

LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA ES UN DERECHO DE TODAS Y TODOS



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

BN FONDOS SE CONVIERTE EN LA PRIMERA INSTANCIA PÚBLICA EN RECIBIR EL SELLO DE ORO EN IGUALDAD DE GÉNERO

BN Fondos se convirtió en la primera empresa financiera y pública del país en ser reconocida por el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU) con el Sello de Oro en Igualdad de Género, una distinción que destaca a las organizaciones que integran la equidad entre mujeres y hombres, como parte fundamental de su cultura organizacional y forma de operar.

El reconocimiento se otorga a aquellas entidades que alcanzan el nivel más alto dentro del programa nacional que promueve ambientes laborales más justos, inclusivos y equitativos.

BN Fondos obtuvo el Sello de Igualdad de Género en el año 2015 y ahora se recertifica en la Norma vigente en la igualdad de género, lo que le permite alcanzar nuevamente el Sello de igualdad en su máxima categoría.

BN Fondos alcanzó este tercer nivel (Sello de Oro), lo que implica que ha incorporado la igualdad de género en su operación diaria, desde la toma de decisiones hasta el trato cotidiano con su personal. Este nivel exige demostrar resultados reales, hacer evaluaciones periódicas y mantener un compromiso constante con la mejora continua.

BN Fondos continúa su camino como referente nacional en igualdad de género, demostrando que es posible dirigir esfuerzos sostenibles en el tiempo para combatir las desigualdades y generar impacto positivo en la sociedad.



Contenidos:

- BN FONDOS SE CONVIERTE EN LA PRIMERA INSTANCIA PÚBLICA EN RECIBIR EL SELLO DE ORO EN IGUALDAD DE GÉNERO
- HOMBRES QUE PROPICIAN CAMBIOS CULTURALES
- LINEAS DE ATENCIÓN PARA CONSULTAS SOBRE VIOLENCIA SON GRATUITAS
- ABC DE RELACIONES IMPROPIAS
- COMISIÓN ÉTICA Y VALORES
- LEY MARCO DE ACCESO A LA INFORMACIÓN PÚBLICA N°10554
- CÁPSULA INFORMATIVA PROVEEDURÍA
- CIBERSEGURIDAD EN TUS DISPOSITIVOS IOT
- DÍA MUNDIAL DEL HÁBITAT
- DÍA MUNDIAL DE LA ETIQUETA ECOLÓGICA
- DÍA INTERNACIONAL DE LOS RESIDUOS ELECTRÓNICOS
- DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN
- DÍA MUNDIAL DEL AHORRO DE ENERGÍA
- DÍA INTERNACIONAL CONTRA EL CAMBIO CLIMÁTICO
- SERVICIO NACIONAL DE FACILITADORAS Y FACILITADORES JUDICIALES
- REDES SOCIALES
- RETO DE LECTURA

Hombres que propician cambios culturales

La Unidad Regional Chorotega realizó la socialización de los resultados del Proceso: “Hombres que propician cambios culturales” con el objetivo de visibilizar los avances, aprendizajes y resultados de un proceso interinstitucional orientado a la transformación de masculinidades y reconocer el impacto de la articulación institucional en la atención integral de poblaciones específicas.

En la actividad, las personas participantes de las instituciones destacaron la importancia de la articulación interinstitucional como estrategia clave para intervenciones integrales dirigidas a poblaciones específicas, en este caso en particular a los hombres. Además, compartieron sus experiencias donde evidenciaron transformaciones en sus creencias sobre las masculinidades, como resultado de un proceso reflexivo orientado al cambio personal y social y firmaron una alianza por parte de las instituciones que representan, para la sostenibilidad de acciones a favor de la construcción de nuevas masculinidades.

En este espacio participaron personas beneficiarias del programa del Centro de Atención Semi-Institucional de Liberia, quienes compartieron sus testimonios y experiencias de transformación personal y representantes institucionales de entidades públicas vinculadas al proceso, responsables de la articulación intersectorial y la formalización de compromisos.

Las instituciones que firmaron la alianza son: Patronato Nacional de la Infancia (PANI), Ministerio de Salud, Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA), Instituto de Desarrollo Rural (INDER), Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS), Instituto Nacional de Aprendizaje (INA), Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), Universidad Estatal a Distancia (UNED), Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), Gobiernos Locales y Oficinas Municipales de la Mujer (OFIM), Oficinas de Gestión Social de los cantones de Tilarán, Abangares, Bagaces, Liberia, Cañas, La Cruz y Nicoya.



LINEAS DE ATENCIÓN PARA CONSULTAS SOBRE VIOLENCIA SON GRATUITAS

Desde el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), reiteramos el llamado a toda la población, especialmente a las mujeres, para que ante cualquier situación de violencia realicen el reporte al 9-1-1 o bien, busquen los puntos de servicio que ofrece el Instituto.

Para facilidad de las personas, la entidad cuenta con servicios tanto presenciales como digitales, todos gratuitos. Dentro de los servicios presenciales destacan los Puntos Violeta ubicados en diversas partes del territorio nacional (ver ubicaciones en <https://goo.su/MLGBjRc>), la Delegación de la Mujer ubicada sobre el Boulevard del Circuito Judicial en San José y las unidades regionales del INAMU de Puntarenas, Río Claro, Liberia, Ciudad Quesada, Los Yoses y Limón.

También existen otros canales de apoyo a los que pueden acudir las mujeres como lo son la línea 1125, el WhatsApp 8321-8678 y la aplicación Ela, una app creada con inteligencia artificial que está disponible en la tienda digital de su preferencia. Las redes sociales del INAMU son otro mecanismo para solicitar asistencia. En estos canales se ofrece orientación legal y psicológica, así como asesoría en derechos humanos, empresariedad y liderazgo, entre otros servicios.

Tipos de violencia

Desde el INAMU también hacemos el llamado a la población a identificar los diferentes tipos de violencia que enfrentan las mujeres: física, psicológica, sexual y patrimonial:

- Violencia física: agredir el cuerpo (golpes, empujones, etc.).
- Violencia psicológica: humillar, insultar, controlar, amenazar, entre otros.
- Violencia sexual: obligar a actos sexuales sin consentimiento.
- Violencia patrimonial: quitar bienes, dinero o impedir acceso a recursos.

Encuentre más información en la app Ela: <https://goo.su/UzTpyu> o en el canal de YouTube o Spotify, donde encontrará los podcast del INAMU: <https://goo.su/tOhe1L>

¡Escuchamos, acompañamos, actuamos!

Siempre tendrás un canal cercano para recibir apoyo seguro y confidencial.

Línea de emergencia 9-1-1

Aplicación móvil **Ela**

Línea de atención gratuita **1125**

Punto Violeta

WhatsApp: 8321-8678

¡Acá estamos para vos!

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES | GOBIERNO DE COSTA RICA

¡Escuchamos, acompañamos, actuamos!

Accede a los servicios del INAMU y descubre un mundo de posibilidades a tu favor.

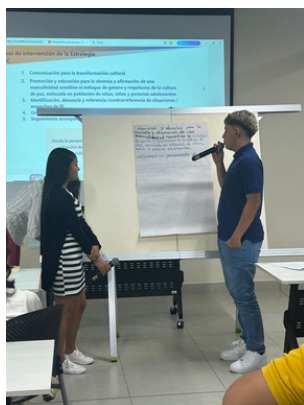
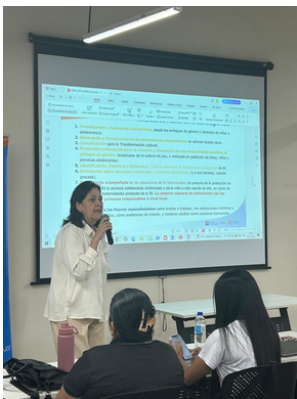
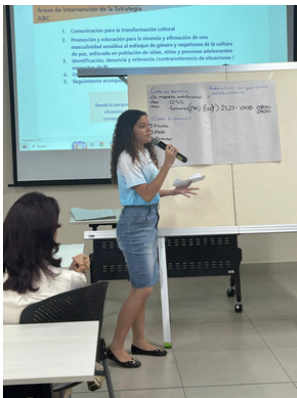
- Orientación legal y psicosocial
- Formación empresarial y programas de empoderamiento
- Inclusión financiera y fortalecimiento comunitario
- Asesoría en derechos laborales y autonomía económica

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES | GOBIERNO DE COSTA RICA

ABC DE RELACIONES IMPROPIAS

Se realizó en la provincia de Limón el segundo encuentro de la Estrategia ABC de Relaciones Impropias, con el propósito de fortalecer las acciones interinstitucionales y comunitarias orientadas a la prevención, detección y atención de las relaciones impropias que afectan principalmente a niñas y adolescentes en la región.

En la actividad participaron instituciones del sector educativo, de salud, gobiernos locales y organizaciones comunitarias, que compartieron experiencias, desafíos y buenas prácticas para enfrentar esta problemática que vulnera los derechos de las personas menores de edad.



DÍA NACIONAL DE LOS VALORES



1 de Octubre
COSTA RICA

DECRETO EJEUTIVO N° 28170-J-MEP



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

MES DE LOS VALORES

VALOR: RESPETO

Implica la toma de conciencia de las diferencias y particularidades de las personas para comunicarnos asertivamente, desde el enfoque de los Derechos Humanos.

Acciones propuestas:

- Atender y respetar las diferencias y particularidades de las personas, desde una perspectiva de género, multiétnicidad.
- Actuación y comunicación de forma asertiva.
- Brindar un trato cortés a todas las personas.

Comisión de Ética
y Valores



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

MES DE LOS VALORES

VALOR: RESPETO



Comisión de Ética
y Valores



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

MES DE LOS VALORES

VALOR: EQUIDAD

Acciones para favorecer la igualdad a partir e de las necesidades diversas de las personas, fomentando relaciones no discriminatorias.

Acciones propuestas:

- Tener conciencia de las opciones que tienen las mujeres, considerando sus diferencias y particularidades.
- Distribuir recursos y beneficios por igual reconociendo y subsanando diferencias que puedan generar desigualdades.
- Promover la accesibilidad y oportunidad de los servicios para todas las personas.

Comisión de Ética y Valores



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

MES DE LOS VALORES

VALOR: EQUIDAD



Comisión de Ética
y Valores

LEY MARCO DE ACCESO A LA INFORMACIÓN PÚBLICA N°10554

EL ACCESO A LA INFORMACIÓN PÚBLICA ES FUNDAMENTAL EN EL COMBATE A LA CORRUPCIÓN Y EN HACER POSIBLE LA TRANSPARENCIA EN LA GESTIÓN PÚBLICA

Acceso a la Información Pública como Derecho Humano



Corte Interamericana de Derechos Humanos Resolución 2006
Claude Reyes y otros vs. Chile

Declaración de Principios sobre la Libertad de Expresión. 2000.
Principio No. 4

Derivado del Derecho a la Libertad de Expresión



“El acceso a la información en poder del Estado es un derecho fundamental de los individuos. Los Estados están obligados a garantizar el ejercicio de este derecho”.

CÁPSULA INFORMATIVA PROVEEDURÍA



INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES

GOBIERNO DE COSTA RICA

DEPARTAMENTO DE PROVEEDURIA INAMU

Las personas responsables directas de los contratos de contratación pública deberán cumplir con:



7.18 Recibir, mediante acta, o documento idóneo, los bienes, obras o servicios en las condiciones de calidad y plazo acordado en el contrato, para lo cual debe coordinar dicha recepción con las dependencias internas correspondiente y la persona adjudicataria, en el lugar y tiempo pactado o en su defecto rechazar por el mismo medio.

CIRCULAR N° 008-12-2023 LINEAMIENTO GENERALES PARA EL SEGUIMIENTO PROCESOS DE CONTRATACION PÚBLICA

CIBERSEGURIDAD EN TUS DISPOSITIVOS IOT



MINISTERIO DE CIENCIA,
INNOVACIÓN, TECNOLOGÍA
Y TELECOMUNICACIONES

DIRECCIÓN DE
CIBERSEGURIDAD

CIBERSEGURIDAD EN TUS DISPOSITIVOS IOT

PROTEGE TU HOGAR CONECTADO DESDE EL PRIMER PASO

Consejos clave para una
conexión segura:



Una configuración insegura puede convertir un dispositivo inofensivo en una puerta de entrada para ciberdelincuentes, permitiendo el robo de datos, el espionaje o incluso el control de tus equipos.



Conoce tu dispositivo: Investiga qué tipo de datos recolecta y cómo los almacena. Comprender las funciones de tus dispositivos es el primer paso para protegerlos de usos indebidos.



Cambia las contraseñas de fábrica: Muchos dispositivos IoT vienen con contraseñas predeterminadas que son fáciles de encontrar en internet. Cámbialas de inmediato por una contraseña fuerte y única.



Revisa los permisos de las aplicaciones: Las aplicaciones que controlan tus dispositivos inteligentes a menudo piden permisos excesivos. Verifica qué tipo de información solicitan y si es realmente necesaria para su funcionamiento.

Más información



www.micitt.go.cr



csirt@micitt.go.cr



(506) 2539-2303

5 DE OCTUBRE "DÍA MUNDIAL DEL HÁBITAT"

5 De Octubre. Día Mundial Del Hábitat

El primer lunes del mes de octubre se celebra el día Mundial del Hábitat por decreto de la Organización de las Naciones Unidas. Un hábitat es un lugar que cumple con las condiciones de alimento, aire, agua, suelo, espacios de refugio y protección para los seres vivos.



COMISION AMBIENTAL INSTITUCIONAL

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES | GOBIERNO DE COSTA RICA

09 DE OCTUBRE DÍA MUNDIAL DE LA ETIQUETA ECOLÓGICA

COMISION AMBIENTAL INSTITUCIONAL

09 de octubre



El Día Mundial de la Etiqueta Ecológica es una iniciativa de la Red Mundial de Ecoetiquetado (GEN). La etiqueta ecológica, como la Etiqueta Ecológica de la UE, identifica productos que cumplen con criterios ambientales y de sostenibilidad específicos, evaluados a través de un análisis del ciclo de vida por un organismo independiente

Este día destaca la importancia de las etiquetas ecológicas para promover productos y servicios que son ambientalmente preferibles. El objetivo es reconocer el papel de los consumidores y actores del mercado que eligen y promueven productos con etiquetas ecológicas, contribuyendo así a una economía más sostenible.

DIGECA
Dirección de Gestión de Calidad Ambiental

COSTA RICA
ETIQUETA AMBIENTAL

INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES | GOBIERNO DE COSTA RICA

14 DE OCTUBRE

DÍA INTERNACIONAL DE LOS RESIDUOS ELECTRÓNICOS



14 DE OCTUBRE

DÍA INTERNACIONAL DE LOS RESIDUOS ELECTRÓNICOS

El Día Internacional de los Residuos Electrónicos se celebra cada año el 14 de octubre. Esta jornada, establecida por el WEEE Forum desde 2018, tiene como objetivo concienciar sobre la creciente cantidad de residuos electrónicos (RAEE) y promover su correcta gestión y reciclaje.

COMISION AMBIENTAL INSTITUCIONAL



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

16 DE OCTUBRE

DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN



COMISION AMBIENTAL INSTITUCIONAL

16 | DÍA MUNDIAL DE LA
OCT. | ALIMENTACIÓN

El Día Mundial de la Alimentación 2025 fomenta los esfuerzos para innovar en la agricultura, reducir el desperdicio de alimentos y promover el acceso equitativo a los alimentos nutritivos en todo el mundo.



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

21 DE OCTUBRE DÍA MUNDIAL DEL AHORRO DE ENERGÍA

Día Mundial del AHORRO de ENERGÍA

El ahorro o eficiencia energética consiste en utilizar la energía de mejor manera. Es decir, con la misma cantidad de energía o con menos, obtener los mismos resultados. Esto se puede lograr a través del cambio de hábitos, del uso de tecnologías más eficientes, o una combinación de ambos.



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

COMISIÓN AMBIENTAL INSTITUCIONAL

24 DE OCTUBRE DÍA INTERNACIONAL CONTRA EL CAMBIO CLIMÁTICO

COMISIÓN AMBIENTAL INSTITUCIONAL



INSTITUTO
NACIONAL DE
LAS MUJERES

GOBIERNO
DE COSTA RICA

SERVICIO NACIONAL DE FACILITADORAS Y FACILITADORES JUDICIALES

Información importante, compártala y guárdela

Servicio Nacional de Facilitadoras y Facilitadores Judiciales Luis Paulino Mora Mora

Es un servicio del Poder Judicial

Facilita el acceso a la justicia con voluntariado de personas líderes en las comunidades

¿Quiénes participan?
Jueces y juezas locales
Personas facilitadoras judiciales
Personal judicial local

Trabajamos voluntariamente y nuestra comunidad nos nombra.

¿Cuáles son algunas de las funciones de las personas facilitadoras judiciales?
Resolver conflictos vecinales
Organizar charlas en temas de interés comunal
Orientar en trámites judiciales
Ser vínculo entre la comunidad y el Poder Judicial
Siempre con supervisión de jueces y juezas

Más información: Teléfono: 2295-3322 Correo: snfj@poder-judicial.go.cr



Poder Judicial: fortaleza de nuestra Democracia



ACCEDA A SERVICIOS JUDICIALES EN LÍNEA CON SU FIRMA DIGITAL

Acceda a servicios judiciales en línea con su firma digital

- **Solicitud de hoja de delincuencia en formato digital.**
- **Verificación de impedimento de salida del país.**
- **Ingreso al expediente judicial personal.**
- **Consulta de depósitos judiciales.**
- **Solicitud de orden de apremio corporal.**
- **Envío de demandas y escritos.**

1. Ingrese al sitio web del Poder Judicial: <https://pj.poder-judicial.go.cr>
2. Seleccione **"Consultas en línea"** y dé clic en **"Expedientes judiciales"**
3. Active la firma digital y digite su usuario.
4. Seleccione el certificado de su firma digital e ingrese el pin.

Si no cuenta con firma digital, puede acceder a todos los servicios en línea con su usuario y contraseña. Si todavía no los tiene solicítelos por única vez en despachos judiciales, presentando su documento de identidad (vigente y legible).

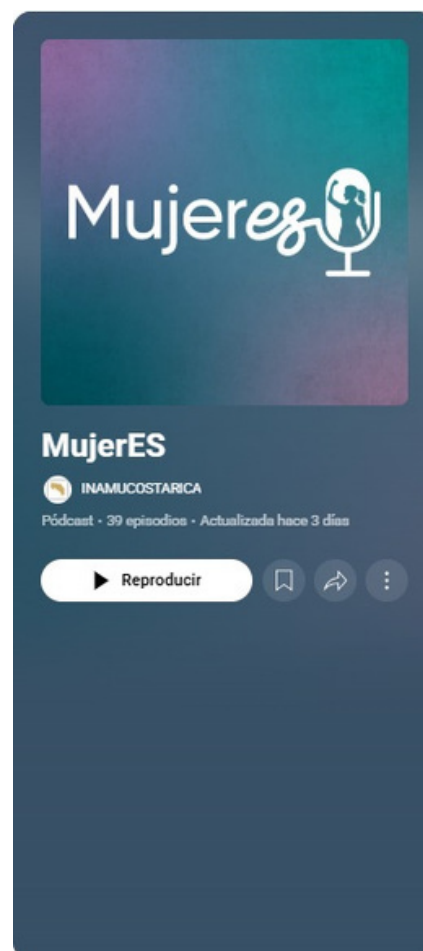
Redes sociales

El INAMU cuenta con una serie de canales de comunicación digital que están al servicio no solo de las mujeres, sino también de todas las personas funcionarias que deseen utilizar los materiales ahí publicados para apoyar sus procesos de capacitación.

Es factible encontrar las cuentas del INAMU en:

- Facebook: [inamu.costarica](https://www.facebook.com/inamu.costarica)
- Instagram: [@inamu_cr](https://www.instagram.com/inamu_cr)
- TikTok: [@inamu_cr](https://www.tiktok.com/@inamu_cr)
- Spotify: INAMU
- YouTube: INAMUCOSTARICA
- Portal web: www.inamu.go.cr

Además, en el portal web existe el micrositio *Soy Emprendedora*, una sección que brinda consejos para que, personas que deseen emprender, puedan tener acceso de manera gratuita a consejos de cómo potenciar su negocio en redes sociales.



No se pierda, todos los jueves, durante el mes de noviembre, en el canal de Spotify y de YouTube, los nuevos contenidos sobre círculo de violencia: cómo reconocerlo y romperlo. El papel de la comunidad en la prevención de la violencia. Violencia digital: control, acoso y difusión no consentida de imágenes íntimas y mitos y realidades sobre la denuncia de violencia doméstica.

Finalmente, no olvide recomendarle a las usuarias descargar de manera gratuita la aplicación Ela.

RETO DE LECTURA



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
2527-8452

“El éxito está en la vida
que uno lleva, en cómo
vive, cómo goza, cómo se
integra, cómo disfruta de
las pequeñas cosas”.

Laura Esquivel

Tomado de: <https://www.frasesypensamientos.com.ar/autor/laura-esquivel.html>

Usted puede publicar la información que desde su departamento se produce, solo debe enviar las fotos y demás insumos al correo electrónico ucom@inamu.go.cr antes de la tercera semana de cada mes.