

# ΤΡΕΣ ΤΟ Σ'ΕΜΑΣ

[www.pestosemas.com](http://www.pestosemas.com)

Κάνε την εμπειρία σου να μετρήσει  
εναντίον στην **ομοφοβία** και την **τρανσφοβία**.

ΟΔΗΓΟΣ



ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ  
LGBTQ ΝΕΩΝ  
ΑΘΗΝΑΣ



COLOUR  
YOUTH

ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ  
LGBTQ ΝΕΩΝ  
ΑΘΗΝΑΣ

## Ομοφοβική ή τρανσφοβική βία

είναι μια εγκληματική πράξη ή βίαιη ενέργεια ή συμπεριφορά εις βάρος ενός ατόμου, λόγω του σεξουαλικού του προσανατολισμού ή της ταυτότητας φύλου αντιστοίχως.

Μορφές: Λεκτική βία, απειλές, φυσική βία, εξευτελιστική μεταχείριση και συμπεριφορά.

## Διακρίσεις λόγω σεξουαλικού προσανατολισμού ή ταυτότητας φύλου:

Περιλαμβάνουν κάθε είδους αποκλεισμό, περιορισμό ή προτίμηση με βάση τον σεξουαλικό προσανατολισμό ή την ταυτότητα φύλου. Με άλλα λόγια, διάκριση υπάρχει όταν ένας άνθρωπος, λόγω του σεξουαλικού του προσανατολισμού ή της ταυτότητας φύλου του, δέχεται λιγότερο ευνοϊκή μεταχείριση από αυτήν την οποία δέχεται, δέχτηκε ή θα δεχόταν σε ανάλογη περίπτωση ένας άλλος άνθρωπος (με διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό ή ταυτότητα φύλου).



## Παραδείγματα

Ο Σ. μαζί με ένα φίλο του, ένα Σάββατο βράδυ κάθονταν σε μια στάση λεωφορείου. Δυο άντρες τους πλησίασαν και τους ρώτησαν: «Είσαστε γκέι;» και όταν ο Σ. απάντησε «ναι», τους χτύπησαν και τους έβρισαν.

Η Α. είναι τρανς κοπέλα. Στο σχολείο της, κάποιοι καθηγητές και συμμαθητές της, της απευθύνονται με αγορίστικο όνομα και την κοροϊδεύουν επειδή φοράει γυναικεία ρούχα.

Όταν οι γονείς της Ν. έμαθαν ότι είχε σχέση με κοπέλα, τσακώθηκαν άσχημα μαζί της και απείλησαν να τη διώξουν από το σπίτι. Για αρκετό καιρό, δεν της επέτρεπαν να βγαίνει, παρά μόνο για να πηγαίνει στη σχολή της.

Η Φ. πήγε να κάνει το ετήσιο τεστ ΠΑΠ σε ένα δημόσιο νοσοκομείο. Ο γιατρός, όταν του είπε πως είχε κάνει σεξ μόνο με γυναίκες, την απαξίωσε και την έδιωξε χωρίς να της κάνει το τεστ, λέγοντας πως δεν το χρειάζεται.

## A. Βία στο σπίτι

### Θυμήσου ότι

- Η βία μέσα σε μια οικογένεια δεν είναι κάτι το ιδιωτικό. Είναι ποινικό αδίκημα το οποίο και τιμωρείται με βάση τις διατάξεις περί ενδοοικογενειακής βίας.
- Η λεκτική βία (πχ εξύβριση, απειλή, πρόκληση τρόμου) και η σωματική βία κάθε είδους αποτελούν όλες εξίσου αξιόποινες πράξεις.
- Η βία μέσα σε μια οικογένεια συνήθως κλιμακώνεται. Όσο περνάει ο χρόνος, τόσο χειροτερεύει.
- Δεν είναι κάτι μεμονωμένο, μία "κακία στιγμή" αλλά κάτι που επαναλαμβάνεται.
- Δεν μπορείς πάντα να τη σταματήσεις, μπορείς όμως να βοηθήσεις.
- Εάν είσαι ανήλικος/η και ασκείται βία παρουσία σου, αντιμετωπίζεσαι νομικά ως θύμα, ακόμα και αν δεν είσαι αποδέκτης της βίας.

### Αν σου συμβεί

- Αν είσαι ανήλικος-η μπορείς να απευθυνθείς στον Συνήγορο του Παιδιού.
- Μπορείς πάντα να καλέσεις την Άμεση Δράση (100).
- Αν είσαι γυναίκα, μπορείς να καλέσεις την τηλεφωνική γραμμή SOS 15900 πανελλαδικής εμβέλειας, 24ωρης λειτουργίας.
- Ζήτησε νομικές συμβουλές και ψυχοκοινωνική στήριξη από ΛΟΑΤΚΙ+ οργάνωση.
- Ζήτησε από το δικαστήριο να απομακρύνει άμεσα το/τη δράστη από το σπίτι και να του απαγορεύσει να πλησιάζει.

### Αν είσαι μάρτυρας

- Αν είσαι ανήλικος-η μπορείς να απευθυνθείς στον Συνήγορο του Παιδιού.
- Μπορείς πάντα να καλέσεις την Άμεση Δράση (100).
- Ζήτησε άμεσα νομικές συμβουλές και ψυχοκοινωνική στήριξη από ΛΟΑΤΚΙ+ οργάνωση.

## B. Βία σε χώρο εκπαίδευσης

### Αν σου συμβεί

... και είσαι ανήλικος (μαθητής):

- Αρχικά, απευθύνσου σε έναν/μία εκπαιδευτικό που εμπιστεύεσαι ή στη διεύθυνση του σχολείου σου.
- Εναλλακτικά, μπορείς να επικοινωνήσεις με τον Συνήγορο του Παιδιού (τηλεφωνική γραμμή 800.11.32.000 - ιστοσελίδα [www.0-18.gr](http://www.0-18.gr))\*.

... και είσαι ενήλικος (φοιτητής/σπουδαστής):

Μπορείς αρχικά να απευθυνθείς στη διεύθυνση της σχολής σου ή/και να επικοινωνήσεις με το Συνήγορο του Πολίτη (ιστοσελίδα [www.synigoros.gr](http://www.synigoros.gr)).\*\*

\*Ο Συνήγορος του Παιδιού είναι τμήμα του Συνηγόρου του Πολίτη (Ανεξάρτητη Αρχή) και σκοπός του είναι η υπεράσπιση των δικαιωμάτων όλων ανεξαιρέτως των ανήλικων ανθρώπων.

\*\*Ο Συνήγορος του Πολίτη είναι μια Ανεξάρτητη Αρχή που ερευνά ατομικές διοικητικές πράξεις ή παραλείψεις ή υλικές ενέργειες οργάνων των δημόσιων υπηρεσιών που παραβιάζουν δικαιώματα ή προσβάλλουν νόμιμα συμφέροντα φυσικών (άτομα) ή νομικών προσώπων (π.χ. εταιρείες).



## Αν είσαι μάρτυρας

- Ανάφερε το σε καθηγητή/τρια ή κάποιον/α υπεύθυνο/η στο χώρο.
- Προσέγγισε το θύμα.
- Πρόσφερε τη βοήθειά σου.
- Επικοινωνήσε άμεσα με το Συνήγορο του Παιδιού (αν είσαι μαθητής), με το Συνήγορό του Πολίτη ή/και τη Διοίκηση της Σχολής (αν είσαι φοιτητής/σπουδαστής).

Εναλλακτικά, μπορείς να ζητήσεις συμβουλή από νομική υπηρεσία ΛΟΑΤΚΙ + οργάνωσης.

## Γ. Βία στο δρόμο

### Αν σου συμβεί

- Μην προσπαθήσεις να ανοίξεις διάλογο με τον/τους επιτιθέμενο-ους.
- Αν νιώθεις να απειλείται η σωματική σου ακεραιότητα κατευθύνσου προς ή μείνε σε πολυσύχναστα και φωτεινά μέρη που μπορεί να υπάρχουν κάμερες ασφαλείας (π.χ. σταθμοί μετρό, κεντρικοί δρόμοι) ή/και να φυλάσσονται (π.χ. αστυνομικά τμήματα, τράπεζες).
- Κάλεσε κάποιον δικό σου και κράτα ανοιχτή τη γραμμή (αν είναι δυνατόν) και κατά τη διάρκεια του περιστατικού.
- Σε περίπτωση σωματικής επίθεσης, φώναξε βοήθεια και προσπάθησε να ξεφύγεις.
- Αν βρεθείς στο έδαφος, προσπάθησε να κουλουριάσεις το σώμα σου και προφύλαξε το κεφάλι σου με τα χέρια σου.

- Προσπάθησε να συγκρατήσεις χαρακτηριστικά που να μπορούν να ταυτοποιήσουν τους δράστες (π.χ. χαρακτηριστικά προσώπου, ονόματα, πινακίδες τυχόν οχήματος).

- Κάλεσε την αστυνομία και απαιτήσε να καταγραφεί το περιστατικό ως ομοφοβικό/αμφιφοβικό/τρανσφοβικό.

### Αν είσαι μάρτυρας

- Μην απευθύνεσαι και μην επιτίθεσαι στον/στους δράστη-ες.
- Φώναξε βοήθεια ή/και ζήτησέ την από άλλα άτομα που βρίσκονται τριγύρω.
- Προσπάθησε να συγκρατήσεις στοιχεία ταυτοποίησης των δραστών ή/και φωτογραφίες/βίντεο.
- Μην τραβήξεις την προσοχή.
- Τηλεφώνησε στην Αστυνομία ή/και στο ΕΚΑΒ (αν το θύμα τραυματίστηκε).
- Βοήθησε το θύμα να απομακρυνθεί από το σημείο (αν μπορεί να μετακινηθεί).
- Δώσε του τα στοιχεία σου σε περίπτωση που επιθυμήσει να υποβάλει μήνυση.

## Δ. Βία ή διάκριση στο χώρο εργασίας

### Αν σου συμβεί

- Αρχικά, απευθύνσου στον/στην υπεύθυνο-η προσωπικού.
- Αν δεν υπάρχει υπεύθυνος-η προσωπικού, απευθύνσου στον ιεραρχικά ανώτερο.
- Σε περίπτωση διάκρισης, επικοινωνήσε με το Σώμα Επιθεώρησης Εργασίας (τηλεφωνική γραμμή 15512).
- Σε περίπτωση βίας, απευθύνσου στην αστυνομία.

### Αν είσαι μάρτυρας

- Πάρε το μέρος του θύματος.
- Βοήθησε έμπρακτα στην υποστήριξή του.
- Μπορείς να παράσχεις τη μαρτυρία σου αναφέροντας την κατάσταση σε κάποιον αρμόδιο. Η μαρτυρία αλλά και η αναφορά μπορεί να γίνει και ανώνυμα.

## Ε. Βία ή διάκριση σε δημόσια υπηρεσία

### Αν σου συμβεί

- Αρχικά, σημείωσε τα στοιχεία του υπαλλήλου (ονοματεπώνυμο, υπηρεσία, τμήμα, γραφείο) και ζήτα τα στοιχεία επικοινωνίας μαρτύρων.
- Επικοινωνήσε με το Συνήγορο του Πολίτη (ιστοσελίδα [www.synigoros.gr](http://www.synigoros.gr)).

## Αν είσαι μάρτυρας

- Δώσε στο θύμα τα στοιχεία σου σε περίπτωση που επιθυμήσει να προχωρήσει σε καταγγελία ή να υποβάλει μήνυση.
- Πρότεινε του να απευθυνθεί στις νομικές υπηρεσίες των ΛΟΑΤΚΙ+ οργανώσεων.
- Επικοινωνήσε άμεσα με νομικό/ή σύμβουλο.
- Κράτα τα στοιχεία των υπαλλήλων που εμπλέκονται.

## ΣΤ. Βία στο διαδίκτυο ή/και στο κινητό τηλέφωνο

- Για εξύβριση, απειλές, ανεπιθύμητη αποκάλυψη ή σκόπιμη παραποίηση προσωπικών σου δεδομένων (φωτογραφίες, βίντεο κείμενα) – μέσω επικοινωνιακών μέσων (e-mails, sms και mms στο κινητό σου τηλέφωνο, κοινωνικά δίκτυα, ή/και chatrooms) ανάφερε την πράξη στον πάροχο της υπηρεσίας (π.χ. στο κοινωνικό δίκτυο).
- Εναλλακτικά, απευθύνσου στην Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος της Ελληνικής Αστυνομίας (τηλεφωνική γραμμή 11188 ή [www.cyberkid.gov.gr](http://www.cyberkid.gov.gr)).
- Σε κάθε περίπτωση, μπορείς πάντα να επικοινωνήσεις με την αρμόδια υπηρεσία της Ελληνικής Αστυνομίας, την Υπηρεσία Αντιμετώπισης Ρατσιστικής Βίας, στην τηλεφωνική γραμμή 11414. Διασφαλίζεται πλήρως το ανώνυμο και το απόρρητο της επικοινωνίας.



### **Προσωπικά οφέλη:**

Για να αντιμετωπίσεις την ενοχή ή/και το θυμό σου είτε για τους λόγους που βρέθηκες σε αυτή τη θέση είτε για τον τρόπο αντιμετώπισης της επίθεσης.

Για να αποδεχτείς και να αντιμετωπίσεις το συμβάν με τον πιο λειτουργικό για σένα τρόπο.

Για να μην κουβαλάς μόνος/η όλο το βάρος της επίθεσης.

### **Συλλογικά οφέλη:**

Όσο αυξάνονται οι καταγγελίες, τόσο πιο αναγνωρίσιμες γίνονται παρόμοιες συμπεριφορές.

Οι θύτες θα αντιμετωπίζουν συχνότερα τις συνέπειες των πράξεών τους.

Οι μάρτυρες παρόμοιων επιθέσεων κινητοποιούνται και αναλαμβάνουν πιο ενεργό ρόλο.

Άλλα θύματα που έχουν βρεθεί ή θα βρεθούν στη θέση σου, παίρνουν δύναμη για να υπερασπιστούν τον εαυτό τους και τα δικαιώματά τους.

### **Γενικά:**

Όσο λιγότερο μιλάμε για το ρατσισμό, τόσο περισσότερο και ανενόχλητα θα εξαπλώνεται.

Η μη ορατότητα του προβλήματος, δίνει στην πολιτεία δικαιολογία για να εθελουφλεί και εν τέλει να μην το αντιμετωπίζει.



ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ  
LGBTQ ΝΕΩΝ  
ΑΘΗΝΑΣ

Τηλ: ☎️ (+30) 6944 28 24 14

🌐 (+30) 6980 03 85 36

Ιστοσελίδα: [www.pestosemas.com](http://www.pestosemas.com)

e-mail: [pestosemas@colouryouth.gr](mailto:pestosemas@colouryouth.gr)

📘 Πες το σ' εμάς

**Υπηρεσία Αντιμετώπισης Ρατσιστικής Βίας της  
Ελληνικής Αστυνομίας:**

Ειδική τηλεφωνική γραμμή καταγγελιών: 11414  
(λειτουργεί όλο το 24ωρο).

**Διεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος της  
Ελληνικής Αστυνομίας:**

Τηλ.: 11188

Ιστοσελίδα: [www.cyberkid.gov.gr](http://www.cyberkid.gov.gr)

e-mail: [ccu@cybercrimeunit.gov.gr](mailto:ccu@cybercrimeunit.gov.gr)

**Συνήγορος του Πολίτη  
(για οποιαδήποτε δημόσια υπηρεσία ή φορέα)**

Τηλ.: (+30) 213 1306 600

Ιστοσελίδα: [www.synigoros.gr](http://www.synigoros.gr)

Διεύθυνση: Χαλκοκονδύλη 17, Τ.Κ. 104 32 Αθήνα.

**Συνήγορος του Παιδιού (για ανηλίκους):**

Τηλ.: 800.11.32.000 (χωρίς χρέωση)

Ιστοσελίδα: [www.0-18.gr](http://www.0-18.gr)

e-mail: [cr@synigoros.gr](mailto:cr@synigoros.gr)

**Σώμα Επιθεώρησης Εργασίας (για εργαζόμενους-ες):**

Τηλεφωνική γραμμή καταγγελιών: 15512 (καθημερινά,  
09:00-17:00).

**Γραμμή SOS (για γυναίκες):  
15900**