

Semaforoia Elkarteaneke egin du, jakin badakitelako beharrezkoa dela gizartea sentsibilizatzea desgaitasuna duten emakumeek indarkeria matxistari dagokionez bizi duten errealitateari buruz.

Askotan ez gara ohartzen desgaitasun fisikoa duten emakumeek indarkeria matxista jasaten ari direla. Gehienetan, desgaitasun fisikoa duten emakumeek ere ez dira konturatzen jasaten ari direna ez dela beren desgaitasunagatik, emakumeek direlako baizik.

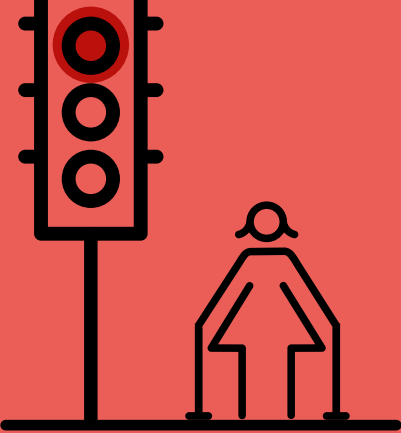
Horregatik, semaforo honen bidez, desgaitasun fisikoa duten emakumeek bizi dituzten indarkeria matxistako egoerak erakutsi nahi ditugu, identifika ditzaten, bai eta egoera horretatik atera daitezkeela eta indarkeriarik gabeko bizitza autonomoa eta independentea bizi dezaketela (beharrezko laguntza eta baliabideekin) kontura daitezen ere.

Semaforoaren metafora erabiltzen dugu, hiru egoera irudikatzen: **edozein eratako indarkeria matxista jasaten egotea (kolore gorria)**, **edozein eratako indarkeria matxista jasaten egotea (kolore berdea)**, eta **indarkeriarik gabeko bizitza bizitzea (kolore berdea)**.

EGOERA

Indarkeria-egoeran murgilduta zaudete, ez duzu inolako kontrolik gertatzen zaizunaren gainean, eta errudun eta erantzule sentitzen zara egoera hori eragiteaz, bizitzeaz eta hortik ezin irteteaz.

Zure desgaitasunak eragindako egoera saihestezina dela uste duzu, eta ez zara jabetzen indarkeria matxista bizi duzula emakume izateagatik.



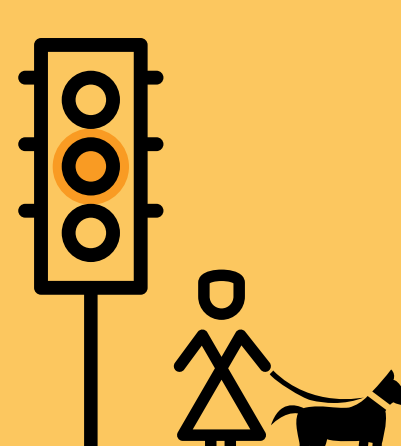
BIZIPENAK

- Gorputz-erasoak: kolpeak, bultzadak.
- Hitzeko tratu txarrak: irainak, etengabeko kritikak, zure gorputzari, janzteko moduari, hitz egiteko moduari edo portaerari barre egitea, lagunaren aurrean txantxak egitea.
- Bortxaketak.
- Eskean edo prostituzioan aritzeko zu erabiltzea.
- Zure bizilekuan giltzapetuta edukitzea sistematikoki.
- Arduragabekeria zure elikaduran eta medikazioa hartzean.
- Jaramonik ez egitea edo zutaz lotsatzea.
- Ez dizu laguntza-baliabideak eskuratzeko aukerarik ematen.

EGOERA

Indarkeria egoera horretan jarraitzen duzu, baina aurre egiten dion emakumetzat hartzen duzu zeure burua.

Erantzule edo errudun bakarra zuzan indarkeria erabiltzen duena dela konturatzen hasten zara.

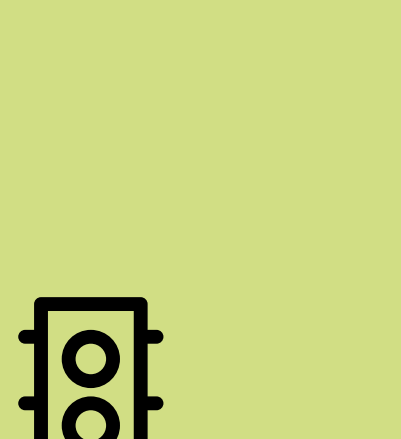


BIZIPENAK

- Zure mugikortasuna murrizten du.
- Xantaia emozionala.
- Garbitu edo gorputz-jarrera aldatzeko orduan ukituak baimenik gabe egiten dizkizu.
- Ez dizu uzten kanpoko baliabide ekonomikoak (lan egitea, beka, etab.) eskuratzeko.
- Ez dizu uzten zure jardueraren eta zaletasunetara joaten.
- Eguneroko jardueretarako behar duzun gainbegiratze edo laguntza falta.
- Ez du zure iritzia kontuan hartzen.
- Ez zaitu animatzen familiako edo gizarteko jardueraren edo ekitaldietan parte hartzerako.

EGOERA

Indarkeriari aurre egiten dion emakumea zarela konturatu zarenean, indarkeriarik gabeko bizitza egiteko irteera-bideari ekin diozu.



BIZIPENAK

- Erabakiak hartzeko subjektu aktiboa zarela konturatzeko zara. Besteek indarkeriari aurre egiten dion emakumetzat hartzeko beharra duzu.
- Izena jartzen diozu gertatzen zaizunari, eta zure burua sendatzen hasten zara. Jasandako kaltea konpontzeko beharra.
- Indarrez sentitzen zara laguntza eskatzeko. Eskura dituzun baliabideei eta egin dezakezunari buruzko informazioa duzu. Zure egoera gizarteratzen duzu (pribatutik publikora).
- Salatzea edo ez salatzea erabakitzen baduzu, bi kasuetan babesa lortuko duzu.
- Zeure burua zaintzea eta zure ardurapean dauden pertsonak zaintzeko prozesua hasten duzu.
- Kontuan izan zalantzak izaten jarrai dezakezula, berriro aurreko egoerara itzul zaitezkeela, baina behar duzun indarra duzula irteteko eta indarkeriarik gabeko bizitza bizitzeko.

Nora zuzendu biolentzia egoera jasaten ari bazara:



Larrialdiak: 112
Informazioa: 900 840 111