

FZONE

against gender-based violence

**προστασία & ενδυνάμωση απέναντι στη
Σεξουαλική κακοποίηση
με βάση την εικόνα
(γνωστή και ως εκδικητική πορνογραφία)**



ΠΡΙΝ ΣΥΜΒΕΙ: Πρόληψη & Ασφάλεια



Ρύθμισε σωστά την ιδιωτικότητά σου

- Κάνε τους λογαριασμούς σου **ιδιωτικούς** (μόνο για φίλους/ες).
- Μην αφήνεις ενεργοποιημένο το **geotagging** (δείχνει πού τραβήχτηκε η φωτογραφία).

ΠΩΣ: Στις ρυθμίσεις της κάμερας ή του κινητού σου, απενεργοποίησε την τοποθεσία για τις φωτογραφίες.

- Δες ποιες εφαρμογές έχουν πρόσβαση στην κάμερα και στο μικρόφωνο

ΠΩΣ: Στις ρυθμίσεις απορρήτου/εφαρμογών στο κινητό, δες τι έχει πρόσβαση και βγάλε όσα δεν χρειάζονται.



Καθάρισε τις εικόνες σου πριν τις στείλεις

- Τα metadata (π.χ. τοποθεσία, ώρα, μοντέλο συσκευής) μπορούν να αποκαλύψουν περισσότερα απ' όσα νομίζεις.
- Εργαλεία όπως **MAT2**, **ExifTool**, ή εφαρμογές όπως **Photo Metadata Remover (Android)** & **ViewExif (iOS)** αφαιρούν αυτά τα δεδομένα.



Αν στείλεις κάτι προσωπικό

- Χρησιμοποίησε **Signal**, που υποστηρίζει αυτοκαταστροφή μηνυμάτων.
- Απόφυγε εφαρμογές cloud ή κοινές συλλογές φωτογραφιών.
- Απόκρυψε αναγνωρίσιμα στοιχεία: πρόσωπο, tattoo, φόντο με προσωπικά αντικείμενα.



Διατήρησε τον έλεγχο της ταυτότητάς σου

- Δημιούργησε ψευδώνυμο προφίλ ή προσωρινά email & αριθμούς: **ProtonMail**, **Tutanota** (ασφαλές email), **TextNow**, **MySudo** (προσωπικό τηλέφωνο).



Ανώνυμη περιήγηση

- Εφαρμογές όπως **Brave** και **Firefox Focus** για κινητό δεν κρατούν ιστορικό.
- Για υψηλότερη ανωνυμία, ο **TOR Browser** σε προστατεύει καλύτερα από την παρακολούθηση.

ΑΝ ΣΥΜΒΕΙ: Πρακτικά Βήματα

1 Μην το περάσεις μόνο σου

- Επικοινωνήσε με ένα πρόσωπο εμπιστοσύνης — φίλο, φίλη, σύμβουλο, οργανισμό.
- Άλλαξε τους κωδικούς σου και βάλε **2FA** (= διπλή ταυτοποίηση, δηλαδή όταν για να μπεις σε έναν λογαριασμό χρειάζεσαι κωδικό + κάτι ακόμα, π.χ. κωδικό στο κινητό).

2 Συγκέντρωσε αποδείξεις

- Κάνε φωτογραφίες οθόνης (**screenshots**) όπου φαίνεται ημερομηνία, ώρα και το link (URL).
- Μπορείς να κρατήσεις τα αποδεικτικά και σε ειδικές ιστοσελίδες (**archive.today**, **Wayback Machine**) που αποθηκεύουν την ιστοσελίδα όπως είναι ακόμα κι αν μετά διαγραφεί.
(Δηλαδή: αν κάποιος σβήσει τη φωτογραφία, εσύ έχεις μια "παγωμένη" αποθήκευση.)

3 Ενεργοποίησε μηχανισμούς αφαίρεσης/αναφοράς

- Το **StopNCII.org** σου επιτρέπει να εμποδίσεις την εξάπλωση των εικόνων χωρίς να τις ανεβάσεις. Χρησιμοποιεί **hashing** για προστασία της ιδιωτικότητας.
(**Hashing** = ένας τρόπος να φτιάχνεις "ψηφιακά αποτυπώματα" των εικόνων για να τις βρίσκεις και να τις μπλοκάρεις χωρίς να βλέπει κανείς το περιεχόμενο.)
- Κάνε **καταγγελία** απευθείας σε πλατφόρμες όπως **Instagram**, **Facebook**, **TikTok**, **Pornhub**, κ.λπ., για να βγάλουν τις φωτογραφίες.

4 Ζήτησε υποστήριξη

- Γραμμή **SOS 15900** (για ψυχολογική ή νομική στήριξη).
- Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος **11188** (ακόμη και ανώνυμα).
- Εξειδικευμένοι φορείς όπως **Κέντρο Διοτίμα**, **W.I.N. Hellas** παρέχουν δωρεάν νομική υποστήριξη.

5 Γνώρισε τα δικαιώματά σου

Η εκδικητική πορνογραφία είναι ποινικό αδίκημα (πλημμέλημα και κακούργημα σε επιβαρυντικές περιστάσεις) και **διώκεται αυτεπάγγελα**.

- Μπορείς να κάνεις καταγγελία σε **Αστυνομικό Τμήμα**, **Εισαγγελία**, **Τμήμα Δίωξης Ηλεκτρονικού εγκλήματος** της ΕΛΑΣ.
- Αν το περιστατικό γίνεται σε **μέσο κοινωνικής δικτύωσης** ή **πλατφόρμα** μπορείς παράλληλα να το αναφέρεις και εκεί.

Δεν έχει σημασία αν έδωσες εσύ τις εικόνες, αν συναίνεσες στη λήψη τους, αν είναι αληθινές ή προϊόν επεξεργασίας. Εκτός από την "εκδικητική πορνογραφία" υπάρχουν κι άλλες μορφές έμφυλης βίας με βάση την εικόνα που τιμωρούνται.

Χρήσιμα εργαλεία

Εργαλείο	Χρήση	Διαθέσιμο στο
StopNCII.org	Αποτρέπει την εξάπλωση εικόνων σου χωρίς να τις ανεβάσεις	stopncii.org
MAT2	Καθαρίζει metadata (GPS, ώρα, συσκευή) από φωτογραφίες	metadata.systemli.org
ExifTool	Επεξεργασία ή διαγραφή μεταδεδομένων από αρχεία	exiftool.org
HashMyFiles	Δημιουργεί το hash που απαιτεί το StopNCII	nirsoft.net
Signal	Κρυπτογραφημένη συνομιλία & αυτοδιαγραφόμενα μηνύματα	signal.org
Tails OS	Εξειδικευμένο λειτουργικό για απόλυτη ανωνυμία και ασφάλεια	tails.net
Archive.today	Καταγραφή σελίδων πριν διαγραφούν	archive.today
Wayback	Καταγραφή σελίδων πριν διαγραφούν	web.archive.org
Brave	Ανώνυμη πλοήγηση χωρίς tracking	brave.com
TOR browser	Ανώνυμη πλοήγηση χωρίς tracking	torproject.org
Photo Blur	Απόκρυψη προσώπων/στοιχείων σε εικόνες πριν αποσταλούν	Play Store / App Store
Hide Face Apps	Απόκρυψη προσώπων/στοιχείων σε εικόνες πριν αποσταλούν	Play Store / App Store

Θυμήσου

Δεν είσαι υπεύθυνο για την παραβίαση.

Η ευθύνη ανήκει στον δράστη.

Έχεις επιλογές, έχεις δικαιώματα — και μπορείς να τα διεκδικήσεις.

Η τεχνολογία δεν είναι εχθρός. Μπορεί να γίνει εργαλείο για **προστασία, φροντίδα και αντίσταση.**

 fzone.org  fem.zone.info@gmail.com  Fzone Againstgbv

 @fzone.againstgbv

 @fzone.againstgbv