



Beldur Barik Musika



Beldurrik Gabeko emakumeak (Sagarroi)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/5ZYPASOUS7NIQ8GF274KJ5](https://open.spotify.com/track/5ZYPASOUS7NIQ8GF274KJ5)



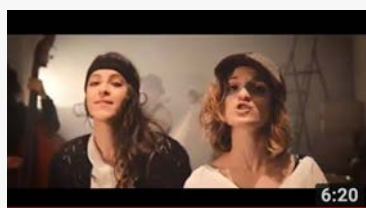
Zu zara, gu gara (Hesian)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/4HUaWT9YOAKGKBAD76QGU8](https://open.spotify.com/track/4HUaWT9YOAKGKBAD76QGU8)



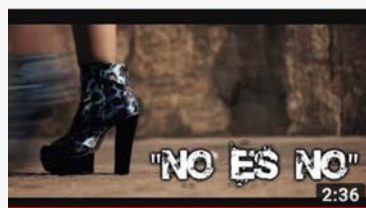
Konplize ditut eta (Mikel Markez)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/5BSMDHI3K1ZBKGJK9KBLL2](https://open.spotify.com/track/5BSMDHI3K1ZBKGJK9KBLL2)



Sisters are doin' it for themselves (Eurythmics)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/5LJFJHWWUSAILMPSHN06TK](https://open.spotify.com/track/5LJFJHWWUSAILMPSHN06TK)



La llorona (Mafalda)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/1XWJMLMHXJZW7VL4HHLHN](https://open.spotify.com/track/1XWJMLMHXJZW7VL4HHLHN)



No es no (Penadas por la Ley)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/313JLMCXXPYVERZZLFTXQ8](https://open.spotify.com/track/313JLMCXXPYVERZZLFTXQ8)



Heavy cross
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/4N6R6YQKFUTYF3AYODROT](https://open.spotify.com/track/4N6R6YQKFUTYF3AYODROT)



Guerreras unidas (MC Anarkia)
[HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/TRACK/630LMHWK1Y6XCC30HGQJFI](https://open.spotify.com/track/630LMHWK1Y6XCC30HGQJFI)



BBjarrera duen musika gehiago gure Spotify-ean aurkituko duzue

Jarraitu **Beldur Barik BBDJ** gure profila [HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/USER/BELDURBARIK](https://open.spotify.com/user/beldurbarik)
 Jarraitu **#BBPLAYLIST**-a [HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/USER/BELDURBARIK/PLAYLIST/5n0PQL8ZNGZ49SK40YmV6a](https://open.spotify.com/user/beldurbarik/playlist/5n0PQL8ZNGZ49SK40YmV6a)

ERASO BIRTUALEAN AURREAN BELDUR BARIK JARRERA

27/11/2014

<http://beldurbarik.org/eu/2014/11/sexismoa-gorputza-eremu-birtuala>

Gaur egun, ia komunikazio guztia sare sozialekin egiten dugu. Lagunekin geratzeko, whatsapp erabiltzen dugu. Gauzetaz enteratzeko edota informatzeko facebookera edo twitterrera goaz. Gure argazkiak konpartitzeko Instagram erabiltzen dugu. Gure harreman sozialak eremu digitalean garatzen ditugu. Sare sozialak, komunikatzeko, gure harremanak garatzeko erabiltzen ditugu, gauza pila batetarako: barre batzuk botatzeko, kotilleatzeko, ligatzeko... Gauza askotarako erabiltzen ditugu, eta askotan besteei min egiteko ere. Askotan erabilera nahiko matxista egiten dugu. Esaterako, emakumeen gorputzen inguruko komentario iraingarri eta desbalorizatzaileak egiteko. Nesken bizitza sexualaren inguruko zurrumurruak zabaltzeko. Kritikatzeko.

Ikusi duzue "La red social" pelikula? Facebooken sorreraz doa. Ondoren jartzen dizuegun pasarte honetan ikusten da nola Mark Zuckerberg Facebook-en sortzaileak, Harvard unibertsitatea hackeatzen duen, ikasle nesken argazkiak lortzeko. Zertarako? Tiabuenen lehiaketa antzeko bat sortzeko. Zergatik egiten du hori? Bere neskalagunak utzi egiten duelako eta haserre dagoelako (bere blogarekin, neskalagun ohia publikoki humiliatu eta gero).



<https://youtu.be/sLNVn1Gdoh8>

Pelikulako protagonistak neskaren intimitatea, espazio pertsonala eta sexualitatea erasotzen ditu, bere intimitateko gauzak kontatzen hasten denean bere

blogean. Baina gainera, emakumeen aurkako bengantza horretan, emakumeak eta beraien gorputzak erabiltzen ditu, objektuan bilakatzen, ondo pasatzeko, barre egiteko. Eskubidedun pertsona edota subjektu bezala tratatu beharrean, gauzatan bilakatzen ditu. Horri deitzen zaio kosifikazioa. Emakumeak objektu bezala ikustea eta tratatzea. Objektu sexual bezala. Bideo honek oso ondo azaltzen du:



<https://youtu.be/5LkzhjWXI4>

Pero al mismo tiempo, se han generado un montón de iniciativas en el mundo digital que hacen frente a estas agresiones. Chicas que están hartas de la cosificación, la manipulación y la desvalorización de sus cuerpos y sexualidades, hacen frente con actitud Beldurbarik a toda ese sexismo. Y utilizan la comunicación virtual (blogs, redes sociales...) para ello. #Fatkini o #feministselfie son algunos ejemplos. Fatkini es un hashtag que ha inundado Instagram y Twitter donde se suben fotos y se realizan nuevos comentarios. "Se busca acabar con el tabú de los cuerpos gordos y empezar a disfrutar de una vida sin complejos marcados por estereotipos de pasarela y photoshop, sin pensar en qué pensarán los demás. Los kilos de más no debería ser motivo de vergüenza, y así lo atestiguan miles de mujeres en todo el mundo que se immortalizan en bikini y muestran sus cuerpos en las redes sociales".

Gure gorputzak, gure erabakia! Indarkeria sexistaren aurrean erantzun Beldur Barik!

Bortizkeria sexista whatsapp-en... autodefentsa birtuala!

15/10/2013

<http://beldurbarik.org/eu/2013/10/bortizkeria-sexista-whatsapp-en-autodefentsa-birtuala>

Zenbatetan gertatu zaizu? Kuadrilako taldean whatsapppeatzen ari zara eta norbaitek bideo-txiste bat bidaltzen du... baina batere graziarik ez duena. Emakumeak iraintzen dituzten bideo sexistak, objektuak bezala irudikatzen dituztenak, ezagutzen duzun neska bat umiliatzen dituztenak, "homosexualei buruzko" txisteak edota txiste sexistak, jendea barregarri uzten dituztenak... ohikoak dira gaur egun. Gure Facebook-ean, Tuenti-an edo Whatsapp-ean broma bezala bidaliak izan diren mezu hauek noizbait topatuko ditugu, baina batere graziarik ez dute. Graziarik ez dute indarkeria sexuala, indarkeria sinbolikoa deitzen denaren eta emakumeak objektu bezala irudikatzen dituen indarkeriaren oinarrian daudelako edo estereotipoak eta aurreiritziak direnak baino ez dituztelako bidaltzen. Bideo edo argazki hauek bidaltzen dizkigutenean, askotan, ez dakigu zer egin edo isilik geratzen gara. Baina isiltasuna indarkeria errepikatzen edo mantentzen duen forma bat da. Ziur aski gogoratuko duzue whatsapp-aren bidez Deustoko Unibertsitateko ikasleenak zirelakoan whatsapparen bidez bidali ziran argazki "sensualak"... eta mundu guztiak elkarbanatzen zituen. Edo agian jarrera sensualean (sexting delakoa) agertzen den beste pertsona baten argazkia bidali dizute noizbait. Beharbada zure whatsapppeko taldean emakumeak iraintzen dituzten bideoak etengabe bidaltzen dituen norbait dago...

Desde Beldur Barik queremos animaros a que hagáis algo por cortar con estas violencias, con estas humillaciones públicas y virtuales. Porque quien comparte el vídeo sexista o la foto, está entrando en el juego, pero quienes se quedan en silencio tampoco consiguen pararlo. Podemos hacer una respuesta colectiva, o de autodefensa para que las personas que son acosadas en las redes no se sientan tan solas, y porque respondiendo colectivamente, en grupo, y no dejando que cada cual se las arregle por su cuenta, es como hacemos ver a quienes acosan, que lo que hacen no nos parece bien. Que reírse y burlarse de las mujeres está en la raíz de la violencia sexista.

Horretarako, irudi batzuk sortu ditugu, deskargatu eta zure whatsapp-ean (edota sare sozialean) deseroso sentiarazten zaituen mezuren bat jasotzen dozuenen erabili ditzakezunak. Bidali dizuten mezuari zuzenean erantzuteko balioko dizu, pertsona hori lotsatu eta bortizkeria birtualaren ziklo hori apurtuko duzu eta, aldi berean, ondo sentituko zara pentsatzen zenduna esan ahal izan duzulako eta, besterik gabe, "irentsi" ez duzulako. Zure #Beldur Barik jarrera erakusten egongo zara.



Utilízala, tanto si eres chica como chico, cada vez que recibas una bromita sexista que no te hace ninguna gracia, para indicar que no estás de acuerdo ni sigues la broma.



Honako hau nahi duten lekutik eta nahi duten moduan irtetzeko emakumeen eskubidea aldarrikatzeko erabili ezazu. Kalea, jaian ibiltzea edota gauaz ibiltzea bai mutilen bai nesken eskubidea dela aldarrikatzeko! Eta inork ez diezagula kendu. Erabili eta zure kontaktu guztiei bidali iezaiezu zure herriko kaleetan eraso sexistaren bat gertatu denean eta solidaritatea erakutsi nahi duzunean edota zure ateratzeko askatasuna murriztuta ikusten duzunean.



Un mensaje para usar cada vez que te sientas agobiada por alguien que no le da la gana escuchar que no quieres rollo con él. Para los acosos que no tienes por qué aguantar. Para aquellos que insisten e insisten y no les da la gana escuchar que les dejes en paz. Porque no es no. Y punto. Nada más.

Eta "broma" hauei erantzutea zergaitik da hain garrantzitsua?

Sexismoa, bromak, estereotipoak eta emakume izateagaitik nola konportatu behar zarenaren inguruko ideiak... neska-mutilen arteko desberdintasunaren oinarrian daudela ulertzea ezinbestekoa delako. Ez dira kasualitateak ezta garrantzirik gabeko txantxak ere. Denbora luzean, emakumeen kontrako bortizkeria justifikatu eta barkatu egin da eta haren inguruan milaka txantxa egin dira. Eta gaur, gure sozietatean, oraindik ere egiten dugu. Baina gainera, gaur, gure inguruan badaude neskak (eta ez bakarrik nagusiak direnak, oso gazteak baizik) sexismoa dela eta erahilak direnak. Horregaitik, hemen duzu erantzunik sendoena, bromita hoiak erantzuteko erabili nahi baduzu:



Irudi hauek gorde itzazu (zure mugikorrarekin pantailazo bat egin ezazu edo PCan eskumako botoiaren bidez) eta **zabalduezazu zure Beldur Barik jarrera!**



Adi! Elkarrizketa hau zuen galderekin sortu dugu! Zer da autodefensa? Nola kudeatu beldurra? Kaleko erasoez gain nola egin aurre beste motatako erasoei? Galdera horiek eta gehiago erantzuteko, Isa Bernal, Psikologian lizentziatutako feminista eta genero indarkerian aditua gonbidatu dugu Beldur Barik-era. Isa 2001 urtean hasi zen autodefensa feminista instituto, emakume talde eta udaletan antolatzen. Autoestima feminista tailerrak ere egiten ditu.

Hemos hecho entrevista digital con las preguntas de nuestras lectoras a Isa Bernal, psicóloga formadora de autodefensa feminista. Las respuestas están en el idioma en el que se planteó la pregunta. En autodefensa feminista existe el principio de no hacer públicos fuera de los espacios de mujeres las estrategias y técnicas concretas. Si queréis saber algo más, podéis contactar con Isa por e-mail: isautodefensa@yahoo.es

Zer desberdintasun dago autodefensa feminista eta gimnasio batetan ikasi ahal dugun autodefensaren artean? (Beldur Barik)

Autodefensa feminista emakume feministek sortu eta irakasten dute. Helburua gizarte patriarkal honetan emakumeok bizi ditugun eraso matxisteak identifikatzea, sahiestea eta aurre egiteko tresnak sortzea da. Arlo teoriko-psikologiko bat ere badauka, non indarkeriaren zikloa ulertuko dugun, nork eragiten duen, zergatik mantentzen den... Eta guztion artean "Nola egin ahal diot aurre?" galderari erantzungo diogu, besteak beste, gure esperientzia eta ezagutzetatik abiatuz, erantzun desberdinak lortzeko. Aldiz, defentsa pertsonala (normalean irakasleak gizonak dira) arte martzialtan oinarritutako teknika fisikoak besterik ez du eskeintzen, lehenago lan psikologikoa egin barik eta, nola ez, testuinguru feminista batetan kokatu gabe. Erantzun fisiko horiek banakoak dira, ez da emakumeen arteko elkartasuna eta jabekuntza kolektiboa lantzen.

Las técnicas físicas son lo que más suele llamar la atención, pero no tienen por qué ser la mejor respuesta. Por eso es muy importante trabajar sobre lo psicológico

Teknika horiek ikasteak gure nortasunean eta eraldakuntza prozesuan eragina dauka? Hau da, psikologiakoa den autodefensa bat eraikitzeke balio du? (Saray)

Duda barik. Teknika fisikoak autodefensa feministaren arlo txiki bat besterik ez dira. Agian jendeari nabarmenena egiten zaiona da, baina erantzun fisikoak ez du zertan izan behar erantzunik onena. Tailerretan bloke psikologikoaren garrantzia ikusten da, hor gure beldurrak, autoestima (norberarena eta kolektiboa) eta eraso matxisten aurreko erantzun psikologikoak aztertzen ditugu eta.

¿Cómo encontrar el equilibrio para ir por la calle alerta pero sin miedo? (Bri)

Pienso que "no hay que tener miedo al miedo", todas deberíamos permitirnos sentirlo, pero a partir de ahí cada una deberá ver de dónde le viene ese miedo, qué quiere hacer con ese miedo y qué tipo de respuesta le va a dar. Es muy importante diferenciar el miedo de la paranoia o del pánico. Cuando trabajas los recursos y herramientas que se ofrecen en los talleres de autodefensa feminista, nos sentimos más seguras y confiamos más en nosotras mismas. En una situación "incómoda" "activamos" una serie de medidas de seguridad que cada una hayamos elegido anteriormente acordes con nuestra manera de ser y querer hacer. Esto nos hace caminar con mas seguridad.

Intuzioa gorputzak erabiltzen duen babes sena da, baina patriarkatuak barregarri utzi du, horregatik kostatzen zaigu senari jaramon egitea.

Las primeras agresiones que me vienen a la cabeza son las que sufrimos de noche, en la calle. Por mucho que siempre estemos alerta, los agresores juegan con el factor sorpresa. ¿El tiempo que perdemos en reaccionar no nos impide poder defendernos? Igual es mejor, si sentimos miedo, dar la primera y correr? (Andrea)

Hablando con mujeres que habían vivido una agresión, el 90% de ellas contaban que antes de la agresión habían sentido "que algo no iba bien", algo que no podían explicar. Esta es la forma en la que el cuerpo nos suele avisar, a través de la INTUICION, un instinto de protección que la sociedad patriarcal ha ridiculizado e infravalorado, y por ello a las mujeres nos cuesta hacerle caso. Por ejemplo, voy por una calle y no me siento cómoda, me doy media vuelta y voy por otra ruta, sin preguntarme más, ni dar explicaciones, simplemente siguiendo lo que mi cuerpo me está diciendo. O lo que planteas, salir corriendo, es una respuesta buenísima. Quiero que entiendas que no hay una respuesta concreta para cada agresión: cada una va a responder como ella elija, hay tantas respuestas como mujeres y no nos debemos exigir respuestas físicas explícitas que, como he dicho antes, no tienen por qué ser las mejores.

Beldur Barik Elkarrizketa



Me gustaría saber si recomienda que llevemos algún artilugio para nuestra defensa y cuáles cree que son más efectivos. A mí se me ocurren los sprays o colocarnos las llaves entre los dedos. (Lorena)

Hay muchos, pero te recomendaría llevar un silbato enganchado en el llavero: es muy útil para avisar y desconcertar en una situación de agresión. Además, el movimiento feminista propuso que ese sonido sea reconocido por nosotras y que si lo escuchamos sepamos que puede haber otra mujer en una situación de riesgo, y podemos hacer sonar el nuestro también para crear una cadena de sonidos que rompan la agresión.

Me gustaría saber las técnicas básicas para zafarse de una agresión en la calle, sin tener ni idea de defensa personal. (Ro)

Hacer caso de tu intuición, y si una situación/persona no te gusta o te sientes incómoda, no dar explicaciones y salir de ahí, si ha de ser corriendo, también. Podemos utilizar mientras el silbato para llamar la atención y asustar/desconcertar al agresor.

Los agresores eligen a mujeres que les transmiten inseguridad. En los talleres trabajamos cómo generar seguridad y cómo comunicarla.

Beti hitz egiten dugu erasoen aurrean zer egiteari buruz. Baina nola sahiestu dezakegu erasotua izatea? (Esti)

Kartzelan dauden erasotzaileei elkarrizketak egin zizkieten, eta galdetzen zieten zergatik aukeratu zuten emakume bat eta ez beste bat. Gehienek erantzun zuten aukeratutako emakumeak segurtasun falta transmititzen zuela. Ildo horretatik, tailerretan segurtasun hori nola sortu lantzen dugu, baina baita nola adierazi eta komunikatu hitzezkoa ez den lengoiaren bidez. Nire ustez, hori da erasoak sahiesteko funtsezko gakoa.

Badirudi arrisku bakarra etxera bakarrik itzultzea dela, baina beste egoera askotan ere ikara hori sentitzen dut: gizonetz beteta dagoen espaloi batetik pasatzerakoan, dantzazera joan eta epaitua edo ikutua izan... Zer egin dezakegu eguneroko eraso horien aurrean eta nola babestu dezakegu gure burua erantzun horrek izan ahal dituen ondorioen aurrean? (Claudia)

Hala da. Emakumeok aisialdi espazioetan eraso anitzak bizi ditugu eta askotan hain onartuak daude, normalizat hartzen ditugula eta gure erantzun bakarra espazio horiei uko egitea da. Hori gertatu ez dadin, nire proposamena gure lagunekin ateratzerakoan akordio batzuetara heltzea da. Esate baterako, keinu edo seinale bat: hori egiten badut, besteek badakite tipo bat ni zirikatzen dagoela; niregana etorriko dira zeozer galdetzera egoera horretatik ateratzeko aitzakia bezala. Ez dugu tipo astun-lerdetsuekin eztabaidatu behar. Besterik gabe "ospa" esan behar diegu, bakarrik hori behin eta berriro, gu nahasteko aukerarik utzi gabe. Ez dut azaldu behar zertan nabil edo norekin. Gure espazioan sartu daitezten ekidin dezakegu, "piña" moduean elkarrekin dantzaten... Erasotua sentitu baldin banaiz, nire lagunak ez didate kuestionatu behar, baizik eta niretzat zuzena den erabakia babestu.

Propongo que hablemos con las amigas con las que salimos y "pactemos" cosas como una seña que hago cuando un tío me molesta para que me ayuden a salir de la situación

Las agresiones se dan desde que naces siendo mujer y no nos damos cuenta de cómo van limitando tu libertad y autonomía, cómo te mueves, cómo te vistes, las precauciones al salir de fiesta e incluso al ligar, la culpabilidad cuando te has salido de esos comportamientos esperados....¿Cómo puedo seguir reforzando y desarrollando mi autonomía para no sentir miedo? (Fátima)

Este es un camino largo que cada una vamos haciendo a nuestro ritmo. Es importante darnos cuenta de que ese miedo que nos han transmitido por ser mujeres le interesa mucho a la sociedad patriarcal, para así paralizarnos y hacernos pasivas y sumisas. Cuando una mujer decide saltarse los límites que impone la norma, en mayor o menor medida es criminalizada, juzgada y cuestionada por la sociedad (a veces también por las propias mujeres). Por ello, debemos potenciar los lazos de SORORIDAD (hermandad entre mujeres) entre nosotras, y crear redes y alianzas feministas.

Nolabaiteko ekimenik ba al dago autodefentsa feminista eskoletan, heziketa fisikoan barneratzeko, edota neskekak prestatzeko? (Itxaso)

Hainbat urte daramatzagu institutotan lan egiten: neskentzat "genero indarkeriaren prebentzioa-emakumeentzako autodefentsa" tailerrak egiten ditugu, eta mutilentzat "maskulinitatea". Lan oso polita eta garrantzitsua da, adin horietan hasten baitira genero rol eta estereotipoak harreman sexual eta afektiboetan errepikatzen. Informazio gehiago nahi baduzu, emailz hitz egin dezakegu.

Informazio gehiago Isaren blogean:
<http://autodefensaparamujeres.blogspot.com.es/>

Autodefentsa feminista eta erantzun kolektiboa bideoak

ACOSO SEXUAL CALLEJERO

[HTTPS://YOUTU.BE/QXYV3W059UA](https://youtu.be/QXYV3W059UA)

PUBLICIDAD SEXISTA: ¿DÓNDE ESTÁ LA LÍNEA ROJA?

[HTTPS://YOUTU.BE/CBGJ5APK7IU](https://youtu.be/CBGJ5APK7IU)

AUTODEFENSA FEMINISTA

[HTTPS://YOUTU.BE/x8HYeFcaJ60](https://youtu.be/x8HYeFcaJ60)

DE ESPALDAS AL PATRIARCADO-EL LOBO FERROZ

[HTTPS://YOUTU.BE/iKLBXODRUPQ](https://youtu.be/iKLBXODRUPQ)

10 HOURS OF WALKING IN NYC AS A WOMAN

[HTTPS://YOUTU.BE/BIXGPVBN10A](https://youtu.be/BIXGPVBN10A)

EL TORNILLO-PRINCESAS DE CUENTO

[HTTPS://YOUTU.BE/JQY8KYBXWIA](https://youtu.be/JQY8KYBXWIA)

#OSQUEREMOSVIVAS

[HTTPS://YOUTU.BE/PB7CTORaN_4](https://youtu.be/PB7CTORaN_4)

#GLSE: AUTODEFENSA FEMINISTA

[HTTPS://YOUTU.BE/SJQMWLLMJJS](https://youtu.be/SJQMWLLMJJS)

UN GOLPE AL LENGUAJE

[HTTPS://YOUTU.BE/TNM_OGTQNUW](https://youtu.be/TNM_OGTQNUW)

SEXISMO EN LA PUBLICIDAD

[HTTPS://YOUTU.BE/CWUceBWLb50](https://youtu.be/CWUceBWLb50)

EUSKERA HIZKUNTZA SEXISTA AL DA?

[HTTPS://YOUTU.BE/BZWP3JSAJB4](https://youtu.be/BZWP3JSAJB4)

SEXISMOA IRAGARKIETAN

[HTTPS://YOUTU.BE/IDLrL7VOTFE](https://youtu.be/IDLrL7VOTFE)

BESTE POST BATZUK:

HURRENGOAN EZ DUT EZER EGINO

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2016/11/HURRENGOAN-EZ-DUT-EZER-EGINGO](http://belDurbarik.org/eu/2016/11/hurrengoan-ez-dut-ezer-egingo)

ni Paranoicas ni Histéricas. eraso sexistak GOGORATZEN

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/NI-PARANOICAS-NI-HISTICAS-ERASO-SEXISTAK-GOGORATZEN](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/ni-Paranoicas-ni-Histicas-eraso-sexistak-gogoratzen)

HIZKUNTZA SEXISTARI AURRE EGIN

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2015/11/HIZKUNTZA-SEXISTARI-AURRE-EGIN](http://belDurbarik.org/eu/2015/11/hizkuntza-sexistari-aurre-egin)

sexismorik ez kontsumitu

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2015/11/SEXISMO-RIK-EZ-KONTSUMITU](http://belDurbarik.org/eu/2015/11/sexismorik-ez-kontsumitu)

ITXOITEARI UTZI IPUINA GUREA EGINEZ BELDUR BARIK JARRERAREKIN

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2015/11/ITXOITEARI-UTZI-IPUINA-GUREA-EGINEZ-BELDUR-BARIK-JARRERAREKIN](http://belDurbarik.org/eu/2015/11/itxoiteari-utzi-ipuina-gurea-eginez-beldur-barik-jarrerarekin)

sexismoa espazio BIRTUalean - sexismo en el espacio VIRTUAL

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2014/11/SEXISMOA-ESPACIO-BIRTUALEANSEXISMO-EN-EL-ESPACIO-VIRTUAL](http://belDurbarik.org/eu/2014/11/sexismoa-espazio-birtualeansexismo-en-el-espacio-virtual)

La calle es nuestra. irantzuz varela (FAKTORIA LILA)

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2014/12/LA-CALLE-ES-NUESTRA-IRANTZUZ-VARELA-FAKTORIA-LILA](http://belDurbarik.org/eu/2014/12/La-calle-es-nuestra-irantzuz-varela-faktoria-lila)

kaleko Jazarpenaren aurka

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2014/11/KALEKO-JAZARPENAREN-AURKA-CONTRA-EL-ACOSO-CALLEJERO](http://belDurbarik.org/eu/2014/11/kaleko-jazarpenaren-aurkacontra-el-acoso-callejero)

eraso sexisten aurrean erantzun kolektiboak

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2014/11/ERASO-SEXISTEN-AURREAN-ERANTZUN-KOLEKTIBOAK](http://belDurbarik.org/eu/2014/11/eraso-sexisten-aurrean-erantzun-kolektiboak)

erasoen aurrean... autodefentsa feminista!

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/ERASOEN-AURREAN-AUTODEFENSA-FEMINISTA-BI-BIDEO](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/erasoen-aurrean-autodefentsa-feminista-bi-bideo)

me Han VIOLADO, ¿Y AHORA QUÉ?

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/ME-HAN-VIOLADO-%C2%BFY-AHORA-QUE-HAINBAT-BURUTAPEN-ETA-GOMENDIO-INTERESGARRI](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/me-han-violado-%C2%BFy-ahora-que-hainbat-burutapen-eta-gomendio-interesgarri)

erasoen aurrean TXILIBITUAK eta kamerak. propuestas contra el acoso callejero

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/ERASOEN-AURREAN-TXILIBITUAK-ETA-KAMERAK-PROPUESTAS-CONTRA-EL-ACOSO-CALLEJERO](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/erasoen-aurrean-txilibituak-eta-kamerak-propuestas-contra-el-acoso-callejero)

inmigrante, mujer caliente. etorkinen kontrako sexu Jazarpena

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/INMIGRANTEMUJER-CALIENTE-ETORKINEN-KONTRAKO-SEXU-JAZARPENA](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/inmigrantemujer-caliente-etorkinen-kontrako-sexu-jazarpena)

respuestas ante el acoso en La calle. Hainbat esperientzia

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/RESPUESTAS-ANTE-EL-ACOSO-EN-LA-CALLE-HAINBAT-ESPERIENTZIA](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/respuestas-ante-el-acoso-en-la-calle-hainbat-esperientzia)

SLUTWALK. La marcha de Las putas

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/SLUTWALK-LA-MARCHA-DE-LAS-PUTAS](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/slutwalk-la-marcha-de-las-putas)

Terror sexual. entrevista a maitena monroy

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/TERROR-SEXUAL-ENTREVISTA-A-MAITENA-MONROY](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/terror-sexual-entrevista-a-maitena-monroy)

no andes sola. que te va a pasar algo. eraso sexistak eta BELDURRA

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2012/05/NO-ANDES-SOLA-%C2%a1QUE-TE-VA-A-PASAR-ALGO-ERASO-SEXISTAK-ETA-BELDURRA](http://belDurbarik.org/eu/2012/05/no-andes-sola-%C2%a1que-te-va-a-pasar-algo-eraso-sexistak-eta-beldurra)

sexismoaren aurrean rap feminista

[HTTP://BELDURBARIK.ORG/EU/2014/11/SEXISMOA-ESPACIO-BIRTUALEANSEXISMO-EN-EL-ESPACIO-VIRTUAL](http://belDurbarik.org/eu/2014/11/sexismoa-espazio-birtualeansexismo-en-el-espacio-virtual)

Autodefentsa feminista eta erantzun kolektiboa BB bideoak

PISANDO FUERTE

[HTTPS://YOUTU.BE/QRDOVrURZIE](https://youtu.be/QRDOVrURZIE)

IRAGARKI SEXISTARIK EZ

[HTTPS://YOUTU.BE/RfH5ENOB7PE](https://youtu.be/RfH5ENOB7PE)

ETA GUK ZER?

[HTTPS://YOUTU.BE/2W4BIE3ICUI](https://youtu.be/2W4BIE3ICUI)

LIBERTAD ES VIVIR SIN MIEDO

[HTTPS://YOUTU.BE/O9U9YCE9GJA](https://youtu.be/O9U9YCE9GJA)

GUAPA

[HTTPS://YOUTU.BE/JYVMYKNBTKG](https://youtu.be/JYVMYKNBTKG)

AUTODEFENSA FEMINISTA

[HTTPS://YOUTU.BE/0G3GK0a440Y](https://youtu.be/0G3GK0a440Y)