



Akcja 16 Dni Przeciwno Przemocy ze względu na Płeć

2023-11-24

25 listopada obchodzony jest „Międzynarodowy Dzień Eliminacji Przemocy ze względu na Płeć”. Jest to początek corocznej kampanii, w którą od kilku lat zaangażowany jest Urząd Miasta Krakowa. Organizacja Narodów Zjednoczonych, która wspiera działania zainicjowane przez organizacje działające na rzecz praw kobiet, postanowiła szczególnie podkreślać znaczenie zapobiegania przemocy.

Wzywa m.in. państwa, władze każdego szczebla, decydentów i decydentki, instytucje publiczne, kluby sportowe, szkoły, uniwersytety, media, biznes i organizacje społeczeństwa obywatelskiego do zintensyfikowania i wspierania różnych strategii profilaktycznych, by przede wszystkim powstrzymać występowanie przemocy.

W tym roku realizujemy serię warsztatów empowermentowych, których celem jest między innymi zapobieganie przemocy. [Zapraszamy na bezpłatne warsztaty z samostanowienia i samoobrony – Wendo.](#)

Działania informacyjne koncentrujemy na problemie cyberprzemocy. Zapobieganie przemocy to przede wszystkim szeroko zakrojona edukacja – im więcej wiemy na temat tego jakie zachowania są cyberprzemocą, w jaki sposób można na nią reagować, jak się przed nią chronić a także jak się jej nie dopuszczać.

Aby dowiedzieć się więcej o przeciwdziałaniu cyberprzemocy, wejdź na bezprzemocy.krakow.pl.

Prawie na pewno znasz dziewczynę lub kobietę, która doświadczyła cyberprzemocy. Jeśli jesteś kobietą – możliwe, że także Ty byłaś pokrzywdzona takim przestępstwem.

Przynajmniej co 5 kobieta doświadczyła molestowania seksualnego w Internecie. Ale to nie jedyna forma przemocy, do której dochodzi z użyciem nowych technologii i Internetu. Szczególnie zagrożone są dziewczyny i kobiety, które doświadczają przemocy fizycznej i psychicznej ze strony mężów, konkubentów, partnerów oraz kobiety aktywne w życiu publicznym: polityczki, dziennikarki, działaczki społeczne.

Być może spotkałaś się z nękaniami poprzez częste wiadomości, może ktoś Ci groził, może otrzymałaś czyjeś nagie zdjęcia, wcale o nie nie prosząc, a może spotkały Cię takie formy przemocy jak [doxing](#), [trolling](#), [flaming](#), [sexting](#), [grooming](#)?

Cyberprzemoc jest coraz powszechniejszą, ale stosunkowo nową formą przemocy i często pozostaje bagatelizowana lub ignorowana. Zgodnie z prawem, różne jej formy mogą być uznane za przestępstwo.

Czytaj więcej - jak rozpoznawać, reagować, jak się chronić na bezprzemocy.krakow.pl.

Cyberprzemoc jest bardzo poważnym zjawiskiem.

Rozszerza, pogłębia i wzmacnia przemoc, której dotychczas doświadczały i doświadczają na co dzień kobiety i dziewczęta. Z badań europejskich wynika, że 70% kobiet, które padły ofiarą



cyberstalkingu, przeżyło co najmniej jeden epizod fizycznej lub agresji seksualnej ze strony partnera. Z kolei 71% sprawców przemocy domowej monitoruje działania kobiet na komputerze, a 54% śledzi telefony komórkowe ofiar za pomocą specjalnego oprogramowania (stalkerware). Według badań NASK PIB 42% młodych ludzi w wieku 15-18 lat otrzymało kiedyś od innej osoby nagie, intymne materiały.

Pamiętaj – nie jesteś sama! Jeśli doświadczasz przemocy – to nie Twoja wina. Wstydzić mają się sprawcy.

Dowiedz się więcej - jak rozpoznawać, reagować, jak się chronić na
bezprzemocy.krakow.pl.

Cyberprzemoc może prowadzić do śmierci.

Większość dziewczyn i kobiet w wyniku cyberprzemocy doświadczą poczucia bezradności, osamotnienia, odczuwa brak bezpieczeństwa, smutek, złość. Jednym z najpoważniejszych skutków cyberprzemocy jest doprowadzenie osoby do samobójstwa, jak to miało miejsce m.in. w przypadku Amandy Todd, Rehtaeh Parsons, Ani z Gdańska, Dominika z Bieżunia, Nikoli z Olsztyna i wielu wielu innych.

Pamiętaj – nie jesteś sama! Jeśli doświadczasz przemocy – to nie Twoja wina. Wstydzić mają się sprawcy.

Dowiedz się więcej - jak rozpoznawać, reagować, jak się chronić na
bezprzemocy.krakow.pl.

Co robić jeśli spotkasz się z cyberprzemocą? Co robić jeśli jesteś świadkiem?

Choć absolutna większość osób uważa cyberprzemoc za niedopuszczalną i jednocześnie za poważne zagrożenie, to często – bez względu na to, czy sami jej doświadczamy, czy jesteśmy świadkami – nie wiemy co zrobić.

Jeśli spotkasz się z cyberprzemocą:

- szukaj wsparcia u zaufanej osoby/zaufanych osób – powiedz komuś o tym co się stało/dzieje, razem zastanówcie się co dalej zrobić, kogo poinformować,
- możesz zgłosić przemoc na Policji lub do Prokuratury; winny przemocy jest zawsze sprawca, nigdy osoba, wobec której ktoś dopuścił się przemocy,
- możesz – zachowując anonimowość – zadzwonić do telefonu zaufania: [116 111](tel:116111) – Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę lub całodobowo [116 123](tel:116123) - Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia" Instytutu Psychologii Zdrowia,
- domagaj się natychmiastowego usunięcia filmu lub zdjęcia zrobionego wbrew Twojej woli (woli ofiary/osoby pokrzywdzonej) lub zaprzestania innego, cyberprzemocowego działania,
- blokuj w komunikatorach i poczcie elektronicznej kontakt z niepożądanymi osobami,
- domagaj się od administratora serwisu usunięcia kompromitujących materiałów z sieci,



- dokumentuj dowody przemocy (zachowywanie SMS-ów, historii komunikacji, zrobienie zrzutów ekranu itp.),
- jeśli do przemocy doszło w jakiejś instytucji: szkole, zakładzie pracy, domu kultury itd. – domagaj się zapewnienia Ci bezpieczeństwa oraz wyciągnięcia konsekwencji wobec sprawcy.

Co robić, będąc świadkiem cyberprzemocy?

- nie przesyłaj dalej krzywdzących materiałów, które otrzymujesz w sieci,
- daj znać osobie, która jest atakowana, że widzisz to co się dzieje i wspierasz ją,
- poinformuj o tym, co widzisz, słyszysz lub czytasz w Internecie, na portalach, grupach jakąś zaufaną (dorosłą) osobę, organizację lub Policję,
- zawsze wspieraj koleżanki i kolegów, którzy są poszkodowani cyberprzemocą, Ty lub On/Ona możecie zadzwonić pod tel. [116 111](tel:116111) i uzyskać wsparcie.

Dowiedz się więcej - jak rozpoznawać, reagować, jak się chronić na
bezprzemocy.krakow.pl.