

# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



## ВВЕДЕНИЕ

ЛГБТИК+ сообщество - это сообщество динамичное, сильное, креативное и устойчивое. Ему приходится быть таким, ведь ЛГБТИК+ по всему миру сталкиваются с дискриминацией, неравенством, жестокостью и насилием из-за своей сексуальной ориентации и гендерной идентичности. Из-за всех этих угроз наше находчивое квир-сообщество обратилось к интернету и особенно к социальным сетям - для более безопасного общения и взаимодействия.

взаимодействия

Grindr является важной частью сообщества и уникальным пространством для общения. Но несмотря на то, что Grindr был создан как безопасное пространство, он может быть использован во вред и нести риски для пользователей.



# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

Мы не считаем, что пользователи должны в одиночку заботиться о своей безопасности и постоянно работаем над тем, чтобы улучшить характеристики безопасности Grindr. Для нас важно не только защищать пользователей, но и рассказывать о том, как минимизировать риски, существующие в онлайн пространстве.



Программа “Grindr за равенство” постоянно взаимодействует с пользователями, а также с активистами и организациями по всему миру, занимающимися здоровьем и вопросами, связанными с ЛГБТИК+. В результате этого взаимодействия и появилось данное Руководство по комплексной безопасности, раскрывающее разные аспекты этой темы. Мы получили множество бесценных советов и рады поделиться с вами этой информацией.

Это руководство опирается на принцип снижения вреда и подходит всем пользователям Grindr, которые могут получить информацию о том, как можно обезопасить себя. Принцип снижения вреда - это подход, использующийся в сфере общественного здравоохранения. Он направлен на то, чтобы снизить негативные социальные или физиологические последствия, связанные с различными видами поведения. Этот подход принимает во внимание тот факт, что для некоторых видов поведения характерны постоянные риски.

## ЧТО ТАКОЕ КОМПЛЕКСНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ?

Комплексная безопасность - это подход, который объединяет разные аспекты цифровой безопасности, личной безопасности и заботы о себе в единое целое. Мы структурировали руководство следующим образом:



## ЦИФРОВАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Цифровая безопасность связана с конкретными действиями, направленными на защиту пользователей, их устройств и данных от неавторизованного доступа или кибер-атак в онлайн пространстве.

Если вы живете в стране, где принадлежность к ЛГБТИК+ сообществу

может быть источником опасности, вот что вы можете сделать, чтобы защитить себя во время использования нашего приложения.

“Поздно копать колодец, когда дом охвачен пламенем.”

~Индийская пословица

### **Не публикуйте фотографии, которые могут позволить вас идентифицировать:**

если вы живете в стране, где ваше появление на ресурсах Grindr может привести к дополнительным рискам, помните о том, что есть множество способов их минимизировать.

# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

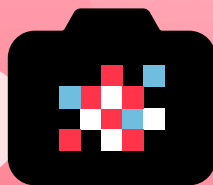
- Не публикуйте фотографии, на которых видно ваше лицо или что-то, что может помочь вас идентифицировать: татуировки, интерьер, домашняя обстановка или вид из окна.
- Удаляйте метаданные перед тем, как опубликовать фотографию. Современные устройства автоматически добавляют метаданные на все сделанные снимки. Эта информация может включать в себя сведения о местоположении, дате, времени и месте хранения фотографии. Даже если на фото нет вашего лица или других опознаваемых деталей, с помощью метаданных можно собрать о вас немало информации. Есть множество приложений, которые удаляют метаданные с фотографий, после чего ими можно спокойно обмениваться с незнакомыми людьми.
- Если во время общения с незнакомым человеком вам захотелось поделиться фотографией, подумайте о том, чтобы размыть какие-то ее части, чтобы вас нельзя было идентифицировать. Обмен фотографиями, на которых вас нельзя идентифицировать, может быть приятным и увлекательным. Помните о том, что эффект размытия не гарантирует абсолютной безопасности - есть программы, которые возвращают фотографиям первоначальный вид. Старайтесь использовать фотографии, который раскрывают вас с разных сторон и говорят о
- Чтобы узнать больше о том, как размыть ваши фотографии на Android, перейдите по этой ссылке:

**<https://guardianproject.info/apps/obscuracam>**

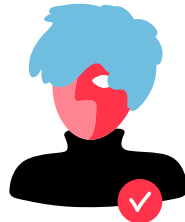
для пользователей IOS:

**<https://itunes.apple.com/us/app/blur-photos-free-for-iphone-ipad-and-ipod-touch/id931207837?mt=8>**

- Когда вы разговариваете с человеком, которого плохо знаете, лучше закрывать камеру на вашем смартфоне, планшете или компьютере. Пользователи Android могут делать это с помощью приложения Camera Blocker.



## История 1



*Иван - мужчина 35 лет. Он часто ходил на свидания с людьми, которых встречал онлайн. Ему всегда казалось, что это легкий и безопасный способ познакомиться с мужчиной. Однажды он отправил фотографии со своего рабочего места человеку, который оказался шантажистом. Это человек преследовал его более месяца и угрожал, что расскажет о Иване его коллегам по работе.*

### Что Иван мог сделать по-другому?

**Иван мог не отправлять незнакомому человеку фотографии, на которых четко видно его лицо. Он также мог убедиться в том, что на фотографиях нет других деталей, по которым можно идентифицировать его самого, его место работы или что-то еще, что может подвергнуть риску его безопасность.**

## **Назначайте встречи в безопасных местах:**

давать незнакомцу свой домашний адрес может быть рискованно. Убедитесь в том, что вам комфортно в общении с человеком до того, как встретитесь с ним. Если вы готовы ко встрече, постарайтесь выбрать место, известное как ЛГБТИК+ дружественное (если такие есть в вашем городе). Если вы начали общение за пределами Grindr, подумайте о том, чтобы использовать безопасные мессенджеры с функцией сквозного шифрования. Такое шифрование используется в Wire, Signal, Jitsi, Appear и Telegram. Обратите внимание на то, что в Wire вам не нужно регистрироваться с помощью номера телефона, можно использовать для этого адрес электронной почты. В Signal вы можете установить время, после которого все ваши сообщения будут автоматически удаляться.



## **Не публикуйте личную информацию в вашем профиле Grindr:**

не указывайте свое настоящее имя, адрес, номер телефона или любую другую информацию, которая может помочь вас идентифицировать. Размещение такой информации повышает риски того, что вас смогут найти в социальных сетях.

## **Не связывайте ваши аккаунты в социальных сетях друг с другом:**

некоторые приложения требуют или позволяют регистрироваться с помощью аккаунтов в других социальных сетях. Связывая ваши аккаунты в разных социальных сетях и приложениях, вы увеличиваете вероятность того, что незнакомый человек сможет получить о вас больше информации. Что вы можете сделать, чтобы

# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

минимизировать риски:

- Используйте разные имена в Grindr и в других социальных сетях.
- Используйте другие номер телефона или адрес электронной почты (не те, что используете обычно).
- Если это возможно, не связывайте свои аккаунты в разных социальных сетях. Если это необходимо, создайте новый аккаунт и используйте его только для того, чтобы заходить в конкретные приложения.
- Указывайте свой номер телефона только в случае крайней необходимости.

## **Разговоры в чатах Grindr сохраняются на всех устройствах (вашем и ваших собеседников):**

не делитесь в чатах личной информацией, фото или видео, которыми не стали бы делиться с незнакомыми людьми. В некоторых странах такая информация может быть использована как доказательство в суде и может привести к задержанию и тюремному заключению.

## **Избегайте публичных сетей Wi-Fi:**

публичные сети в аэропортах, библиотеках, кафе и отелях очень удобны, но часто небезопасны. Если у вас нет других вариантов кроме как использовать эти небезопасные сети, и если нет никаких законодательных ограничений, мы рекомендуем всегда использовать VPN (виртуальные частные сети) на вашем телефоне. Для того, чтобы получить больше информации о VPN, пройдите по этим ссылкам:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Virtual\\_private\\_network](https://en.wikipedia.org/wiki/Virtual_private_network)

<https://www.psiphon3.com>

<https://nordvpn.com>

<https://www.tunnelbear.com>



# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

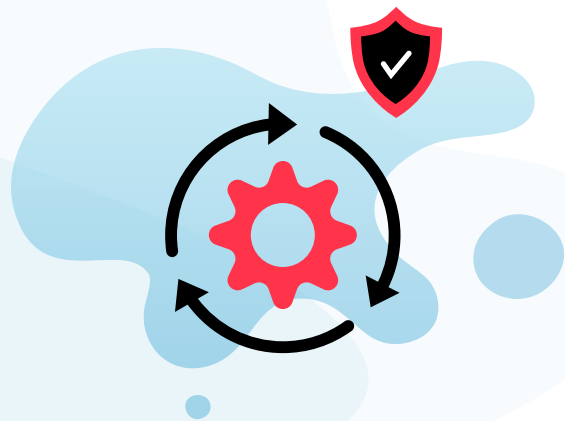
## **Всегда обновляйте программное обеспечение (ПО) на вашем смартфоне:**

обновление ПО поможет вам избежать угроз системе безопасности и откроет доступ к новым функциям. Смартфоны пользователей с устаревшим ПО могут быть уязвимы для злоумышленников, пытающихся получить полный доступ к устройству (такой доступ известен как “доступ администратора” (root access) на устройствах Android и “джейлбрейкинг” на iOS), который позволяет в том числе читать сообщения в приложениях для общения. Поэтому очень важно обращать внимание на обновления на официальных ресурсах, таких как Google Play, F-droid или App Store.

Чтобы узнать больше о “доступе администратора” или джейлбрейкинге, пройдите по этим ссылкам:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Rooting\\_\(Android\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Rooting_(Android))

[https://en.wikipedia.org/wiki/IOS\\_jailbreaking](https://en.wikipedia.org/wiki/IOS_jailbreaking)



## **Включите функцию дистанционно удаления информации с вашего смартфона:**

если ваш телефон попадет не в те руки, вы сможете удаленно очистить ваш смартфон и удалить все фотографии, видео и другие файлы. Если ваш телефон украдут, вы можете быть уверены в том, что всю чувствительную информацию можно легко стереть. Для того, что узнать больше о функции дистанционного удаления информации, пройдите по этим ссылкам:

<https://support.google.com/accounts/answer/6160491?hl=en>

[https://support.apple.com/kb/PH2701?locale=en\\_US](https://support.apple.com/kb/PH2701?locale=en_US)

<https://preyproject.com>



# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

## **Защитите фотографии и видео на вашем смартфоне:**

если вы храните конфиденциальные фотографии или видео на вашем телефоне, убедитесь в том, что они надежно защищены. Вы можете переместить их в закрытые галереи на вашем телефоне или использовать такие приложения, как Photo Vault

## **Используйте пароль для входа в приложение:**

пользователи Grindr могут настроить функцию ввода пароля, благодаря которому для входа в приложение потребуется ввести четырехзначный код. Можно также спрятать ваше приложение с помощью функции Discreet App Icon, которая меняет иконку приложения Grindr на что-то не привлекающее внимание, например, на иконку камеры или калькулятора.

Эти функции были разработаны для пользователей Grindr, живущих в странах, где принадлежность к ЛГБТИК+ сообществу может нести очень серьезные риски, в некоторых странах вплоть до смертной казни. Но ими могут пользоваться и все те, у кого есть подписка на Grindr Xtra и Unlimited.

## **Отключите функцию определения расстояния:**

пользователи могут отключить функцию “Показать расстояние до меня” в своем профиле. Это может быть полезно, если вы живете в небезопасной среде и не хотите, чтобы недоброжелатели знали о вашем местоположении.

В некоторых странах, где принадлежность к ЛГБТИК+ сообществу несет особые риски, эту функция по умолчанию отключена.



# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

## **Уберите свой профиль из поисковой выдачи:**

пользователи Grindr могут сделать так, чтобы их профиль нельзя было найти через внутреннюю поисковую систему. Когда эта функция включена, люди, находящиеся в непосредственной близости, могут вас найти.

В некоторых странах, где принадлежность к ЛГБТИК+ сообществу несет особые риски, все профили убраны из поисковой выдачи.



## **Блокируйте нежелательные профили:**

если вы общаетесь в Grindr с кем-то, кто может угрожать вашей безопасности, вы можете заблокировать этого человека, и тогда он не сможет найти вас или взаимодействовать с вами в приложении.

## История 2



*Ахмеду 25 лет, и он живет со своей семьей. Он часто дает телефон в руки своей матери, брату или знакомым чтобы что-то показать. Однажды Ахмед показывал фотографии на своем телефоне сестре и дал ей его в руки. Его сестра случайно увидела его профиль в Grindr и его личные фотографии в галерее.*

### Что Ахмед мог сделать по-другому?

**Ахмед мог не давать свой телефон в руки другим людям. Но если ему не хотелось вызывать подозрений, он мог установить пароль на вход в приложение Grindr. Более того, он мог поставить пароль на все свои личные фотографии и видео с помощью приложения Locked Vault. Наконец, снимая личные видео, он мог бы первые несколько секунд съемки закрывать объектив пальцем. В результате в галерее видео бы выглядели как черные квадраты, что сделало бы их менее заметными.**

## ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Личная безопасность связана с отсутствием физического вреда, отсутствием враждебности, агрессии, домогательств, а также с контролем над своим собственным телом. Когда речь идет о личной безопасности в приложениях для знакомств, важно, чтобы вы разработали для себя набор правил. Если вы живете в стране, где принадлежность к ЛГБТИК+ сообществу несет определенные угрозы, вот что вы можете сделать, когда пользуетесь Grindr.

### **Попробуйте узнать больше о человеке, с которым собираетесь на первое свидание:**

если, пообщавшись с кем-то в Grindr, вы решили встретиться, попробуйте узнать больше об этом человеке, найти общих знакомых или поискать в Google или социальных сетях.

### **Назначайте первую встречу в людных местах:**

когда вы в первый раз встречаетесь с человеком, которого не знаете, лучше всего встречаться в людном месте. Важно назначить встречу в ЛГБТИК+ дружественном месте, или по крайней мере не в месте, известном как “враждебное”.



## **Расскажите близкому человеку о том, где вы назначили встречу:**

всегда хорошо дать близким знать о том, куда вы ушли. Еще лучше - подготовить план на случай возникновения непредвиденной ситуации. Например, попросите друга прийти и встретить вас, если вы не даете о себе знать определенное количество времени. Не берите на первую встречу много ценных вещей, таких как кредитные карты или наличные в большом количестве. Кроме того, вы можете воспользоваться полезными приложениями, которые помогут следить за вашим передвижением для вашей безопасности, такими как “Trusted Contacts” и “My Family Tracker”.

## **Прежде чем встречаться с незнакомцем, почистите ваш смартфон:**

когда вы собираетесь на встречу с человеком, с которым познакомились в приложении, удалите все диалоги, носящие сексуальный характер, фотографии и видео. Не сохраняйте в телефонной книге контакты под именами, связанными с сексуальными практиками или описаниями (такими как актив/пассив//Hornet/Grindr).

## **Избегайте чрезмерного употребления алкоголя или наркотиков:**

если вы собираетесь встретиться с кем-то, кого знаете недостаточно хорошо, избегайте большого количества алкоголя или употребления наркотиков. Не соглашайтесь употреблять неизвестные вам напитки или вещества. Употребление алкоголя и наркотиков может помешать вам распознать опасность.

## **Если вас арестовали:**

если вас арестуют, не признавайтесь и не признавайтесь ни в чем. Храните молчание даже если у задержавших вас есть доказательства. Найдите организации, которые могут оказать вам юридическую помощь. Это могут быть как ЛГБТИК+ организации, так и правозащитные организации с более широким профилем работы.



## ЗАБОТА О СЕБЕ

Страхи, беспокойство, эмоциональное выгорание, стресс и травмы подрывают наше здоровье. Они подрывают нашу способность ясно мыслить и принимать взвешенные решения по вопросам безопасности. Вот почему забота о себе - это важнейшая часть стратегии по комплексной безопасности. Заботиться о себе значит заботиться о своем теле, сознании, эмоциях. Это также значит заботиться о том, что нас окружает.

**“Забота о себе - это не блажь, это самосохранение и инструмент в политической борьбе.”**

**~Одри Лорд**

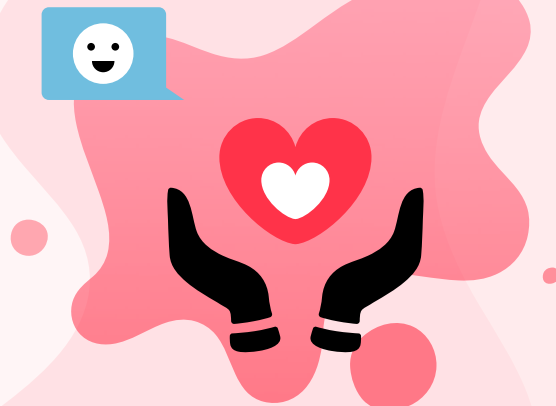
Наша самооценка и уважение к своим телу и идентичности начинается с нас самих и заканчивается людьми, с которыми мы встречаемся. В этом разделе вы найдете советы, которые помогут вам обеспечить свою безопасность и сохранить внутреннее спокойствие во время свиданий.

### **Проводите время с теми, кто вас поддерживает:**

всегда ищите доброжелательное, поддерживающие и безопасное окружение - это могут быть друзья или союзники, поддерживающие партнеры или даже малознакомые эмпатичные люди, которых вы встречаете каждый день.

### **Заботьтесь о теле и духе:**

очень важно уделять внимание и физическому, и психическому здоровью. Старайтесь открыто говорить с близкими о ваших психических, эмоциональных и физиологических потребностях. Если у вас есть какие-то особенности психического состояния, не позволяйте стигме определять ваше представление о себе. Помните о том, что нет



ничего стыдного в том, чтобы просить о помощи.

## **Позаботьтесь о вашем теле:**

забота о теле может помочь справиться с тревогой или депрессией. Забота о теле включает и достаточный сон, и питание, и физические нагрузки, и многое другое. Но не зря говорят, что все мы разные, и тела у всех у нас разные. Поэтому помните о том, что нет единого и подходящего для всех способа заботы о своем теле, как нет и одного представления об идеальном теле. Ищите подходящие вам способы заботы о себе и ставьте свои собственные цели.



## **Позаботьтесь о вашем сексуальном здоровье:**

регулярно проходите тестирование на ВИЧ и другие ИППП. Делайте это по крайней мере три раза в год. Всегда обсуждайте с людьми, с которыми вы встречаетесь, как вы хотите предохраняться. Чтобы знать больше о сексуальном здоровье, посетите Ресурсный центр Grindr, посвященный сексуальному здоровью.

<https://grindr.me/sexualhealth>

## **Ваше тело - ваше дело:**

никому не позволяйте заставить вас считать вашу сексуальность ненормальной. Не позволяйте никому заставлять вас стыдиться своего тела или указывать на то, что то, что вам нравится - не для вас. И не позволяйте никому принуждать вас к сексу, если вы его не хотите.

## **Поддержка сообщества:**

мы все - часть глобального квир-сообщества, и у нас нет причин враждебно относиться друг к другу. Мир и так бывает жесток к таким как мы. И на нас лежит ответственность поддерживать друг друга, когда весь остальной мир нас подводит. Иногда наши квир-друзья становятся нашей семьей, так давайте дадим друг другу обещание быть рядом, когда мы нужны - быть добрыми, внимательными и поддерживающими онлайн и оффлайн. Вместе мы можем построить мир, о котором мечтаем, мир без дискриминации, стигмы, расизма, сексизма, гомофобии, трансфобии и других форм насилия.

## **Наши различия делают нас уникальными:**

в приложениях для знакомств мы часто забываем о том, что все мы - люди с разным прошлым, разными жизненными опытами, идентичностями и выборами. Мы должны приложить усилие и относиться друг к другу вежливо, уважительно и доброжелательно. Нам стоит быть чуткими к различиям, которые делают нас такими восхитительно разнообразными и уникальными. Всегда спрашивайте о том, чего не знаете наверняка. Не предполагайте!

Для того, чтобы узнать больше о том, как мы можем стать более доброжелательным и более уважительным сообществом, пройдите по этой ссылке:

<https://www.kindr.grindr.com>





## История 3



*Шарин - трансгендерная женщина 29 лет и известная в своей стране активистка. Шарин некоторое время общалась с человеком, с которым познакомилась онлайн, но прекратила общение, когда поняла, что он без уважения относился к ее идентичности и не воспринимал ее как женщину. Он все время просил ее об определенных сексуальных практиках, которые ей не нравились. Несколько дней спустя Шарин обнаружила на своем Facebook сообщение от него со ссылкой. После того, как она перешла по ссылке, на ее личную электронную почту начали приходить сообщения с угрозами. Сообщения были очень агрессивными и не прекращались. Шарин испытала огромное количества стресса из-за того, что ее безопасность была поставлена под угрозу и ее личные границы были нарушены, ведь она никогда не давала этому человеку ссылку на свои профили в социальных сетях и свой адрес электронной почты.*

### Что Шарин могла сделать по-другому?

**Шарин могла не делиться с этим человеком большим количеством личной информации, которая скорее всего и позволила ему найти ее страницу в социальной сети и адрес электронной почты. Поделившись личной информацией, Шарин дала незнакомцу возможность преследовать ее за пределами приложения. Сейчас ей нужно сменить все пароли. Кроме того, ей следует поговорить со специалистом по цифровой безопасности, который может проверить, что никакое вредоносное или опасное ПО не было загружено на ее телефон.**

## ОЦЕНКА БЕЗОПАСНОСТИ

Ниже вы найдете ряд вопросов, ответы на которые помогут вам оценить ваш уровень комплексной безопасности. Суть этих вопросов именно в том, чтобы помочь вам поразмышлять на эту тему. Эти вопросы помогут вам понять уровень вашей безопасности и в приложениях для знакомств, и в повседневной жизни.

### Чек лист по информационной безопасности



- Вы отправляете незнакомым людям фотографии, на которых видно ваше лицо или что-то еще, что может помочь вас идентифицировать?
- Вы регулярно обновляете программное обеспечение и устанавливаете обновления на ваш телефон?
- Вы уверены в том, что конфиденциальные фото и видео в вашем телефоне надежно защищены в зашифрованном файле или приложении?
- На вашем телефоне установлено новое антивирусное и анти-вредоносное ПО?
- Вы удаляете метаданные с фотографий прежде, чем делиться ими с другими?
- Вы подключаетесь к незащищенным публичным сетям Wi-Fi в отелях, аэропортах или кафе без использования VPN?
- Вы используете пароль для входа в Grindr?
- Вы используете пароль для того, чтобы разблокировать экран вашего телефона?

# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ

## Чек лист по личной безопасности

- Вы проверяете информацию о людях, с которыми общаетесь или встречаетесь в Grindr?
- Вы делитесь информацией о своих планах с близкими друзьями когда собираетесь на свидание?
- Вы всегда встречаетесь с незнакомыми людьми в людных местах прежде, чем приглашать их домой?
- Вы удаляете чаты с диалогами о сексе и конфиденциальные фотографии прежде, чем идете на свидание?
- Знаете ли вы о своих правах и что вы будете делать в случае, если вас арестуют?

## Чек лист по заботе о себе

- Вы знаете о своих физиологических, эмоциональных и психологических потребностях?
- Вы знаете, как устанавливать границы?

# РУКОВОДСТВО GRINDR ПО КОМПЛЕКСНОЙ



- Вам легко дается забота о себе и вы верите в то, что вы достойны заботы?
- Вы придерживаетесь пищевых привычек, которые позволяют вам быть здоровым, счастливым и комфортно чувствовать себя в своем теле?
- Вы знаете, в чем ваши сильные стороны и как использовать их в вашей жизни?
- Вы обращаетесь за медицинской помощью в случаях, когда это необходимо и для проведения обследований?
- В вашей жизни есть люди, с которыми вы можете говорить о важных для вас вещах?
- Вы с любовью относитесь к себе и поддерживаете и хвалите себя?

G4E постоянно ищет новые способы поддержать ЛГБТК-сообщество. Если вы хотите узнать больше о G4E или задать нам любые вопросы, пожалуйста, напишите на [equality@grindr.com](mailto:equality@grindr.com).