

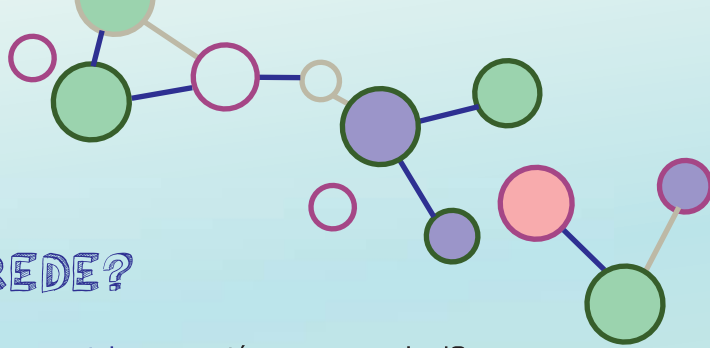
CONCELLO
DE VIGO



CONECTAMOS BEN ?

Mozos e mozas que se tratan ben e de = a =





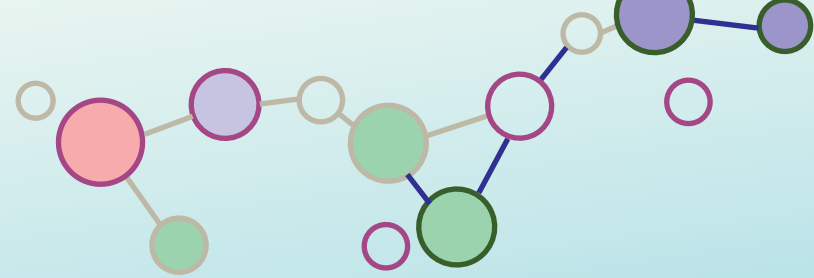
... NA REDE?

As redes sociais e os smartphones manténnenos comunicad@s case en calquera lugar e en calquera momento, pero é importante que non deixemos que nos confundan.

Cando lles damos máis importancia aos “gústame” que recibimos nas nosas fotos que ao que vivimos cando estamos con esas persoas, necesitamos estar subindo ao **twenti** toodo o que nos pasa, ou se nos dedicamos a mirar constantemente o estado da conexión de **whatsapp** do mozo ou da moza que nos gusta... igual estamos pasándonos....

Ás veces sufrimos **malas conexións** nas redes cando alguén que non queremos se entera do que dixemos, ou cando subimos unha foto sensual para unha persoa... pero se a descargan sen que o saibamos outras 100 ou cando alguén as utiliza para insultarnos diante de toda a nosa lista de amizades, ou para facer guerras de competición para ver quen é máis guap@.

Tamén están os casos de “**exs**” que aproveitan para subir fotos ou vídeos “quentes” que non lle ensinarías a ninguén... para humillarte ou chantaxearte. Iso si que son malas conexións.



CONECTAMOS BEN NA REDE...



Se usamos o noso perfil social para ensinarlle ao mundo o que queremos que poida ver calquera, pero non o usamos como un diario persoal onde contar todo o que sentimos... Porque se queda rexistrado e olvidamos que calquera pode enterarse... As intimidades e segredos falámoslos por privado, por teléfono, ou **#enpersoa**.



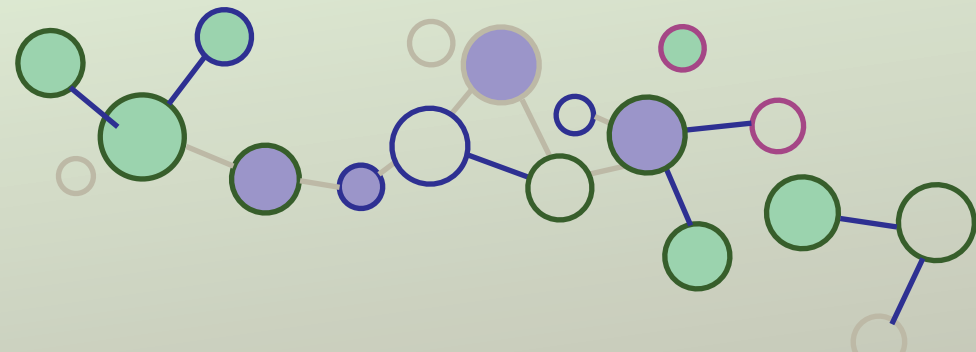
Se usamos as redes para conectar con amizades, pero tamén entendemos que hai contactos que non son **#amigos** senón **#coñecidos**, igual non lle queremos contar todo... a todo o mundo.



Se subimos fotos para compartir bos momentos, pero non necesitamos que os demais lle dean a “gústame” para sentirnos ben. Porque o máis importante non é saír ben na foto senón **#aceptarnoscomosomos**.



Se usamos aplicacións para comunicarnos pero non exisimos que a outra persoa conteste ao segundo, temos tempo para facer outras cousas, ás veces deixamos o móbil apartado sen miralo, e non nos enfadamos porque “lle mandei unha mensaxe o meu mozo ou á miña moza e non me contestou”. Porque os ciúmes e as desconfianza son mellor aclaralos **#enpersoa**, e porque nunca haberá un qt escrito na pantalla que compense o que significa dicírnolo **#ácara**.





... NA RÚA?

Sáímos de festa para pasalo ben sobre todo!

E algunhas veces para **ligar**;-) ... pero a rúa pola noite non é tan segura para as mozas como para os mozos.

Fíxate cando saias, se algunha vez ves a alguén acosando a unha moza. Ou, se ti es unha..., igual tiveches que aguantar que alguén quixese algo contigo que ti non querías e se puxese pesado, ou para non pasar medo a ir soa pola rúa, tiveches que pedir a alguén que te acompañe o mesmo pedir un taxi.

Estar pola rúa, e **ser libre de facelo** é un dereito para todos ... ¡e para todas!

DE NOÍTE, MOZAS E MOZOS CONECTAMOS BEN...



Se ese ligoteo **#faitesentirben**, iso o primeiro. Porque fai falta ligar con alguén por obriga? Isto non é unha competición e non vales máis por facelo máis, nin menos... por facelo menos. Sexas moza ou mozo, o mellor de ligar é encontrar a alguén con quen tes **#boassensacións** ;-)



Se a outra persoa **#respecta** ata onde queres chegar. Porque cando non queres algo, ninguén ten dereito a obrigarte a facelo, ou presionarte ou facerte sentir mal para que termines "cedendo".



Se **#aceptan** como vistes, ou como bailas. Se saes de festa é para gozalo e non para ter que estar perfecta diante dos demais, levar uns tacóns que te matan e non te deixan moverte ou ter que seguir as modas.



Recorda que non é necesario comportarse como os demais, ser unha modelo perfecta e delgada, nin ser o tío máis forte e con máis abdominais do lugar... para ser valiosa/o. Ser como **#queresser**, é o máis importante para ser **#libre**.








...É NO AMOR?

Enamorarse de alguén ou ter unha relación que vaia máis alá dun rolo, non é tan fácil; ás veces enganchámonos con alguén que... non nos trata demasiado ben.

Seguro que sabes que a **violencia de xénero** non só pode ocorrer nas parellas maiores, senón que pode empezar desde que somos novos; cando nos enamoramos de alguén "loucamente" e non somos quen de ver que no nos quere ben, senón que nos manipula, que nos trata como un obxecto ou intenta cambiar quen somos.



VÓS CONECTADES BEN...

-  Se cada un ten **#oseuspazopropio**: ti tes amigas, aficcer cousas que che gustan, e el/ela tamén ten os seus. Non necesitas ser uciós propias e momentos para fan "pack" de 2x1 senón que aceptades que a outra parte tamen teña vida!
-  Se ten en conta as túas opinións e **#respecta** que penses diferente, se sodes capaces de falar e **#comunicarvos** as cousas, porque ningún ten a razón sempre.
-  Se che reconece **#oquevales**, che mostra **#cariño**; se che di o que lle gusta de ti algunha vez e fala ben de ti aos e as demais... e ti tamén o fas.
-  Se lle gustas **#talecomoes**, se lle parece ben como vistes e non intenta cambiarte. Porque a túa forma de ser, de vestir, de pensar, e o que queres facer na vida, **#decídeloti**.
-  Se entende e respecta que fales cos outros mozos/mozas, e non intenta chantaxearte nin facerte sentir mal para que no saias... porque tendes **#confianzanutua**.
-  Se estás con esa persoa **#porquequeres** e non por non estar soa/só. Porque non é obrigatorio, nin ter parella nin buscar unha historia de amor de película.
-  Se che dí que te quere... pero ademais **#demóstracho**. Porque dicir **qt** non é o mesmo que demostralo, e demostralo implica estar aí nos momentos difíciles, intentar arranxar os conflitos, e por suposto... pasar bos momentos xuntos!

¿ANIMASTE A ANALIZAR
SE A TÚA RELACIÓN É DE
BTRATO?



Aquí te deixamos algúns

ENLACES

a webs e blogs onde podes atopar información útil e boas prácticas para conectarnos ben nas redes:



www.minoviamecontrola.com



www.enredatesinmachismo.com



www.pantallasamigas.net

Tamén podes dirixirte

PERSOALMENTE

aos servizos municipais que ten o Concello de Vigo dirixidos especificamente á mocidade ou ás mulleres:



www.igualdadevigo.org

Centro Municipal de Información dos Dereitos da Muller
Rúa Romil, 20-baixo Vigo. Tlf. 986 293 963
Consultas on-line www.igualdadevigo.org/violencia



Concellería de Xuventude
Rúa López Mora, 31 Vigo. Tlf. 986 294 806

TELÉFONO

de información do/a menor:

116111

Liña de axuda para nenos/as e adolescentes que nalgún momento se sintan maltratados/as por outra persoa, necesiten axuda ou queiran falar sobre os problemas que lles afectan.

CONCELLO
DE VIGO



www.igualdadevigo.org

