جنسی حملہ

کیا آپ کو مدد کی ضرورت ہے؟

The Havens

Camberwell • Paddington • Whitechapel

کیا آپ یا آپ کا / کی
کوئی واقف جبری
آبروریزی یا جنسی حملے
کا نشانہ بنے ہیں۔

دی ہیونز جنسی حملوں کے ریفرل سنٹر ہیں جہاں خصوصی تربیت کے حامل، تجربہ کار پروفیشنل آپ کو مندرجہ ذیل مدد دے سکتے ہیں:

- طبی امداد اور ہدایات
- مشورے
- عملی اور جذباتی اعانت

ہم آپ کی جبری آبروریزی یا جنسی حملے کے فوری ذہنی صدمے سے نکلنے میں مدد اور بحالی کی طرف رہنمائی کر سکتے ہیں۔

اور ہم آپ کی یہ فیصلہ کرنے میں مدد کر سکتے ہیں کہ آئندہ کیا کرنا چاہیئے، مثلاً یہ کہ آپ پولیس سے بات کرنے کے خواہاں ہیں یا اپنی صحت کے حوالے سے کوئی معائنہ کرانا چاہتے ہیں۔

جنسی حملہ کسی پر بھی ہو سکتا ہے۔ مردوں، عورتوں اور بچوں پر۔ دی ہیونز میں ہم آپ کو ایک محفوظ جگہ اور بحالی کی طرف ہر قسم کی ضروری مدد اور معاونت فراہم کر سکتے ہیں۔

دی ہیونز کیسے میری مدد کرسکتا ہے؟

طبی مدد

آپ کو ہمارا خصوصی تربیت یافتہ ڈاکٹر دیکھے گا جو آپ کا عدالتی (فورنیسک) طبی معائنہ کرے گا۔ عموماً زیادہ تر یہ ڈاکٹر کوئی خاتون ہوتی ہے تاہم اگر آپ کی خواہش ہو تو آپ کے لئے مرد ڈاکٹر کا انتظام کرنے کی ہر ممکن کوشش کریں گے۔ یہ ڈاکٹر آپ کو لاحق دیگر خدشات مثلاً جنسی طور پر منتقل ہونے والی متعدی بیماریوں یا حمل ہونے کے بارے میں بھی بات چیت کرسکتا سکتی ہے۔

اگر آپ پہلے پولیس سے رابطہ کئے بغیر دی ہیونز میں آئے ہیں تو آپ کا معائنہ کرنے والی والا ڈاکٹر صرف آپ کی اجازت سے فورینسک نمونے حاصل کریں گے۔ اگر آپ آمادہ ہونگے تو یہ نمونے آپ کی شناخت ظاہر کئے بغیر فورینسک تجزیے کے لئے پولیس کو دیئے جاسکتے ہیں۔ اور جب تک آپ یہ فیصلہ نہیں کرلیتے کہ آپ کو پولیس سے بات کرنا چاہئے یا نہیں یہ نمونے وہ اپنے پاس محفوظ رکھیں گے اگر فورینسک تجزیے میں پولیس کی مخصوص دلچسپی کے حامل کوئی شواہد ملتے ہیں تو ہم آپ کو آگاہ اور تفصیلات بتائیں گے تاکہ آپ کو فیصلہ کرنے میں مدد مل سکے۔

کم عمر افراد کے لئے طبی مدد

ہمارے تمام ڈاکٹروں کو جنسی حملے کا شکار ہونے والے کسی بھی شخص کو طبی مدد دینے کی تربیت حاصل ہے۔ لیکن اگر وہ سمجھتے ہیں کہ کسی کم عمر لڑکی یا لڑکے کو خصوصی

توجہ کی ضرورت ہے تو وہ کسی ماہر امراض بچگان یا بچوں کی دیکھ بھال کے خصوصی ماہر سے مدد لے سکتے ہیں۔ ہم مناسب اضافی دیکھ بھال کے لئے کم عمر افراد کو ریفر بھی کر سکتے ہیں۔

مشاورت

جب آپ پہلی بار دی ہیونز آئیں گے تو آپ کو کرائسس ورکر سے بات کرنا ہو گی اگر آپ کو واقعہ کی رپورٹ پولیس کو کرنے کے بارے میں مشورے کی ضرورت ہو گی تو وہ آپ سے مدد اور دستیاب آپشنز (راہ انتخاب) کے بارے میں بات کریں گے۔ اگر آپ پولیس سے بات نہ کرنے کا فیصلہ کرتے ہیں تو ہم آپ سے تعاون کی پیشکش کے علاوہ مزید مشاورت کے معاملات پر بات چیت کر سکتے ہیں۔ ہمارے مشیر ایسے تمام افراد جو حال ہی میں یا ماضی میں جنسی حملے کا نشانہ بنے ہوں کو فوری صدمہ کی حالت اور اس کے بعد آنے والی مشکلات میں معاونت کے لئے پوری طرح تربیت یافتہ ہیں۔

حفاظت

آپ کی حفاظت ہمارے لئے سب سے اہم ہے اگر آپ کو جنسی حملے کے بعد اپنی حفاظت کے حوالے سے خدشات ہیں تو ہم آپ کو مشورے دیں گے۔ آپ کو اپنی سلامتی کے حوالے سے کسی وقت بھی کوئی خدشات ہوں تو برائے مہربانی پولیس سے رابطہ کریں۔ ہنگامی صورت حال میں 999 پر فون کریں۔

دی ہیونز۔ کیمبر ول

صبح 9.00 بجے شام 5.00 کے درمیان ہمارا فون نمبر

020 7346 1599 یا ان کے علاوہ اوقات میں **0207 7737 4000**

دی ہیونز۔ پیڈنگٹن

صبح 9.00 بجے سے شام 5.00 کے درمیان ہمارا فون نمبر

020 7886 1101 یا ان کے علاوہ اوقات میں **020 7886 6666**

دی ہیونز۔ وائٹ چیپل

ہر وقت فون نمبر **020 7247 4787**

اضافی دیکھ بھال اور معاونت

ممکن ہے آپ صرف کسی ایسے ہمدرد اور غمخوار کی جذباتی اور عملی مدد چاہتے ہوں جو آپ کی بات کو سمجھتا ہو۔ آپ ہیون کے کسی دفتر میں فون کر کے کسی ماہر صحت سے بات کر سکتے ہیں یا معائنہ کے لئے ملاقات کا وقت لے سکتے ہیں۔ اضافی دیکھ بھال دستیاب ہے اور ہم آپ کو اس بارے میں مشورہ دے سکتے ہیں، علاوہ ازیں ہم آپ کو دیگر امدادی گروپوں اور خدمات سے ملانے جیسے عملی اقدامات میں بھی مدد کر سکتے ہیں۔

آپ ہیونز پر فون کر سکتے ہیں:

دی ہیون ۔ کیمبر ویل

پیر سے جمعہ صبح 9.00 بجے سے شام 5.00 بجے کے درمیان

(020) 7346 1599 پر یا دیگر اوقات میں **(020) 7737 4000**

دی ہیون ۔ پیڈ نگٹن

پیر سے جمعہ صبح **9.00** بجے سے شام **5.00** بجے کے درمیان

(020) 7886 1101 پر یا دیگر اوقات میں **(020) 7886 6666**

دی ہیون ۔ وائٹ چیپل

ہر وقت **(020) 7247 4787**

The Havens

Camberwell • Paddington • Whitechapel

دی ہیونز کن لوگوں کے لئے ہے؟

لندن میں مقیم ہر وہ شخص جو جبری آبروریزی یا جنسی حملے کا نشانہ ہو ہیون میں آسکتا ہے۔ عورتیں مرد یا بچے ہر کوئی یہاں آسکتا ہے۔

کیا مجھے کسی کے پاس ریفر کیا جائے گا؟

آپ کو کہیں ریفر نہیں کیا جائے گا۔ اگر آپ ہم سے ملنا چاہتے ہیں تو اس کا انحصار بھی آپ پر ہے۔ آپ کو صرف یہ کرنا ہو گا کہ کسی قریبی ہیون فون کریں اور آنے سے قبل ملاقات کا وقت طے کرلیں۔ آپ کو پہلے پولیس کو اطلاع دینے یا اپنے ڈاکٹر سے ملنے کی ضرورت نہیں ہو گی۔ آپ مُلاقات کا وقت طے کرنے کے لئے دن میں 24 گھنٹے فون کرسکتے ہیں۔

کیا مجھے پولیس سے بات کرنا ہو گی؟

آپ کو پولیس سے بات نہیں کرنا ہو گی نہ ہمارے دفتر میں کوئی پولیس افسر ہوتا ہے۔ لیکن چونکہ میٹروپولیٹن پولیس دی ہیونز کے قیام میں مقامی صحت حکام کے ساتھ کام کرتی ہے اس لئے جب آپ پولیس ٹیم سے بات کرنے کا فیصلہ کریں گے تو آپ ہمارے کسی کرائسس ورکر سے اس میں اپنی مدد کے لئے کہہ سکتے ہیں۔ ممکن ہے آپ کسی پولیس افسر سے غیر رسمی بات چیت کرنا چاہیں۔ اگر آپ کی یہ خواہش ہو گی تو آپ کی ایک ''سیفائر آفیسر'' سے بات کرائی جائے گی۔ یہ ایک ایسا خصوصی تربیت یافتہ اور تجربہ کار افسر ہو گا جو آپ کے اور پولیس کے درمیان رابطے کا واحد ذریعہ ہو گا۔

اس کے بعد کیا ہو گا؟

دی ہیونز صبح 9.00 بجے سے شام 5.00 بجے کے درمیان کھلے رہتے ہیں۔ آپ ملاقات کا انتظام کرکے ہم سے مل سکتے ہیں۔ اگر آپ ہمارے پاس آنے سے پہلے نیچے دیئے گئے نمبروں پر فون کرلیں گے تو ہمیں آپ کی مدد کرنے میں آسانی ہو گی۔

اگر آپ کو اب بھی یقین نہیں کہ دی ہیونز آپ کو کیا پیشکش کرسکتے ہیں یا آپ کچھ اور سوالات پوچھنا چاہتے ہیں تو برائے مہربانی ہمیں فون کریں یا ہماری ویب سائٹ www.thehavens.org. پر آئیں۔

دی ہیون ۔ کیمبرویل

King's College Hospital, Denmark Hill,
London SE5 9RS

دی ہیون ۔ کیمبرویل میں پیر سے جمعہ صبح 9.00 بجے شام 5.00 بجے تک
(020) 7346 1599 پر یا دیگر اوقات میں **(020) 7737 4000**
پر فون کریں۔

دی ہیون ۔ پیڈنگٹن

St Mary's Hospital, Praed Street,
London W2 1NY

دی ہیون پیڈنگٹن میں پیر سے جمعہ صبح 9.00 بجے سے شام 5.00 بجے تک
(020) 7886 1101 پر یا دیگر اوقات میں **(020) 7886 6666**
پر فون کریں۔

دی ہیون ۔ وائٹ چیپل

Royal London Hospital, 9 Brady Street,
London E1 5DG

دی ہیون وائٹ چیپل میں کسی بھی وقت **(020) 7247 4787**
پر فون کریں۔

King's College Hospital NHS
NHS Trust

St Mary's NHS
NHS Trust

Barts and The London NHS
NHS Trust

sapphire

www.met.police.uk/sapphire

METROPOLITAN POLICE

Working for a safer London