

# KIT PARA VALIENTES

## panas contra la Xenofobia

Es posible que te enfrentes a situaciones de **xenofobia**. Aquí tienes algunas herramientas para actuar.

[somospanascolombia.com](http://somospanascolombia.com)



## XENOFOBIA

ES EL MIEDO Y LA ESTIGMATIZACIÓN HACIA LOS EXTRANJEROS

Llamamos "xenófobos" a quienes se sienten amenazados con las personas extranjeras y manifiestan actitudes de discriminación, solo porque lucen distinto, tienen un acento o unas costumbres diferentes.

Más información en: [www.goo.gl/jDjKZT](http://www.goo.gl/jDjKZT)

### ¿DÓNDE ESTÁN LAS MANIFESTACIONES DE XENOFOBIA?

Estas aparecen en conversaciones cotidianas, pero recuerda que no reflejan el espíritu de todos los ciudadanos en Colombia.

Algunos momentos donde más se multiplican estas manifestaciones son:

- Cuando se publican **noticias** sobre personas venezolanas en Colombia.
- Conversaciones alrededor de temas y posturas políticas.

A CONTINUACIÓN ENCONTRARÁS 4 CONSEJOS QUE TE PERMITIRÁN REACCIONAR FRENTE A MANIFESTACIONES DE XENOFOBIA Ó DE RECHAZO.

## TIP #1 NO ATAQUES A LA PERSONA, CONCÉNTRATE Y ESCUCHA SUS IDEAS

En ocasiones la xenofobia se manifiesta con un lenguaje vulgar y agresivo. Esta es quizás la prueba más difícil de superar: lograr mantener la calma. Cuenta hasta 10 antes de reaccionar. Escúchalo e identifica cuáles son sus argumentos.

## \* GENERA EMPATÍA

## TIP #2

La empatía vence la xenofobia. Crea un vínculo afectivo entre la persona que ataca (xenófobo) y tu realidad. ¡Cuéntale tu historia, que entienda lo que sientes! Explícale los motivos que te impulsaron a llegar a Colombia, lo difícil que fue dejar tu hogar, tus seres queridos y pregúntale: ¿tú no hubieras hecho lo mismo en mi lugar?

## TIP #3

## INVÍTALO A NO GENERALIZAR

Es muy común que cuando sale una mala noticia de un venezolano, se diga que todos son iguales.

1. Exprésale que lamentas y rechazas el mal comportamiento de esa persona.
2. Recuérdale esta frase de la sabiduría popular: no deben pagar justos por pecadores.
3. Háblale de ti y cuéntale las razones por las que no se te puede comparar.
4. Hazte eco de las buenas acciones de tus coterráneos, no te enfoques en lo negativo.

## \* HABLA SOBRE LA GRAVEDAD DE LA XENOFOBIA

## TIP #4

Cuéntale sobre las terribles consecuencias que deja la xenofobia en cualquier lugar del mundo. La historia está llena de ejemplos. Hazle saber que todo acto de discriminación se puede ir escalando a cosas más graves, como:

- La explotación laboral y esclavitud
- La explotación sexual
- La intimidación
- Las agresiones físicas

## Tu valentía será un ejemplo

Cualquier inquietud o comentario por favor escríbenos a: [info@somospanascolombia.com](mailto:info@somospanascolombia.com)

- [www.facebook.com/somospanascolombia](http://www.facebook.com/somospanascolombia)
  - [www.instagram.com/somospanascolombia](http://www.instagram.com/somospanascolombia)
  - [www.twitter.com/somospanascolombia](http://www.twitter.com/somospanascolombia)
  - [www.youtube.com/somospanascolombia](http://www.youtube.com/somospanascolombia)
- #SomosPanasColombia

Esta información es libre y gratuita. Multiplícala, compártela.

Queda prohibido el uso comercial parcial o total.

[somospanascolombia.com](http://somospanascolombia.com)

