



La violencia sexual se puede evitar en un 100%, y todos pueden contribuir con esa prevención.

Las normas sociales que reconocen y respetan los límites son un factor de protección contra la violencia sexual, es decir, algo que hace que la violencia sexual sea menos probable. Autonomía significa que las personas pueden tomar sus propias decisiones sin la presión externa, y que las demás personas respeten esas decisiones. Existen muchas maneras en que podemos ayudar a apoyar y respetar la autonomía de los demás: en casa, en la oficina, en la escuela y en cualquier lugar entre medio.

Autonomía significa ser capaz de tomar decisiones sobre usted mismo y su cuerpo sin sentirse presionado

Lo que puede hacer...



EN EL TRABAJO

En nuestra realidad socialmente distante, algunas personas usan las conferencias virtuales más que nunca. Cuando programe una reunión, pregunte a los demás si se sienten cómodos usando una cámara o si prefieren una llamada telefónica. Permita que el otro decida qué lo hace sentir bien.



EN LA ESCUELA

A muchas personas les encanta tomar fotos con amigos. Es una manera de compartir recuerdos divertidos con las personas que nos importan. Pero es posible que algunas personas no quieran que se publiquen ciertas fotos por motivos de privacidad o de otro tipo. Antes de publicar una foto en las redes sociales, primero pregúntele a sus amigos si están de acuerdo con que las comparta.



EN CASA

Es normal querer demostrar a sus seres queridos que le importan, y a veces eso significa querer abrazarlos. Es posible que a algunas personas no siempre les guste, incluso a los miembros del hogar con los que estamos muy unidos, ¡y eso está bien! No significa que usted les importe menos. Decir, "¿Puedo abrazarte?" o "¿Quieres un abrazo?" invita a sus seres queridos a establecer sus propios límites.