

somos el equipo que



somos el equipo que



Mancomunidad la Vega

Algofra / Jacarilla / Redován / San Miguel de Salinas

somos el equipo que

DESMONTA TIRA BATE FRIEGA BARRE el estereotipo

La corresponsabilidad es compartir de forma justa las tareas, responsabilidades del hogar y los cuidados entre todas las personas de la familia, sin importar género ni edad. Pero, ¿cómo ponerla en práctica en casa? Aquí tienes algunas claves:

1. **En esta casa, nadie “ayuda”:** todas las personas somos responsables.
2. **Las tareas no tienen género:** cualquiera puede cocinar, limpiar o cuidar.
3. **Repartimos las tareas según el tiempo, la capacidad y la situación de cada momento,** no por costumbre.
4. **Damos ejemplo:** lo que los niños y niñas ven es lo que aprenden.
5. **Cuidar es mucho más:** jugar, escuchar, acompañar, poner límites y abrazar también es cuidar.
6. **Planificamos y decidimos en equipo:** la carga mental también se reparte. Establecemos rutinas y horarios para crear hábitos, adaptando las tareas para que todas las personas se sientan responsables y útiles.
7. **Damos valor al trabajo en casa:** cuenta aunque no se pague.

8. **Aprendemos y enseñamos:** nadie nace sabiendo; lo importante es compartir, crecer y aprender a realizar cualquier tarea.

9. **Celebramos el esfuerzo compartido:** cooperar y trabajar en equipo hace todo más fácil.

10. **Usamos herramientas visuales** (tablas, pizarras) para organizar y hacer visible el reparto de tareas.

11. **Nos comunicamos y negociamos de forma abierta** para ajustar las responsabilidades cuando cambian nuestras circunstancias.

12. **Desmontamos estereotipos cada día** con lo que hacemos y con lo que dejamos de hacer.

13. **Todas las familias cuentan:** sea cual sea su forma, la corresponsabilidad es para todas.

Ser una familia corresponsable significa compartir, aprender y disfrutar juntos/as. Porque la corresponsabilidad compartida pesa menos.

**Y tú,
¿de qué te encargas?**

