



¡CREA UN ESPACIO MÁS SEGURO!

Estaremos compartiendo un espacio que creamos juntas, y que cada una de nosotras puede impactar. Te invitamos a cuidarlo y a crear un espacio más seguro para todas en el grupo.

El término "ESPACIOS MÁS SEGUROS" se utiliza para reconocer el esfuerzo continuo por crear entornos que sean más inclusivos y respetuosos, entendiendo que lograr la seguridad absoluta para todas las personas puede ser un desafío y poco realista.

ESTE ESPACIO ES:

- un espacio de aprendizaje.
- un espacio sin prejuicios (revisar esto internamente, ya que es difícil de controlar).
- un espacio para compartir, ¡PERO cuánto quieras compartir depende de ti!
- un lugar de respeto mutuo por les demás y por nuestras diversas historias y experiencias.
- un espacio para revisar lo que ya sabemos y desafiar nuestras creencias.
- una invitación a ser abierto, experimental y lúdico cuando corresponda.

PARA ESTE VIAJE, ES CRUCIAL ESTABLECER UN ESPACIO MÁS SEGURO.

Para facilitar el intercambio de sentimientos y experiencias personales de una manera confiada, considerar las siguientes pautas:



- ✓ Promover la **ESCUCHA ACTIVA**.
- ✓ Practicar la **EMPATÍA** (ponte en el lugar de otra persona).
- ✓ Dar la bienvenida a la **DIVERSIDAD** de voces y experiencias.
- ✓ Promover el **AUTOCUIDADO**: anímate a ti misma y a les demás a escuchar sus límites, prestar atención y cuidarse unas a otras.
- ✓ ¡RESPECTAR LOS LÍMITES! Estamos trabajando con contenido sensible y las personas pueden reaccionar de manera diferente (por ejemplo, agresividad/risa nerviosa). Cuando alguien parezca incómodo, dar un poco de espacio, reducir la velocidad y evitar presionar.



- ✓ RESPETAR el **SILENCIO** cuando alguien decide no participar.
- ✓ **TENER CUIDADO** y evitar reforzar los estereotipos al no hacer suposiciones basadas en la apariencia, los antecedentes o la identidad de alguien.
- ✓ Evitar el **LENGUAJE** que pueda ser ofensivo.
- ✓ **¡NO TE AVERGÜENCES!** No pasa nada si no lo sabes todo o si es la primera vez que abordas ciertos temas.
- ✓ Todas podemos cometer errores... **ADMITIR TU ERROR y PEDIR DISCULPAS**. Estar abierto a recibir comentarios y correcciones.

