adriana Meléndez Morales, fue la galardonada con el Premio Nacional por la Igualdad y Equidad de Género Ángela Acuña Braun, edición 2024-2026.

Se trata de una investigación que fomenta una imagen de mujeres libre de patrones, estereotipos, comportamientos, prácticas sociales y culturales basadas en conceptos sexistas. Además, evidencia el sexismo y la desigualdad presente en un ámbito novedoso de investigación y de escaso abordaje por el campo periodístico como es la visibilización de las desigualdades económicas que enfrentan las mujeres en el deporte.

Adicionalmente, se entregó una mención honorífica a la investigación “Las nicas indispensables en Costa Rica: El Rol de las trabajadoras nicaragüenses en los hogares ticos” presentada por Cindy Regidor Rodríguez

Este reconocimiento lo entrega el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), con el propósito de distinguir a las autoras y autores de investigaciones periodísticas que, a través de sus producciones, fomentan una imagen de las mujeres libre de estereotipos, contribuyen a erradicar la discriminación y la violencia contra las mujeres, e incentiven una transformación cultural a favor de una mayor equidad e igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.

La ceremonia se realizó en el marco de la conmemoración del Día Nacional e Internacional de los Derechos Humanos, a las 9:00 am en el Centro Cultural de España en Barrio Escalante. La próxima recepción de postulaciones para este Premio será en el año 2026, y corresponde a la modalidad de investigación científico-social.



### Contenidos:

- INAMU ENTREGA PREMIO NACIONAL POR LA IGUALDAD ÁNGELA ACUÑA BRAUN
- INICIATIVA PRETENDE SER UNA HERRAMIENTA CULTURAL PODEROSA PARA PROMOVER UN CAMBIO
- GOBIERNO POTENCIA HABILITACIÓN DE ESPACIOS SEGUROS PARA MUJERES
- MEIC, INAMU Y COOPENAE CAPACITARÁN A MUJERES EMPRENDEDORAS Y EMPRESARIAS
- COSTA RICA Y PANAMÁ UNEN LAZOS EN FRONTERA PARA PREVENIR Y RESPONDER A LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES
- COSTA RICA LANZA PROYECTO TRANSFORMADOR PARA PROMOVER LA IGUALDAD DE GÉNERO Y LA SOSTENIBILIDAD REGIONAL
- GANADORA RETO DE LECTURA 2024
- CÁPSULA 11 DE DICIEMBRE: DÍA INTERNACIONAL DE LAS MONTAÑAS
- SI SUFRE VIOLENCIA DE PAREJA: ESTA INFORMACIÓN LE INTERESA
- REDES SOCIALES
- RETO DE LECTURA

# Iniciativa pretende ser una herramienta cultural poderosa para promover un cambio

"Tambores por la Paz", ese es el concierto que organizó el Instituto Nacional de las Mujeres y la Ministra de la Condición de la Mujer como parte de los esfuerzos constantes que se realizan para promover un cambio en la sociedad y decir Basta Ya de Violencia hacia las Mujeres.

El concierto se realizó el 7 de diciembre, en el Estadio Nacional y se enmarcó en la conmemoración del Día Nacional e Internacional de la Eliminación de Violencia contra las Mujeres y los 16 días de activismo que promueve Naciones Unidas.

Durante el concierto destacaron géneros como la música latina, salsa, electrónica, pop y la percusión. Todas las presentaciones estuvieron a cargo de mujeres artistas y ensambles femeninos, celebrando el empoderamiento y la capacidad transformadora de la música como herramienta de unión, sensibilización y cambio social.

Quiénes participaron:

- **Ensamble Femenino de Percusión:** Un grupo compuesto exclusivamente por mujeres que interpretan piezas de percusión, demostrando fuerza y creatividad a través de ritmos vibrantes. Representan el poder de los tambores como medio para alcanzar La Paz. Carmen Alfaro, Fiorella Hidalgo, Silvia Vargas, Daniela Contreras, Ana Solano y Gloriana Rodríguez integran el ensamble, representando instituciones como la UNA, Instituto Nacional de Música, Conservatorio Castella, y UCR.
- **Tamela Hedstrom:** Cantante conocida por combinar música pop y tropical con mensajes de inspiración y empoderamiento. Su participación incluye un testimonio personal que conecta con los valores del evento.
- **Amanda Rodríguez:** Una intérprete destacada con un estilo único que mezcla ritmos tradicionales con propuestas modernas, invitando a reflexionar y disfrutar.
- **Maf É Tulá:** Artista que fusiona géneros contemporáneos y latinoamericanos. Sus presentaciones son enérgicas y comprometidas con mensajes de justicia, cambio social y conciencia ecológica.
- **DJ Mao y Löwenthal:** Dúo que combina música electrónica y percusión con un toque fresco e innovador, creando un ambiente dinámico y de conexión emocional.
- **Orquesta Sol Magenta:** Una orquesta de salsa completamente femenina, reconocida por su habilidad para revitalizar este género musical históricamente masculino.
- **Artista visual Mariela Montoya** quien deleitó con visuales en vivo. Conocida como "Sandía", es una artista visual enfocada en muralismo e ilustración. Su trabajo explora la identidad femenina y embellece espacios urbanos, destacando proyectos como el Mercado Central de San José. Ha representado a Costa Rica en eventos internacionales, como el festival "Nosotras Estamos en la Calle" en Perú.

De acuerdo con los registros de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), durante los primeros diez meses de este año 11.265 mujeres han sido víctimas de violencia de género. Con una tasa de 758 casos por cada 100 mil habitantes, las más afectadas son chicas entre los 10 y 19 años de edad. Datos de Naciones Unidas señalan que, a nivel global, una de cada tres mujeres ha sido víctima de violencia física o sexual al menos una vez en su vida, por tanto, sigue siendo una de las violaciones de los derechos humanos más extendidas y generalizadas del mundo.



# GOBIERNO POTENCIA HABILITACIÓN DE ESPACIOS SEGUROS PARA MUJERES

INDER, el Cuerpo de Bomberos, el Ministerio de Vivienda, Palmatica Quepos, Hotel Punta Leona, Grupo Gessa, Universidad Fidélitas, Coopesantos, AFUMITRIA, PANI y los CEN-CINAI, fueron algunos de los lugares que recibieron esta mañana el rótulo que los habilita como Espacio Seguro para Mujeres.

El programa Espacios Seguros para Mujeres son los negocios (comercios, emprendimientos, transporte, alojamiento temporal) previamente identificados, donde las mujeres pueden acudir para refugiarse y pedir ayuda cuando sufren acoso callejero y en condiciones de peligro. Esta iniciativa forma parte de la estrategia Ruta de Género que lidera Quesada Hernández.

El anuncio de la habilitación de los nuevos Espacios Seguros se realizó durante la Jornada por la Igualdad: Potenciando Espacios Seguros para Mujeres, en el auditorio de la Universidad Fidélitas, contó con una participación de más de 120 empresas, instituciones y organizaciones, fue organizada en alianza entre la Ministra de la Condición de la Mujer, la Iniciativa Paridad de Género (IPG) impulsada por el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) y el INAMU.

Durante la jornada se realizó un conversatorio de Buenas Prácticas con la participación de representantes del Hostel La Tribu, Grupo Dokka y Globalvia Ruta 27, empresas habilitadas como Espacios Seguros para Mujeres.



# MEIC, INAMU y Coopenae capacitarán a mujeres emprendedoras y empresarias

Según la Encuesta de Microempresas en Costa Rica desde una Perspectiva de Género del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC), en Costa Rica hay 380.614 personas microempresarias, de las cuales, 119.463 (31,5%), son mujeres, donde el 50,7% de ellas son jefas de hogar.

En esta encuesta, el 60,2% indicó que el principal motivo para iniciar su microempresa fue por necesidad, mientras que un 35% lo hizo por oportunidad y solo un 5% por tradición.

Sobre requerimientos para el crecimiento de sus microempresas, las mujeres destacaron como prioridad opciones de cuidado para niños y adultos mayores con un 54,6%, seguido por el acceso a préstamos con un 36,4% y el aumento en el número de trabajadores con un 24,1%.

Por tal motivo, el Ministerio de Economía, Industria y Comercio (MEIC), reafirma su compromiso con la Estrategia Nacional de Educación Financiera (ENEF), gracias a una nueva alianza con el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU) y Coopenae, para impulsar la educación financiera en mujeres.

Esta colaboración tiene como objetivo capacitar a un grupo de mujeres que participan de la Estrategia de Emprendimiento y Empresariedad que imparte el INAMU en diferentes regiones del país; a ellas se les dotará de herramientas y conocimientos clave para desarrollar habilidades en sus finanzas.

La finalidad principal es proporcionar a las mujeres participantes una formación técnica y práctica en finanzas, con el objetivo de empoderarlas en la toma de decisiones económicas y financieras informadas y efectivas que impactarán su vida personal, familiar y profesional.

El programa, denominado “Consultorio Financiero Coopenae”, incluye un diagnóstico detallado para evaluar el progreso de las participantes al inicio y al final de la formación, asegurando un impacto en sus conocimientos y prácticas financieras.

Se trata de un espacio seguro, con un servicio uno a uno, con una guía experta de cómo administrar de forma saludable las finanzas y que brindará un seguimiento oportuno, con profesionales no solo en el área financiera y económica, sino en la educación y la implementación estratégica, la planificación y la comunicación asertiva.

La vigencia del convenio es de un año, con la posibilidad de prorrogarse por un año adicional de forma automática. Desde el 2019, Coopenae desarrolla junto al MEIC, acciones en educación financiera y esta es la tercera vez que se suma a la ENEF. A la fecha, la Estrategia Nacional de Educación Financiera cuenta con 26 socios participantes y ha firmado 37 convenios entre el sector público y privado, generando un impacto positivo en el manejo de las finanzas a nivel nacional.



# Costa Rica y Panamá unen lazos en frontera para prevenir y responder a la violencia hacia las mujeres

La Ministra de la Condición de la Mujer de Costa Rica, Cindy Quesada Hernández, y la Ministra de la Mujer de Panamá, Niurka Palacio, encabezaron gran cadena humana entre la frontera para dar un mensaje de unión y cooperación binacional para la reflexión y el empoderamiento para prevenir y responder a la violencia basada en género. El evento se realizó en la frontera común en Sixaola, con el apoyo de las oficinas del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) en Costa Rica y Panamá.

La conmemoración se realizó en el marco de los 16 días de activismo contra la Violencia hacia las Mujeres e hizo énfasis en las realidades fronterizas.

Los 16 días de activismo se desarrollan desde el 25 de noviembre, Día de la No violencia contra las mujeres y hasta el 10 de diciembre, Día de los Derechos Humanos y en este caso se extendió hasta el 14 de diciembre, con la cadena humana. Asimismo, el espacio reafirmó el compromiso binacional en favor de los derechos de las mujeres y la igualdad de género mediante la participación comunitaria y el desarrollo de actividades culturales, artísticas y educativas que reforzaron el mensaje de no violencia y empoderamiento. Como parte del evento, las personas participantes se vistieron de naranja para simbolizar esperanza y un futuro libre de violencia.

La fecha conmemorativa del 25 de noviembre fue establecida por la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas en memoria de las hermanas Mirabal, activistas dominicanas asesinadas en 1960, y como un llamado mundial para erradicar la violencia de género.



# Costa Rica lanza proyecto transformador para promover la igualdad de género y la sostenibilidad regional

Costa Rica avanza en su compromiso con la igualdad de género, la no violencia y la acción climática con el lanzamiento de un proyecto Fortalecimiento Institucional y Ciudadano con Perspectiva de Género. Se trata de una iniciativa innovadora liderada por el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), la ministra de la Condición de la Mujer y respaldado por la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID).

La iniciativa busca integrar la perspectiva de género en los planes regionales de desarrollo, fortalecer la igualdad entre mujeres y hombres, la prevención de la violencia de género e impulsar la transición hacia economías verdes y azules, así como mejorar el acceso a la información ciudadana. Se desarrollará en las seis regiones socioeconómicas del país: Chorotega, Brunca, Pacífico Central, Huetar Caribe, Huetar Norte y la Región Central.

La Ministra del INAMU, Cindy Quesada Hernández, destacó el alcance transformador de esta iniciativa. Por su parte, la Presidenta Ejecutiva del INAMU, Yerlin Zúñiga Céspedes, enfatizó la importancia de la regionalización como una herramienta clave para enfrentar las desigualdades. La Embajadora de España en Costa Rica, Eva Felicia Martínez, reafirmó el compromiso de la cooperación internacional en este esfuerzo.

El proyecto se estructura en cuatro pilares fundamentales:

- Fortalecimiento de capacidades ciudadanas e institucionales para garantizar la inclusión de la perspectiva de género en procesos de planificación.
- Creación de planes regionales inclusivos y sostenibles, alineados con prioridades nacionales y necesidades locales.
- Impulso a economías verdes y azules lideradas por mujeres, promoviendo proyectos productivos resilientes, mediante el desarrollo de estrategias regionales de empleos verdes y azules.
- Creación de un repositorio digital institucional, que permita un mejor acceso a los recursos y conocimientos producidos por el INAMU con enfoque de género y sostenibilidad.

Este esfuerzo busca sentar las bases para un desarrollo regional más inclusivo, asegurando que las mujeres lideren el cambio en sus comunidades. Se espera que al final del proyecto se hayan fortalecido las plataformas de mujeres ya existentes en las regiones, se hayan brindado capacitaciones en políticas públicas para la igualdad de género, prevención y atención de la violencia y acciones a favor del cambio climático, así como mecanismos de auditoría social para monitorear los avances.

El INAMU lidera los esfuerzos nacionales para la promoción de los derechos de las mujeres, trabajando en la construcción de un país más igualitario y justo. La AECID ha sido un aliado estratégico en la implementación de proyectos innovadores que promueven el desarrollo sostenible y la igualdad.

Con esta iniciativa, Costa Rica reafirma su liderazgo en la región al vincular la igualdad de género con la acción climática, demostrando que un futuro inclusivo, libre de violencia y sostenible es posible a través del trabajo conjunto.



# GANADORA DEL RETO DE LECTURA 2024



¡Muchas felicidades a nuestra  
querida compañera  
**Eva Núñez Torres**  
ganadora del  
**Reto de lectura 2024!**



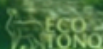
## CÁPSULA 11 DE DICIEMBRE: DÍA INTERNACIONAL DE LAS MONTAÑAS

Comisión Ambiental Institucional

# 11 de Diciembre

## Día internacional de las montañas

La Asamblea General de las Naciones Unidas designó el 11 de Diciembre como el "Día Internacional de las Montañas". Desde 2003 se ha celebrado cada año para sensibilizar sobre la importancia que las montañas tienen para la vida, para destacar las oportunidades y los límites en el desarrollo de las montañas y para construir alianzas que aporten cambios positivos, tanto para los pueblos de la montaña como para los ambientes alrededor del mundo.



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
LAS MUJERES

GOBIERNO  
DE COSTA RICA

SI SUFRE VIOLENCIA DE PAREJA: ESTA INFORMACIÓN LE INTERESA



## Si sufre **violencia de pareja**

### ESTA INFORMACIÓN LE INTERESA

Existen grupos locales de trabajo integrados por personal del **Poder Judicial**, **INAMU** y **Seguridad Pública**, llamados **CLAIS** (Comités Locales para la Atención Inmediata y el Seguimiento de casos de alto riesgo por Violencia contra las Mujeres), especializados en la atención inmediata de situaciones de alto riesgo de femicidio.

- Dan respuesta inmediata, en **plazo no mayor a una hora**.
- Coordinan las **medidas de protección y denuncia** de forma inmediata.
- Colaboran en la **recolección de pruebas**.
- Identifican **alternativas de protección** para las mujeres en riesgo y quienes dependen de ellas.
- Dan **seguimiento** a los casos.



**Si sufre de violencia doméstica  
llame al 911**

**MÁS INFORMACIÓN: 800-800-3000**  
<https://servicios.poder-judicial.go.cr/>



PODER JUDICIAL  
Fortaleza de nuestra Democracia

# Redes sociales

El INAMU cuenta con el landing page *Soy Emprendedora*. Se trata de un micro sitio web el cual tiene información valiosa sobre cómo emprender. En ese sitio las mujeres podrán encontrar consejos de comunicación para ofrecer mejor tus productos: fotografías, logo e imagen gráfica; información sobre el manejo de finanzas personales y empresariales; consejos para construir mensajes atractivos para la venta de productos en diferentes plataformas y asesoramiento financiero.

Visite el sitio web y fomente su uso entre las mujeres emprendedoras con las que trabaja.

<http://www.soyemprendedora.inamu.go.cr/>

El INAMU pone a su disposición los canales de comunicación digital que posee, ahí podrá encontrar información de interés tanto para sus talleres como para compartir con nuestra población usuaria.

**Facebook: inamu.costarica**

**Instagram: @inamu\_cr**

**TikTok: @inamu\_cr**

**Spotify: INAMU**

**YouTube: INAMUCOSTARICA**



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
LAS MUJERES

GOBIERNO  
DE COSTA RICA

CENTRO DE DOCUMENTACIÓN  
LUISA GONZÁLEZ GUTIÉRREZ

## Reto de lectura 2025

La inscripción se encuentra abierta  
¡Te esperamos!

Para más información:  
[pcascante@inamu.go.cr](mailto:pcascante@inamu.go.cr)  
2527-8452

“Hay que convertir la  
vida en un sueño y  
volver realidad los  
sueños”.

Rosa Montero

Tomado de: <https://www.frasesypensamientos.com.ar/autor/rosa-montero> 5.html

**Con el fin de que todo el personal del INAMU  
esté enterado del quehacer institucional,  
puede enviar la información para que sea publicada en este boletín  
antes de la tercera semana de cada mes al correo:  
[ucom@inamu.go.cr](mailto:ucom@inamu.go.cr)**