



IJF  
DIGITAL  
SAFETY



## SI SUFRES ABUSO EN LÍNEA

### No respondas

A menudo esto empeora la situación

### Guarda pruebas

Haz capturas de pantalla antes de bloquear

### Denuncia de inmediato

[reportabuse.judobase.org/form](http://reportabuse.judobase.org/form)

### Busca apoyo

Habla con entrenadores/as, familia o personas adultas de confianza

### Emergencia

Contacta con las autoridades locales si hay amenazas

Contacta con el equipo de Safeguarding de la IJF:  
[safejudo@ijf.org](mailto:safejudo@ijf.org)



# PROTEJAMOS A NUESTRA COMUNIDAD DE JUDO EN INTERNET

## ANTES DE PUBLICAR – PREGÚNTATE:

¿Lo diría cara a cara?

¿Podría dañar la reputación o el bienestar de alguien?

¿Estoy respetando el Código Moral del Judo también en redes sociales?

**RECUERDA:  
DETRÁS  
DE CADA  
PANTALLA  
HAY UNA  
PERSONA  
REAL**

**JUNTOS/AS,  
PODEMOS HACER QUE EL JUDO SEA SEGURO Y RESPETUOSO  
DENTRO Y FUERA DEL TATAMI**