



*Toda la gente tiene una zona troncal.  
Usa la tuya.*

Las palabras sexistas y homofóbicas son violentas y un problema de todas las personas.

Cuando escuches palabras como éstas, no te quedes de brazos cruzados. Pronúnciate ante quien las dice. Desafía las palabras sexistas. Exige respeto para ti y para otras personas. Ponte de pie. Usa tu zona troncal.

Para obtener más información contáctanos en  
[www.backbonezone.com](http://www.backbonezone.com)  
o llámanos al 207-626-0034

# *di algo*

“Eso no tiene nada de bonito”.  
“¿Qué piensas que significa esa palabra?”  
“¡¿Realmente acabas de decir eso?!”  
“Muestra un poco de respeto”.  
“No me gusta lo que acabas de decir”.  
“Estás segur@ de que eso quisiste decir?”  
“¿Se supone que esa broma es divertida?”  
“Palabras como ésas humillan a toda la gente”.

# *haz algo*

Piensa en algo mejor que decir.  
Cambia el tema.  
Entra en la conversación de una mejor manera.  
Exige respeto para ti y para otras personas.  
Brinda apoyo a quienes están sufriendo acoso.  
Pide a tus amistades que piensen en sus palabras.  
Habla con una persona adulta en quien confíes.  
Utiliza el humor para cambiar mentes.

Las palabras violentas son un problema de toda la gente. Las palabras pueden ser armas que crean temor. Las palabras tienen un impacto—aun si no lo ves—y las palabras violentas apoyan la violencia en la escuela y en el mundo. Toda la gente tiene una zona troncal. Usa la tuya para marcar una diferencia.

***Toda la gente tiene una zona troncal. Usa la tuya.***



[www.backbonezone.com](http://www.backbonezone.com) | 207-626-0034