

Σεξουαλική επίθεση

Χρειάζεστε βοήθεια;

The  Havens

Camberwell • Paddington • Whitechapel



Μήπως
εσείς ή
κάποιος
γνωστός
σας έχετε
πέσει θύμα
βιασμού ή
σεξουαλικής
επίθεσης;

Τα Havens (Καταφύγια) είναι κέντρα υποστήριξης για θύματα σεξουαλικής επίθεσης, όπου ειδικά εκπαιδευμένοι, έμπειροι επαγγελματίες μπορούν να σας παράσχουν:

- ιατρική βοήθεια και καθοδήγηση,
- συμβουλευτική στήριξη και
- πρακτική και συναισθηματική υποστήριξη.

Μπορούμε να σας βοηθήσουμε να αντιμετωπίσετε το άμεσο τραύμα του βιασμού ή της σεξουαλικής επίθεσης και να σας καθοδηγήσουμε στην πορεία της ανάρρωσης. Μπορούμε να σας βοηθήσουμε να αποφασίσετε τι θέλετε να κάνετε μετά, αν δηλαδή θέλετε να μιλήσετε στην αστυνομία ή να υποβληθείτε σε ιατρικό έλεγχο.

Θύμα σεξουαλικής επίθεσης μπορεί να πέσει οποιοσδήποτε – άνδρας, γυναίκα ή παιδί. Στα Havens μπορούμε να σας προσφέρουμε ένα ασφαλή χώρο και κάθε υποστήριξη και βοήθεια που θα χρειαστείτε για να συνέλθετε.

Πώς μπορούν να με βοηθήσουν τα Havens;

Ιατρική βοήθεια

Μπορείτε να δείτε κάποιον από τους ειδικά εκπαιδευμένους γιατρούς μας, ο οποίος θα διεξάγει ιατροδικαστική εξέταση. Συνήθως θα είναι γυναίκα γιατρός, αλλά θα κάνουμε ό,τι μπορούμε να ειδοποιήσουμε κάποιον άντρα γιατρό, αν το προτιμάτε. Ο γιατρός μπορεί να σας ενημερώσει και σχετικά με άλλες ανησυχίες που τυχόν έχετε, π.χ. σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα ή εγκυμοσύνη.

Εάν έλθετε σε κάποιο Haven χωρίς να έχετε ήδη επικοινωνήσει με την αστυνομία, ο γιατρός που θα σας δει θα πάρει δείγματα για την ιατροδικαστική έρευνα, μόνο όμως αν εσείς το επιτρέψετε. Αν συμφωνείτε, μπορούμε να δώσουμε τα δείγματα αυτά στην αστυνομία για ιατροδικαστική ανάλυση χωρίς να αποκαλυφθεί η ταυτότητά σας. Η αστυνομία θα αποθηκεύσει τα δείγματα μέχρι να αποφασίσετε αν θέλετε να μιλήσετε ή όχι. Αν η ιατροδικαστική ανάλυση εντοπίσει στοιχεία ειδικού ενδιαφέροντος για την αστυνομία, θα σας ενημερώσουμε και θα σας δώσουμε λεπτομέρειες που μπορεί να σας βοηθήσουν να πάρετε μια απόφαση.

Ιατρική βοήθεια για νεαρά άτομα

Όλοι οι γιατροί μας είναι εκπαιδευμένοι να παρέχουν ιατρική βοήθεια σε οποιονδήποτε έχει πέσει θύμα σεξουαλικής επίθεσης. Αν όμως θεωρήσουν ότι κάποιο νεαρό κορίτσι ή αγόρι χρειάζεται ειδική φροντίδα, θα ζητήσουν τη βοήθεια κάποιου ειδικευμένου παιδίατρου. Έχουμε επίσης τη

δυνατότητα να παραπέμψουμε τα νεαρά άτομα για κατάλληλη περαιτέρω φροντίδα.

Συμβουλευτική στήριξη

Την πρώτη φορά που θα έρθετε σε κάποιο Haven, μπορείτε να ζητήσετε να μιλήσετε με κάποιον σύμβουλο άμεσης παρέμβασης, που θα σας εξηγήσει τι επιλογές έχετε και αν χρειάζεται, θα σας συμβουλέψει για το αν πρέπει να καταγγείλετε στην αστυνομία το περιστατικό. Αν αποφασίσετε να μην μιλήσετε στην αστυνομία, πάλι μπορούμε να σας προσφέρουμε υποστήριξη και να συζητήσουμε εκτενέστερα μαζί σας το θέμα της ψυχολογικής στήριξης. Οι σύμβουλοί μας έχουν εκπαιδευτεί να βοηθούν θύματα επιθέσεων, τόσο πρόσφατων όσο και παλιών, και να τα στηρίζουν ώστε να ξεπεράσουν το άμεσο τραύμα και τις δύσκολες μέρες που πιθανόν να ακολουθήσουν.

Ασφάλεια

Η ασφάλειά σας είναι πολύ σημαντική για μας, και θα σας δώσουμε συμβουλές αν ανησυχείτε για την ασφάλειά σας μετά από μια σεξουαλική επίθεση. Αν ανησυχείτε για την ασφάλειά σας οποιαδήποτε στιγμή, παρακαλούμε ειδοποιήστε την αστυνομία. Σε επείγουσες περιπτώσεις καλέστε το 999.

The Haven – Camberwell

Τηλέφωνο από 09:00 έως 5:00μμ:

020 7346 1599, ή οποιαδήποτε άλλη ώρα: **020 7737 4000**

The Haven – Paddington

Τηλέφωνο από 09:00 έως 5:00μμ:

020 7886 1101, ή οποιαδήποτε άλλη ώρα: **020 7886 6666**

The Haven – Whitechapel

Τηλέφωνο **020 7247 4787** οποιαδήποτε ώρα

Πώς μπορούν να με βοηθήσουν τα Havens;

Ιατρική βοήθεια

Μπορείτε να δείτε κάποιον από τους ειδικά εκπαιδευμένους γιατρούς μας, ο οποίος θα διεξάγει ιατροδικαστική εξέταση. Συνήθως θα είναι γυναίκα γιατρός, αλλά θα κάνουμε ό,τι μπορούμε να ειδοποιήσουμε κάποιον άντρα γιατρό, αν το προτιμάτε. Ο γιατρός μπορεί να σας ενημερώσει και σχετικά με άλλες ανησυχίες που τυχόν έχετε, π.χ. σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα ή εγκυμοσύνη.

Εάν έλθετε σε κάποιο Haven χωρίς να έχετε ήδη επικοινωνήσει με την αστυνομία, ο γιατρός που θα σας δει θα πάρει δείγματα για την ιατροδικαστική έρευνα, μόνο όμως αν εσείς το επιτρέψετε. Αν συμφωνείτε, μπορούμε να δώσουμε τα δείγματα αυτά στην αστυνομία για ιατροδικαστική ανάλυση χωρίς να αποκαλυφθεί η ταυτότητά σας. Η αστυνομία θα αποθηκεύσει τα δείγματα μέχρι να αποφασίσετε αν θέλετε να μιλήσετε ή όχι. Αν η ιατροδικαστική ανάλυση εντοπίσει στοιχεία ειδικού ενδιαφέροντος για την αστυνομία, θα σας



Camberwell • Paddington • Whitechapel

ενημερώσουμε και θα σας δώσουμε λεπτομέρειες που μπορεί να σας βοηθήσουν να πάρετε μια απόφαση.

Ιατρική βοήθεια για νεαρά άτομα

Όλοι οι γιατροί μας είναι εκπαιδευμένοι να παρέχουν ιατρική βοήθεια σε οποιονδήποτε έχει πέσει θύμα σεξουαλικής επίθεσης. Αν όμως θεωρήσουν ότι κάποιο νεαρό κορίτσι ή αγόρι χρειάζεται ειδική φροντίδα, θα ζητήσουν τη βοήθεια κάποιου ειδικευμένου παιδίατρου. Έχουμε επίσης τη δυνατότητα να παραπέμψουμε τα νεαρά άτομα για κατάλληλη περαιτέρω φροντίδα.

Συμβουλευτική στήριξη

Την πρώτη φορά που θα έρθετε σε κάποιο Haven, μπορείτε να ζητήσετε να μιλήσετε με κάποιον σύμβουλο άμεσης παρέμβασης, που θα σας εξηγήσει τι επιλογές έχετε και αν χρειάζεται, θα σας συμβουλέψει για το αν πρέπει να καταγγείλετε στην αστυνομία το περιστατικό. Αν αποφασίσετε να μην μιλήσετε στην αστυνομία, πάλι μπορούμε να σας προσφέρουμε υποστήριξη και να συζητήσουμε εκτενέστερα μαζί σας το θέμα της ψυχολογικής στήριξης. Οι σύμβουλοί μας έχουν εκπαιδευτεί να βοηθούν θύματα επιθέσεων, τόσο πρόσφατων όσο και παλιών, και να τα στηρίζουν ώστε να ξεπεράσουν το άμεσο τραύμα και τις δύσκολες μέρες που πιθανόν να ακολουθήσουν.

Ασφάλεια

Η ασφάλειά σας είναι πολύ σημαντική για μας, και θα σας δώσουμε συμβουλές αν ανησυχείτε για την ασφάλειά σας μετά από μια σεξουαλική επίθεση. Αν ανησυχείτε για την ασφάλειά σας οποιαδήποτε στιγμή, παρακαλούμε ειδοποιήστε την αστυνομία. Σε επείγουσες περιπτώσεις καλέστε το 999.

Περαιτέρω φροντίδα και υποστήριξη

Μπορεί απλώς να χρειάζεστε συναισθηματική και πρακτική στήριξη από ανθρώπους με κατανόηση και ενδιαφέρον, που καταλαβαίνουν ακριβώς για τι πράγμα μιλάτε. Μπορείτε να τηλεφωνήσετε σε κάποιο Haven και να μιλήσετε τηλεφωνικώς με κάποιο μέλος του ειδικευμένου προσωπικού μας ή να κλείσετε ραντεβού για επίσκεψη. Είμαστε στη διάθεσή σας για περαιτέρω φροντίδα και μπορούμε να σας ενημερώσουμε σχετικά. Μπορούμε επίσης να σας βοηθήσουμε σε πρακτικά ζητήματα, όπως π.χ. να σας φέρουμε σε επαφή με άλλες ομάδες και υπηρεσίες υποστήριξης.

Μπορείτε να καλέσετε τα Havens στα:

The Haven – Camberwell

στο τηλέφωνο **(020) 7346 1599** από 9:00 π.μ. έως 5:00 μ.μ. Δευτέρα με Παρασκευή, ή στο **(020) 7737 4000** οποιαδήποτε άλλη ώρα.

The Haven – Paddington

στο τηλέφωνο **(020) 7886 1101** από 9:00 π.μ. έως 5:00 μ.μ. Δευτέρα με Παρασκευή, ή στο **(020) 7886 6666** οποιαδήποτε άλλη ώρα.

The Haven – Whitechapel

στο τηλέφωνο **(020) 7247 4787** οποιαδήποτε ώρα.

Για ποιον είναι τα Havens;

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