

## ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ

Η σεξουαλική και έμφυλη βία δεν είναι δικό σου φταίξιμο!

Παγκοσμίως πολλές γυναίκες, άνδρες, κορίτσια και αγόρια βιώνουν σωματική ή σεξουαλική κακοποίηση ή άλλες μορφές έμφυλης βίας στη διάρκεια της ζωής τους. Ο καθένας μπορεί να είναι θύμα σεξουαλικής και έμφυλης βίας.

**Δεν είστε μόνοι σας! Η βοήθεια είναι διαθέσιμη!**

Υπάρχουν άνθρωποι που μπορούν να σας βοηθήσουν, όπως γιατροί, αστυνομικοί, και κοινωνικοί λειτουργοί. Εάν έχετε βιώσει ή αντιμετωπίζετε σεξουαλική και έμφυλη βία, ενημερώστε κάποιον που εμπιστεύεστε ή επικοινωνήστε με τους οργανισμούς που αναφέρονται παραπάνω.

**Βοηθήστε τους άλλους να παραμείνουν ασφαλείς, επίσης!**

Αν κάποιος που έχει βιώσει ή βιώνει σεξουαλική και έμφυλη βία φτάσει σε εσάς, άκουσέ τον/την και υπενθύμισέ του/της ότι η σεξουαλική και έμφυλη βία δεν είναι δικό τους λάθος και δεν είναι μόνοι. Ενημερώστε ότι υπάρχει διαθέσιμη βοήθεια και ενθαρρύνετε τα θύματα να αναζητήσουν βοήθεια. Εάν συμφωνήσουν, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τους οργανισμούς που αναφέρονται παραπάνω μαζί.

Μοιραστείτε το φυλλάδιο και το βίντεο, ώστε να φτάσει σε περισσότερα άτομα!

<https://youtu.be/5e41uHP-IC0>



## ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΕΜΑΣ

Το πρόγραμμα PROTECT, το οποίο υλοποιείται από το Διεθνή Οργανισμό Μετανάστευσης (ΔΟΜ) και τους εταίρους του, στοχεύει στην ενίσχυση των εθνικών υπηρεσιών υποστήριξης για τα θύματα σεξουαλικής και έμφυλης βίας. Το πρόγραμμα PROTECT έχει επίσης ως στόχο να διαθέσει τις υπηρεσίες αυτές στους πρόσφυγες, τους αιτούντες άσυλο και τους μετανάστες, είτε είναι παιδιά είτε ενήλικοι, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων που προσδιορίζονται ως ΛΟΑΔΣ.

<https://eea.iom.int/PROTECT-project>



Χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Δικαιώματα, Ισότητα και Ιθαγένεια (2014-2020) της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ  
ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ  
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΙ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ



Το φυλλάδιο αυτό έχει σχεδιαστεί για όσους έχουν μεταναστεύσει στην Ελλάδα από άλλη χώρα. Μπορεί να ήρθατε εδώ ζητώντας προστασία, απασχόληση, σπουδές, ή για να επανενωθείτε με μέλη της οικογένειάς σας.

Στην Ελλάδα ΚΑΘΕ άτομο έχει τα ίδια δικαιώματα ανεξάρτητα από την ηλικία, την ταυτότητα φύλου, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, τη γλώσσα, τη θρησκεία ή από πού προέρχονται.

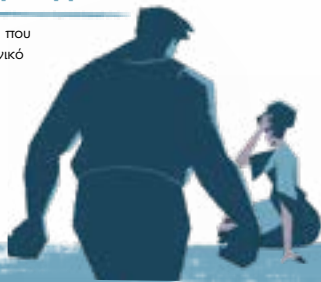
Έχεις το ΔΙΚΑΙΩΜΑ να απολαμβάνεις μια ζωή απαλλαγμένη από οποιαδήποτε μορφή βίας. Αν κάποιος βλάψει ή απειλήσει να βλάψει εσένα ή κάποιον που γνωρίζεις να θυμάσαι ότι έχεις το δικαίωμα να λάβεις βοήθεια και προστασία.

Δεν είσαι μόνος/η σου. Υπάρχει διαθέσιμη ΒΟΗΘΕΙΑ.

## ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΙ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ

### Τι είναι η σεξουαλική και εμφυλη βία?

Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΙ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ (SGBV) είναι η βία που στρέφεται κατά προσώπου με βάση το φύλο, το κοινωνικό φύλο ή την ταυτότητα φύλου. Η σεξουαλική και εμφυλη βία περιλαμβάνει πράξεις που προκαλούν σωματική, ψυχική ή σεξουαλική βλάβη ή πόνο, απειλές για τέτοιες πράξεις, εξαναγκασμό και άλλες στερήσεις ελευθερίας. Οι δράστες συχνά χρησιμοποιούν βία, εξαναγκασμό, εξαπάτηση ή χειραγώγηση. Τις περισσότερες φορές η εμφυλη βία δεν αναγνωρίζεται ή δεν αναφέρεται.



### Ποια είναι η διαφορά του φύλου, του κοινωνικού φύλου και της ταυτότητας φύλου?

Το φύλο ενός ατόμου αποδίδεται κατά τη γέννηση με βάση ανατομικούς και βιολογικούς παράγοντες, ενώ το κοινωνικό φύλο είναι ο τρόπος με τον οποίο η κοινωνία πιστεύει ότι οι άνθρωποι πρέπει να συμπεριφέρονται (πώς πρέπει να ντύνονται και να παρουσιάζουν τους εαυτούς τους, ποιοι είναι οι ρόλοι και οι ευθύνες τους, κλπ.) σύμφωνα με το βιολογικό τους φύλο.

Η ταυτότητα φύλου του ατόμου αναφέρεται στην βαθιά αισθητή εσωτερική και ατομική εμπειρία του φύλου. Αυτό μπορεί να είναι ή να μην είναι το ίδιο με το φύλο που του αποδόθηκε κατά τη γέννηση. Η ταυτότητα φύλου μπορεί να περιλαμβάνει την προσωπική αίσθηση του σώματος που μπορεί να περιλαμβάνει, εάν το επιλέξουν, τροποποίηση της σωματικής τους εμφάνισης ή λειτουργίας με ιατρική, χειρουργική επέμβαση ή άλλα μέσα; και άλλες εκφράσεις φύλου, συμπεριλαμβανομένου του τρόπου που κάποιος επιλέγει να ντύνεται, να μιλά και τις ιδιομορφίες με τις οποίες εκφράζεται.

### Ποιοι ανήκουν στην ΛΟΑΔΣ κοινότητα?

Ο ΛΟΑΔΣ είναι ένας όρος που δίνει έμφαση στην ποικιλομορφία του βιολογικού φύλου, του σεξουαλικού προσανατολισμού και της ταυτότητας φύλου που αναφέρεται, όχι αποκλειστικά, σε λεσβίες, ομοφυλόφιλους, αμφιφυλόφιλους, διεμφυλικούς και διαφυλικούς άτομα.



### Ποιοι είναι οι κύριοι τύποι της σεξουαλικής και εμφυλης βίας?

Η σεξουαλική και εμφυλη βία μπορεί να είναι σωματική ή ψυχολογική και μπορεί να περιλαμβάνει την ενδοοικογενειακή βία και τη βία μεταξύ συντρόφων, την οικονομική κακοποίηση, τη συναισθηματική και ψυχολογική κακοποίηση, τη σωματική επίθεση, τη σεξουαλική κακοποίηση και το έγκλημα μίσους κατά μελών της Κοινότητας ΛΟΑΔΣ.

- **Η ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ** χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη βία που λαμβάνει χώρα στο σπίτι ή στην οικογένεια μεταξύ συντρόφων, καθώς και μεταξύ άλλων μελών της οικογένειας.
- **Η ΒΙΑ ΜΕΤΑΞΥ ΣΥΝΤΡΟΦΩΝ** χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη βία μεταξύ των στενών συντρόφων (παντρεμένους, συμβιώσαντες σύντροφοι, φίλος/φίλη ή έχοντες άλλη στενή σεξουαλική σχέση). Ορίζεται ως συμπεριφορά από έναν οικείο σύντροφο ή πρώην σύντροφο που προκαλεί σωματική, σεξουαλική ή ψυχολογική βλάβη, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής επιθετικότητας, του σεξουαλικού εξαναγκασμού, της ψυχολογικής/συναισθηματικής κακοποίησης και της συμπεριφοράς ελέγχου. Αυτό το είδος βίας μπορεί επίσης να περιλαμβάνει την άρνηση πόρων, ευκαιριών ή υπηρεσιών.
- **ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ** – Μια πτυχή της κακοποίησης όταν ο θύτης ελέγχει τα οικονομικά των θυμάτων για να τους αποτρέψει από το να αποκτήσουν πρόσβαση σε πόρους, στην εργασία ή να διατηρήσουν τον έλεγχο των εσόδων τους, να επιτύχουν την αυτάρκεια και να αποκτήσουν οικονομική ανεξαρτησία.
- **ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ** Η συναισθηματική κακοποίηση σημαίνει ψυχικό ή συναισθηματικό πόνο ή τραυματισμό. Οι απειλές σωματικής ή σεξουαλικής βίας, ο εκφοβισμός, η ταπείνωση, η καταναγκαστική απομόνωση, ο κοινωνικός αποκλεισμός, η παρακολούθηση, η λεκτική παρενόχληση, η ανεπιθύμητη προσοχή, οι παρατηρήσεις,

οι χειρονομίες ή τα γραπτά σεξουαλικής ή/και απειλητικής φύσης, η καταστροφή αγαπημένων αντικειμένων και η σεξουαλική παρενόχληση είναι όλα παραδείγματα μορφών συναισθηματικής κακοποίησης.

**ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΘΕΣΗ** – Μια πράξη σωματικής βίας που δεν είναι σεξουαλικής φύσεως.

Παραδείγματα συμπεριλαμβάνουν: χτυπήματα, χαστούκια, πνιγμό, κόψιμο, σπρώξιμο, κάψιμο, οποιαδήποτε χρήση όπλου, επιθέσεις με οξύ ή οποιαδήποτε άλλη πράξη που οδηγεί σε πόνο, δυσφορία ή τραυματισμό.

**ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ** – Σημαίνει την πραγματική ή απειλούμενη σωματική επίθεση με σεξουαλικό χαρακτήρα, είτε με βία είτε λόγω άνισων ή καταναγκαστικών συνθηκών.

**ΕΓΚΛΗΜΑ ΜΙΣΟΥΣ** Το έγκλημα μίσους είναι ένα έγκλημα με κίνητρο τις προκαταλήψεις, το οποίο συμβαίνει όταν ένας δράστης στοχεύει ένα θύμα λόγω της ένταξης του (ή θεωρούμενης ένταξης) σε μια συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα (π.χ. επίθεση σε κάποιον λόγω της φυλής, της θρησκείας, του χρώματος ή της ταυτότητας φύλου).

## Ποιοι άλλοι τύποι σεξουαλικής και έμφυλης βίας υπάρχουν?

Υπάρχουν πολλοί τύποι σεξουαλικής και έμφυλης βίας, συμπεριλαμβανομένων επιβλαβών παραδοσιακών πρακτικών, όπως ο ακρωτηριασμός/κοπή γυναικείων γεννητικών οργάνων (ΑΓΓΟ), ο εξαναγκασμός σε γάμο και ο γάμος μεταξύ παιδιών, το έγκλημα τιμής και η εμπορία ανθρώπων.

## Ποιος μπορεί να είναι θύμα της σεξουαλικής και έμφυλης βίας (SGBV)?

Η σεξουαλική και έμφυλη βία μπορεί να συμβεί στον ΚΑΘΕΝΑ και ποτέ δεν φταίει το θύμα. Γυναίκες και άνδρες, κορίτσια και αγόρια, ενήλικες και παιδιά, οι άνθρωποι που προσδιορίζονται ως ΛΟΑΔΜ μπορούν να γίνουν όλοι θύματα της σεξουαλικής και έμφυλης βίας. Η σεξουαλική και έμφυλη βία δεν δικαιολογείται ποτέ.

## Ποιος μπορεί να διαπράξει σεξουαλική και έμφυλη βία?

Ο ΚΑΘΕΝΑΣ μπορεί να διαπράξει σεξουαλική και έμφυλη βία. Ο δράστης μπορεί να είναι ένας εντελώς ξένος ή κάποιος που γνωρίζετε, όπως ένα μέλος της οικογένειας, ένας φίλος ή ένας σύντροφος. Η σεξουαλική και έμφυλη βία μπορεί να διαπραχθεί ακόμη και από ένα εθνικό κράτος, εάν εγκρίνουν ή ανέχονται αυτού του είδους τη βία.

## Που μπορεί να συμβεί η σεξουαλική και έμφυλη βία?

Η σεξουαλική και έμφυλη βία μπορεί να συμβεί ΟΠΟΥΔΗΠΟΤΕ: στη χώρα σας, κατά τη διάρκεια του ταξιδιού σας σε μια άλλη χώρα, και στη χώρα στην οποία ζείτε σήμερα. Μπορεί να συμβεί σε ιδιωτικές οικίες και σε δημόσιους χώρους, όπως στο σχολείο, στην εργασία και στα κέντρα υποδοχής.

## Είναι η σεξουαλική και έμφυλη βία δικό μου λάθος?

Στην σεξουαλική και έμφυλη βία δεν φταίει ΠΟΤΕ το θύμα. Τα πρότυπα φύλου και οι άνισες σχέσεις εξουσίας είναι τα βαθύτερα αίτια της σεξουαλικής και έμφυλης βίας. Ο δράστης είναι το μόνο άτομο που φταίει.

## Κι αν δεν αντισταθώ/ πολεμήσω?

Είναι πολύ συνηθισμένο να μην πολεμάς κατά τη διάρκεια μιας επίθεσης επειδή μπορεί να πανικοβληθείς και να αισθανθείς απελπισμένος/ή ή παγιδευμένος/η και δεν ξέρεις τι να κάνεις για να βγεις από την κατάσταση. Αυτό δεν σημαίνει ότι συναίνεσες στη βία.

## Ποιες είναι οι συνέπειες της σεξουαλικής και έμφυλης βίας?

Η σεξουαλική και έμφυλη βία μπορεί να έχει τόσο σωματικές όσο και συναισθηματικές συνέπειες. Σωματικά η σεξουαλική και έμφυλη βία μπορεί να προκαλέσει σωματικές βλάβες, πόνο, λοιμώξεις και οι γυναίκες και τα κορίτσια μπορεί να μείνουν έγκυες χωρίς να θέλουν, μεταξύ άλλων συνεπειών. Οι συναισθηματικές συνέπειες της σεξουαλικής και έμφυλης βίας μπορεί να περιλαμβάνουν ψυχολογικό τραύμα, εφιάλτες, αϋπνία, πονοκεφάλους, και πολλά διαφορετικά συναισθήματα όπως θυμό, ντροπή, θλίψη, ενοχή, φόβο. Όλα τα συναισθήματα είναι δικαιολογημένα και η Ελλάδα έχει εξειδικευμένες και εμπιστευτικές υπηρεσίες για την υποστήριξη των θυμάτων. Δεν είσαι μόνος/η.

### ΘΥΜΗΘΕΙΤΕ!

Ο ΚΑΘΕΝΑΣ μπορεί να γίνει θύμα σεξουαλικής και έμφυλης βίας

Δεν φταίει ΠΟΤΕ το θύμα.

Η σεξουαλική και έμφυλη βία είναι πάντα ΑΝΕΠΙΤΡΕΠΤΗ.

Μπορείτε να ζητήσετε ΒΟΗΘΕΙΑ

Οι άνθρωποι που μεταναστεύουν μπορεί να είναι πιο ευάλωτοι επειδή μπορεί να μην μιλούν την τοπική γλώσσα και μπορεί να μην είναι εξοικειωμένοι με τον πολιτισμό και τα έθιμα της χώρας προορισμού (Ελλάδα), μπορεί να είναι χωρίς την οικογένεια και τους φίλους τους και μπορεί να μην γνωρίζουν από πού να πάρουν βοήθεια. Η ευπάθεια μπορεί να αυξήσει την έκθεση στους κινδύνους της σεξουαλικής και έμφυλης βίας.

## ΔΙΑΘΕΣΙΜΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

### Τι μπορώ να κάνω αν εγώ ή κάποιος που γνωρίζω έχει βιώσει ή είναι μάρτυρας σεξουαλικής και έμφυλης βίας?

Σε περίπτωση που παρουσιάσετε ή δείτε οποιαδήποτε μορφή σεξουαλικής και έμφυλης βίας θα πρέπει να επικοινωνήσετε με την Ελληνική Αστυνομία.

ΚΛΗΣΗ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ: 112 OR 100\*\*

ΓΙΑ ΜΗ ΕΠΕΙΓΟΥΣΕΣ ΚΛΗΣΕΙΣ 24/7: SOS HELPLINE 15900

\*\*\*Εάν είστε θύμα σεξουαλικής βίας, θα πρέπει να μεταβείτε αμέσως στο πλησιέστερο δημόσιο νοσοκομείο ή κέντρο υγείας για να λάβετε άμεση ιατρική περίθαλψη που μπορεί να περιλαμβάνει προστασία από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα και ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη

\*\*\* Μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας 24/7 για τυχόν ιατρικά επείγοντα περιστατικά έμφυλης βίας στο + 30 210 5212054

### Τι μπορώ να κάνω αν έχω ανάγκη από ψυχολογική ή νομική βοήθεια?

Μπορείτε να λάβετε υποστήριξη και βοήθεια από:

Τη Γενική Γραμματεία για την Ισότητα των Φύλων (ΓΓΙΦ) διαχειρίζεται τη γραμμή βοήθειας SOS για τις γυναίκες 15900 παρέχει νομική, ψυχολογική και εκπαιδευτική υποστήριξη στα θύματα βίας και διακρίσεων. Η γραμμή βοήθειας για τις γυναίκες είναι διαθέσιμη 24/7 και μπορεί να σας βοηθήσει να βρείτε διερμηνείς που θα σας βοηθήσουν. Υπάρχουν κέντρα σε όλη την Ελλάδα που μπορούν να παράσχουν υποστήριξη και βοήθεια. Υπάρχουν 15 κέντρα συμβούλων υπό την εξουσία της ΓΓΙΦ και 25 κέντρα συμβουλευτικής υπό την εποπτεία των δήμων που μπορούν να παρέχουν:

- Πληροφορίες για θέματα φύλου, αντιμετώπιση της βίας και των διακρίσεων
- Κοινωνική, ψυχολογική, νομική και εργασιακή στήριξη
- Παραπομπή και συνοδεία για τις γυναίκες, όταν είναι απαραίτητο από τα καταφύγια φιλοξενίας στην αστυνομία και τις δικαστικές αρχές, στο δικαστήριο, στα νοσοκομεία, στα κέντρα υγείας, στα κέντρα ψυχικής υγείας, στις αρχές που είναι υπεύθυνες για τις παροχές πρόνοιας, στην τοποθέτηση εργασίας κέντρα για την υποστήριξη και την προστασία των παιδιών.
- Νομική υποστήριξη σε συνεργασία με τους δικηγορικούς συλλόγους

Για την τοποθεσία των κέντρων παροχής συμβουλών παρακαλούμε επισκεφθείτε:

[www.womensos.gr/en/sumvouleutika-kentra-ggif-2](http://www.womensos.gr/en/sumvouleutika-kentra-ggif-2)

Για την τοποθεσία των συμβουλευτικών κέντρων παρακαλούμε επισκεφθείτε:

[www.womensos.gr/en/symvouleutika\\_kentra\\_ota](http://www.womensos.gr/en/symvouleutika_kentra_ota)

#### Ο ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ,

ο οποίος αποτελεί μέρος του Υπουργείου Υγείας, έχει πρόσωπα αναφοράς για την έμφυλη βία στα Κέντρα Υποδοχής Και Ταυτοποίησης σε όλη την Ελλάδα και σε κέντρα φιλοξενίας μεταναστών.

Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας

3-5 Άγραφων

15123 Αθήνα

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: [www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)

24/7 γραμμή επικοινωνίας: + 30 210 5212054

### Ποιες άλλες υπηρεσίες είναι διαθέσιμες?

#### ΔΙΟΤΙΜΑ

Τηλέφωνο: + 30 210 324 4380 ή

+ 30 210 8816405

E-Mail: [diotima@otenet.gr](mailto:diotima@otenet.gr)

[Legal.diotima@gmail.com](mailto:Legal.diotima@gmail.com)

[Urban.athens.diotima@gmail.com](mailto:Urban.athens.diotima@gmail.com)

Website: [www.diotima.org.gr/en](http://www.diotima.org.gr/en)

#### ΓΙΑΤΡΟΙ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑΣ

Σαπφούς 12, 105 53 Αθήνα, Ελλάδα

Τηλ: 210-3213150

Ιστότοπος: [www.mdmgreece.gr](http://www.mdmgreece.gr)

#### ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ (GCR):

Σολωμού 25 10682 Αθήνα

Τηλέφωνο: + 30 210 380 0990

Email: [gcr1@gcr.gr](mailto:gcr1@gcr.gr)

Ιστότοπος:

[www.gcr.gr/en/epikoinonia-en](http://www.gcr.gr/en/epikoinonia-en)

#### A21

τηλεφωνική γραμμή: 1109 μπορεί να βοηθήσει με διερμηνείς σε 200 γλώσσες

Τηλέφωνο: + 30 2310 537690

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: [info.gr@A21.org](mailto:info.gr@A21.org)

A21.org

Ιστότοπος: [www.A21.org/gr](http://www.A21.org/gr)

#### ARΣIS

43 Μαυροματαίων

10434, Αθήνα

Τηλέφωνο: 210 8259880

Email: [arsisathina@gmail.com](mailto:arsisathina@gmail.com)

Ιστότοπος: [www.arsis.gr](http://www.arsis.gr)

