¿Qué sucede después?

Trayectorias posibles tras situaciones sociales o emocionales difíciles

HERizon

01

Apoyo y conexión

Los servicios de apoyo ayudan a la persona a sentirse más segura, menos aislada y con mayor confianza.
Continúa utilizando redes de apoyo de confianza y recursos para el bienestar.

02

Ambiéntes inseguros o dañinos

La situación implica discriminación, entornos inseguros o comportamientos perjudiciales.
Conocer organizaciones de apoyo y lcanales seguros de denuncia puede ayudar a proteger el bienestar.

03

Estrés, miedo o aislamiento

La persona experimenta agotamiento emocional, soledad, miedo o dudas sobre sí misma.
El apoyo emocional y las estrategias de afrontamiento saludables pueden contribuir a mejorar el bienestar.

04

Apoyo y recuperación

La persona desarrolla un plan personal de apoyo y seguridad y adquiere mayor confianza para pedir ayuda.
Continúa fortaleciendo las relaciones de apoyo y los hábitos saludables que favorecen el bienestar.