

ERASO MATXISTARIK GABEKO JAI ASKEAK

BELDUR
BARIK



araba  álava
foru aldundia diputación foral

Laia 

Material honen argitalpenean erabilitako informazioa
Emakunderen "Eraso sexistarik gabeko egunak eta gauak"
eta **"Jaietan emakumeen aurkako indarkeria matxista prebenitzeko**
tokiko prozesuak sustatzeko gidetatik atera da.



ERASO MATXISTA HORIEK
LGTBIQ+ PERTSONEN
AURKA ERE EGITEN DIRA.

ZER DA INDARKERIA MATXISTA?

Emakumeen aurka eta hauek emakume izateagatik egiten diren jokabideak dira. Eraso horiek ez dira ustekabekoak edo bakanak, badute funtzio sozial bat: espazio publiko eta pribatuetan emakumeen jarrera kontrolatzea, eta haien mugikortasuna eta askatasuna mugatzea.

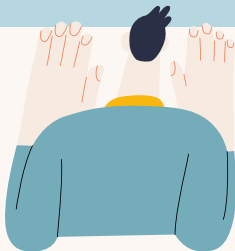
Aintzat ez hartzea, iraintzea, umiliatzea, kritikatzeta, pertsonen itxura fisikoa epaitzea edo kritikatzeta.

Nahi ez den kontaktu fisikoa, hala nola igurtzea edo ukitzea; jarraitzea, behin eta berriz saiatzeta edo jazartzeta.

Deserosotasuna eta beldurra eragiten duten bestelako jokabideak.

Sexu-erasoak pertsona baten sexu-askatasunaren aurkako edozein jokabide dira. Sexu harremana adostasunik gabe egiten bada, ezin da esan baimenarekin egin dela.

Ukitzea, exhibizionismoa, nahiaren aurka hurbiltzea, sexua izateko norbait presionatzea, bortxatzea.



Erasoak ezin dira alkohola edo drogak kontsumitu direlako justifikatu, **ezta biktimaren bizimoduagatik**, janzteko moduagatik edo erasotzailearekin sexu-harremanak edukitzeagatik justifikatu ere. **Erasoaren erantzule bakarra erasotzailea da.**

ZER EGIN ERASOTUA IZAN BAZARA?

- **Zuk zeuk markatzen dituzun erritmoak.** Ez hitz egin nahi ez duzun pertsonarekin, ez duzu zertan azalpenik eman.
- **Inoiz**, egoera batek ezeroso sentiarazten bazaitu, alde egin. Jarraiozu zure intuizioari.
- **Esan ozenki zer gertatzen ari den.** Eragin zure erasotzaileak bere jokabideagatik lotsa senti dezan.



“ERASOTUA
SENTITU BAZARA,
**ERASOTUA
IZAN ZARA**”

Gogoratu ZUK erabakitzen duzula zer egin erasoaren aurrean, fida zaitez zure irizpideez.

- **Jende gehiagorik badago, eskatu laguntza.** Jakinarazi zer gertatzen ari zaizun eta zer egin nahi duzun.

ZER EGIN ERASO MATXISTA BATEN AURREAN?

- **Emakume bat arriskuan dagoela uste baduzu**, galdetu laguntzarik behar duen, eta ez utzi bakarrik egoera horretan. Beharrezkoa dela uste baduzu, Udaltzaingoiari, Ertzaintzari edo SOS Deiak deitu.
- **Argi eta garbi esaiozu erasotzaileari haren jokaeraren aurka zaudela.**



- **Erasotzeari uzteko exijitu.**
- **Lokal batean gertatzen bada**, eman abisua arduradunari.
- **Galdetu ea arreta medikorik nahi duen**, edo gertaera salatu nahi duen. Errespetatu beti bere erabakia.

ZER EGIN EMAKUME BATEK LAGUNTZA ESKATZEN BADIZU?

- **Ez ezazu epaitu.** Ez da baloraziorik egiteko une egokia, ezta gertatutakoari garrantzirik kentzekoa, ezta bera zalantzan jarriko duen galderarik egitekoa ere.
- **Ez hartu erabakirik galdetu gabe.**
- **Ez zabaldu ez daturik ez informaziorik gertatutakoari buruz,** nola eragin diezaiokeen horrek eraso jasan duen pertsonari aurretik pentsatu gabe.
- **Pazientzia eta lasaitasun jarrera izan.**
- **Saiatu bere konfiantzako norbait bilatzen berarekin egon dadin.** Inor aurkitzen ez baduzu, geratu zaitetz behar duen denboran.
- **Ez behartu edo presionatu eraso jasan duen emakumea.**
- **Ez hartu erabakirik, berari kontsultatu gabe**
- **Erakutsi enpatia, babesa eta ulermena.** Esaiozu eraso bat bera ere ez dagoela justifikatuta, eta berak egindako ezerk ez duela gertatutakoa eragin.
- **Errespetatu bere denborak eta erabakiak.**
- **Galdeiozu zerbitzuren batera deitu edo beste edozein urrats eman aurretik.**



ZER EGIN SEXU ERASO BATEN AURREAN?

Emakumeak gertatutakoa salatu nahi duen ala ez oraindik ez badaki ere, **azaldu iezaiozu frogak ezaba daitezkeela dutxatzen bada, jaten badu edo arropaz aldatzen bada.**

Emakumea zaurituta baldin badago eta arreta medikoa behar baldin badu, **esaiozu larrialdietako zerbitzu medikoek derrigor bidali behar dutela parte Epaitegira.**

Hori guztia azaldu ondoren, **berak hartuko du erabakia,** errespetatzen ezazu



ZER DA MENDEKOTASUN KIMIKOA?

Droga jakin batzuk pertsonen borondatea eta kontzientzia kaltetu ditzakete, eta haien eraginpean era guztietako erasoak (sexu-erasoak barne) jasateko arriskuan geratu daitezke. Eragindako zaurgarritasun-egoera horri mendekotasun kimikoa esaten zaio.

Sumisio kimikoa **aldez aurretik pentsatutako zerbait izan daiteke**, hau da, norbaitek biktimari substantzia bat ematen dio bere borondatea desaktibatuzeko asmoarekin. Substantzia hori edari batean edo gorputzaren zatiren batean egindako ziztaden bidez isur daiteke, jendetza, eta iluntasuna aprobe-txatuz.



Mendekotasun kimikoa, emakume bati sexualki erasotzeko erabiltzen denean, **INDARKERIA MATXISTA** mota bat da.



Ziztadak sumisio kimikorik eragin gabe ere gerta daitezke, baina lortzen dutena da terrore sexualeko giroa sortzea, non emakumeak jada ez diren seguru sentitzen eta ezin duten jaiez askatasunez gozatu.

MEDEKOTASUN KIMIKOAREN SUSMOAREKIN LOTUTAKO SINTOMAK:

- Trakets hitz egitea.
- Ikusmen-alterazioak.
- Logura.
- Nahastea.
- Desinhibitzea.
- Urduritasuna edo haluzinazioak.
- Zentzu aldaketa.
- Zorabioa edo bertigoa.
- Motrizitatearen edo orekaren alterazioak.
- Goragaleak edo botaka egitea.



NOLA JOKATU MEDEKOTASUN KIMIKOAREN AURREAN?

- **Gorputzeko edozein lekutan zitzada bat nabaritzen baduzu**, lehen aipatutako sintometako bat agertzen bada, **esan berehala zure lagunei**, kontatu zer gertatu zaizun eta zer sentitzen ari zaren, eta deitu 112ra.
- **Lagunen batek zitzadaren bat sentitu duela esaten badizu** edo lehen aipatutako sintomaren bat duela ikusten baduzu, ez kendu garrantzirik informazio horri, ez utzi bakarrik eta berak ezin badu, deitu zuk 112ra berehala.



- **Ez joan leku bakarti batera,** sentsazioa pasatzeko, eta saiatu norbaitekin egoten. Era berean, beste pertsona bati gertatzen bazaio: berarekin batera egon beste norbaitek artatu edo lagundu arte eta deitu 112ra.

- **Jakinarazi berehala zer gertatu zaizun edo zure lagunari zer gertatu zaion** aisialdi aretoko edo jaietako arduradunei, edo joan zaitez festan egon daitekeen Puntu Morera.
- **Mendekotasun kimikoz erasotua izan zaren susmoaz esnatzen bazara:**

Ez aldatu arropa,
ez garbitu,
frogak gordetzen
saiatu.

Joan berehala
ospitalera, zure
sintomei kasu
egin eta analisiak
egin ahal izateko.

Kontatu gogoraten
duzun azkena eta
nola esnatu zaren,
mendekotasun-pro-
tokolo kimikoa
aktibatu ahal
izateko.

Aurkeztu
salaketa
Ertzaintzan.

Informazioa eta
arreta
SOS Deiak 112
112



Gizarte
Larrialdietarako
Udal Zerbitzua
945 134 444

Arreta
zerbitzua 24h
900 840 111