



Instituto
de las
Mujeres

CONEIX ELS TEUS DRETS!

davant l'assetjament sexual, l'assetjament per raó de sexe
i la violència sexual en l'àmbit laboral

TENS dret



A no ser assetjada sexualment ni per raó de sexe.

A no patir violència sexual.

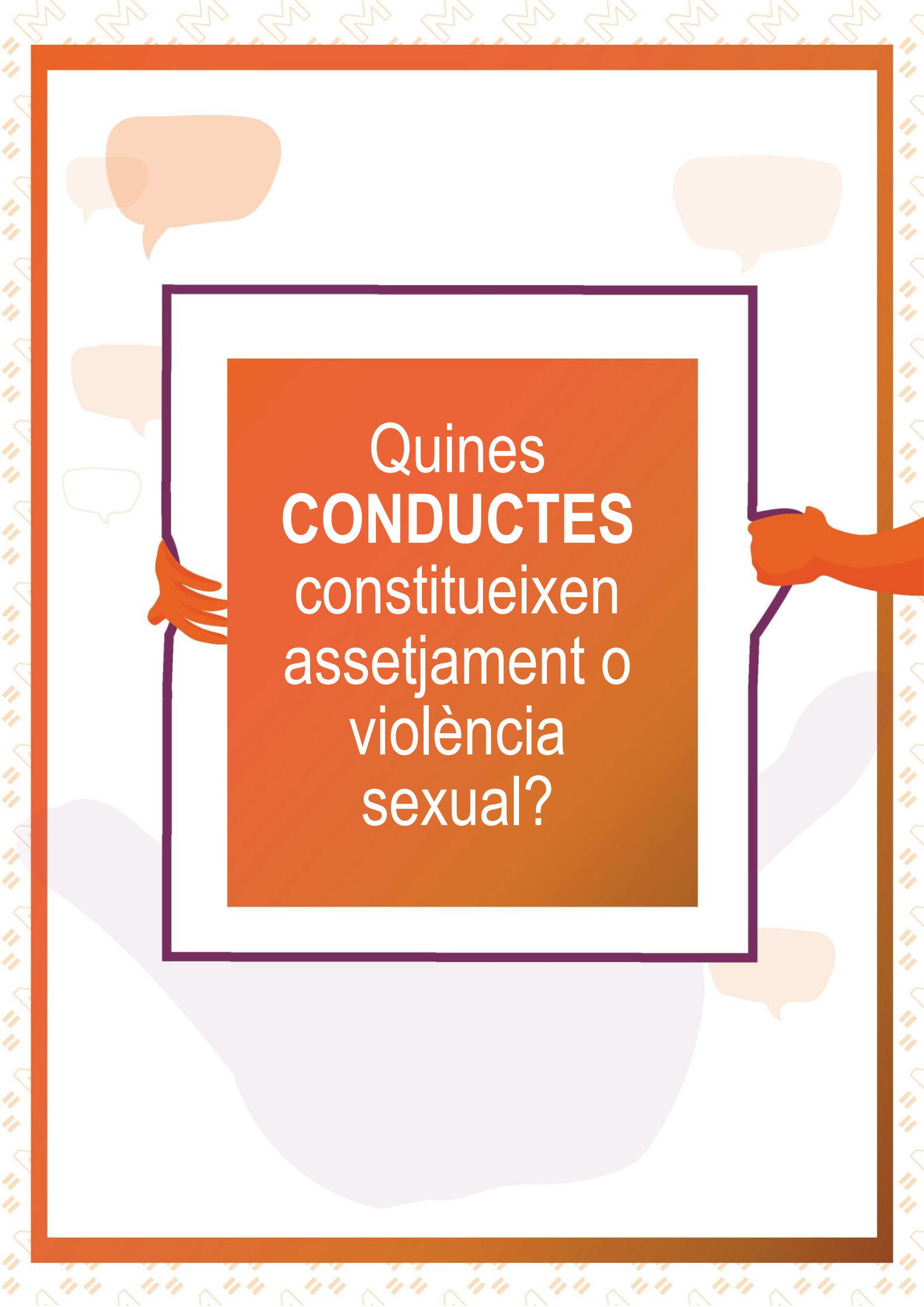
A què no atemptin contra la teva llibertat sexual ni la teva integritat moral.

A la protecció integral contra la violència sexual, inclosa la produïda en l'àmbit digital.

A què la teva empresa garanteixi un entorn de treball segur i lliure de violència i disposi d'un protocol per a la prevenció i l'actuació davant de l'assetjament sexual, l'assetjament per raó de sexe i altres conductes contràries a la llibertat sexual i la integritat moral.

A no ser discriminada per ser dona en l'accés a l'ocupació ni després de la contractació, on s'inclou el tracte desfavorable per l'exercici dels drets de conciliació.

A què la violència sexual s'inclogui en l'avaluació de riscos dels llocs de treball de la teva empresa i que sigui formada i informada sobre això.



Quines
CONDUCTES
constitueixen
assetjament o
violència
sexual?



Assetjament sexual

És qualsevol comportament, verbal o físic, de naturalesa sexual, que tingui el propòsit o produeixi l'efecte d'atemptar contra la dignitat d'una persona, en particular quan es crea un entorn intimidatori, degradant o ofensiu. Les principals víctimes de l'assetjament sexual són les dones i els assetjadors són majoritàriament homes.

És **assetjament sexual** quan:

Et fan insinuacions sexuals, proposicions, pressió o xantatge sexual, o flirtejos ofensius.

Et fan insinuacions, indirectes o comentaris obscens.

Et fan bromes o observacions sobre la teva aparença sexual.

Et mostren fotos, objectes o escrits de contingut sexual o pornogràfic.

Et truquen, t'envien cartes o missatges al correu electrònic o a través de les xarxes socials, de caràcter ofensiu i amb un clar contingut sexual.

Et fan abraçades o petons no desitjats, es produeix un acostament físic deliberat i no sol·licitat o un acostament excessiu i innecessari.

Et fan triar entre sotmetre't als requeriments sexuals o perdre, o veure perjudicats, determinats beneficis o condicions de treball.

Et creen un entorn intimidatori, hostil, degradant, humiliant i ofensiu com a conseqüència d'actituds i comportaments indesitjats de naturalesa sexual.



Assetjament per raó de sexe

És qualsevol comportament realitzat en funció del sexe d'una persona, amb el propòsit o l'efecte d'atemptar contra la seva dignitat i de crear un entorn intimidatori, degradant o ofensiu.

És **assetjament per raó de sexe** quan:

De manera reiterada, pel fet de ser dona, o per circumstàncies del teu embaràs, maternitat o lactància natural o pel fet de ser home que exerceixes tasques de cura relacionades amb el rol tradicionalment atribuït a les dones:

Jutgen el teu rendiment de manera ofensiva, oculten els teus esforços i habilitats, et qüestionen i desautoritzen les teves decisions.

No t'assignen tasques o t'encarreguen feines superiors o inferiors, sense sentit o degradants.

Et donen ordres contradictòries o impossibles de complir, et neguen o oculten els mitjans per a fer la feina o et faciliten dades errònies.

Et roben les teves pertinences, els teus documents, les teves eines de treball, t'esborren arxius del teu ordinador, manipulen les teves eines de treball, trucades, missatges, etc., cosa que et causa un perjudici.

Et neguen arbitràriament l'accés a permisos, cursos, activitats, etc.

Pretenen aïllar-te, ignorar-te o impedir que et comuniquis o es comuniquin amb tu.

T'amenacen, t'agredeixen, et criden o t'insulten; reps trucades per fer-te por.

T'exigeixen que facis feines perilloses o perjudicials per a la teva salut.

Manipulen la teva reputació personal o professional a través del rumor, la denigració i la ridiculització.

T'insinuen que tens problemes psicològics, i intenten que et sotmetis a un examen o a un diagnòstic psiquiàtric.

Es riuen de tu, et fan bromes o crítiques sexistes habitualment.



The illustration features a large, light purple handprint in the background. A hand from the right side of the frame, rendered in a solid orange color, is pointing its index finger towards a white rectangular sign with an orange border. The sign contains the text 'Violència sexual' in a bold, purple font. To the left of the sign, there are two orange speech bubbles, one above the other, with a thin vertical line extending upwards from the top of the sign towards the upper bubble.

Violència sexual

És qualsevol acte de naturalesa sexual no consentit o que condiona el lliure desenvolupament de la vida sexual en qualsevol àmbit —públic, privat o digital. Això inclou l'agressió sexual, l'assetjament sexual i l'explotació de la prostitució aliena, així com qualsevol altra conducta que pugui constituir un delictes previst en el Codi Penal.

És **violència sexual** quan:

Atempten contra la teva llibertat sexual sense el teu consentiment.

T'agredeixen sexualment emprant violència, intimidació o abús d'una situació de superioritat.

Et demanen favors de naturalesa sexual en l'àmbit de la relació laboral, i et provoquen una situació intimidatòria, hostil o humiliant.

T'assetgen sexualment a la teva empresa o lloc de treball aprofitant-se d'una situació de superioritat laboral.



Violència en l'àmbit digital

És qualsevol comportament constituït d'assetjament sexual, d'assetjament per raó de sexe o de violència sexual que es produeixi utilitzant les tecnologies de la informació i la comunicació, a través d'Internet, del telèfon i de les xarxes socials, sense necessitat que entre la persona agressora i la víctima hi hagi contacte físic presencial.

És **violència en l'àmbit digital** quan:

Difonen, o t'amenacen de difondre, sense el teu consentiment, imatges o vídeos de contingut sexual teus (pornodifusió per revenja).

Et fan seguiment o recopilen informació privada a través d'un programa espia (*spyware*).

T'envien imatges sexuals no sol·licitades a través d'aplicacions de cites o de missatgeria, per missatges de text o utilitzant tecnologies Airdrop o Bluetooth (*ciberflashing*)

Difonen rumors sobre tu que malmeten la teva reputació, revelen la teva orientació sexual (*outing*), la teva informació personal o la teva identitat (*doxing*).

Produeixen imatges alterades digitalment en les quals la cara o el cos d'una persona se superposa («pornografia falsa») utilitzant intel·ligència artificial.

Capten imatges o vídeos íntims teus no consentits. Això inclou actes d'*upskirting* (o sota la faldilla) i *creepshots* (foto robada i sexualitzada).

Les conductes d'assetjament i violència sexual poden constituir delictes d'acord amb el que preveu el Codi Penal i comportar penes de presó o multa.

En quins LLOCS i per part de QUI pots patir assetjament o violència sexual en l'àmbit laboral?

Pots patir assetjament sexual, assetjament per raó de sexe o violència sexual al teu **lloc de treball o en instal·lacions de la teva empresa** com ara el lavabo, els vestidors, o a les zones dedicades al descans o als àpats. Però també a:

Els desplaçaments, viatges, esdeveniments, activitats socials o formatives relacionades amb la feina.

Els allotjaments que et proporcioni l'empresa.

Els trajectes entre el teu domicili i el teu lloc de treball.

Les comunicacions que estiguin relacionades amb la feina, incloses les realitzades mitjançant tecnologies de la informació i de la comunicació (assetjament digital, virtual o ciberassetjament).

Els comportaments d'assetjament o violència sexual poden provenir de persones que pertanyin al teu mateix nivell jeràrquic o a un de diferent dins de l'empresa.

També poden provenir de persones que, tot i que no tinguin una relació laboral amb tu, ofereixin els seus serveis o col·laborin amb la teva empresa, com ara persones que vinguin d'una ETT, que estiguin en període de formació, que facin pràctiques no laborals o que estiguin fent voluntariat.

Què puc FER si estic patint assetjament o violència sexual a la feina?

Consultar el servei d'informació i assessorament de l'Instituto de las Mujeres, al telèfon 900 191 010 o al 016.

Tramitar una queixa a la teva empresa a través del canal de denúncies previst en el protocol per a la prevenció de l'assetjament sexual i l'assetjament per raó de sexe.

Sol·licitar als teus representants sindicals que t'assessorin i que tramitin, si escau, la denúncia.

Denunciar-ho a la Inspección de Trabajo y Seguridad Social (Inspecció de Treball i Seguretat Social), descarregant el model de denúncia al seu web <https://www.mites.gob.es/itss/web/index.html>

Denunciar-ho a la comissaria o al Jutjat de Guàrdia.

Presentar una demanda al Jutjat Social. El Servicio de Orientación Jurídica del Colegio de Abogacía (Servei d'Orientació Jurídica del Col·legi de l'Advocacia) de la teva província t'assessorarà per fer la teva reclamació judicial.

Anar a un centre mèdic i, si és necessari, sol·licitar la baixa laboral, si la situació està afectant la seva salut.

Recollir proves (correus electrònics, WhatsApp, enregistraments de veu, trucades, vídeos, etc.), compartir amb persones properes la situació que estàs vivint i portar un registre (dia i hora) dels fets i de possibles testimonis per poder fer la denúncia.

Quins **DRETS**
laborals tinc si
soc víctima
d'assetjament o
violència
sexual?

Si has patit assetjament o violència sexual i **s'ha acreditat la teva situació com a víctima** pots exercir els drets de protecció integral reconeguts a les lleis.

A la [Guía de derechos para la protección de las víctimas de violencia de género y violencias sexuales](#) ([Guia de drets per a la protecció de les víctimes de violència de gènere i violències sexuals](#)), elaborada per la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género (Delegació del Govern contra la Violència de Gènere), hi pots trobar informació sobre la **manera d'acreditar la situació de violència i els drets**: a la pràctica forense disponible, accessible i especialitzada; a l'assistència integral especialitzada i accessible; a l'assistència gratuïta; laborals i en matèria de Seguretat Social; en matèria d'ocupació i per a la inserció social; de les funcionàries públiques; i econòmics.

En concret, **com a treballadora víctima de violència sexual, un cop acreditada aquesta situació, tens dret a:**

Reduir la jornada laboral, amb una disminució proporcional del salari.

Reordenar el temps de treball, a través de l'adaptació de l'horari, de l'aplicació de l'horari flexible o d'altres formes d'ordenació del temps de treball que s'utilitzin a l'empresa.

Realitzar la teva feina, totalment o parcial, a distància o deixar de fer-la, si aquest fos el sistema establert, sempre que, en ambdós casos, aquesta modalitat de prestació de serveis sigui compatible amb el lloc i les funcions desenvolupades.

Mobilitat geogràfica quan et vegis obligada a abandonar el teu lloc de treball a la localitat on estaves prestant els teus serveis, per ocupar un altre lloc del mateix grup professional o categoria equivalent que l'empresa tingui vacant en qualsevol altre dels seus centres de treball. L'empresa et reservarà el lloc de treball.

El canvi de centre tindrà una durada inicial d'entre 6 i 12 mesos i, un cop transcorregut aquest període, es podrà optar entre el retorn al lloc anterior, la continuïtat en el nou o l'extinció del contracte amb dret a indemnització.

Decidir suspendre temporalment el teu contracte de treball per un període de 6 mesos prorrogables fins a 18, amb consideració de cotització efectiva a efectes de prestacions de la Seguretat Social.

Decidir voluntàriament extingir el teu contracte amb dret a indemnització.

Que es consideri nul·la l'extinció del teu contracte, en cas d'acomiadament objectiu o disciplinari.

Que es **considerin justificades** les absències o faltes de puntualitat a la feina motivades per la situació física o psicològica i siguin remunerades quan així ho determinin els serveis socials d'atenció o serveis de salut, segons escaigui, sense perjudici que hakis de comunicar aquestes absències a l'empresa tan aviat com sigui possible.

Que se't consideri, si ets treballadora autònoma, en situació de cessament temporal de l'activitat si has hagut de cessar la teva activitat per fer efectiva la teva protecció o el teu dret a l'assistència social integral. I que se't suspengui l'obligació de cotitzar durant un període de 6 mesos que seran considerats com de cotització efectiva a efectes de les prestacions de la Seguretat Social. Així mateix, la teva situació serà considerada com a assimilada a l'alta.

Més INFORMACIÓ

900 191 010

Servei d'informació i assessorament gratuït de l'Instituto de las Mujeres (Institut de les Dones)

016

El servei 016 ofereix informació, assessorament jurídic i atenció psicosocial immediata a totes les formes de violència contra les dones.

Servicio Telesor
(Servei Telesor)

Atenció a persones amb discapacitat auditiva i/o de la parla a través de <http://www.telesor.es/>

Servicios de Orientación Jurídica del Colegio de Abogacía (Serveis d'Orientació Jurídica del Col·legi d'Advocacia)

Pots informar-te sobre el BENEFICI DE JUSTÍCIA GRATUÏTA al Colegio de Abogacía (Col·legi de l'Advocacia) de la teva província i a través de la seua electrònica del [Ministerio de Justicia](#). ([Ministeri de Justícia](#))