

Fes un Click! A la xarxa sense risc

Guia pràctica per connectar-te
a les xarxes socials de forma
segura i...

"... que no t'envedin!"



Fes un click! A la xarxa sense risc

Aquesta guia és una eina per a la sensibilització i la prevenció de la violència de gènere a través de les xarxes socials i, alhora, per a l'ús de les xarxes de forma segura. La guia dóna resposta al compromís de la UdL per treballar per un estat d'opinió de tolerància zero, tal com es manifesta en el Reglament d'actuació en cas de violència de gènere a la UdL.

Les tecnologies de la informació i la comunicació tenen una presència molt intensa en el dia a dia de joves i adolescents i esdevenen un espai en què es socialitzen i es construeixen com a persones. És en aquests espais en línia on es relacionen i exposen públicament les experiències personals, fins i tot les relacions de parella.

La recerca ha posat de manifest la necessitat de conèixer i intervenir en les noves maneres d'exercir la violència de gènere que estan sorgint a través de l'ús de les tecnologies.

És per aquest motiu que es reclama especial atenció a les interaccions violentes a les xarxes socials, com els actes de control, amenaces, humiliacions, xantatges, etc.



Passa't l'antivirus

Alguna vegada has patit alguna d'aquestes situacions a les xarxes socials?

- 1 - Algú desconegut s'ha posat en contacte amb tu i t'ha demanat fotos/vídeos ensenyant el teu cos nu?
- 2 - La teva parella ha utilitzat la teva contrasenya per accedir als teus perfils, amb o sense el teu consentiment?
- 3 - Repts trucades, missatges... d'una forma continuada sol·licitant cites?
- 4 - T'ha humiliat alguna persona per raó d'identitat de gènere o d'orientació sexual?
- 5 - Has rebut amenaces si no accedies a mantenir relacions sexuals?
- 6 - Algú ha espiat el teu perfil i ha utilitzat la informació per jutjar-te, criticar-te, intimidar-te...?
- 7 - Algú ha publicat alguna imatge teva per no acceptar tenir sexe o altres demandes sexuals?
- 8 - La teua parella controla quan t'has connectat per darrera vegada, amb qui parles, què dius i a on vas?
- 9 - Alguna vegada algú ha fet comentaris denigrants o bromes sobre el teu físic?
- 10 - La teua parella et demana sovint el mòbil perquè li deixis veure?

Si has contestat "SÍ" en alguna pregunta, alerta! Podries trobar-te davant d'una situació de violència de gènere!

Si creus que algú t'assetja, guarda totes les proves.

10 Consells pràctics

Protegeix...

- 1... la teua privacitat i la informació personal. Res del que enviïs o comparteixis a Internet o a través del mòbil és privat.
- 2... el teu equip. Tingues un bon antivirus, desactiva la webcam quan no la facis servir i utilitza-la només amb persones conegudes.

Evita...

- 3... parlar amb persones que no coneixes, que et molesten o et provoquen.
- 4... citar-te per primer cop a soles amb algú que hagi conegut a la xarxa.
- 5... compartir continguts, imatges o vídeos comprometedors.

Rebutja...

- 6... amistats de gent que no coneixes i respondre missatges de persones que t'ofereixen coses.
- 7... els missatges sexuals o pornogràfics.

Parla...

- 8... si creus que et trobes en una situació d'assetjament o discriminació sexual.
- 9... si observes que algú està patint una situació de violència de gènere.

Denuncia...

- 10... si pateixes una situació de violència de gènere.

Telèfon d'emergències: **112**

Telèfon d'atenció a la violència de gènere:

016 i 900 900 120

Mossos d'Esquadra:

internet@gencat.cat

Directament en una comissaria

Fenòmens de risc

Aquests són els fenòmens de risc més habituals a les xarxes socials:

ASSETJAMENT És l'assetjament psicològic que es dona de forma recurrent entre iguals i que es manifesta amb humiliacions o amenaces cap a una altra persona a través de les tecnologies.

GROOMING Abús sexual virtual. És l'estratègia de pedòfils (persones adultes) d'atansar-se a un o una menor amb l'objectiu de guanyar-se la seva confiança per abusar-ne sexualment (amb imatges, vídeos, cites, etc.).

TROLLING Publicació de comentaris ofensius, insults, provocacions i amenaces en fòrums, pàgines... amb l'únic objectiu de molestar o provocar. És una forma de ciberassetjament

SEXTING (sex-texting) Enviament de continguts eròtics o pornogràfics a través dels telèfons mòbils.

SEXTORSIÓ Fer xantatge a algú amb una imatge o vídeo de si mateixa, comprometedor sexualment, i que prèviament s'ha compartit mitjançant el sexting. Se l'amenança de difondre més continguts o agredir-la si no accepta el xantatge.



APPLICA'T

SMS. Sin machismo. Amor 3.0. Eina educativa per prevenir i sensibilitzar sobre la violència masclista en joves. Inclou qüestionaris per desmuntar mites existents que porten per títol “Y yo... ¿soy machista?”, “Y mi relación... ¿funciona?”, “Y el amor... ¿Es romántico?”, entre d’altres.

Libres. Aplicació informativa que inclou un test per a l’autoreconeixement de la violència de gènere. L’accés es realitza mitjançant una falsa icona en el menú del telèfon, fet que la fa indetectable per l’agressor i facilita sentir-se lliure a l’hora d’utilitzar-la. Permet trucar directament al 016 i al 112 i inclou vídeos amb testimonis de dones que han sobreviscut a la violència.

Enrédate sin machismo. Aplicació pensada perquè a través del joc s’analitzi la relació de parella. Inclou una guia per comprovar si la relació va bé.

Pillada por ti. Còmic en format d’aplicació per a la sensibilització de la violència de gènere. La parella protagonista són l’Olivia i el Martín, que «pueden ser cualquiera de los chicos y de las chicas con los que os encontráis habitualmente (...) chicas que se quedan pilladas por chicos que al principio son muy simpáticos, pero que después se creen dueños de ellas (...) y dejan de ser simpáticos para volverse violentos.»

Relación sana. Per detectar i prevenir la violència masclista en les relacions i promoure’n d’igualitàries. Consta d’un qüestionari per a fer una autodiagnosi per saber si la relació que manté és sana o, del contrari, té elements de risc. Incorpora consells sobre com actuar davant d’una situació de maltractament i la trucada directa al 112.

Consulta més aplicacions i recursos a la xarxa!



Recursos a la xarxa

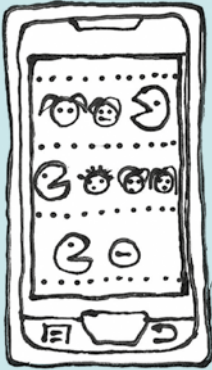
www.pantallasamigas.net

www.violenciasexualdigital.info

www.sextorsion.es

www.ciberbullying.com

www.internet-grooming.net



www.sexting.es

La teva privacitat
NO és un joc

www.proteccionprivacidad.com

www.cuidadoconlawebcam.com

www.internetsinacoso.com

www.cuidatuimagenonline.com

www.minoviomecontrola.blogspot.com.es

Aquesta guia és una adaptació de la guia elaborada per Yolanda Bardina (Associació LIKA), Cristina Rodríguez (Centre Dolors Piera- UdL) i Elena Serrat (Ajuntament d'Alcoletge) durant la formació impartida en el marc del projecte GAP Work Catalunya «Joves i violència de gènere. Projecte Internacional de disseny i avaluació de formacions per a professionals» que té el suport econòmic del programa Daphne III de la Unió Europea. Codi del projecte: JUST/2012/DAP/AG/3176.



Ajuntament d'Alcarràs



Universitat de Lleida

Centre Dolors Piera
d'Igualtat d'Oportunitats
i Promoció de les Dones

Campus de Cappont
C. de Jaume II, 71
Edifici Polivalent (despatx 0.20)
25001 Lleida (Catalunya)
Tel. +34 973 70 27 57 - 973 70 33 96 - 973 70 66 23

centredolorspiera@cdp.udl.cat
<http://www.cdp.udl.cat>

Segueix-nos!

 [centredolorspiera](#)

 [@centrecdp](#)

 [dolorspiera](#)