

ZURE GORPUTZA ZUREA DA.



INTERNETEN ERE BAI.

Zure argazkiak, bideoak, irudiak: zuk zeuk erabaki.

Inork ez du honako hauek egiteko eskubiderik:



Zure irudi
intimoak
zabaltzea, zure
baimenik gabe.



Irudi sexualak
sortzeko, zure
aurpegia edo
gorputza
erabiltzea.



Zuri buruzko
zerbait
argitaratzearekin
mehatxu egitea,
berak nahi duena
egin dezazun.



Zerbait gertatuko
balitz, ez litzateke
zure errua izango. Zuk
ez duzu ezer bilatu.



Konfiantzako
norbaitekin hitz egin
dezakezu, entzun eta
lagundu zaitzan.

#IndarkeriaSexualDigitalak #IndarkeriaMatxistak



Hau gure artean geratuko da ✓✓

Internetek ez du pribatutasunik bermatzen, ez sekretuetarako ez egoera intimoetarako. Arriskutsua izan daiteke, partekatutakoa txatetik kanpo atera daitekeelako.

Indarkeria sexual digitalak benetakoak dira.

Denok bidaltzen ditugu nudeak ✓✓

Ez da egia. Zeure sexualitatea eremu digitaletan adierazteko zalantzarik baduzu, ondo pentsatu. Presioa ez da inoiz baimena, manipulazioa baizik.

"Ez zaitez horrela jarri, zeuk bidali zenuen eta" ✓✓

Errua biktimari leporatzen zaionean benetako errudunak ez du erantzukizunik beraganatzen. Zure argazkia bidaltzen diozunean ez zaude ematen zabaltzeko eskubiderik. Baimenik gabe partekatzea indarkeria da.

Aizu, badirudi bideo porno batean dagoela ✓✓

Faltsifikazio digital sexualen helburua da lotsaraztea, erasotuen izen ona kaltetzea eta jazartzea. Irudia faltsua bada ere, kaltea benetakoa da.

Beste argazki bat bidaltzen ez badidazu, argitaratu egingo dut ✓✓

Sextortsioa da. Argazki gehiago bidali arren, ez da xantaia geldituko, areagotu egingo delako. Ez duzu negoziatu behar. Frogak gorde itzazu eta zure gain duen kontrolarekin bukatzeko, kontatu gertatu zaizuna

Bizitzetan, gorputzetan eta nortasunetan dute eragina.

Taldeari bidali ✓✓

Irudi intimoak partekatzen dituzte iraintzeko edo itxurak egiteko. Talde batean nudeak baimenik gabe partekatzen badira, ez da talde segurua.

Argazki intimoak EZ dira ez garaikurrak ez taldeentzako materiala.

Irudi intimoak partekatzea, argitaratzeko mehatxua egitea edo deepfake sexualak sortzea indarkeria digitala da, baita delitua ere.

Horrelako irudiren bat jasotzen baduzu:

Ez birbidali. Beste inork eduki horiek ikusi eta partekatzen dituenean, indarkeria areagotzen du. Zuk duzu geldiarazteko aukera.

Ez izan konplizea. Stickerrak, isekak, iruzkinak: dena da mingarria.

Ikusarazi indarkeria dela. Taldearen presioa apurtzea zaila izan arren, badago hori lortzerik. Jakitera ematen baduzu, baliteke beste batzuek ere berbera egitea.

Kaltetuari lagundu. Ezin dizute esan "ez zenuen bidali behar" errua ez delako inoiz biktimarena.

##KateaEten

Zabaltzen badituzu, erantzule zara. Zureesku ere badago katea etetea.

**Emakumeek, arrazializatuek eta
LGTBIQA+ pertsonak jazarpen eta eraso
handiagoak jasaten dituzte Interneten.**

Horregatik, bereizkeria
desagerrarazi behar dugu,
geure burua babestu behar
dugu eta erasoei aurre egin
behar diegu.

Indarkeria sexual digitala
jasaten baduzu, honako hauek
egin urratsez urrats:

Lehenik eta behin, frogak
gorde itzazu. Blokeatu edo
jakinarazi baino lehen,
pantaila-argazkiak egin.
Zuretzat gogorregia bada,
konfiantzako norbaiti
eskatu laguntzeko.

Edukia agertzen den
plataforman jakinarazi.
Salatzea erabaki baduzu,
bidali iezaiezu,
batzuetan azkarrago
erantzuten dute-eta.

Plataformak ezabatzen ez badu, DBEAr jo. Datuak
Babesteko Espainiako Agentziako Lehenatasunezko
Kanalak ezabatzeraz behartu ahal izango du.

Laguntza espezializatua bilatu. Horri
ez diozu zeuk bakarrik aurre egin
behar. FemBloc teknologoak, psikologoak
eta legelari feministak dira, eta
egoera kudeatzen lagunduko dizute.

Sareetan norbaitek zure itxurak egiten baditu:

Profila lapurtu
badizute:

Zure datu pertsonalak arriskuan
jartzen badituzte:

Elkar zaintzeko,
eztabaidatzeko eta
erasoetatik elkarrekin
defendatzeko guneak sortu
eta partekatu.

#LagunekinHobeto

#ElkarrekinIndarHandiagoaDugu

Esta guía recoge consejos prácticos de autodefensa digital feminista para protegerte de las violencias sexuales digitales.

Proteger tu privacidad y seguridad en internet es también una forma de resistencia: desafía las normas que nos quieren calladas y reafirma tu derecho a existir en el mundo digital sin miedo.



Gida honek autodefentsa digital feministarako aholku erabilgarriak eskaintzen dizkizu, indarkeria sexual digitaletatik babesteko.

Interneten zeure pribatutasuna eta segurtasuna babestea erresistentziaren erakusgarri ere bada: isilarazi nahi gaituzten arauak irauli eta mundu digitalean beldurrik gabe aritzeko eskubidea berretsi.



Juntas construimos espacios más seguros para todas.

Elkarrekin, guztiontzako gune segururagoak eratuko ditugu.

¿Necesitas apoyo?/ Laguntzarik behar?

SATEVI
900840111

CAST



EUSK



Ekim



O contacta con FemBloc/
Edo FemBloc-ekin jarri harremanetan:

atencio@fembloc.cat 643 528 573
WhatsApp, Telegram, Signal

Guión/Gidoia: Rebeca Paz

Ilustraciones/Ilustrazioak: María Ortiz Baños

Diseño/Diseinua: María Ortiz Baños

Contenidos/Edukiak: Donestech.net + Fembloc.cat

Coordinación/Koordinazioa: InteRed

Financiación/Finantziazioa: Bizkaiko Foru Aldundia

InteRed
hazkuntza eta datuak berriak aldi

FEMBLOC

Bizkaia
Foru Aldundia
Aldundia Foru