## Decálogo de buenas prácticas: Igualdad de Género

1. Educa en igualdad. Ayuda a erradicar las tendencias y hábitos que subrayen las diferencias en función del sexo, superando así las costumbres machistas de trato discriminatorio.

2. No permitas que ninguna persona se sienta menospreciada en ningún ámbito de la vida por el hecho de ser mujer. Denuncia la vulneración de los derechos humanos de las mujeres.

3. Impulsa y fomenta una igual participación de mujeres y hombres en todos los ámbitos de la vida socio-política, económica y cultural, y en los diferentes niveles de decisión, en igualdad de derechos y deberes.

4. Defiende y trabaja para que tanto las instancias oficiales como las empresas privadas se impliquen y adopten todas las medidas necesarias para permitir la conciliación de la vida familiar, personal y laboral.

5. Fomenta y participa en el reparto equitativo y responsable de las labores de cuidado y las domésticas. Promuévelo en tu ámbito familiar y sé un ejemplo para quienes te rodean.

6. Participa socialmente y apoya las iniciativas que favorezcan la equidad de género.

7. Potencia el uso de un lenguaje no sexista.

8. Selecciona para tu consumo y para el de tus familiares películas, series, cuentos, libros, etc. que no contengan contenidos machistas.

9. Favorece la comunicación y el diálogo referente a la equidad de género en tu entorno familiar y laboral más próximo.

10. Exige la igualdad de trato y los derechos de todas las mujeres. Y siempre que sean negados, o conozcas de su vulneración, denúncialo. La eliminación de la desigualdad y del trato discriminatorio hacia las mujeres es una tarea que nos incumbe a toda la ciudadanía (no sólo a las mujeres). Y de ella también se beneficiará la sociedad en su conjunto.