

FOLD HERE

να του/της εξηγήσεις γραπτώς ότι σε ενοχλεί η συμπεριφορά του/της, ετοίμασε επιστολή στην οποία να αναφέρεις ότι σε κάνει να μη νιώθεις άνετα και ότι επιθυμείς να σταματήσει και να μην επαναληφθεί. Φύλαξε αντίγραφο της επιστολής σου και άφησε τον/την να γνωρίζει ότι αν επιμένει σε τέτοια συμπεριφορά, θα προχωρήσεις το θέμα περαιτέρω με καταγγελία.

### Κράτησε ημερολόγιο με σημειώσεις

Σημείωνε κάθε συμπεριφορά που σε ενοχλεί και προσβάλλει, ημερομηνίες, ώρα, χώρο και αν υπήρχαν άλλα άτομα παρόντα, σημείωνε τα ονόματά τους. Αυτό θα σε βοηθήσει να υποβάλεις ένα επίσημο παράπονο στον εργοδότη ή στους δημόσιους θεσμούς που μπορούν να χειριστούν τέτοιες καταγγελίες.

### Τι γίνεται αν συνεχίζει?

Εφόσον έχεις αντιμετωπίσει το/τη δράστη και αυτός συνεχίζει τη σεξουαλική παρενόχληση πρέπει να ενημερώσεις τον εργοδότη σου. Ο εργοδότης σου (έχει με νόμο υποχρέωση) να λαμβάνει όλα τα απαραίτητα μέτρα για να προλαβαίνει τέτοια περιστατικά να μην συμβαίνουν στον εργασιακό του χώρο. Ο εργοδότης σου πρέπει να διερευνήσει την καταγγελία σου και να ασχοληθεί με το παράπονο σου. Υπενθυμίζεται ξανά να κρατάς σημειώσεις για οτιδήποτε γίνεται.

### Πότε και γιατί πρέπει να υποβάλω το παράπονο μου στους δημόσιους φορείς ή στο δικαστήριο?

Πρέπει να υποβάλεις το παράπονο σου αν:

- Ο/η δράστης συνεχίζει ακόμα και μετά που μίλησες στον ίδιο και στον εργοδότη σου
- Ο/η δράστης είναι ο ίδιος ο εργοδότης σου
- Δεν είσαι ευχαριστημένη/ος με τον τρόπο που το χειρίζεται ο εργοδότης σου ή με το αποτέλεσμα της διερεύνησης του παραπόνου σου

Όσο πιο σύντομα υποβάλεις το παράπονο σου τόσο το καλύτερο για σένα και πιθανόν και για άλλους συναδέλφους/ισες σου.

### Πού μπορώ να υποβάλω το παράπονο μου?

Μπορείς να υποβάλεις το παράπονο σου για διερεύνηση στους ακόλουθους, από το Νόμο, αρμόδιους φορείς:

- Στην Επιτροπή Ισότητας των Φύλων στην Απασχόληση και Επαγγελματική Εκπαίδευση, Κλήμεντος 9, 3<sup>ος</sup> όροφος, Λευκωσία, τηλ. 22 400894-5 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση: [www.eif.gov.cy](http://www.eif.gov.cy) συμπληρώνοντας το έντυπο υποβολής παραπόνου ή απευθείας στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: [genderequalitycommittee@mlsi.gov.cy](mailto:genderequalitycommittee@mlsi.gov.cy)
- Στους/στις Επιθεωρητές/τριες του Τμήματος Εργασίας του Υπουργείου Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, Κλήμεντος 9, 4<sup>ος</sup> όροφος, Λευκωσία, τηλ. 22 400847 ή στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: [director@dl.mlsi.gov.cy](mailto:director@dl.mlsi.gov.cy)
- Στην Αρχή Ισότητας της Επιτρόπου Διοικήσεως, Era House, Διαγόρου 2, 1097, τηλ. 22 405500 ή στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: [ombudsman@ombudsman.gov.cy](mailto:ombudsman@ombudsman.gov.cy)

Οι φορείς αυτοί θα σου προσφέρουν καθοδήγηση και θα χειριστούν το παράπονο σου με εκκεμύθεια και αντικειμενικότητα.

Αν χρειαστεί να προχωρήσεις δικαστικά, η Επιτροπή Ισότητας των Φύλων στην Απασχόληση και Επαγγελματική Εκπαίδευση, μπορεί να σου παράσχει δωρεάν ανεξάρτητη νομική συνδρομή.

Η σεξουαλική παρενόχληση στην εργασία απειλεί την αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση σου. Μπορεί να σε κάνει να σταματήσεις την εργασία σου, μειώνει την αξιοπρέπεια σου και μπορεί να επιδράσει στην υγεία και ευτυχία σου.

Καμιά και κανένας δεν πρέπει να γίνεται θύμα σεξουαλικής παρενόχλησης. Η νομοθεσία και οι θεσμοί υπάρχουν και μπορούν να σε προστατέψουν. Χρησιμοποίησε τους για να διασφαλίσεις τα δικαιώματά σου.

Σχεδιασμός:  | [www.reboot.design](http://www.reboot.design)

FOLD HERE

FOLD HERE

## ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΣΗ

### ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΤΡΙΠΤΥΧΟ

Επιτροπής Ισότητας των Φύλων στην Απασχόληση και Επαγγελματική Εκπαίδευση

Επιτροπή Ισότητας  των Φύλων  
στην Απασχόληση και  
στην Επαγγελματική Εκπαίδευση

FOLD HERE

## Ο Νόμος (Ν.205(Ι)/2002)

Ο Νόμος ορίζει ως σεξουαλική παρενόχληση οποιαδήποτε ανεπιθύμητη από τον αποδέκτη της συμπεριφορά σεξουαλικής φύσης, που εκφράζεται με λόγια ή έργα και έχει ως σκοπό ή αποτέλεσμα την προσβολή της αξιοπρέπειας ενός προσώπου, ιδίως όταν δημιουργεί ένα εκφοβιστικό, εκθρικό, εξευτελιστικό, ταπεινωτικό ή εκθρικό περιβάλλον, κατά την απασχόληση ή την επαγγελματική εκπαίδευση ή κατάρτιση ή κατά την πρόσβαση ή επαγγελματική εκπαίδευση ή κατάρτιση.

Κάνει ξεκάθαρο ότι η σεξουαλική παρενόχληση οριστικά δεν είναι και δεν πρέπει να γίνεται αποδεκτή και ορίζει ότι απαγορεύεται οποιαδήποτε πράξη αυτής της φύσης, οποιουδήποτε προσώπου στο χώρο εργασίας σου, είτε μεμονωμένη, είτε επαναλαμβανόμενη. Ταυτόχρονα απαγορεύει στον εργοδότη σου να προβεί σε οποιαδήποτε άμεση ή έμμεση δυσμενή ενέργεια σε βάρος σου, επειδή υπέκυψες, απέκρουσες ή κατάγγειλες το περιστατικό. Η προστασία αυτή ισχύει και για μάρτυρες τέτοιων περιστατικών. Διασφαλίζει τη μη θυματοποίηση σου στο χώρο εργασίας σου και ορίζει ως παράνομη τη λιγότερο ευνοϊκή μεταχείριση γυναικών ή αντρών λόγω του φύλου τους.

Ταυτόχρονα ορίζει ότι οι εργοδότες οφείλουν να προστατεύουν τους/τις εργαζόμενους/ες, εκπαιδευόμενους/ες ή καταρτιζόμενους/ες από κάθε πράξη προϊσταμένου/ης ή συναδέλφου/σας τους, η οποία συνιστά διάκριση λόγω φύλου και ιδίως από παρενόχληση ή σεξουαλική παρενόχληση. Οι εργοδότες έχουν υποχρέωση απέναντι στο άτομο που δέχεται σεξουαλική παρενόχληση και οφείλουν μόλις περιέλθει στη γνώση τους να λάβουν κάθε πρόσφορο μέτρο για την παύση και μη επανάληψή τους, καθώς και για την άρση των συνεπειών τους. Σε αντίθετη περίπτωση είναι συνυπεύθυνοι με το δράστη.

## Τι συνιστά σεξουαλική παρενόχληση?

Σεξουαλική παρενόχληση θεωρείται κάθε ανεπιθύμητη συμπεριφορά σεξουαλικής φύσης. Δεν αφορά ένα αστείο ή μια φιλική σχέση, αλλά κατάχρηση δύναμης. Είναι επίσης γνωστό ότι οι άνθρωποι αντιδρούν με διάφορους τρόπους σε άσχημες καταστάσεις που τους συμβαίνουν. Αυτό που ίσως μοιάζει ως μια αθώα δράση/ χειρονομία από ένα άτομο, πιθανόν να θεωρείται ως προσβλητικό από κάποιο άλλο και η νομοθεσία διασφαλίζει ότι λαμβάνεται σοβαρά υπόψη το πώς το θύμα εκλαμβάνει την πράξη που δέχεται και όχι τις προθέσεις του δράστη. Το ερώτημα, δηλαδή, είναι πώς αισθάνεται ο/η αποδέκτης/τρια της συμπεριφοράς για την ενέργεια που γίνεται και αφορά το άτομο του/της. Ενώ και οι άντρες μπορεί να είναι θύματα σεξουαλικής παρενόχλησης, εν τούτοις η τεράστια πλειοψηφία των καταγγελιών (γίνονται συνήθως) από γυναίκες εναντίον αντρών. Υπολογίζεται δε, με βάση ευρωπαϊκές έρευνες, ότι το 50% των γυναικών που βρίσκονται στην αγορά εργασίας δέχτηκαν κάποιας μορφής σεξουαλική παρενόχληση. Στην Κύπρο, οι μελέτες καταδεικνύουν ένα ποσοστό 10%. Δε συμβαίνει απλά σε γυναίκες που εργάζονται σε μεγάλα γραφεία ή σε εκείνες που εργάζονται σ' ένα ανδροκρατούμενο εργασιακό περιβάλλον. Συμβαίνει σε άτομα κάθε επαγγέλματος, κάθε ηλικίας και κάθε εθνότητας.

Η σεξουαλική παρενόχληση μπορεί να εκδηλωθεί σε πολλές μορφές, οι οποίες κατατάσσονται σε τρεις κατηγορίες:

### Λεκτική

- Σχόλια για την εμφάνιση, το σώμα ή τα ρούχα σου
- Αισχρά σχόλια
- Ερωτήσεις ή σχόλια για τη σεξουαλική σου ζωή
- Προτάσεις για σεξουαλικά χατίρια
- Σεξουαλικές απαιτήσεις
- Υποσχέσεις ή απειλές που αφορούν τους όρους και συνθήκες απασχόλησης σου ως αντάλλαγμα ή μη σεξουαλικών χατιριών

### Μη λεκτική

- Πονηρό κοίταγμα ή επίμονο βλέμμα στο σώμα σου
- Επίδειξη σεξουαλικού υλικού, όπως περιοδικά, αφίσες, φωτογραφίες κτλ
- Μηνύματα στο κινητό ή στο ηλεκτρονικό σου ταχυδρομείο

### Σωματική

- Φυσικό άγγιγμα, τσίμπημα, φίλημα, άγγιγμα σε απόκρυφα σημεία, χάρδια
- Απόπειρα σεξουαλικής επίθεσης

### Τι πρέπει να κάνω αν είμαι θύμα σεξουαλικής παρενόχλησης?

Πρέπει να αντιμετωπίσεις το δράστη. Πιθανόν οι αντιλήψεις του/της για το τι συνιστά σεξουαλική παρενόχληση να μην είναι ίδιες με τις δικές σου και να μην αντιλαμβάνεται ότι βρίσκεις τη συμπεριφορά του/της προσβλητική.

### Όταν τον/την αντιμετωπίσεις πρέπει:

- Να μιλήσεις αποφασιστικά, καθαρά και αργά, έχοντας οπτική επαφή μαζί του/της
- Περιέγραψε τη συμπεριφορά, τις συνέπειες σε σένα και τόνισε του/της ότι θέλεις να σταματήσει και να μην το επαναλάβει
- Αγνόησε κάθε προσπάθεια υποτίμησης, φοβέρας ή καλοπιάσματος από μέρους του/της
- Μη χαμογελάσεις ή απολογηθείς. Αυτό θα υποβαθμίσει το παράπονο σου
- Όταν τελειώσεις με όσα έχεις να του/της πεις, περπάτησε μακριά— όσο λιγότερα πεις τόσο πιο δυνατή/τος θα είσαι

Ωστόσο, χρειάζεται να μιλήσεις γι' αυτό το περιστατικό και σε άλλα άτομα. Πιθανόν να επιλέξεις ένα/μια συνάδελφο/σα, κάποιο έμπιστο άτομο ή το/τη συνδικαλιστή/στρια σου για να σου δώσει ηθική υποστήριξη. Θα μπορούσαν τα άτομα αυτά να δράσουν και ως μάρτυρες σε κάθε περιστατικό λανθασμένης συμπεριφοράς.

Αν νοιώθεις ότι δεν μπορείς να αντιμετωπίσεις το/τη δράστη πρόσωπο με πρόσωπο και προτιμάς