

**ZITA-APLIKAZIOETAN**  
**SEGURU JOKATZEKO**  
**OINARRIZKO GIDALIBURUA**

**LGBTIAQ+ GIDA**

## HASI AURRETIK

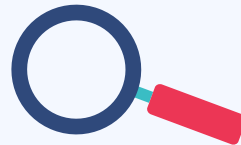
Normala da, zure adina gorabehera, **zure sexualitatea aztertzeko eta lotura emozionala bilatzeko jakin-mina izatea. Ez sentitu presaka erabakiak hartzeko presioa.** Hausnartu zer nahi duzun une honetan: adiskidetasuna, harreman erromantikoa, zure sexualitatea esploratzea edo, besterik gabe, jende berria ezagutzea. Aplikazioak erabilgarriak izan daitezke hori guztia egiteko, **baina garrantzitsua da bilatzen ari zarenarekin eroso sentitzea.**

LGBTIAQ+ komunitateko kide bazara eta oraindik ez bazaude guztiz seguru hori modu irekian partekatzeko, kontuz ibili zure profilean argitaratzen duzunarekin. **Ez duzu zertan zure buruari buruz dena berehala azaldu behar,** eta aplikazio askok aukera ematen dute hasieratik partekatu nahi ez dituzun xehetasunak anonimizatzeko.

**Espektroaren identitateetara eta orientazioetara bideratutako zita-aplikazio desberdinak daude,** ikertu zer aplikazio izan daitezkeen ingurune seguru eta inklusiboak zure kideko jendea ezagutzeko.



## ZER BILATZEN DUT ZITA-APP BATEAN?



**Topaketa kasualak:** konpromisorik gabeko zerbaiten bila bazabiltza, hala nola momentuko konexio sexualaren bila, badira berehalako edo ustekabeko topaketak errazteko diseinatuta dauden aplikazioak. Beti modu arduratsu eta seguruan erabiltzekoak.



**Adiskidetasuna:** Pertsona batzuek ez dute harreman erromantiko bat bilatzen, baizik eta lagun edo sare sozial berriak LGBTIAQ+ komunitatearen barruan.



**Harreman serioak:** Epe luzeko harreman egonkor baterako bikotekide bat aurkitu nahi baduzu, erabili bateragarritasunean eta konpromisoan zentratzen diren aplikazioak.



**Harreman irekiak edo polimaitasunezkoak:** Erlazio ez-monogamoak esploratzeko interesa baduzu, aukeratu dinamika ireki eta polimaitasunezkoegi dagokienez gardenak diren aplikazioak.

# HURBILTASUNEAN OINARRITUTAKO APLIKAZIOAK

Hurbiltasunean oinarritutako zita-aplikazioak batez ere beste gizon batzuekin harremanak bilatzen dituzten gizonentzat diseinatuta daude, bereziki gay, bisexual, trans eta queer komunitatean (LGBTIAQ+). Mugikorren GPSa erabiltzen dute hurbileko profilak erakusteko, eta haien inguruko pertsonetikiko interakzioa eta kontaktua errazten dute.

## Geolokalizazioa:

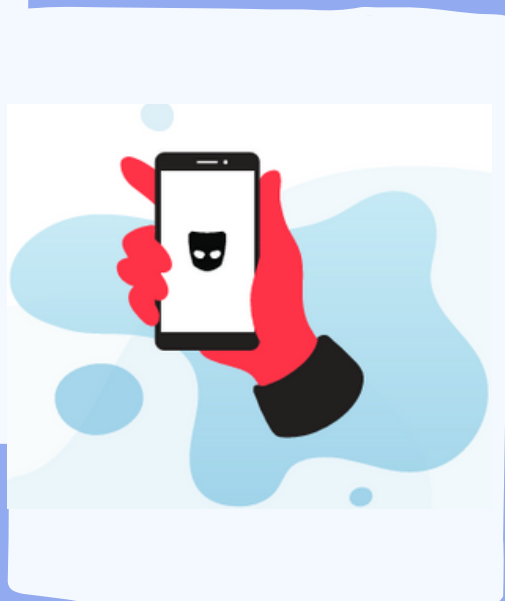
Aplikazio horiek denbora errealeko kokapena erabiltzen dute hurbil dauden pertsonen profilak erakusteko, eta horrek berehalako topaketak edo harremanak errazten ditu.

## Oinarrizko profilak:

Profilak sinpleak izaten dira, argazkiak izaten dituzte (edo ez), deskribapen labur bat, adina, altuera, pisua eta orientazio sexuala, baina erabiltzaileek ez dituzte nahitaez zertan xehetasun guztiak eman behar.

## Berehalako mezularitza:

Erabiltzaileek mezuak eta argazkiak bidal ditzakete, eta haien kokapena partekatu. Irudi edo bideo pribatuak bidaltzeko aukera ere izaten da.



## ZAINDU ZAITEZ!

**Pribatutasun konprometitua:** Zure kokapena denbora errealean erakustean, asmo txarreko norbaitek zure kokapen zehatza arakatu ahal izango luke.

**Profil faltsuak eta "catfishing":** Ohikoa da profil faltsuak aurkitzea, besteak engainatzea bilatzen dutenak, eta horrek iruzurrak edo egoera emozional arriskutsuak sor ditzake.

**Ziberjazarpena eta eduki desegokia:** Plataforma horiek jazarpena, bullyinga eta aldez aurretik abisatu gabe argazki esplizituak edo mezu sexualak bidaltzea errazten dute, eta hori inbaditzailea eta kaltegarria izan daiteke.

**Informazio pribatua bistaratzea :** Argazkiak edo benetako izenak bezalako xehetasun pertsonalak partekatzeak esplotaziora edo iruzurrera zaurgarri bihur zaitzake.

**Hackeatua izateko arriskua:** Segurtasunezko huts egiteek datu pertsonalak eta informazio sentikorra agerian uzteko aukera eman izan dute iraganean.

**Kosifikazioa:** Pertsona batzuek sentitzen dute beren ezaugarri fisiko edo sexualetara murriztuak izan direla, eta horrek esperientzia emozionalari eragiten dio.

**Topaketa arriskutsuak:** Ezezagunekin Segurtasunezko huts egiteek datu pertsonalak eta informazio sentikorra agerian uzteko aukera eman izan dute iraganean.

**Delituak gertatzeko posibilitatea:** Aplikazio hauen bidez egindako hitzorduetan, lapurretak eta eraso fisikoak gertatu zaiela salatu izan dute erabiltzaile batzuek.

# BESTELAKOAK: "MATCH" MOTAKO APLIKAZIOAK

"Match" bat gertatzen da bi pertsonak elkarren profilak ikusi eta elkar gogoko dutenean: horrek aukera ematen die, biak ados egonez gero, elkar ezagutzeko txateatzen hasteko.

"Match" motako aplikazioek oso bestelakoak dira euren hurbilketari eta funtzionamenduari dagokienez. Aurrekoak berehalako topaketa kasualak bilatzera bideratuta dauden bitartean, aplikazio hauek harreman serio eta luzerakoak sustatzeko asmoa dute.



## Profil zehatzak sortzea:

"Match" motako aplikazioetan, erabiltzaileek profil osoagoak sortzen dituzte, beren nortasuna, interesak eta bikote batean bilatzen dutena deskribatuz, itxura edo kokapena ardatz duten aplikazioetan ez bezala.

## Bateragarritasun-algoritmoak:

Plataforma hauek galdesortetan oinarritutako algoritmoak erabiltzen dituzte kidetasun eta balio partekatutako pertsonak parekatzeko, bateragarritasunari lehenetasuna emanaz hurbiltasun geografikoari baino gehiago.

## Interakzio motelagoak:

Komunikazio lasaia eta gogoetatsua sustatzen dute, aurrez aurreko topaketei buruzko erabakiak hartu aurretik erabiltzaileek elkar hobeto ezagutu dezaten.

## Bilaketa-iragazki aurreratuak:

Erlijioa, hezkuntza edo adina bezalako iragazki espezifikoak eskaintzen dituzte, harreman serioagoetara bideratuak.

## ZAINDU ZAITEZ!

### Bat-batekotasun eza:

Aplikazio horiek datu pertsonal ugari eskatzen dituzte, eta, horren ondorioz, elkarrekintzak behartuak edo ez oso espontaneoak izan daitezke.

### Gehiegizko profilak:

Informazio asko behar dute, eta, horren ondorioz, konexioak behartuak edo ez hain naturalak senti daitezke.

### Harreman serioetarako presioa:

Epe luzerako harremanetara bideratuta daudenez, presioa sor dezakete kasualitate handiagoko zerbaiten bila dabiltzanengan.

### Profil faltsuak edo ez-aktiboak:

Egiaztapenak egin arren, profil faltsuak edo ez-aktiboak daude, eta horrek frustrazioa eragin dezake.

### Neke emozionala:

Profil luzeak osatzea eta elkarrizketa luzeetan parte hartzea nekagarria izan daiteke, batez ere benetako konexiorik gabe.

### Itxaropen ez oso errealistak:

Bateragarritasun-promesek etsipena eragin dezakete hitzorduek aurreikuspenak betetzen ez badituzte.

### Datu pertsonaletarako sarbidea:

Informazio gehiago partekatzean, arrisku handiagoa dago datuak gaizki kudeatzeko edo agerian jartzeko.

# ZURE SEGURTASUN DIGITALERAKO AHOLKUAK

1

Aukeratu bilatzen duzunarekin bat datorren aplikazioa, eta ikasi nola funtzionatzen duen. Ezagutu haien segurtasun-neurriak, pribatutasun-politikak, datu-bilketa eta arriskuak. Horrek lagunduko dizu konfiantza handiagoz erabiltzen eta alerta-seinaleak detektatzen.

2

Babestu zure kokapena.

Ez partekatu edo erabili zure kokapen zehatza (hala nola etxeko fatxada edo lantokia) erakusten duten argazkirik edo funtziorik. Doitu aplikazioaren ezarpenak zure kokapena denbora errealean ez erakusteko. Aukeratu leku neutraletan egindako argazkiak.

3

Kanpoko konexioak kontrolatu

Ez sinkronizatu hitzorduen aplikazioa zure sare sozialen kontuarekin edo posta nagusiarekin, horrek informazio pertsonala biltzea erraztu dezake eta. Gogoratu ez irekitzea pertsona ezezagunek bidalitako estekarik edo fitxategirik.

4

Erabili aplikazioaren txata seguru sentitu arte

Ez izan presarik beste mezularitza-plataforma batzuk erabiltzen hasteko. Aplikazioaren txatean mantentzeak segurtasun eta tresna gehiago eskaintzen ditu erabiltzaile susmagarriak salatzen edo blokeatzeko. Ez zaitetz behartuta sentitu zure telefono edo WhatsApp zenbakia goizegi partekatzeko.

5

Zalantza egin zure match-ak datu pertsonalak berehala eskatzen badizkizu.

Ez zaitetz fida hasi-hasieratik informazio pribatuak, hala nola telefono zenbakia, helbidea edo banku xehetasunak, eskatzen dizkizutnaz. Hori alerta-seinale bat da eta pertsona horrek asmo txarrak dituela adieraz dezake, hala nola engainatu edo jazarri zaitzake.

6

Profil susmagarriak berraztertu.

Profil batek perfektuegia edo osatugabea ematen badu, ikertu. Bilatu argazkiak Googlen, lapurtutako irudiak detektatzeko. Portaera arraroak edo deserosoak nabaritzen badituzu, berehala salatu: iruzurrezko profilak, adingabeak agertzen diren gunek komertzial edo pornografikoetarako estekak bidaltzen dituzten pertsonak, jazarpena, mehatxuak edo mezu iraingarriak.



# EDUKI INTIMOAREN KUDEAKETA

Plataforma digitaletan eduki intimoa edo "nudeak" partekatzeak arrisku handiak dakartza, eta, beraz, funtsezkoa da neurriak hartzea zure pribatutasuna eta segurtasuna babesteko. Atal honetan, online partekatzen duzun edozein material sentikor modu seguruan kudeatzeko gomendioak eskaintzen dizkizugu, bai zita-aplikazioetan, bai sare sozialetan, bai mezularitza pribatuan.

KONTUAN IZAN...

Pentsatu bidali aurretik: Ebaluatu arriskuak argazki edo bideo intimoak partekatu aurretik. **Edukia online dagoenean, zaila da kontrolatzea.**

Plataforma seguruak erabili:

Partekatzea erabakitzen baduzu, erabili muturretik muturrerako zifratze duten plataformak, **zure elkarrizketa eta fitxategien pribatutasuna babesten dutenak**, hala nola Signal edo Telegram.

Ez erakutsi zure aurpegia edo xehetasun identifikagarriak:

Argazkiak partekatzen badituzu, **ez erakutsi erraz identifika zaitzaketen ezaugarriak**, hala nola aurpegia, tatuajeak edo etxeko ingurunea.

Mezuen autosuntsiketa aktibatu:

Aplikazio askok mezuak eta argazkiak ikusi ondoren autosuntsitzea ahalbidetzen dute, eta horrek **zure baimenik gabe gordetzeko arriskua murrizten du.**

Edukia modu seguruan gorde:

Material mota hori gordetzea erabakitzen baduzu, **gorde pasahitz konplexuen bidez babestutako gailuetan** eta, ahal bada, karpeta zifratuetan.

Inoiz ez partekatu presiopean:

Norbait tematzen bada eduki intimoa bidal diezaiozun, **bere asmoak zalantzan jarri**. Inork ez zintuzke behartu behar nahi ez duzun zerbait partekatzera.



1

**Izan zaitez zuhurra harreman berriekin**

Hartu behar duzun denbora beste pertsona ezagutzeko informazio sentikorra partekatu edo topaketa bat adostu aurretik. **Egiaztatu haien identitatea**, argazkiak eta xehetasunak online bilatuz.

2

**Geratu aurretik jarraitutasunez txateatu**

**Ez izan presarik hitzordu bat izateko** beste pertsonarekin etengabeko elkarrizketa zintzoa izan gabe. Mesfidatu gehiegizko afektuarekin jokatzeko duten pertsonaz edo LGBTIAQ+-fobikoak diren portaerak erakusten dituztenez.

3

**Konfiantzazko norbaiti jakinarazi eta zure kokapena partekatu**

Hitzordua baino lehen, **partekatu xehetasunak** (lekua, ordua, izena) eta erabili aplikazioak zure kokapena denbora errealean **konfiantzazko pertsona bati** bidaltzeko, eta harremanetan jarraitu topaketan zehar.

4

**Garraio propioa**

Ahal duzun guztietan, **erabili zure garraioidea** zitarako, autoa, bizikleta edo patinetea. Horrek autonomia emango dizu nahi duzunean alde egiteko

# NOLA ZIURTATU GURE SEGURTASUNA TOPAKETAN?

**Leku publiko eta jendetsua**

Elkartu leku publikoetan eta jendea dabilen lekuetan, hala nola kafetegietan edo merkataritza-guneetan. Saihestu lehen hitzorduetan etxean edo hutsik dauden eremuetan topatzea.

5

**Ez utzi egoera kontrolatzeari:** Edozein topaketatan, ziurtatu beti zure ingurunearen eta gertatzen ari denaren berri duzula. Entzun zure instintuak eta ez izan beldurrik egoera bat gelditzeko deseroso sentitzen bazara edo presionatuta sentitzen bazara. **Errespetatu zure mugak eta ziurtatu besteek ere errespetatzen dituztela.**

**Edariekin eta substantziekin hartu beharreko neurriak:**

Aukeratu beti kristalezko botilako edariak, ireki zeuk edo ziurtatu zure aurrean eta manipulatu gabe irekitzen dituztela. Ez edan edari prestatuak. **Ez kontsumitu drogarik edo substantzia ezezagunik, egoera zaurgarrian jar zaitzakete, eta abusu edo erasoen aurrean erreakzionatzeko gaitasuna murriztu.**

6



7

**Zaindu zure sexu-osasuna:**

GIBari dagokionez, PREPa hartzen baduzu edo detektaezina bazara ere, eraman beti zurekin kondoiak eta lubrifikatzailea, **sexu-transmisiozko infekzioak (STI) prebenitzeko**, hala nola sifilisa, gonorea edo klamidia.

8

**Beharrezkoa bada, ebaluatu eta salatu:**

Esperientzia negatiborik baduzu eta horrek beldurra, antsietatea edo trauma eragiten badizu, normala da erreakzionatzeko eta erabaki arrazionalak hartzeko duzun gaitasunari eragitea. **Hartu behar duzun denbora**, ez izan presarik sareetan horren berri emateko. **Ebaluatu gertatutakoa patxadaz, eta, beharrezkotzat jotzen baduzu, salatu bai aplikazioan bai aplikaziotik kanpo**, zu babesteko eta pertsona horrek beste inori kalterik ez egiteko. Zure ongizatea eta segurtasuna dira garrantzitsuena.

# ZER ARRIŠKU DAKARTE ZITA-APLIKAZIOEK?



## **Balidazioaren etengabeko bilaketa:**

"Match" eta "gogokoak" jasotzeko beharrak mendekotasun emozionala eta autoestimu baxua ekar ditzake.

## **Aplikazioekiko mendekotasuna:**

:Diseinu erakargarriak mendekotasuna sor dezake, produktibitateari eta ongizate emozionalari eraginez.



## **Erabiltzaileen gizatasuna galtzea:**

Profilak gaingiroki pasatzeak desira-objektu hutsetara murrizten ditu pertsonak, itxuran soilik oinarritutako balorazio-kultura sustatuz.

## **Konexio-sentsazio faltsua:**

Azaleko interakzioek bakardade-sentsazioa areagotu dezakete, konexio digitalak ez baitira beti esanguratsuak izaten.

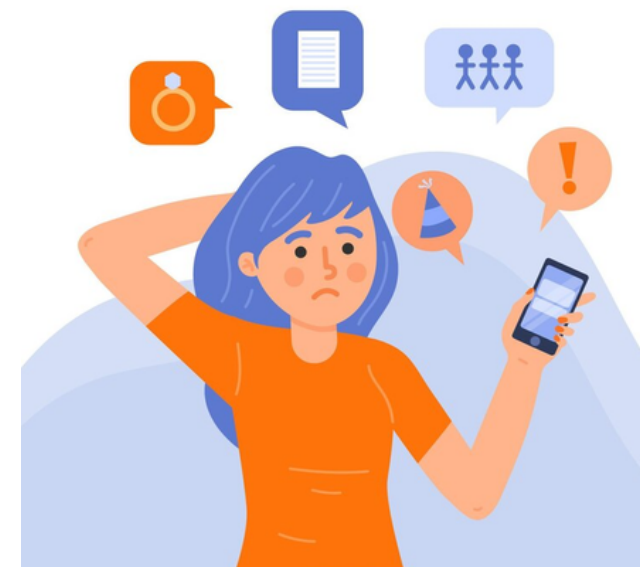


## **Abusuaren normalizazioa:**

Anonimotasunak abusuzko jokabideak ahalbidetzen ditu, hala nola jazarpena eta ziberjasarpena, ingurune toxikoak sortuz.

## **Harreman iraunkorrak ezartzeko zailtasuna:**

Zita-aplikazioetan, aukerak ugariak direnez, sarritan pertsonak ez dute konpromisorik hartuko, beti norbait hobea egongo delakoan. Horrek segurtasunik eza sortzen du eta harreman batean sakontzea zailtzen du.





## GOGOAN IZAN...

Komeni da egunero **denbora-muga bat ezartzea** aplikazioa erabiltzeko, erabilera gehiegizkoa saihestuz. **Baloratu egiazko konexioak "match"** kantitatearen gainean, eta jokatu modu kritikoan, profilak irakurtzeko denbora hartuz, modu automatikoan irakurri beharrean. **Benetako profil** bat sortu antzeko interesak dituzten pertsonak erakartzeko, eta jakinarazpenak desaktibatu etengabe berrikusteko antsietatea murrizteko. Gogoratu zure balioa **ez dagoela kanpo-balidazioaren mende**, eta lan egin zure autoestimuan, aplikazioak erabili ala ez. Ez ahaztu konexioekiko jarrera kritikoa izatea eta espektatiba errealistak izatea, eta kontsultatu lagunei, **"match" bati buruz seguru sentitzen ez bazara.**





Hurbileko LGBTIAQ+ elkarte bat  
kontsultatu,

LGBTIAQ+ Euskal Behatokia  
(681 870 433)

edo

Deitu 028 doako zenbakira (Arcoiris  
zerbitzua) aholkularitza edo  
orientazioa eskatzeko. Doakoa eta  
konfidentziala da, eguneko 24  
orduetan eskaintzen dizu arreta,  
gaztelaniaz, euskaraz, katalanez,  
galegoz, ingelesez edo frantsesez.

**Behatokia**

**Euskal LGBTIAQ+ Behatokia**  
Observatorio Vasco LGBTIAQ+

**Euskal LGBTIAQ+ Behatokia** elkarte-federazio bat da, eta delituak, gorroto-diskurtsoak eta sexu-ezaugarrietan, genero-identitatean eta -adierazpenean edo orientazio afektibo-sexualean oinarritutako edozein indarkeria- edo diskriminazio-adierazpenak prebenitzen eta salatzen lan egiten du, benetakoak edo hautemandakoak izan, familiartekoei edo hurbileko pertsoneri eragiten dietenak barne, eta, aldi berean, LGBTIAQ+ pertsona guztien eskubideen berdintasuna erreal eta eraginkorra sustatuz.

Gehiago jakiteko, bisitatu gure webgunea edo jarrai gaitzazu gure sare sozialetan:

**Behatokia**

**Euskal LGBTIAQ+ Behatokia**  
Observatorio Vasco LGBTIAQ+

[euskalgtbi.behatokia@gmail.com](mailto:euskalgtbi.behatokia@gmail.com)

