

21 DE SEPTIEMBRE

Día Internacional de la Paz

Proclamado en 1981 por la Asamblea General de las Naciones Unidas



LA PAZ TAMBIÉN SE PRACTICA.

Cada conversación, cada límite respetuoso, cada acto de escucha y cada conflicto resuelto sin violencia puede contribuir a una cultura de paz.

No se construye solamente con grandes acuerdos, se construye en la manera como nos relacionamos cada día. En casa, en la escuela, en el trabajo, en nuestras comunidades y también en las redes sociales.

Escuchar para Comprender

Escuchar no significa estar de acuerdo. Significa reconocer que la otra persona tiene una historia, emociones y una manera diferente de comprender lo que ocurre.

Acción de Hoy y Siempre:

En tu próxima conversación difícil, escucha sin interrumpir.

「*La paz también se escucha.*」

Transformar el Conflicto

Las diferencias forman parte de nuestras relaciones. En la familia, el trabajo, la escuela y la comunidad podemos aprender a expresar desacuerdos sin humillar, amenazar, imponer o agredir.

Acción de Hoy y Siempre:

Ante un desacuerdo, cambia "Aquí se hace lo que yo digo" por "Tenemos posiciones diferentes. **¿Cómo podemos resolver esto juntos?**"

「*La paz también se dialoga.*」



Crear Espacios de Diálogo

No esperemos a que los problemas crezcan para empezar a hablar. Familias, colegios, universidades, empresas y comunidades pueden crear espacios seguros para escuchar, expresar necesidades y construir acuerdos.

Acción de esta Semana

Propón un espacio de diálogo en uno de tus entornos preguntando "**¿Qué necesitamos cambiar para convivir mejor?**".

「*La paz también se construye en colectivo.*」

Cuidar tus Palabras

Puedes estar en desacuerdo sin lastimar. Las palabras pueden acercarnos, pero también pueden aumentar el conflicto. Descalificar, ridiculizar, etiquetar o humillar no ayuda a resolver nuestras diferencias.

Acción de Hoy y Siempre:

Antes de responder en medio de un conflicto, haz una pausa y pregúntate: "**¿Lo que voy a decir ayuda a resolver o aumenta el conflicto?**".

「*La paz también está en nuestras palabras.*」



No Normalices las Pequeñas Violencias

La burla, la exclusión, la discriminación, los rumores y la humillación también deterioran la convivencia.

Acción de Hoy y Siempre:

Si observas que alguien está siendo excluido o maltratado: No seas solamente espectador. Acércate, Escucha, Acompaña, Busca apoyo cuando sea necesario.

「*La paz también significa cuidar al otro.*」

Construye Paz en las Redes

La paz también se practica detrás de una pantalla. Podemos debatir ideas sin atacar a las personas. Lo que compartimos, comentamos y amplificamos también influye en nuestra convivencia.

Acción de Hoy y Siempre:

Antes de publicar o compartir una foto o una frase:

PAUSA · VERIFICA · REFLEXIONA

Pregúntate: "**¿Estoy aportando al diálogo o alimentando la confrontación?**".

「*La paz también se evidencia en nuestra convivencia digital responsable.*」

