જાતીય હુમલો

શું તમને મદદ જોઈએ છે?

The Havens

Camberwell • Paddington • Whitechapel

શું તમારી સાથે
અથવા
તમારા ઓળખીતા
કોઈક વ્યક્તિની
સાથે બળાત્કાર
અથવા જાતીય
હુમલો થયો છે?

ધ હેવન્સ સેન્ટરોમાં જાતીય હુમલાઓનાં સંબંધમાં નીચે જણાવેલ વિષયો સંબંધી મદદ વિશેષ તાલિમબદ્ધ, અનુભવી વ્યવસાયિકો દ્વારા તમને આપવામાં આવી શકાય છે:

- તબીબી મદદ અને સલાહ;
- સલાહ–મસલત; અને
- વાસ્તવિક અને ભાવનાત્મક મદદ.

અમે બળાત્કાર અથવા જાતીય હુમલાઓ સમયે થતાં માનસિક આઘાત સંબંધી તમારી તાત્કાલિક મદદ કરી શકીએ છીએ અને મુશ્કેલીમાંથી મુકત થઇ સાજા થવામાં તમને યોગ્ય સલાહ પૂરી પાડીએ છીએ.

અને આ બાદ તમે શું કરવા ઇચ્છો છો તેનો નિર્ણય કરવા બાબત અમે તમારી મદદ કરી શકીએ છીએ જેમ કે તમે પોલિસ સાથે વાતચીત કરવા ઇચ્છો છો કે નહીં અથવા પોતાનાં સ્વાસ્થ્ય બાબત કોઇ પણ પ્રકારની તપાસ કરાવવા ઇચ્છો છો.

જાતીય હુમલો કોઇપણ વ્યકિત પર થઇ શકે છે – પુરુષ, સ્ત્રી અને બાળકો. ધ હેવનમાં, અમારા વતી તમને સુરક્ષા અને સ્વસ્થતા માટે આવશ્યક હિમાયતી મદદ પૂરી પાડવામાં આવી શકાય છે.

ધ હેવન્સ દ્વારા મને કયા પ્રકારની મદદ મળી શકે છે?

તબીબી મદદ

તમે તત્સંબંધી તપાસ કરનાર અમારા વિશેષ તાલિમબદ્ધ ડોકટરોની સાથે મુલાકાત કરી શકો છો. મોટાભાગે આ ડોકટર સ્ત્રી હોય છે પરંતુ જો તમે પુરુષ ડોકટરને મળવા ઈચ્છતાં હો, તો અમે આની વ્યવસ્થા પણ કરી શકીએ છીએ. ડોકટર કોઈપણ પ્રકારની તમારી મૂંઝવણો બાબત તમારી સાથે વાતચીત કરી શકે છે, ઉદાહરણ તરીકે જાતીય સંબંધથી એકબીજાને થતી ચેપની બીમારીઓ અથવા ગર્ભ બાબત.

જો તમે ધ હેવનમાં આવતાં પહેલાં પોલિસ સાથે સંપર્ક નથી સાધ્યો, તો જે ડોકટર તમારી મુલાકાત કરે છે તે સૌ પ્રથમ ફકત તમારી મંજૂરી સાથે તત્સંબંધી નમૂનો લેશે. તમારી પરવાનગીથી, અમે આ નમૂનાઓ તત્સંબંધી તપાસ માટે પોલિસને તમારું નામ આપ્યા વિના આપીશું. આ પછી જયાં સુધી તમે તેઓની સાથે વાતચીત કરવા ઈચ્છો છો કે નહીં તેનો નિર્ણય નથી કરી લેતાં ત્યાં સુધી આ નમૂનાઓ તેઓ પોતાની પાસે સંભાળીને રાખે છે. જો તત્સંબંધી તપાસથી પોલિસને મદદ કરનાર વિશેષ પુરાવાઓ મળે છે, તો તમારા નિર્ણય કરવામાં તમને મદદ કરવા માટે તેઓ તમને જરૂરી માહિતી અને વિગતો આપશે.

બાળકો માટે તબીબી મદદ

જાતીય હુમલાઓનો ભોગ બનેલ કોઈપણ બાળકોની તબીબી મદદ માટે અમારા બધા ડોકટરો તાલિમબદ્ધ છે. પરંતુ, જો તેઓને જણાય છે કે કોઈપણ છોકરી કે છોકરાને વિશેષ ધ્યાન આપવાની જરૂર છે, તો કદાચ બાળકોની દેખરેખ કરવા માટે વિશેષ તાલિમબદ્ધ ડોકટર

– પિડિએટ્રિશીઅન દ્વારા તેઓની મદદ કરી શકાય છે. અમે પણ બાળકોને પછીની યોગ્ય દેખરેખ કરવા બાબત મદદ કરી શકીએ છીએ અને સલાહ આપી શકીએ છીએ.

સલાહ–મસલત

તમારી સાથે શું થયું છે તે બાબત તમને પોલિસ સાથે વાતચીત કરવી જોઇએ કે નહીં તે બાબત તમે જો સલાહ મેળવવા ઇચ્છો છો, તો તમે હેવનમાં પ્રથમ વખતે આવો તે સમયે, ક્રાઇસીસ વર્કર (સંકટસમયે મદદ અને સલાહ આપનાર કાર્યકર્તા) સાથે વાતચીત કરી શકો છો અને તેઓ તમારી સાથે તમારા વિકલ્પો અને મદદ બાબત વાતચીત કરશે. જો તમે પોલિસ સાથે વાતચીત નહીં કરવાનો નિર્ણય કર્યો છે, તો પણ અમે તમારી મદદ કરી શકીએ છીએ અને સલાહ–મસલત બાબત તમારી સાથે વધુ વાતચીત કરી શકીએ છીએ. અમારા સલાહકાર હમણાં જ થયેલ અથવા આ પહેલાં થયેલ, જાતીય હુમલાઓનો ભોગ બનેલ લોકોને મદદ કરવા માટે તાલિમબદ્ધ હોય છે, અને તાત્કાલિક માનસિક આઘાત સમયે અને આ પછી આવનાર મુશ્કેલીનાં સમયે તેઓને સહારો આપીએ છીએ.

સુરક્ષા

તમારી સુરક્ષા અમારા માટે જરૂરી છે, અને જાતીય હુમલા પછી તમને સુરક્ષાની જરૂર છે કે નહીં તે બાબત અમે તમને સલાહ આપીએ છીએ. જો તમે પોતાની સુરક્ષા બાબત કોઇપણ સમયે ચિંતા ધરાવો છો, તો મહેરબાની કરી પોલિસની સાથે સંપર્ક સાધો. સંકટ સમયે નંબર 999 ઘુમાવો.

ધ હેવન – કેમ્બરવેલ
સવારનાં 9.00 થી સાંજનાં 5.00 દરમ્યાન ટેલિફોન નંબર:
020 7346 1599, અથવા બાકીનાં બીજા સમયે: **020 7737 4000**

ધ હેવન – પેડિંગ્ટન
સવારનાં 9.00 થી સાંજનાં 5.00 દરમ્યાન ટેલિફોન નંબર:
020 7886 1101, અથવા બાકીનાં બીજા સમયે: **020 7886 6666**

ધ હેવન – વ્હાઇટચેપલ
બાકીનાં બીજા સમયે ટેલિફોન નંબર: **020 7247 4787**

પછીની દેખરેખ અને મદદ

તમને કદાચ તમારી સમસ્યાઓને સમજી શકતાં હોય એવા દેખરેખ કરનાર હમદર્દ લોકોની ભાવનાત્મક અને યથાર્થ મદદની ફક્ત જરૂર હોઇ શકે છે. તમે હેવનને ફોન કરી શકો છો અને સ્વાસ્થ્યનાં નિષ્ણાતની સાથે ફોન પર વાતચીત કરી શકો છો અથવા મુલાકાત કરવા માટે એપોઇન્ટમેન્ટનો સમય લઇ શકો છો. સાજા થવા માટે પછીની દેખરેખ કરવાની વ્યવસ્થા કરી શકાય છે અને અમે તમને આ બાબત સલાહ આપી શકીએ છીએ. અમે તમારી યથાર્થ બાબતો સંબંધી પણ તમારી મદદ કરી શકીએ છીએ જેમકે મદદ કરનાર અન્ય સમૂહો અથવા સેવાઓ સાથે સંપર્ક કરવા બાબત સલાહ.

તમે ધ હેવન્સને આ નંબરે ફોન કરી શકો છો:

ધ હેવન – કેમ્બરવેલ

સોમવારથી શુક્રવાર સવારનાં 9.00 થી સાંજનાં 5.00 દરમ્યાન ટેલિફોન નંબર: **(020) 7346 1599** અથવા બાકીનાં બીજા સમયે: **(020) 7737 4000** પર ફોન કરો.

ધ હેવન – પેડિંગ્ટન

સોમવારથી શુક્રવાર સવારનાં 9.00 થી સાંજનાં 5.00 દરમ્યાન ટેલિફોન નંબર: **(020) 7886 1101**, અથવા બાકીનાં બીજા સમયે: **(020) 7886 6666** પર ફોન કરો.

ધ હેવન – વ્હાઇટચેપલ

બાકીનાં બીજા સમયે ટેલિફોન નંબર: **(020) 7247 4787** પર ફોન કરો.

The Havens

Camberwell • Paddington • Whitechapel

ધ હેવન્સ વતી કોને મદદ પૂરી પાડવામાં આવી શકાય છે?

બળાત્કાર અથવા જાતીય સંબંધી હુમલાનો ભોગ બનેલ કોઇપણ લંડનવાસીને હેવન તરફથી મદદ પૂરી પાડવામાં આવી શકાય છે. સ્ત્રી, પુરુષ અને બાળક બધાંજ આવી શકે છે.

શું મને અહીં આવવાની સિફારિશ કરી શકાય છે?

તમને મદદ અથવા સલાહ માટે અહીં સિફારિશ કરવામાં આવતી નથી. તમે અમને મળવા ઇચ્છો છો કે નહીં તે તમારા પર આધાર રાખે છે. મુલાકાત કરતાં પહેલાં તમારે ફકત પોતાની નજીકનાં ધ હેવનને ફોન કરવાની જરૂર છે. તમને પહેલાં પોલિસને જણાવવાની કે પોતાનાં જીપીને મળવાની જરૂર નથી. તમે અમારી સાથે દિવસનાં 24 કલાકમાં કોઇપણ સમયે અપોઇન્ટમેન્ટનો સમય નિશ્ચિત કરી શકો છો.

શું મને પોલિસની સાથે વાતચીત કરવાની જરૂર છે?

તમને પોલિસ સાથે વાતચીત કરવાની જરૂર નથી. પોલિસ ઓફિસર તે સ્થાને નહીં હોય. તેમ છતાં, ધ હેવનને સ્થાપિત કરવા માટે લોકલ હેલ્થ ઓથોરિટીની સાથે મળીને મેટ્રોપોલિટન પોલિસ સર્વિસે કામ કર્યું છે, એટલા માટે જો તમે કોઇપણ સમયે પોલિસની સાથે વાતચીત કરવાનો નિર્ણય કરો છો, તો તમે મદદ માટે અમારા ક્રાઇસીસ વર્કર બાબત પૂછી શકો છો. તમે પોલિસ ઓફિસર સાથે કદાચ અવિધિસરપણે વાતચીત કરી શકો છો. જો તમે આ રીતે કરવા ઇચ્છો છો, તો તમારી સાથે વાતચીત કરનાર ઓફિસર વિશેષ તાલિમબદ્ધ અને અનુભવી 'સેફાયર' ઓફિસર હશે – જે તમારા અને પોલિસ દરમ્યાન સંપર્ક કરવા માટે એકજ સ્થાન તરીકે કામ કરશે.

આ પછી શું થાય છે?

ધ હેવન્સ સવારનાં 9 થી સાંજનાં 5 સુધી ખુલ્લું રહે છે – તમે અમારી મુલાકાત કરવા માટે પહેલા વ્યવસ્થા કરી શકો છો – જો તમે નીચે જણાવેલ ટેલિફોન નબંરોએ પહેલાં ફોન કરો છો, તો મદદ કરવી અમારા માટે સરળ બને છે.

જો તમે હજી ચોક્કસ નથી કે ધ હેવન્સ તરફથી કયા પ્રકારની મદદ મળી શકે છે, અથવા તમે બીજા કોઇ પ્રશ્નો પૂછવા ઇચ્છો છો, તો મહેરબાની કરી અમને ફોન કરો, અથવા અમારી વેબસાઇટ www.thehavens.org જૂઓ.

ધ હેવન – કેમ્બરવેલ

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

ધ હેવન – કેમ્બરવેલને સોમવારથી શુક્રવાર સવારનાં 9.00 થી સાંજનાં 5.00 દરમ્યાન ટેલિફોન નંબર: **(020) 7346 1599** અથવા બાકીનાં બીજા સમયે: **(020) 7737 4000** પર ફોન કરો.

ધ હેવન – પેડિંગ્ટન

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

ધ હેવન – પેડિંગ્ટનને સોમવારથી શુક્રવાર સવારનાં 9.00 થી સાંજનાં 5.00 દરમ્યાન ટેલિફોન નંબર: **(020) 7886 1101**, અથવા બાકીનાં બીજા સમયે: **(020) 7886 6666** પર ફોન કરો.

ધ હેવન – વ્હાઈટચેપલ

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

ધ હેવન – વ્હાઈટચેપલને બાકીનાં બીજા સમયે ટેલિફોન નંબર: **(020) 7247 4787** પર ફોન કરો.

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