



No estás sola o solo



No calles, siempre habrá alguien que te escuche y te pueda ayudar dentro y fuera del entorno laboral

No eres inferior a nadie



Nadie tiene derecho a ejercer acoso sobre ti ni a hacerte sentir menos como persona o trabajador@

Pide ayuda



Contacta con alguien de la comisión de acoso, ya que velarán por ti y darán solución a la situación

No seas cómplice



Apoya a tu compañer@, hazl@ sentir acompañad@ y que puede pedir ayuda según marca el protocolo

No difundas contenido ofensivo



Si existe contenido ofensivo, ponlo en conocimiento de la entidad o la comisión de acoso