

1. Reconozco que mujeres y hombres tienen las mismas capacidades intelectuales.
2. Reconozco la igualdad de género y no utilizo a las mujeres como medio para sentirme más hombre.
3. Respeto a las mujeres y no intento incomodarlas con expresiones, gestos o sonidos.
4. Sé que sostener una relación de pareja no implica la propiedad de ninguna persona.
5. Conozco los derechos y responsabilidades que tengo con mi cuerpo y respeto el cuerpo de las otras personas.
6. No me burlo cuando un hombre expresa afecto, miedo o tristeza.
7. Sé que los hombres pueden hacer ejercicios, dietas o autocuidarse para mejorar su salud física y mental.
8. Sé que usar adjetivos femeninos no es una manera de ofender y no me ofende que me traten como mujer.
9. No discrimino a hombres o mujeres por su orientación sexual y no utilizo expresiones homofóbicas.
10. Me hago responsable de lo que siento y hablo con tranquilidad cuando trato de expresarlo.
11. Defiendo mis derechos sin lastimar, ofender o atacar a otras personas.
12. No necesito reproducir conductas machistas para saber que soy hombre.

Suscriba con su nombre:

Suscribe: _____

*Recuerde: El machismo no se limita a los enunciados anteriores. Las situaciones descritas solo representan una parte de sus manifestaciones cotidianas.