



Universidad de
América[®]
Código SNIES 1715

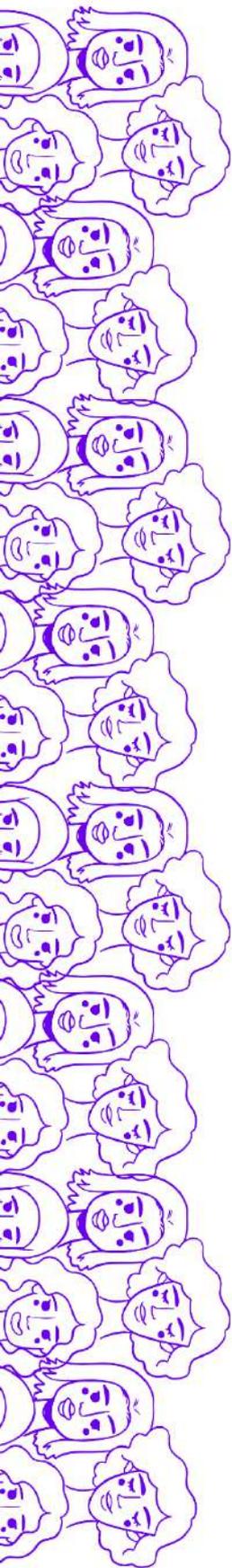


PSICOTIPS

25
NOV.

Día internacional
de la **eliminación**
de la **violencia**
contra la **mujer**





Promover la equidad de género es una responsabilidad de toda la sociedad y puede abordarse a nivel individual, en la comunidad y en entornos más amplios

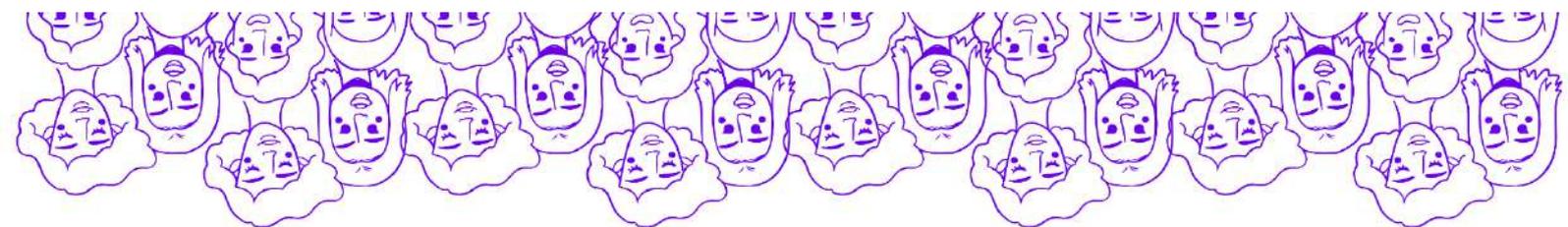
Aquí hay algunos consejos para fomentar la equidad de género:

Educación y sensibilización

Informarse sobre los problemas de género y sus implicaciones en la sociedad es fundamental. Lee libros, artículos, asiste a charlas y talleres para aumentar tu conocimiento y conciencia sobre la equidad de género.

Cuestionar estereotipos

Cuestiona los roles de género estereotipados y desafía las expectativas tradicionales asociadas a hombres y mujeres. Fomenta una mentalidad abierta y libre de prejuicios.



Promover la igualdad en el hogar

Participa activamente en las tareas del hogar y promueve la igualdad de responsabilidades entre los miembros de la familia, independientemente de su género.

Apoyar a mujeres en la educación y el trabajo

Promueve y apoya el acceso de las mujeres a la educación, la capacitación y las oportunidades laborales, para que puedan alcanzar su máximo potencial.

Luchar contra el acoso y la violencia de género

No toleres ni ignores el acoso o la violencia de género en ninguna situación. Apoya a las víctimas y denuncia comportamientos inapropiados.

Participar en actividades de empoderamiento

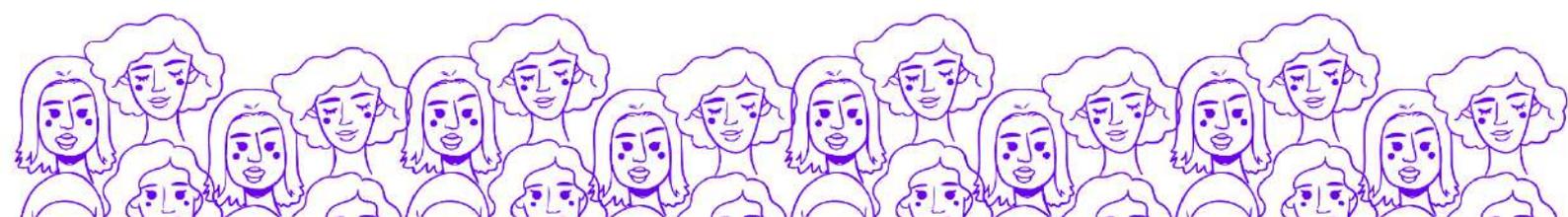
Colabora con organizaciones locales que trabajen para empoderar a las mujeres y niñas, contribuyendo con tiempo, recursos o donaciones.

Comunicación inclusiva

Utiliza un lenguaje inclusivo y respetuoso en tu comunicación escrita y oral, evitando términos sexistas o excluyentes.

Ser un modelo a seguir

Practica la equidad de género en tu vida diaria y sé un ejemplo para los demás. Tus acciones pueden inspirar a otros a seguir el mismo camino.

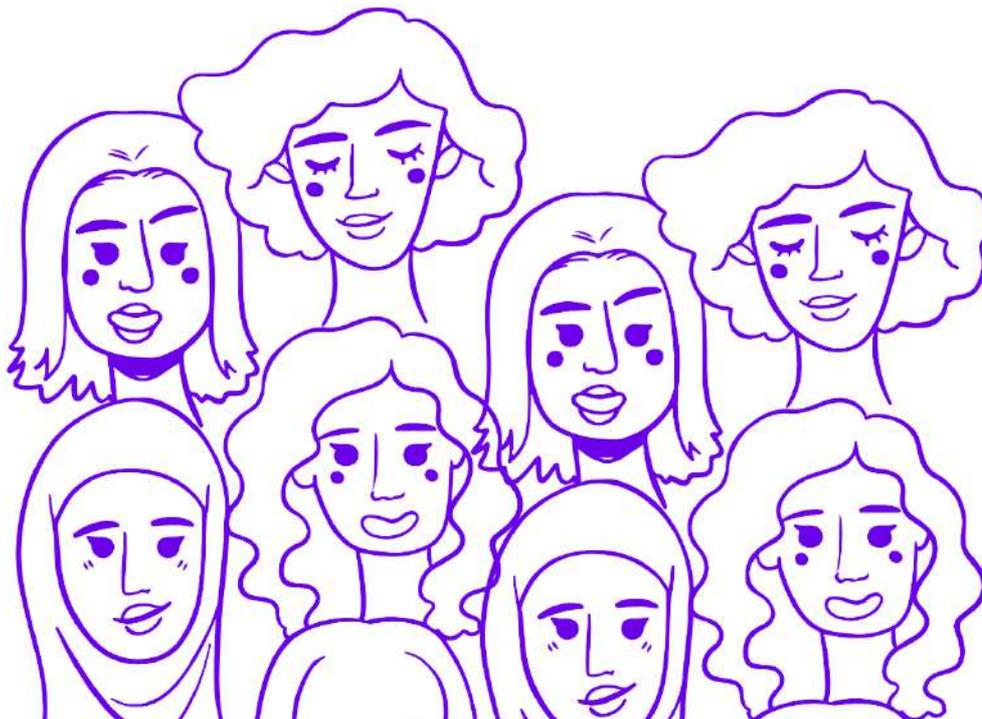


Promover líderes femeninas

Apoya y alienta a las mujeres a asumir roles de liderazgo en cualquier ámbito, desde el trabajo hasta la política.

Fomentar la equidad en el lugar de trabajo

Aboga por prácticas laborales justas y políticas de contratación que promuevan la igualdad de oportunidades para todos, sin importar su género.





Universidad de
América[®]
Código SNIES 1715



PSICOTIPS



SERVICIO DE PSICOLOGÍA

carlos.espinosa@uamerica.edu.co

Atención presencial:

EcoCampus de los Cerros

Lunes a viernes: 8:00 a.m. a 5:00 p.m.

Sede Norte

Sábados: 8:00 a.m. a 12:00 m.