

Cinsel saldırı

Yardıma ister misiniz?



Camberwell • Paddington • Whitechapel



**Siz ya da
tanıdığınız
biri
tecavüze
veya cinsel
saldırıya
uğradınız
mı?**

Sığınaklar (The Havens) özel eğitim görmüş, tecrübeli görevlilerin size şu hizmetleri verebileceği cinsel saldırı sevk merkezleridir:

- tıbbi yardım ve tavsiye;
- psikolojik danışmanlık; ve
- pratik ve duygusal destek.

Tecavüz veya cinsel saldırıya uğramanın yarattığı travmayı atlatmanıza yardımcı olabilir ve iyileşme sürecinde sizi yönlendirebiliriz.

Bundan sonra ne yapmak istediğinize, örneğin polisle görüşmek veya sağlık kontrolünden geçmek isteyip istemediğinize karar vermenize de yardım edebiliriz.

Erkek, kadın, çocuk - herkes cinsel saldırıya uğrayabilir. Sığınaklarda size güvenli bir yer ve iyileşmeniz için gerekli tüm destek ve yardımı verebiliriz.

Sığınaklar bana nasıl yardımcı olabilir?

Tıbbi yardım

Size adli tıp muayenesi yapacak doktorlarımızdan birine görünebilirsiniz. Genelde doktorlarımız kadındır, ancak isterseniz size erkek bir doktor bulmak için elimizden geleni yaparız. Örneğin cinsel yollarla bulaşan hastalıklar veya gebelik gibi kaygı duyduğunuz diğer konuları da doktora sorabilirsiniz.

Polisle görüşmeden önce bir Sığınağa gelerseniz, sizi gören doktor, izin vermeniz halinde adli soruşturma için örnekler alacaktır. Kabul ederseniz, bu örnekleri adli tıp analizi için, kimliğinizi açıklamadan polise verebiliriz. Polis bu örnekleri siz onlarla konuşup konumayacağınıza karar verene kadar saklar. Adli tıp analizinde polisin özellikle ilgilendiği bir konuyla ilgili delil tesbit edilirse, sizi bundan haberdar eder ve karar vermenize yardımcı olabilecek ayrıntıları anlatırız.

Gençlere tıbbi yardım

Doktorlarımızın hepsi, cinsel saldırıya uğrayan herkese yardımcı olabilecek şekilde eğitim almışlardır. Ancak genç bir kız veya delikanlının özel ilgiye ihtiyacı olduğunu düşünürlerse, bir pedyatristten yani bir çocuk doktorundan yardım

isteyebilirler. Gençleri başlarından geçen olay sonrasında uygun bakım için sevk imkanımız da vardır.

Psikolojik danışmanlık

Bir Sığınağa ilk gittiğinizde, size önünüzdeki seçenekleri anlatacak ve olanları polise bildiriş bildirmemek konusunda tavsiyeye ihtiyacınız varsa bu konuda yardım edecek bir kriz görevlisiyle görüşmek istediğinizi söyleyebilirsiniz. Polisle konuşmamaya karar verseniz bile, size destek verebilir ve psikolojik danışmanlık konusunu sizinle görüşebiliriz. Psikolojik danışmanlarımız kısa süre önce ya da geçmişte saldırıya uğrayanlara yardım etmek ve onlara olayın travması sırasında ve bunu izleyen zor dönemde destek olmak üzere eğitilmişlerdir.

Güvenlik

Güvenliğiniz bizim için çok önemlidir, cinsel bir saldırıdan sonra güvenlikle ilgili kaygılarınız varsa bu konuda tavsiyede bulunabiliriz. Herhangi bir anda güvenliğinizden kaygılanırsanız, lütfen polise başvurun. Acil bir durumda 999'a telefon edin.

Sığınak - Camberwell

Saat 09.00 - 17.00 arasındaki telefon numarası:

020 7346 1599, bunun dışındaki saatlerde: **020 7737 4000**

Sığınak - Paddington

Pazartesi'den Cuma'ya saat 09.00 - 17.00 arasında **020 7886 1101**,
bunun dışındaki gün ve saatlerde **020 7886 6666**

Sığınak - Whitechapel

Her zaman **020 7247 4787**'yi arayabilirsiniz

Olay sonrası bakım ve destek

Sadece neden bahsettiğinizi anlayan, size yakınlık ve ilgi gösteren birisiyle konuşarak duygusal ve pratik destek almak isteyebilirsiniz. Bu durumda bir Sığınağı arayıp bir sağlık görevlisiyle telefonda konuşabilir veya görüşmek üzere randevu alabilirsiniz. Olay sonrası bakım imkanımız vardır ve size bu konuda bilgi verebiliriz. Diğer destek gruplarıyla ve servislerle görüşmenizi sağlamak gibi konularda da size pratik destek verebiliriz.

Şu numaralardan Sığınaklara telefon edebilirsiniz:

Sığınak – Camberwell

Pazartesi'den Cuma'ya saat 09.00 - 17.00 arasında **(020) 7346 1599**, bunun dışındaki gün ve saatlerde **(020) 7737 4000**.

Sığınak – Paddington

Pazartesi'den Cuma'ya saat 09.00 - 17.00 arasında **(020) 7886 1101**, bunun dışındaki gün ve saatlerde **(020) 7886 6666**.

Sığınak – Whitechapel

Her zaman **(020) 7247 4787**'yi arayabilirsiniz



Camberwell • Paddington • Whitechapel

Sığınaklar kimler içindir?

Londra'da tecavüze veya cinsel saldırıya uğrayan herkes bir Sığınağa gidebilir. Kadın, erkek veya çocuk olmaları farketmez.

Sevk edilmem gerekir mi?

Buraya sevk edilmeniz gerekmez. Bizi görmek sizin isteğinize bağlıdır. Bunun için ziyaretinizden önce en yakınınızdaki Sığınağa telefon edip randevu almanız yeterlidir. Saldırıyı polise bildirmeniz veya önce aile doktorunuza görünmeniz gerekmez. Günde 24 saat bizi arayıp randevu alabilirsiniz.

Polisle görüşmek zorunda mıyım?

Polisle görüşmek zorunda değilsiniz. Sığınaklarda polis memurları yoktur. Ancak Metropolitan Polis Servisi, Sığınakların kurulma aşamasında yerel sağlık görevlileriyle birlikte çalışmıştır, bu nedenle herhangi bir anda polisle görüşmek isterseniz, kriz görevlilerimizden birinden size yardım etmesini isteyebilirsiniz. Bir polis memuruyla resmi olmayan bir görüşme yapmayı tercih edebilirsiniz. Tercihiniz bu yönde olursa, konuşacağınız polis memuru, sizinle polis arasında tek temas noktası olacak, özel olarak eğitim görmüş ve tecrübeli bir memur olacaktır, bu tür memurlar "Safir" memurlar olarak adlandırılmaktadır.

Bundan sonra ne olur?

Sığınaklar saat 09.00 - 17.00 arasında açıktır - önceden ayarlamak suretiyle bizi ziyaret edebilirsiniz - ilk önce aşağıdaki numaralara telefon ederseniz bizim için daha kolay olacaktır.

Hala Sığınakların ne gibi imkanlar sunduğundan emin değilseniz veya sormak istediğiniz başka sorular varsa, lütfen bize telefon edin veya www.thehavens.org adresindeki web sitemizi ziyaret edin.

The Haven – Camberwell
King's College Hospital, Denmark Hill,
London SE5 9RS

Sığınak – Camberwell'e Pazartesi'den Cuma'ya saat 09.00 - 17.00 arasında **(020) 7346 1599** numaradan, diğer gün ve saatlerde **(020) 7737 4000**'den telefon edin.

The Haven – Paddington
St Mary's Hospital, Praed Street,
London W2 1NY

Sığınak – Paddington'a Pazartesi'den Cuma'ya saat 09.00 - 17.00 arasında **(020) 7886 1101** numaradan, diğer gün ve saatlerde **(020) 7886 6666**'dan telefon edin.

The Haven – Whitechapel
Royal London Hospital, 9 Brady Street,
London E1 5DG

Sığınak – Whitechapel'a her zaman **(020) 7247 4787** numaradan telefon edebilirsiniz.

King's College Hospital 
NHS Trust

St Mary's 
NHS Trust

Barts and The London 
NHS Trust



www.met.police.uk/sapphire



**METROPOLITAN
POLICE**

Working for a safer London