



# C de comunidad

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

La vinculación comunitaria es un factor de protección necesario contra la violencia sexual, es decir, algo que hace que la violencia sexual sea menos probable. En una comunidad vinculada, las personas sienten que importan y que pertenecen, se sienten cómodas siendo ellas mismas y se sienten empoderadas para reaccionar ante el comportamiento que hace que su comunidad sea menos segura o inclusiva. Como personas individuales tenemos muchas maneras de ayudar a construir comunidades vinculadas: en casa, en la oficina, en la escuela y en cualquier sitio entre ellos.



## lo que puede hacer...

### EN EL TRABAJO



¿Alguna vez has escuchado a un compañero de trabajo hacer una broma dañina (sexista, racista u homofóbica) y no sabe cómo responder? Podemos reaccionar ante un colega en el momento para hacerle saber que su comportamiento no está bien. También podemos recurrir a la idea de "reflexionar" para abordarlos más tarde, ya sea en persona o mediante un correo electrónico o una llamada telefónica. Tomarse el tiempo para hablar con alguien de manera privada y explicarle por qué su broma no fue divertida le da la oportunidad de aprender y ayuda a forjar un sentido de apoyo comunitario en el trabajo.

### EN LA ESCUELA



Eche un vistazo a las normas del código de vestimenta de su escuela. ¿Es inclusivo en términos de religión, cultura y género? A nadie se le debe negar la oportunidad de aprender debido a un código de vestimenta estricto o discriminatorio. Los maestros y el personal pueden alentar a los administradores a crear políticas que hagan que todos se sientan como una parte valiosa de la comunidad escolar, y los alumnos pueden intervenir si escuchan que sus compañeros se burlan de la ropa de alguien.

### EN CASA



¡Luz, cámara, acción! Las noches de cine son una excelente manera de empezar conversaciones. Puede elegir una película que genere una conversación sobre el consentimiento, las normas de género y otros temas que aumenten la comprensión de la comunidad sobre la violencia sexual.