



CONTENIDOS FICHA 1

Algunas ideas para hacer carteles y tarjetas

<ul style="list-style-type: none">- Acelerar el paso...- Dejar de hacer cosas...- Dejar de ir sola...- Irse de un espacio público...	<ul style="list-style-type: none">- Humillación de la pareja...- Presión para mantener relaciones sexuales...- Control...	<ul style="list-style-type: none">- Vergüenza de los comportamientos machistas...- Pasar de las "supuestas" bromas...
---	---	--

¿A quién?

LAS MUJERES NO NACEN CON MIEDO, SE LES ENSEÑA A TENERLO

A LAS MUJERES NO SE LES ENSEÑA A DEFENDERSE Y ESTO ES LO QUE REALMENTE LAS HACE VULNERABLES



Agredir a las mujeres es un delito

Los chicos pueden andar solos sin miedo por la calle de noche, o enrollarse con cuantas tías quieran, beber, disfrutar como quieran...

Es necesario romper la solidaridad masculina con los tíos que agreden, no es guay ser un machito



¡CHICA! Recursos para prevenir agresiones

1 - Camina con seguridad, cuanto más insegura vayas más vulnerable te verán. **OCUPA TU ESPACIO VITAL**

2 - Confía en tu propio criterio. Si sientes que algo va mal "**ACTÚA**". Solo tú sabes si algo te gusta, te molesta o te agrede. **¡TÚ DECIDES!**

3-Recuerda tu derecho a decir "NO", nadie tiene derecho a imponerte nada que no quieras. **TU CUERPO ES TUYO**

4-**QUIEN BIEN TE QUIERE, TE QUIERE BIEN**, te tratara con respeto. No admitas malos tratos



¡CHICO! Recursos para prevenir agresiones

¡No te quedes al margen, **no tengas miedo de no ser un machito y actúa!** También tu papel es importante.

- 1 - Recuerda a los Agresores que **NO es NO**. Una mujer tiene el mismo derecho a decidir lo que quiere y lo que no. No puedes decidir por ella.
- 2 - Ser plasta o baboso no es ligar, **ES AGREDIR**.
- 3 - Ni el uso ni el abuso de ninguna droga justifica una agresión. **Ni "borracho" permitas que se agreda a una mujer.**
- 4 - **QUIEN BIEN TE QUIERE, TE QUIERE BIEN**, te tratara con respeto. No admitas malos tratos.
- 5 - La calle, la noche, el día, son las fiestas para el disfrute de todas las personas. **NO SEAS COMPLICE**, actúa y **di NO a los agresores.**



¡CHICA! ¿Qué hacer ante una agresión?

- 1-Ante una situación de agresión, grita **FUEGO** para llamar la atención de la gente.
- 2-Si una situación no te gusta, hazlo saber (aunque sea un conocido) **¡DILO claro y CONTUNDÉNTAMENTE!**
- 3 - Si te acosan o maltratan, respáldate en tus colegas, cuenta lo que te pasa. Busca ayuda. **¡NO ESTÁS SOLA!**
- 4 - Recuerda que **TU MIRADA, VOZ Y CUERPO SON ARMAS** para enfrentarte a los agresores.

Si has sufrido maltrato o una agresión sexual, (aún si te has defendido y se ha quedado en intento):

- 5-Aunque todavía no quieras denunciar, **RECUERDA** que si te **LAVAS** pierden **PRUEBAS** que te pueden ayudar de cara a un juicio.
- 6 - Llama a alguien de confianza, **AMISTADES O FAMILIARES**, para que te acompañen.
- 7 - Acude a un **HOSPITAL O JUZGADO** y cuenta lo que te ha pasado para recibir atención forense.
- 8 - Cuando te apetezca **ACUDE A LOS GRUPOS DE MUJERES O ÁREA DE IGUALDAD** de tu ayuntamiento. Busca ayuda entre las personas capacitadas para ello. **¡NO ESTAS SOLA!**



CHICOS ¿Qué hacer ante una agresión?

- 1 - Si piensas que una mujer está en situación de agresión, **DIRÍGETE a ella**. Pregúntale si está bien, si necesita ayuda.
2. Hazle saber **al agresor** que rechazas la situación, que no te parece ni divertido, **ni normal agredir a las mujeres**.
3. Si **a una amiga** tuya su pareja le maltrata, **hazle saber que no es normal**, que no está sola y dale información o acompáñala a buscar ayuda.
4. **No toleres** las agresiones, **actúa y denuncia** este tipo de situaciones
Estos son casos que te pueden ayudar a detectar situaciones de violencia sexista:



- 1 - Si tu pareja **CONTROLA** tu tiempo, tu móvil, tu forma de vestir, tus amistades, te ha vigilado o perseguido alguna vez, y te acusa constantemente de serle infiel o de coquetear.
- 2 - Si tu pareja te trata **como si no tuvieras criterio**, infravalorando tus opiniones. No quiere que salgas con tus amigas y amigos. **No quiere que en tu vida haya nadie más.**
- 3- **Obligarte** a tener relaciones sexuales cuando tú no quieres u obligarte a tenerlas sin condón.
- 4-También cuando los **desconocidos** te tocan el culo en los bares, te dan la chapa, **te agobian** a pesar de que dijiste que te dejarán en paz.



No creas en cosas como que "se puede cambiar a las personas por amor." No podemos ni debemos cambiar a nuestras parejas. **Si tu pareja no te gusta, cambia de pareja.**