

JUNTAS COMPRENDEMOS, JUNTAS LO AFRONTAMOS.

Insumos pedagógicos sobre violencias basadas en género para mujeres jóvenes diversas

Recomendaciones para mujeres diversas, adolescentes y jóvenes para prevenir las violencias basadas en género



REPEM

RED DE EDUCACIÓN POPULAR
ENTRE MUJERES DE
LATINOAMÉRICA Y EL CARIBE



DVV International



Las violencias contra las mujeres y las violencias de género no solo se dan en el ámbito familiar, sino que pueden ocurrir en **múltiples escenarios**, como en eventos sociales, espacios comunitarios, instituciones educativas, viajes con amigas/os, lugares de trabajo, en instituciones prestadoras del servicio de salud, entre otros espacios cotidianos donde interactuamos. Si sientes que estás viviendo algún episodio de violencia, no dudes en contactar con alguien de confianza que pueda darte más información.



No deberías ser juzgada si decides vivir y/o experimentar tu sexualidad a través de medios digitales como aplicaciones de chats o redes sociales. Sin embargo, debemos ser **responsables con la información que compartimos**, asegurándonos que la información tenga un mínimo de seguridad y privacidad. Actualmente la aplicación de WhatsApp tiene la opción de enviar imágenes para ver 1 sola vez, bloqueando además la posibilidad de tomar captura de pantalla o reenviar tal imagen. Esta opción puede ayudarnos a proteger nuestra intimidad.



Recuerda que nadie puede obligarte a hacer algo que no quieres, siempre debe haber **consentimiento** entre las partes, y ante cualquier acción que sientas que vulnera tus derechos, no dudes en buscar ayuda y denunciar.



Las relaciones de pareja deben ser sanas, priorizando la comunicación honesta que permita dar a conocer tus angustias, preocupaciones, miedos, tus sueños y tus proyecciones en la relación. Además debe estar basada en el respeto y el buen trato. Si en algún momento no te sientes escuchada, valorada o respetada, es muy importante que lo hables con tu pareja, pues las relaciones afectivas que establezcas en tu vida deben hacerte sentir tranquila y plena, y no causar desequilibrios en tus emociones e integridad.



En cuanto a los **vínculos de amistad**, es importante el apoyo mutuo, la reciprocidad entre ambas partes, es decir, escucharse, darse consejos, no juzgar y brindarse ayuda en los momentos difíciles. Recuerda que una amiga puede ser esa persona de confianza con la que puedes contar y a quien le puedes pedir orientación y apoyo en momentos de dificultad.



Comparte esta información con tus seres cercanos, amigas y conocidas. Recuerda que **no debemos naturalizar** las violencias de género.

