

# KALEAK, GAUAK ETA JAIAK GUREAK DIRELAKO!

ERASO MATXISTARIK  
GABEKO JAIAK  
LORTZERA GOAZ



**LAS CALLES, NOCHES Y FIESTAS  
SON NUESTRAS!**

POR UNAS FIESTAS  
SIN AGRESIONES MACHISTAS



Usurbilgo Udala



**USURBIL**  
PAREKIDETASUN SAILA

# INDARKERIA MATXISTA ZER DA?



Emakume\*, Lesbianak, Gay-ak, Transexualak,  
Trasgeneroak, Bisexualak, Intersexualak (LGTBIQ+)  
eta euren gorputza modu librean adierazten duten  
gorputz, bizipen, gaitasun eta identitateak izaten  
dira zigortuak edo mehatxatuak.

## Giza Eskubideen urraketa larria

**da:** gehien bat,  
emakumeei\* eragiten  
die, emakume\* izate  
hutsagatik.

Giza Eskubideen urraketa  
larria da eta gizartean  
ezarritako arauak  
jarraitzen ez dituzten  
pertsonei ere eragiten die.

**Emakume\*** asterisko  
batekin adierazten da, egun  
emakumeen artean dagoen  
aniztasuna izendatzeko:  
bulba, zakil zein genital  
intersexualak dituen  
pertsonei izendatzeko.

**Mujer\***: las mujeres son diversas  
y las hay con vulva, con pene o  
con genitales intersexuados.

Emakume\* zein aniztasuna adierazten duten gorputz, bizipen zein identitate Lesbiana, Gay, Trans, Bisexual, Intersexualak, Queer(LGTBIQ+)-en jarrerak kontrolatzea eta botere harremanen arteko desberdintasunak mantentzea dute helburu.

### ADIBIDEAK:

- Bortxatzea
- Jotzea
- Gutxiestea
- Iraintzea
- Umiliatzea
- Gaitzestea
- Laudorioak botatzea
- Aspektu fisikoa balioztatzea edo kritikatztea
- Irain trasnfoboak/lesbofoboak/homofoboak egitea
- Bere gorputza igurtzea, ukitzea, jarraitzea, jazartzea...  
ONARPENIK GABE

## LA VIOLENCIA MACHISTA

es una grave **VIOLACIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS** que afecta principalmente a las mujeres\*, por el solo hecho de serlo, y a todas aquellas personas que rompen con los estereotipos tradicionales sobre cómo se debe ser, sentir, comportarse, desear, etc.

Se ejerce como amenaza o castigo contra Mujeres\*, Lesbianas, Gays, Trans, Bisexuales, Intersexuales, Queers y todas aquellas personas que se expresan libremente en sus cuerpos, vivencias, capacidades e identidades (LGTBIQ+).

### Algunos EJEMPLOS pueden ser:

- Violar
- Pegar
- Despreciar
- Insultar
- Humillar
- Criticar
- Evaluar o criticar el aspecto físico
- Propiciar insultos transfobos / lesbófobos / homófobos
- Rozar el cuerpo, tocar, seguir, insistir, acosar...  
SIN CONSENTIMIENTO

# EGILEAK

Ekintza horiek gauza ditzaketela eta zigorgabetasunez joka dezaketela uste duten gizonezkoak. Emakume\* zein sexu aniztasuna adierazten duten pertsonen jarrerak kontrolatzea eta botere-harremanen arteko desberdintasunak mantentzea dute helburu.

Las **COMETES** si crees que tienes derecho a controlar y decidir cómo tienen que vivir las mujeres\* y el resto de personas que expresan su diversidad sexual, de identidad y/o de conducta de forma no tradicional.

Egoeraren batek deseroso sentiarazten bazaitu edota beldurtu egiten bazaitu, **EZ DA BROMA BAT, ERASO BAT DA.**

Si algo provoca incomodidad y/o miedo, **NO ES UNA BROMA, ES UNA AGRESIÓN.**

EMAKUMEAK\* edota LGTBIQ+ pertsonak ez dira beldurrarekin jaiotzen: beldurra izatea erakusten zaie eta ikasi egiten dute.

LAS MUJERES\* y las personas LGTBIQ+ no nacen con miedo; se les enseña a tenerlo y aprenden a tenerlo.

# ONARTU EGITEN dituzte

Egoera horien aurrean isilik gelditzen den, erasotzailearen jarrerari barre egiten dion, "ez da horrenbestera" esaten duen edo emakumeei\* edota LGTBIQ+ taldekoei errua leporatzen dien pertsona orok.

Las **TOLERAS** si guardas silencio, te ríes de la agresión, dices que "no es para tanto" y/o culpas a las mujeres\* y/o a las personas LGTBIQ+.

erago baten aurrean,  
**EZ ZAUDE BAKARRIK!**



**USURBIL**  
PAREKIDETASUN SAILA

ianate una agresión...  
**NO ESTÁS SÓLA!**

# SEXU ERASOAK


Beste pertsona baten sexu askatasunaren aurka baimenik gabe gauzaturiko jokabidea da.

Adibide batzuk: Zirriak egitea, exhibizionismoa, desiratu gabeko hurbilketak, presio sexualak, bortxaketak... izan daitezke.

# LAS AGRESIONES SEXUALES

Son conductas que atentan contra la libertad sexual de otra persona y que se ejercen sin su CONSENTIMIENTO.

Algunos ejemplos serían tocamientos y acercamientos no deseados, presiones sexuales, violaciones, exhibicionismo, ...



*Nahikoa da eraso  
sufritzen dutenei horren  
erantzule egiteaz!*

*¡Basta de responsabilizar  
de las agresiones a quienes  
las sufren!*

# ZER DA? ONARPEN SEXUALA

Sexu harremanak izatea onartzea, modu ASKE eta KONTZIENTEAN. Berdintasunean.



Inplikaturako pertsona guztiek onartzea eta iritziz aldatzeko aukera izatea, egiten ari direna egiten jarraitu nahi ez badute.

Soilik "bai" da bai.

• ISILTASUNAK EDOTA  
• PROTESTA EDO  
• ERRESISTENTZIARIK  
• EZAK EZ DU ESAN NAHI  
• BAIMENA EMATEN  
• DUENIK.

## EL CONSENTIMIENTO SEXUAL ES

Aceptar mantener relaciones sexuales, de forma LIBRE y CONSCIENTE.

Que TODAS las personas implicadas ELIJAN aceptar y que puedan CAMBIAR DE OPINIÓN si deciden que no quieren seguir haciendo lo que están haciendo.

Decir "Sí", porque sólo SÍ ES SÍ

**EL SILENCIO O LA FALTA DE PROTESTA O RESISTENCIA NO SIGNIFICA CONSENTIMIENTO.**

Sexu harremanak dirauen bitartean iritziz alda daiteke. Ez da egin nahi ez den ezer egin behar eta nahi hori ERRESPECTATU egin behar da.

# ERASOEI BURUZKO Mito batzuk...

## **“Alkohola eta beste droga batzuen kontsumoa erasoen jatorrian daude”**

Drogak eta alkohola ez dira emakume bat bortxatzeko arrazoia. Kontsumitzeak ez ditu pertsona oldarkorrek sorrarazten, soilik desinhibitu eta jada direnaren gaineko kontrola murritzten du.

## **“Herri honetan ez dago eraso homofoborik, hori beste garai bateko arazoa da”**

Egia da egun ez direla atxilotzen pertsona homosexualak, baina transexualek, lesbianek, gayek eta pertsona intersexualek diskriminazio eta erasoak jasaten dituzte beraien orientazio sexual, nortasun edo genero adierazpenagatik.

## **“Gaur egun dena da eraso; gizonok ezin izango dugu ligatu ere egin”**

Agian, nola ligatu behar dugun birpentsatzeko momentua da: beti modu onean joatea, beste pertsona ados dagoen ala ez begiratzea eta, ez badago edo tontea ez bada harago joaten, INOIZ ez haserretzea.

## **“Ez dauka inor bortxatzeko beharrik, izan ere, oso mutil atsegina da”**

Bortxaketek eta sexu erasoek, orokorrean, ez dute desira sexualarekin zerikusirik izaten; erasotzailearentzat emakume\* bat kontrola dezakeela besteei eta bere buruari erakusteko balio izaten duen boterearen erabilera da.

**AZKEN URTEETAN,  
EUSKAL HERRIAN  
LGTBIQ+ TALDEKO PERTSONEK  
JASAN DITUZTEN  
ERASO KOPURUA OSO  
KEZKAGARRIA DA.**

**LIGATZEA  
ELKARREKIN JOLASTEA,  
PARTEKATZEA  
ETA ONDO PASATZEA DA.  
GORA LIGOTEO SANOA!**



Ligoteo sanaa?  
**BAI!**

**“Biktima gehienak ezezagun batek bortxatuak dira eta orokorrean jendartean baztertutako gizon “zoroak” izaten dira bortxatzaileak”**

Ezezagunak bortxatzaileen % 13 baino ez dira izaten, nahiz eta bortxaketa horiek izan batez ere salatzen direnak. Bortxaketa gehienak biktimen etxeetan, lantokian, aisialdi espazioetan edota eskolako eremuan ematen dira. Ez dauka gizonezkoaren estatus sozial, ekonomiko, lan-egoera edota hezkuntza mailarekin zerikusirik.

**“Garaiotan emakumeak\* badaki ezetz esaten, esaten ez badu ahula eta beldurtia delako da”.**

Eraso baten biktima izateak ez du esan nahi ahula zarela. Ahal dugun bezala defendatzeko eskubidea dugu, egoerak ahalbidetzen duenaren arabera.

**ASKEAK GARA,  
GURE BURUAREN JABE,  
AUSARTAK,  
ANITZAK,  
INDARTSUAK ETA  
BOTERETSUAK!**



# ALGUNOS MITOS SOBRE LAS AGRESIONES...

## **“El consumo de alcohol y otras drogas es el causante de las agresiones”**

Drogas y alcohol, no son excusa para abusar. El consumo no crea personas agresivas, solo desinhibe y libera el control de quienes ya lo son.

## **“En este pueblo no se dan agresiones homofobas, eso es cosa del pasado”**

Es cierto que hoy en día no se encarcela a las personas homosexuales, pero la discriminación y las agresiones de odio que sufren transexuales, lesbianas, gays y personas intersexuales por causa de su orientación sexual, identidad o expresión de género, son una realidad en nuestras calles.

**EN LOS ÚLTIMOS AÑOS,  
LOS DELITOS DE ODI  
HACIA PERSONAS  
DEL COLECTIVO LGTBI+  
ESTÁN SUFRIENDO UN REPUNTE  
MUY PREOCUPANTE  
EN EUSKADI.**

## **“Es que hoy en día todo se considera agresión, los hombres ya no vamos a poder ni ligar”**

Tal vez sea el momento de replantearse un modo más sano de ligar: ir siempre de buen rollo, fijarnos si la otra persona está receptiva y, si no lo está o el tonteo no llega a nada más, NUNCA enfadarnos.

## **“No tiene necesidad de violar a nadie, es un chico muy guapo y simpático”**

Las violaciones y las agresiones sexuales en general, no tienen nada que ver con el deseo sexual, son un ejercicio de poder del agresor para demostrarse y demostrar que puede ejercer el control sobre la persona.

**LIGAR ES COMPARTIR,  
COQUETEAR, PASARLO BIEN.  
GORA LIGOTEO SANO!**

## **“La mayoría de las víctimas son violadas por desconocidos y mayormente hombres, al margen de la sociedad y locos peligrosos”**

Se calcula que apenas un 13% de las violaciones son cometidas por desconocidos\*, la gran mayoría suceden en los propios hogares de las víctimas, lugares de trabajo, espacios de ocio o centros educativos. Nada tiene que ver con el estatus social, educativo, económica y laboral de él.

## **“En esta época la mujer sabe decir no, así que si no lo dice es porque es débil y temerosa”**

Ser víctima de una agresión no significa ser débil. Tenemos el derecho a defendernos como podamos y de la manera que las circunstancias nos lo permitan.

**¡SOMOS LIBRES,  
INDEPENDIENTES, VALIENTES,  
DIVERSAS, FUERTES  
Y PODEROSAS!**

**¿Ligoteo sano?  
➔ SI! ➔**

# ERASO MATXISTAREN BAT **JASATEN BADUZU**

Zure gorputza zurea da eta **BETI** duzu BAI, EZ, ORAIN EZ, HONAINO, EZ DUT JARRAITU NAHI, GAIZKI SENTITZEN NAIZ, PENTSATU EGIN NAHI DUT... esateko eskubidea.

Egiten edo egin duzun EZER ez da norbaitek zu erasotzeko arrazoi.

Fida zaitez zure senaz; ez ezazu egin deseroso sentiarazten zaituen ezer.

Ez zara ahula, hori kontatu badizute ere.

Zuk soilik dakizu zer duzun gustuko, zerk sentiarazten zaituen deseroso edo zerk erasotua.

Zure burua babesteko eskubidea duzu. Eskatu laguntza behar duzunean.

**Aske izan eta disfrutatu nahi duzunarekin eta nahi duzun moduan.**

Behar izanez gero, hona deitu:

**SOS DEIAK  
112**



# SI SUFRES UNA AGRESIÓN MACHISTA

Tu cuerpo es sólo tuyo y **SIEMPRE** tienes derecho a decir SÍ, NO, AHORA NO, HASTA AQUÍ, NO QUIERO SEGUIR, ME SIENTO MAL, LO QUIERO PENSAR...

NADA de lo que hagas o hayas hecho, NADA de lo que digas o hayas dicho, es motivo para que alguien te agrede.

Confía en tu intuición, no hagas nada con lo que no te sientas cómoda.

Solo tú sabes si algo te gusta, te molesta o te agrede.

Tienes derecho a defenderte. Pide ayuda siempre que lo necesites.



Si lo necesitas llama a...

**SOS DEIAK  
112**

# ZER EGIN DEZAKEZU ESPAZIO PUBLIKOAK EMAKUMEEN\* EDOTA LGTBIQ+ PERTSONEN AURKAKO GUNEAK EZ IZATEKO?

Zaindu zure jarrera eta portaera matxistak. Adi baboseoarekin eta zurea ez den eremua hartzearekin. Ez ukitu, ez heldu, ez egin iruzkin lizunik ... inoren baimenik gabe.

Emakume\* edota LGTBIQ+ pertsonak iraindu edo objektu bezala tratatzen dituzten lagun edo kuadrillei aurre egin.

Erasotzaileekin harremana baduzu, hitz egin beraiekin gaiari buruz, ez ezkutatu, ez isilarazi gertatutakoa nola jokatu ez dakizunaren beldur zarelako.

**Bortxatzaileari aurre egin, ez izan erasotzaile pasibo bat.**

## ¿QUÉ PUEDES HACER TÚ PARA QUE EL ESPACIO PÚBLICO NO SEA TERRITORIO HOSTIL PARA LAS MUJERES\* O PERSONAS LGTBIQ+?

Cuida tus actitudes y comportamientos machistas, el #baboseo o la invasión de un espacio que NO es tuyo. No toques, agarres, silbes, hagas comentarios obscenos... a nadie sin su permiso.

Actúa frente a amistades que desprecien a las mujeres\* y/o a las personas LGTBIQ+, las humillen o las traten como objetos.

Si tienes relación con quien agrede, háblale sobre el tema, no lo ocultes ni silencies los hechos por miedo a no saber cómo abordar el tema.





## Y SOBRE TODO

### **Todo lo que no es SÍ es NO.**

Entiende que las personas tienen DERECHO a decirte que NO en CUALQUIER MOMENTO y tú tienes la OBLIGACIÓN de respetarlo.

Si una persona quiere sexo contigo, lo sabrás sin dudas; no hace falta que "insistas". **Sólo "SÍ" es Sí.**

Si ves a una persona que ha bebido demasiado, no te aproveches de su estado para agredirla. **Borracha, drogada, inconsciente, vomitando o dormida, esta persona no tiene capacidad de dar consentimiento, por tanto, solo puedes entender "NO".**

Si crees que cuando bebes te cuesta "controlarte", no bebas. Si crees que en la fiesta no vas a poder "controlarte", no salgas.

## ETA GAINERA

**BAI ez den guztia EZ da.** Ulertu pertsonak NAHI DUTENEAN EZ esateko ESKUBIDEA dutela eta zuk hori errespetatzeko BETEBEHARRA duzula.

Pertsona batek zurekin sexua nahi badu, dudarik gabe jakingo duzu; ez duzu tematu beharrik.

**" Bai "hitzak bakarrik adierazten du baietz.**

Gehiegi edan duen pertsona bat ikusten baduzu, ez zaitetz bere egoeraz aprobetxatu erasotzeko. **Mozkorra, drogatua, konorterik gabe, ondoezik edota lo badago EZ da!**

Edaten duzunean zure burua "kontrolatzea" zaila iruditzen bazaizu... ez ezazu edan. Uste baduzu jaietan ez zarela zure burua "kontrolatzeko gai", ez zaitetz atera.

# ETXEAN ALABA BADUZU...

Gogoratu, bera EZ dela AHULA, ez da inozoa eta festak bizitzeko moduarekin ados ez bagaude ere, gogoratu entzutearen garrantzia. Utz iezaiozu sentitzen duena adierazten!

Zure alabaren gorputza berea da. Erakutsi errespetatzen eta gorputza zaintzen eta erakutsi gorputzaz gozatzen.

Gogoratu bere eskubidea dela erabakitzea noiz nahi duen bere gorputza ukitzea, laztantzea edota begiratzea.

Erakutsi berak nahi duenean eta nahi duenari EZETZ esatea posible dela.

Zure alaba kalera irtetean seguru sentitzeko mezuak bidali, berea ere baden espazio publikoaren erabileraren aurrean.

Beldurra eragiten duten mezuak ezabatu eta ez errua bota zure alabari eraso bat sufritu duela kontatzen badizu.

Gogoratu: erasoaren ardura beti erasotzailearena da, inoiz ez eraso jasan duenarena.

Entzun arretaz deskribatzen duena, ez epaitu, eman behar duen babesa.

## Si en casa tienes una hija...

Recuerda que ella no es DEBIL, no la minusvalores. Aunque no estés de acuerdo con su planteamientos y con su forma de vivir las relaciones en los espacios de ocio y festivos, escucha sus ideas.

¡Dejale expresar lo que siente!

El cuerpo de tu hija es suyo. Enseñale a respetarlo y también a que aprenda a cuidarlo y disfrutarlo.

Recuérdale que tiene derecho a decidir cuando quiere que lo toquen, que lo miren, que lo acaricien.

Y enseñale a que puede decir NO siempre y a quién sea.

Haz que tu hija se sienta segura cuando sale a la calle, hazle sentir libre de usar el espacio público que también le pertenece.

No lances mensajes desde el miedo y no la culpes si te cuenta algún episodio de violencia sufrida.

Recuerda: la responsabilidad siempre es de quien agrede, nunca de quien recibe la agresión.

Escucha atentamente lo que describe, no la juzgues, apóyala de manera efectiva.



**ERAKUTSI NESKEK ETA MUTILEK ESKUBIDE BERBERAK DITUZTELA  
KALEAN ZEIN ETXEAN, BERAZ, EZ EZARRI ORDUTEGI EZBERDINAK  
EDOTA EZ HELARAZO FESTA BIZITZeko MODU EZBERDINAK.**

# ETXEAN SEMEA BADUZU...

**Zure semeari igortzen dizkiozun mezuak, lagun dezakete jaiak denontzako espazio seguru bihurtzen.**

**Berdintasunean hezi zure semea, ez ahaztu famili bezala horretan duzun ardura:**

Erakutsi semeari nesken espazioak inbaditzeko eskubiderik ez duela, ezta haien desirak behartzera ere.

Erakutsi zure semeari piropoak erasoak direla, eta ez dela ligatzeko modua.

Gogora iezaiozu ligatzerako orduan, neskaren erosotasuna, segurtasuna, onarpena eta desioa bermatu behar dituela.

Erakutsi espazio publikoan emakumeak seguru sentitzeko bere eskutan dagoen guztia egin behar duela.

Zure semea ere erasotzailea izan daiteke: beraz, hezi ezazu jakin dezan emakumeen goputzen gain ez duela inolako eskubiderik.

Kritikatu eta salatu kontsumitzen den pornografia, erakutsi ez dela erreal eta emakumeen gorputzarekiko erasoak direla.

Zure semeari erakutsi ez ditzala babestu lagunek egin dituzten erasoak.

Alkoholak/drogak ez dute erasoa justifikatzen.

## Si en casa tienes un hijo...

Los mensajes que lances a tu hijo pueden ayudar a crear espacios seguros para todas y todos. Educarlo en igualdad es una responsabilidad de las familias.

Enseña a tu hijo que no tiene derecho a invadir los espacios de las chicas ni forzar sus deseos.

Dile que los "piropos" no son una manera de ligar, son violencia

Enseñale o recuerdale que a la hora de ligar, hay que crear un ambiente donde la chica se sienta cómoda, segura, que haya aceptación y deseo.

Muéstrale que tiene que hacer todo lo que esta en su mano para que las chicas puedan sentirse libres y tranquilas en los espacios públicos.

Tu hijo también puede ser un agresor, edúcale para que no sienta que tiene ningún derecho sobre el cuerpo de la mujer.

Critica y denuncia la pornografía que se consume y enséñale que no es real y puede reproducir violencias contra las mujeres.

Ayuda a tu hijo a no posicionarse con los amigos agresores.

Recuerda que el alcohol/drogas no justifican nunca una agresión.



LA EDUCACIÓN EN IGUALDAD EMPIEZA DESDE CASA, POR ESO  
ES IMPORTANTE QUE TUS HIJAS E HIJOS TENGAN LOS MISMOS DERECHOS,  
LAS MISMAS RESPONSABILIDADES Y LOS MISMOS HORARIOS.

# ZER EGIN ?

## ERASO BATEN AURREAN

¿QUÉ HACER ANTE UNA AGRESIÓN

### Erasotzen bazaituzte / Si te agreden

Ez ezazu INOIZ pentsatu gertatu zaizunaren ardura duzunik.	Deseroso sentitzen bazara, jazarturik sentitzen bazara edo arriskuan egon zaitezkeela uste baduzu, eskatu laguntza ingurukoei.	Ahal bezain pronto leku seguru batera joaten saiatu.
NUNCA pienses que eres responsable de lo que te ha pasado.	Si te sientes incómoda/o, te están acosando, o crees que estás en peligro, pide ayuda a tu entorno.	Trata de ir a un lugar seguro en cuanto te sea posible.

### Lekukoa bazara / Si eres testigo

Pertsona bat arriskuan egon daitezkeela uste baduzu, laguntzarik behar duen galdetu iezaiozu edota poliziarri deitu.	Lokal batean gertatuz gero, arduradunari jakinaraz iezaiozu..	Erasotzaileari argi utzi bere jarreraren aurka zaudela.	Pertsonak esaten dizuna entzun ezazu, eskaini iezaiozu zure laguntza.	Epaiak EKIDITU. EZ ezazu kontatzen ari dena zalantzan jarri.
Si crees que una persona está en peligro, pregúntale si necesita ayuda y/o llama a la policía.	Si pasa en un local, avisa a la persona encargada.	Déjale claro al agresor que rechazas su actitud.	Escucha a la persona que la ha sufrido, muéstrale tu apoyo.	EVITA juicios. NO pongas en duda lo que está contando.





Sexu eraso jasanez gero, nahiz eta oraindik argi ez izan salatuko duzun ala ez, gogora ezazu garbitzen bazara, jaten baduzu, zure arropa botatzen baduzu . . . frogak ezabatzen dituzula.

Konfiantzako norbaiti abisatu, zurekin egon dadin.

En caso de agresión sexual, aunque aún no tengas claro que lo vayas a denunciar, recuerda que si te lavas, comes, tiras tu ropa . . . eliminas pruebas.

Avisa a alguien de confianza para que esté contigo.

Ez ezazu pertsona bakarrik utzi berak horrela nahi duen bitartean edo bakarrik baino zurekin hobeto dagoela uste duzun bitartean.

Galde iezaiozu ea laguntza medikua edo salaketa jarri nahi duen. ERRESPECTATU bere erabakia.

Sexu erasoen kasuan, azal iezaiozu garbitzen, jaten, arropa aldatzen badu, frogak ezaba ditzakeela.

Erasoa jasan duenari galde iezaiozu ea salatu nahi duen edo ez.

No dejes sola a la persona si te lo pide o si crees que está mejor si la acompañas.

Pregúntale si quiere buscar atención médica o denunciarlo. RESPETA siempre su decisión.

En caso de agresión sexual, explícale que si se lava, come, cambia de ropa . . . puede eliminar pruebas.

Pregúntale a la persona agredida si quiere denunciar.

**ZURE HARREMANETAN  
EGIN PLANTO  
INDARKERIA MATXISTARI!**

Maitasuna ulertzeko  
beste modu batzuk  
badira!

**EZ NAZAZU GEHIAGO MAITATU,  
MAITE NAZAZU HOBETO**

Zure bikoteak, zure denbora,  
mugikorra, zure janzkera,  
lagunak...  
kontrolatzen baditu  
EZ da MAITASUNA.  
KONTROLA da.



**Aske bizi,  
aske maite!**

**DÍ NO  
A LA VIOLENCIA MACHISTA  
EN TU RELACIÓN DE PAREJA**

**NO ME QUIERAS MÁS,  
QUIÉREME MEJOR**

Si tu pareja controla tu tiempo,  
tu móvil, tu forma de vestir,  
tus amistades; si te ha vigilado  
o perseguido alguna vez;  
si te ha obligado a tener  
relaciones sexuales  
cuando tú no quieres  
o a tenerlas sin condón...  
**NO es AMOR;  
es CONTROL.**

# ZURE HARREMANETAN INDARKERIA MATXISTA ANTZEMATEKO PISTAK

**PISTAS**  
PARA IDENTIFICAR  
**LA VIOLENCIA**  
**MACHISTA**  
EN TUS RELACIONES

*“Zure bikotekideak zure denbora, mugikorra, janzkera, lagunak kontrolatu edota inoiz jarraitu bazaitu. Harremanari leiala ez zarela leporatu edota etengabe seduzitzen zaudela esaten badizu indarkeria da.”*

*“Si tu pareja controla tu tiempo, móvil, vestimenta, amistades o si en alguna ocasión te ha seguido. Si te echa en cara que no eres fiel a la relación o si te dice que estás continuamente seduciendo es violencia.”*

*“Zure bikotekideak irizpiderik ez duzula sinistarazten badizu, zure iritzia gutxiesten baditu. Ez badizu uzten lagunekin irteten. Ez badu nahi zure bizitzan beste inor egoterik.”*

*“Si tu pareja te hace creer que no tienes criterio, si menosprecia tus opiniones. Si no te deja salir con amistades. Si no quiere que haya nadie más en tu vida.”*

*“Sexu harremanak izatera behartzen bazaitu edota hauek kondoirik gabe izatera behartzen bazaitu.”*

*“Si te obliga a tener relaciones sexuales o tenerlas sin condón.”*

FESTETAN  
DENAK EZ DU BALIO!  
¡EN FIESTAS NO TODO VALE!



**UDALZAIINGOA:** 943 36 11 12

**LARRIALDIAK:** 112

**USURBILEKO UDALEKO BERDINTASUN  
ZERBITZUA ETA GIZARTE ZERBITZUAK**

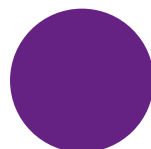
(bulegoaren ordutegia goizez)

943 37 71 10

**GIZARTE LARRIALDIETARAKO FORU ZERBITZUA**

943 22 44 11 (7:00etatik 21:00etara)

**SOS DEIAK:** 112 (21:00etatik 07:00etara)



**SATEVI**

EMAKUMEEN AURKAKO

INDARKERIAREN BIKTIMENTZAKO

TELEFONO BIDEZKO ARRETA ZERBITZUA

**900 840 111**

**24h**