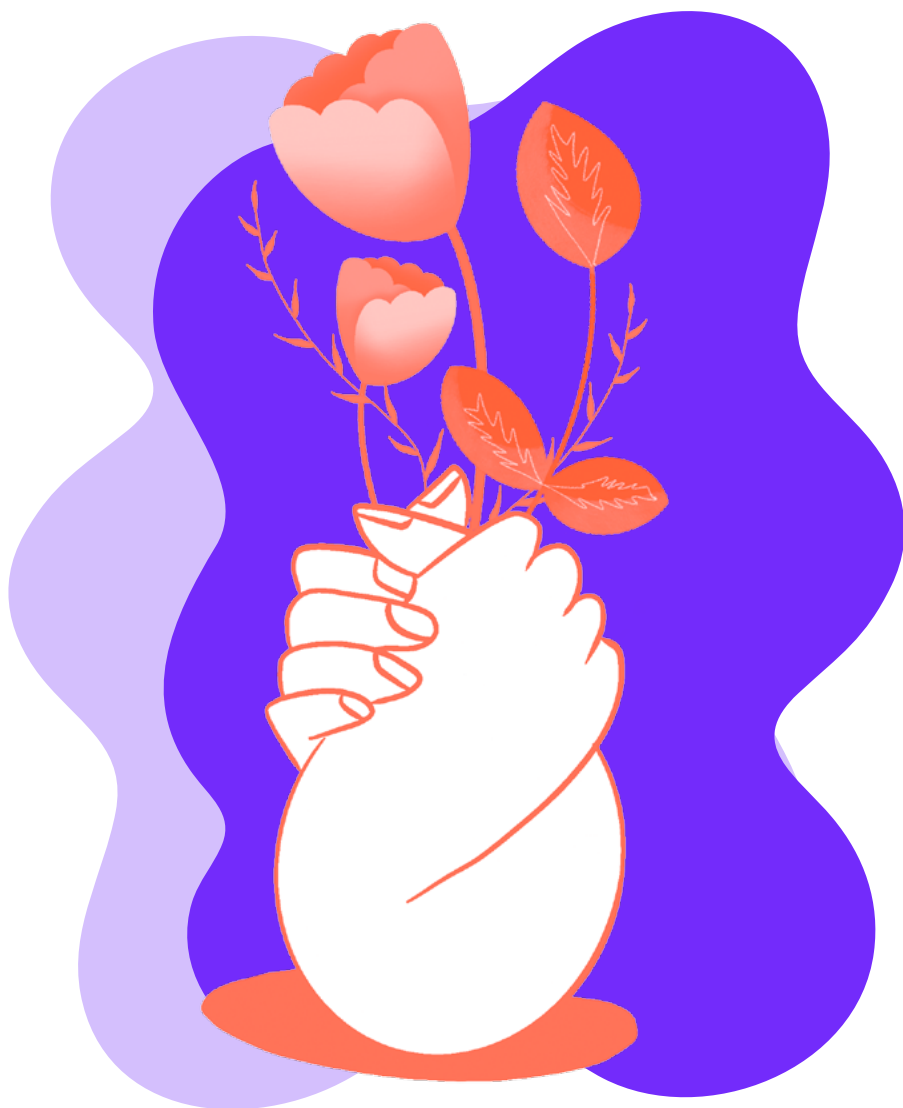


# INDARKERIA MATXISTA ETA SEXU-ERASOAK ZER EGIN DEZAKEGU?

PASAIAKO UDALAK EGINDAKO  
AUTOLAGUNTZA GIDA



# I.

## Indarkeria matxistari buruz





## 1.1. Indarkeria matxistarik gabeko bizitzak nahi ditugu

Indarkeria matxista ez da arazo pribatua, ezta gertaera isolatua ere.

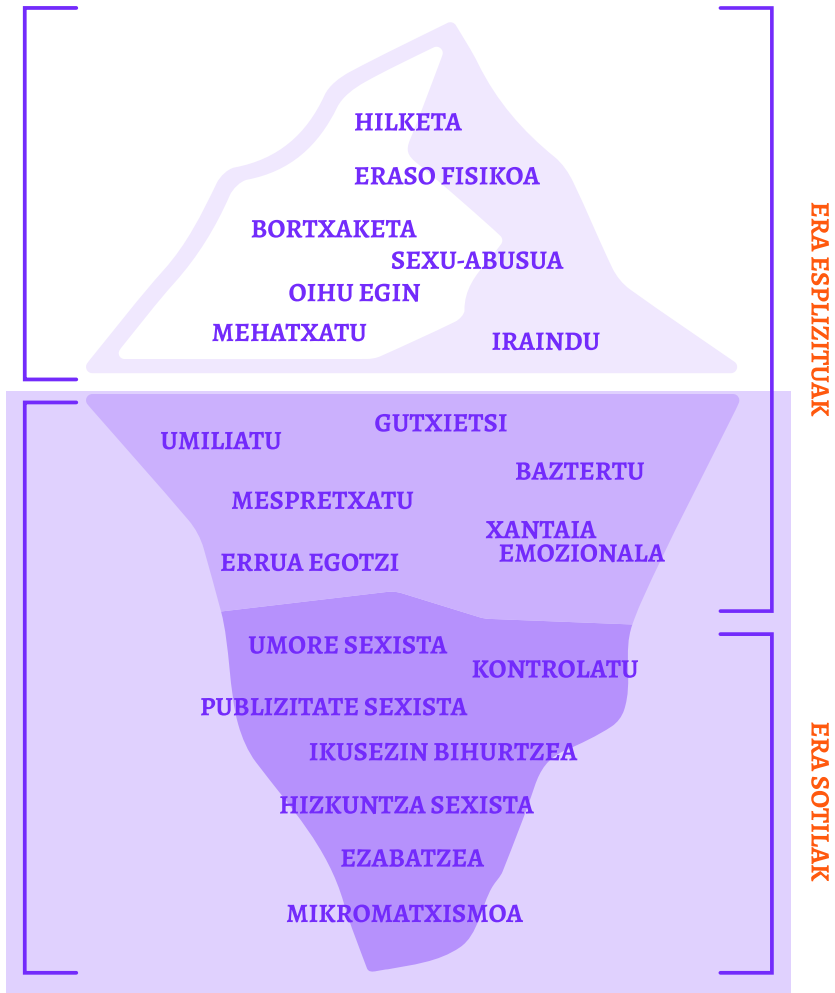
Indarkeria matxista giza eskubideen aurka doa, eta gizarte osoari eragiten dio. Emakumeek, neskatoek eta / edo genero-identitate edo sexualitate ez-normatiboak dituztenez pairatzen dute, horregatik bakarrik.

Egiturazko indarkeria dela esaten dugu, patriarkatuak inposatzen duen desberdintasunaren adierazpena delako, eta, aldi berean, haren jarraitutasuna bermatzeko bitarteko bat delako, diskriminazioa indartuz, legitimatuz eta erreproduzitzen.

Pasaiaiko Udalak konpromiso irmoa hartua du indarkeria matxistaren era guztiak desagerrarazteko. Autolaguntza-gida hau egitea beste urrats bat da hura hautemateko, azaleratzeko eta hari aurre egiteko estrategian.



## 1.2. Indarkeria matxista iceberg baten modukoa da



Iturria: Amnesty International



## 1.3. Hainbat indarkeria-mota daude

Emakumeen aurkako indarkeria-mota asko daude, eta haien kargura dauden pertsoneri eta ingurune hurbilenari ere eragiten diete.

Seme-alaba adingabeak zuzeneko biktimatzat hartzen dira.

### INDARKERIA FISIKOA

Kalte egiten dio zure gorputzari

*Gauzak bota edo apurtzen ditu, bultza egiten dizu, ostikadak ematen dizkizu, jo egiten zaitu...*



### INDARKERIA PSIKOLOGIKOA

Zure autoestimua suntsitzen du

*Oihu egiten dizu, iraindu egiten zaitu edo umiliatu egiten zaitu; ez dizu uzten beste pertsona batzuekin harremana izaten...*



### INDARKERIA EKONOMIKOA

Zure independentzia ekonomikoa mugatzen edo eragozten du

*Zure dirua kontsultatu gabe erabiltzen du, ez dizu dirurik uzten, zure gastuak kontrolatzen ditu...*



### SEXU-INDARKERIA

Zure sexualitatearen jabe egiten da

*Baimenik gabe ukitzen zaitu, nahi ez duzunean harremanak izatera behartzen zaitu, bortxatu egiten zaitu...*



## Honako hauek ere emakumeen aurkako indarkeria dira:



X	Emakumeen eta neskatoen salerosketa
X	Sexu-esplotazioa
X	Laneko edo eskolako jazarpena
X	Ezkontza behartua
X	Emakumeen genitalen mutilazioa
X	Ziberindarkeria
X	Indarkeria bikarioa (biktimaren maiteenganako indarkeria, askotan haren seme-alabenganakoa)

Eta ez ditugu ahaztu behar beste indarkeria matxista mota batzuk, hala nola homofobia, lesbofobia, transfobia...



## 1.4. Borroka gaitezen mitoen, aurreiritzien eta zurrumurruen aurka

"Barru-barruan maite nau"

"Trapu zikinak etxean garbitzen dira"

"Zerbait egingo zenuen..."

"Hain gaizki ez zara egongo..."

"Lehenago kontatu behar zenuen"

"Jeloskortasuna maitasunaren erakusgarri da"

"Ezinezkoa da, pertsona ona da eta"

"Ziur ez zenuela zeuk haserrearazi?"

"Bai, baina zuk ere..."



Gogoan izan guztiok dugula eskubidea:

✓	Indarkeriarik gabe bizitzeko
✓	Gure bizitzari eta gorputzari buruz erabakitzeko
✓	Zerbait gustatzen ez bazaigu edo seguru ez bagaude, EZETZ esateko
✓	Gure seme-alabak ondo egon daitezen eta sufritu ez dezaten





## 1.5. Eta nire inguruko norbait indarkeria jasaten ari bada?



**EPAITU GABE ENTZUN**



**ENPATIA ETA ULERMENA  
ADIERAZI**



**EMAN ERABAKIAK HARTZEKO  
BEHAR DUEN DENBORA**



**HAREN NAHIAK  
ERRESPETATU ETA HAREN  
BEHARRAK KONTUAN HARTU**

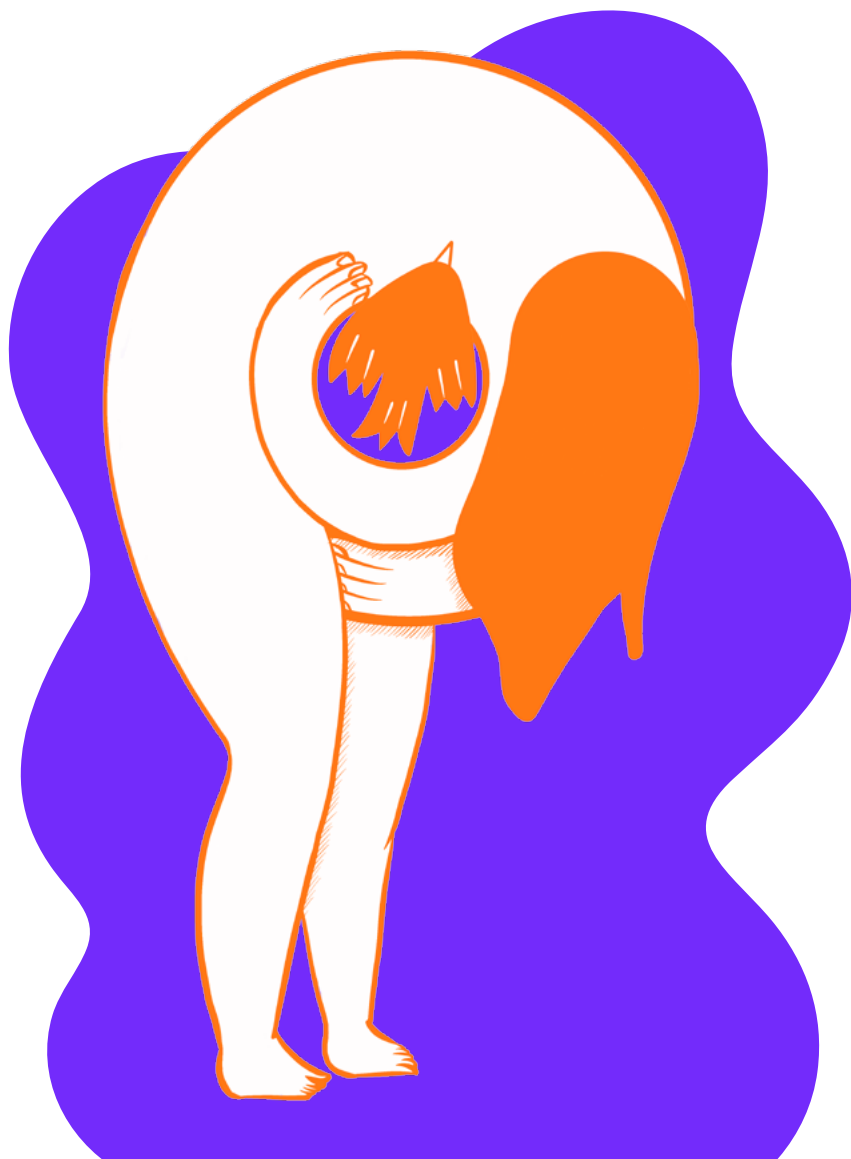


**BILATU LAGUNTZA: GIDAN  
AGERTZEN DIREN BALIABIDE  
GUZTIAK ZUEN ESKURA DAUDE**



**2.**

**Zer egin laguntza behar  
duzunean?**





## 2.1. Zure beharren arabera erabilgarri dauden zerbitzuak

### Zerbitzu espezializatuak

#### **PASAIAKO GIZARTE ZERBITZUAK**

Informazioa, aholkularitza eta orientazioa behar badituzu. Zure kasua baloratuko dute eta prozesu osoan lagunduko dizute; hala badagokio, behar den zerbitzura bideratuko zaituzte eta behar diren baliabideak aktibatuko dituzte.

**943344034** (Luzapena: **910**)

#### **TRINTXERPE / SAN PEDRO**

Astelehenetik ostiralera / Euskadi etorbidea, 27 (Behea)

#### **ANTXO**

Asteartetik ostegunera / Gelasio Aranburu, 8

#### **DONIBANE**

Asteartetik ostegunera / Donibane, 19

#### **TRATUTXARREN BIKTIMEI LAGUNTZEKO ZERBITZUA**

Telefono bidezko zerbitzua da, eta 24 orduz funtzionatzen du. Genero-indarkerian espezializatu.

(SATEVI): **900 840 111** (doakoa)

Eguneko 24 orduetan.

Zerbitzua hainbat hizkuntzatan dago eskuragarri.

#### **BIKTIMARI LAGUNTZEKO ZERBITZUA**

Aurrez aurreko (Donostian) eta telefono bidezko zerbitzua da.

#### **EDOZEIN DELITUREN BIKTIMENTZAT**

**943 000 768** eta **900 100 928** (doakoa)

#### **JUSTIZIA JAUREGIA, ATOTXA**

Kalkutako Teresa plaza 1, 20012 Donostia

Astelehenetik ostiralera: 8.30-15.00

Astearte eta asteazkenetan: 16.30-19.00

Uztailen eta abuztuan: 8.00-15.00

# Larrialdi-zerbitzuak eta polizia



## **SOS DEIAK (telefonoa eta aplikazioa)**

### **LARRIALDIETARAKO ZERBITZUA 112**

Por teléfono: **112**

Mugikorretarako aplikazioa: **112 SOS Deiak**

Desgaitasuna duten pertsonentzako zerbitzua  
Eguneko 24 orduetan

## **PASAIAKO UDALTZAINGOA**

**943 00 43 00**

Eguneko 24 orduetan  
Euskadi etorbidea z.g.

## **OARSOALDEKO ERTZAINZA**

**943 53 88 80**

Eguneko 24 orduetan  
Touring etorbidea z.g. (Errearteria)



## OSASUN-ZENTROAK

### LARRIALDIKOA EZ DEN MEDIKU-ARRETARAKO

Lanegunetan, 08:00etatik 15:00etara

#### SAN PEDROKO OSASUN-ZENTROA

Marinelen kalea 1

**943 00 65 50**

#### PASAI ANTOKO OSASUN-ZENTROA

Eskalantegi kalea 68

**943 00 69 90**

#### DONIBANEKO OSASUN-ZENTROA

Donibane kalea 15.

**943 34 64 74**

## ETENGABEKO ARRETA GUNEA ETA OSPITALEA

### OSASUN-ZENTROEN ORDUTEGITIK KANPO MEDIKU-ARRETA EMATEKO

#### IZTIETAKO EAG (ERRETERIA)

Lezo hiribidea, z.g.

**943007940**

Astelehenetik ostiralera, 17.00-8.00

Asteburuetan eta jaiegunetan, 24 ordu

#### GROSEKO EAG (DONOSTIA)

Nafarroa etorbidea, 14

**943007909**

Asteburuetan eta jaiegunetan, 9:00-21:00

#### DONOSTIA OSPITALEA

Begiristain Pasealekua, Donostia

Larrialdiak: **900 00 70 53**

Telefonogunea: **943 00 70 00**

Eguneko 24 orduetan



## Gogoratu



Zerbitzu publiko guztiak doakoak dira.



Ez da beharrezkoa salaketa jartzea informazioa edo aholkularitza jaso ahal izateko.



Zure egoitza-egoera irregularra bada ere, arreta emango dizute eta behar duzun laguntza eskainiko dizute.



Kasu askotan, beste hizkuntza batera itzultzeko zerbitzua edo zeinu-interpretearen zerbitzua eskaini ahal izango dizute, behar izanez gero.



Sistemek sarean lan egiten dutenez, baliteke beste zerbitzu batera jo dezazun proposatzea, baldin eta bideratzea onartzen baduzu.



Konfiantzazko pertsonarik ez baduzu, zerbitzu horietako profesionali eska diezaiekezu zurekin egoteko eta laguntzeko.





## 2.2. Zer egin eraso bat jasan baduzu?

Eraso bat (edo gehiago) jasan baduzu, gogoratu ez zaudela bakarrik. **ESKATU LAGUNTZA.**

Gida honetan agertzen den edozein zerbitzutara jo dezakezu. Saiatu gertatutakoaren froga guztiak gordetzen.



### Gogoratu



- ✓ Gorde erasoaren edo mehatxuen froga guztiak: deien edo mezuen erregistroa, argazkiak, mediku-partearak...
- ✓ Etxetik irten aurretik, saiatu oinarrizko dokumentazioa hartzen: NAN, aurrezki-libreta, osasun-txartela, etab.
- ✓ Astirik ematen ez badizu, zure gauzak jasotzera etxera laguntzeko eska diezaiokezu poliziari.
- ✓ Etxeko animaliez arduratuko den zerbitzu bat ere eska dezakezu.
- ✓ Sexu-eraso bat jasan baduzu, hobe da ez garbitzea eta arropa ez aldatzea, frogak ez ezabatzeko.
- ✓ Arrazoi beragatik, ahotik eraso egin badizute, gomendagarria da ez jatea eta edatea.
- ✓ Nolanahi ere, erasoak gertatu eta ordu edo egun batzuetara ere joan zaitezke, eta frogak biltzen saiatuko dira.





## 2.3. Eta salaketa jartzea erabaki baduzu?

Salaketa jartzea erabaki baduzu, edozein polizia-etxetan edo epaitegitan egin dezakezu.

Saiatu daukazun dokumentazioa eramaten, eta eskatu konfiantzazko pertsona bati lagun diezazun.

Gizarte Zerbitzuetako profesionalei laguntza eska diezaiekezu.



### Gogoratu

- ✓ Salaketa jarri aurretik, abokatu batekin hitz egiteko eskubidea duzu, aholku eman diezazun, doan.
- ✓ Beste hizkuntza batera itzultzeko zerbitzua edo zeinu-interpretarearen zerbitzua eskatzeko eskubidea ere baduzu, behar baduzu.
- ✓ Abokatuak informazioa emango dizu salaketa aurkeztu aurretik. Baita epaitegiko prozesu osoan zehar ere.
- ✓ Eman itzazu gertatu zaizunari eta jasan dituzun indarkeria-egoerei buruzko xehetasun guztiak: datak, lekukoak, txostenak...
- ✓ Kontatu zure seme-alabek ere indarkeria jasan duten, bertan zeuden edo gertatu zitzaizuna entzun zuten.
- ✓ Babes-agindu bat eska dezakezu zuretzat, zure seme-alabentzat edo zure familiako beste kide batzuentzat.
- ✓ Sinatu aurretik, irakurri arretaz salaketan esaten den guztia. Eskatu salaketaren kopia bat.





## 2.4. Zergatik jo udaleko gizarte-zerbitzuetara?

Pasaiako Gizarte Zerbitzuetan indarkeria matxistari aurre egiten ari diren emakumeentzako arreta lehentasunezkoa da, eta honako hauetan oinarritutako ikuspegi batetik heltzen zaio:

- Laguntza integrala eta pertsonalizatua.
- Segurtasuna eta babesa.
- Ahalduntzea.

Gizarte Zerbitzuetako profesionalak prestatuta daude kasu bakoitzaren arrisku-mailaren balorazioa egiteko, denboran zehar jarraipena egiteko, beharrezkoa bada beste sistema/zerbitzu batzuetara bideratzeko eta dagozkion baliabideak aktibatzen.

Udaletako gizarte-zerbitzuak gizarte-zerbitzuen euskal sistemako baliabideetara sartzeko atea dira. Zure egoeraren eta premien arabera, honako laguntza hauek jaso ditzakezu: larrialdiko etxebizitza eskuratzea, zerbitzu juridikoak, laguntza ekonomikoak, enplegu-programak, laguntza psikosozial indibiduala edo kolektiboa, autolaguntzako taldeak, etab.



