

## Kako se zaštititi?

- Zaštiti svoj telefon i računar šiframa. Kad kreiraš šifre ne koristi iste kao za društvene mreže,
- Kreiraj jake šifre za svoje društvene mreže i email račune, ne koristi jednu istu šifru za sve,
- Periodično mijenjaj šifre. Ne pravi šifre koje sadrže tvoj datum rođenja, datum rođenja tvoje djece, ime i brojeve 123 ili bilo šta što se može lako povezati sa tobom,
- Ne govori nikom tvoje šifre za telefon ili društvene mreže,
- Kad izlaziš iz kuće provjeri da li si ugasila računar i izlozovala se sa društvene mreže koju koristiš,
- Instaliraj i ažuriraj antivirus program,
- Zamoli prijateljice da te ne taguju na društvenim mrežama bez tvog znanja i pristanka,
- Budi oprezna kada na društvene mreže objavljuješ svoje lične podatke i ne stavljaš svoj profil na "public" (javno),
- Ako ti partner/bivši partner prijete ili te uznemirava obavezno uradi screenshot (slikaj ekran) tako da se vidi http link prepiska i sačuvaj to kao dokaz. Nakon toga blokiraj nasilnika.



Online nasilje narušava prava žena i djevojaka. Posljedice online nasilja mogu biti čak i teže od posljedica nasilja koje se dešava u realnom svijetu. Online nasilja kod osoba koje su ga preživjele izaziva psihičke i emotivne probleme, pojačava predrasude o ženama, urušava reputaciju, uzrokuje ekonomske gubitke, a može dovesti do seksualnog i fizičkog nasilja.

Ukoliko prepoznaješ da se neki od ovih vidova nasilja dešava tebi ili nekoj osobi iz tvog okruženja za informacije, pomoć i podršku možeš se obratiti na broj Sigurne ženske kuće

**069 013 321 ; 020 232 352**

Ili isto prijaviti najbližoj policijskoj stanici.

**Zaustavljanje online nasilja nad ženama i djevojkama je odgovornost svih nas!**

Ova publikacija izrađena je u okviru projekta "Prekinimo vezu online nasilju" podržanog u okviru Regionalnog programa lokalne demokratije na Zapadnom Balkanu – ReLOaD, koji finansira Evropska unija, a sprovodi Program ujedinjenih nacija za razvoj (UNDP). U Crnoj Gori, ReLOaD program sprovodi se u partnerstvu sa Glavnim gradom Podgorica i opštinama Tivat, Kotor, Nikšić i Pljevlja. Sadržaj ove publikacije, kao i nalazi prikazani u njoj, isključiva su odgovornost NVO Sigurne ženske kuće i ni na koji način ne odražava stavove Evropske unije (EU), Programa Ujedinjenih nacija za razvoj (UNDP) i Glavnog grada Podgorice.

## "PREKINIMO VEZU ONLINE NASILJU"



## Šta je online nasilje nad djevojkama i ženama?

Živimo u online svijetu. Virtuelno je postalo stvarno. Online, digitalno ili sajber nasilje su izrazi za nasilje koje se odvija zloupotrebom informaciono-komunikacionih tehnologija.

Postoje razni oblici nasilja nad ženama i djevojkama putem informaciono-komunikacionih tehnologija i interneta, a mogu se svesti pod tri kategorije:

- Uhođenje na internetu (slanje poruka e-pošte, tekstualnih SMS koje su uvrijedljive ili prijeteće, objavljivanje uvrijedljivih komentara o žrtvi na internetu, dijeljenje privatnih fotografija ili video zapisa žrtve na internetu ili putem mobilnog telefona),
- Uznemiravanje na internetu (neželjene seksualno eksplicitne poruke e-pošte, SMS poruke ili poruke na internetu, neprimjerne ili uvrijedljive ponude, prijetnje tjelesnim i/ili seksualnim nasiljem, govor mržnje) i
- Objavljivanje sadržaja seksualnog karaktera bez pristanka osobe koja je predstavljena na fotografiji ili videu ( seksualno iskorišćavanje na internetu ili osvetnička pornografija).



## Kako ga prepoznati?

Online nasilje nad ženama i djevojkama najčešće se dešava putem telefona, računara, tableta, bubica za prisluškivanje, kamera i drugih uređaja. Nasilnici za online nasilje koriste aplikacije Viber, WhatsApp, zatim društvene mreže: Facebook, Instagram, Twitter, Google+, Snapchat, Youtube, aplikacije za upoznavanje kao što je Tinder, kao i online igrice.

Online nasilje je:

- Slanje poruka/fotografija/audio/video snimka prijetećeg, uvrijedljivog i/ili nepristojnog sadržaja,
- Prijetnje ili ucjene da će objaviti tvoju fotografiju, snimak ili prepisku,
- Kreiranje laznog profila na društvenim mrežama i objavljivanje neistinitih i uvredljivih sadržaja,
- Dijeljenje informacija o tebi, tvoje fotografije, snimka ili prepiske bez tvog pristanka ili su fotošopirane i nakon toga objavljene.



- Prosljeđivanje takvih sadržaja trećim licima putem informaciono-komunikacionih tehnologija,
- Svakodnevno pisanje mnogo poruka ili email-ova, a ti to ne zeliš,
- Mijenjanje šifre na telefonu ili naloga na društvenoj mreži,
- Prisluškivanje ili snimanje bez tvog znanja,
- Korišćenje tvojih ličnih i bankovnih podataka.

3 kategorije žena najizloženije online nasilju:

- žene i djevojke u intimnim vezama čiji su partneri postali zlostavljači,
- žene i djevojke koje su preživjele fizičke napade često zlostavljane i silovane od strane intimnih partnera,
- ženske osobe iz javnog života, odnosno one čiji su javni profili uključeni u javnu komunikaciju.

