



Donativos de la Comunidad para Los Sobrevivientes de Violencia Sexual

Una de las mejores cualidades de las comunidades rurales es su capacidad de brindar apoyo en momentos de gran necesidad. Es impactante ver el nivel de apoyo y recursos que la comunidad está dispuesta a ofrecer para nuestros programas. Los integrantes de la comunidad no solo apoyan a los programas con su tiempo y atención mediante el voluntariado y recaudaciones de fondos, sino muchas veces se nos acercan a preguntar, "¿hay algo más que necesiten?" Cuando la comunidad nos ofrece apoyo, lo mejor es tener claro lo que más se necesita.

Típicamente las listas de donativos destinadas a los programas para sobrevivientes de agresión sexual y violencia doméstica suelen atender a necesidades urgentes ante las crisis con artículos prácticos con los cuales los sobrevivientes puedan amueblar un nuevo hogar o acomodarse en un refugio. Algunos ejemplos son ropa, comida, artículos de aseo personal y tarjetas de regalo. Es de gran ayuda disponer de estos artículos, pero ¿qué hay de las necesidades a largo plazo de los sobrevivientes de violencia sexual?

Para muchos sobrevivientes de violencia sexual, el proceso de sanación va más allá de denunciar ante la policía y buscar un lugar que brinde protección física, ya que las emociones y los recuerdos permanecen tanto en el cuerpo como en la mente. Por lo tanto, hemos creado una lista de donativos pensada en atender a todas estas necesidades. Se incluyen artículos que fomentan la sanación a través de métodos holísticos, el confort, la espiritualidad, y que ayudan al sobreviviente a restablecer la conexión con el cuerpo.



Se ha creado la siguiente lista pensándola como punto de partida para las organizaciones que brindan asesoría y servicios a los sobrevivientes de violencia sexual. Sirve de ejemplo para una lista de donativos o lista de artículos deseados. La lista tiene el propósito de servir a la gran diversidad de sobrevivientes presentes en nuestras comunidades rurales, por lo cual pensamos en sobrevivientes de distintas religiones, sexos, contexturas, razas y edades. Nos encantaría ver que adaptes esta lista a tu área de servicios en particular, inspirándote en tu comunidad y profundizando tu relación con ella. Asegúrate de pedir la opinión de los sobrevivientes e integrantes de la comunidad respecto a qué artículos serán los más útiles.

Necesidades inmediatas y artículos para el hogar: Son artículos prácticos para aquellos sobrevivientes de violencia sexual cuyas prendas de vestir o ropa de cama formen parte de las pruebas del caso o para quienes se encuentren en situaciones de inestabilidad en torno a la vivienda. Muchos de estos artículos pueden ayudar a los sobrevivientes que hayan sufrido la agresión en su propio hogar a sentirse más seguros físicamente o a transformar su espacio en algo nuevo y diferente.

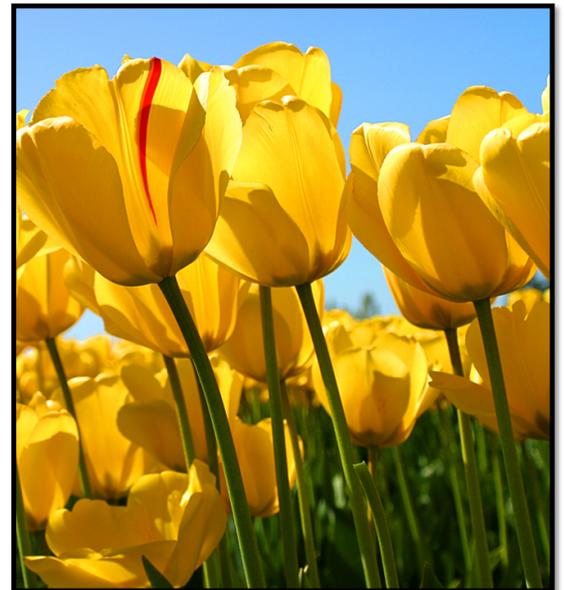
- Prendas de vestir y ropa interior para todos los sexos, contexturas, tamaños y edades
- Velos/pañuelos para cubrir el cabello
- Calcetines para todos los sexos y edades
- Zapatos para todos los sexos y edades en una variedad de tamaños
- Artículos de aseo personal para todos los sexos: cepillos y pasta dental, desodorante, champú y acondicionador para todo tipo de cabello, jabón para el cuerpo, cepillos y peines para todo tipo de cabello, protector labial, alcohol en gel, enjuague bucal, aceite para el cabello, crema corporal, gorros y pañuelos de seda o de raso para el cabello
- Nuevos colchones, almohadas, ropa de cama y edredones
- Cerrojos para ventanas y puertas
- Tarjetas de regalo para supermercados, ferreterías, mueblerías y farmacias locales
- Calendarios y agendas
- Comida no perecedera, frutas y verduras locales
- Botellas de agua reutilizables

Artículos reconfortantes: Son artículos que sirven a los sobrevivientes de violencia sexual cuando quieren sentir seguridad emocional y confort a medida que enfrenten los efectos del trauma. Algunos de estos artículos se utilizarán primordialmente en el hogar, pero otros son artículos portátiles que pueden reconfortar a la persona durante las citas de terapia, conversaciones difíciles y ataques de pánico.

- Calcetines o pantuflas de felpa
- Conjuntos de pijama para todas las edades y sexos, incluyendo tallas grandes
- Té/café, teteras/cafeteras
- Trompos "fidget spinner", juguetes calmantes, rocas lisas, pelotas antiestrés
- Ventiladores y calefactores
- Máquinas de ruido blanco
- Peluches para todas las edades y sexos
- Cojines
- Lamparitas nocturnas, linternas y luces para leer
- Cobijas térmicas o con peso

Artículos espirituales: Son artículos útiles para los sobrevivientes de violencia sexual que estén estableciendo o restableciendo una conexión con una práctica espiritual o religiosa como método de sanación. Es posible que algunos artículos tengan un propósito religioso específico, mientras que otros simplemente calmen al sobreviviente o creen una sensación de paz.

- Cuencos tibetanos
- Incienso y salvia
- Velas cortas y largas
- Cristales
- Cartas de sanación
- Rosarios católicos/cristianos, cruces, libros devocionarios
- Taza de kidush, menorá, peonza dreidel, monedas de chocolate
- Rosarios misbaha de la fe musulmana
- Alfombrilla de oración
- Campanillas tubulares
- Cojines de meditación
- Textos religiosos según la preferencia del sobreviviente



Artículos para ayudar a restablecer la conexión con el cuerpo: Son artículos útiles para los sobrevivientes de violencia sexual que busquen restablecer la conexión con su cuerpo, que deseen volver a descubrir el valor de su cuerpo o que estén empleando movimientos corporales para procesar el trauma.

- Esmalte de uñas y kits de manicura
- Maquinillas de cortar pelo y barba, rastrillos de afeitarse para todos los sexos
- Tratamientos de aceite caliente para el cabello
- Exfoliadores para el cuerpo y mascarillas para la cara
- Gel para baños de espuma, sales de baño o bombas efervescentes para baño
- Trajes de baño y gafas de natación para todos los sexos, contexturas, tamaños y edades
- Colchoneta de yoga, bloques y cintas
- Zapatos para correr y ropa reflectante
- Pases de entrada a gimnasios
- Tarjetas de regalo a peluquerías, esteticistas o barberos, masajistas terapéuticos, etc.
- Ropa para hacer ejercicio, zapatos y sostenes deportivos para todos los sexos y tamaños

Métodos holísticos de sanación: Son artículos que sirven a aquellos sobrevivientes de violencia sexual que practiquen métodos holísticos de sanación en grupos o también en privado en la casa. Es muy práctico tener a la mano siempre materiales como marcadores, rompecabezas y estambre para las sesiones de los grupos de apoyo y las citas de asesoría personal. Algunos artículos, como las plantas o los peces, se les pueden dar directamente a los sobrevivientes para que se los lleven a su casa y los cuiden.

- Cuadernos de notas
- Lápices y plumas
- Materiales para artes plásticas
- Rompecabezas, sopas de letras, Sudoku
- Agujas y estambre
- Libros de cocina y utensilios para cocinar
- Audífonos
- Plantas, peces y terrarios
- Aceites esenciales y difusores

Donativos de tiempo o talento: No todos los donativos son objetos. Los integrantes de la comunidad también pueden donar su tiempo o talento a proyectos y tareas que hagan a los sobrevivientes sentirse seguros, reconfortados y apoyados por la comunidad.

- Instalación de cerrojos en ventanas y puertas
- Traslado de muebles
- Recaudación de fondos entre la comunidad y organizaciones
- Tareas fáciles del hogar como pintar una habitación
- Servicios como masajes terapéuticos, yoga y nutrición, ofrecidos por profesionales capacitados en atención personalizada para situaciones de trauma.



Esta publicación fue preparada por Leah Green, especialista en asistencia técnica rural del Proyecto de repartición de recursos, con aportes de muchos programas rurales beneficiarios de subvenciones. Para mayor información, comunícate con leah@iowacasa.org o visita el sitio web <http://www.resourcesharingproject.org/rural-training-and-technical-assistance>

Este proyecto fue financiado por la subvención No. 2015-TA-AX-K018, otorgada por la Oficina anti violencia contra las mujeres del Departamento de Justicia de los EE.UU. Las opiniones, hallazgos, conclusiones y recomendaciones expresadas en esta publicación son exclusivamente del autor y no necesariamente reflejan el punto de vista del Departamento de Justicia ni la Oficina anti violencia contra las mujeres.