

У Вас був небажаний сексуальний досвід проти Вашої волі? У такому випадку якомога скоріше зверніться за допомогою. "Центр з протидії сексуальному насиллю" працює для Вас!

Для кого?

"Центр з протидії сексуальному насиллю" працює для кожного, хто пережив у своєму житті небажаний сексуальний досвід.

Швидка допомога

Важливо пам'ятати, що у випадку небажаного сексуального досвіду важливо якнайскоріше звернутися за допомогою, причому, у найкращому випадку, це необхідно зробити безпосередньо упродовж 72 годин з моменту, коли такий гіркий досвід у Вашому житті, нажалі, мав місце, оскільки це допоможе нам надати Вам кращу допомогу. Отже, чим раніше Ви нам зателефонуєте, тим це буде краще. Від моменту такої неприємної події у Вашому житті пройшла вже значна

кількість часу? І в цьому випадку ми також готові Вам допомогти. Зателефонуйте за номером **0800-0188** або скористайтеся чат-повідомленням **www.chatmetcsg.nl**. Як телефонні дзвінки, так і розмова з Вами у чаті носитимуть анонімний характер.

Хто саме може простягнути Вам руку допомоги?

У "Центрі з протидії сексуальному насиллю" працює різноманітний фаховий персонал, зокрема лікарі та медсестри, психологи, соціальні працівники і представники органів поліції. Всі вони працюють у тісному співробітництві між собою, тож це допомагає уникнути непотрібних зайвих і, також, надати Вам якнайкваліфікованішу можливу допомогу.

Оплата послуг

Певні обстеження або види лікування відбуваються на платній основі, проте сплачені Вами кошти Ви можете одержати назад у вигляді компенсації від Вашого страховика або "Фонду з виплати компенсацій жертвам насильницьких злочинів" ("Schadefonds Geweldsmisdrijven"). Ваша контактна особа або ментор "Центру з протидії сексуальному насиллю", якому було доручено вести Ваш випадок, можуть надати Вам більш детальну інформацію щодо того, як таке повернення коштів може відбутися у Вашому конкретному випадку.

Важливо!

Пам'ятайте, що сексуальне насилля ніколи не є Вашою провиною! Навіть тоді, коли Вам здається протилежне.

Ви завжди можете розраховувати на допомогу "Центру з протидії сексуальному насиллю" у Вашому районі.

"Центр з протидії сексуальному насиллю" має 16 відділень у всіх куточках країни. Отже, знайте, що, таким чином, Ви завжди можете розраховувати на гарну кваліфіковану допомогу, що надаватиметься Вам його спеціалістами і на яку Ви можете розраховувати у районі Вашого перебування. Якщо Ви зателефонуєте за нашим загальнонаціональним номером телефону, то спеціаліст кол-центру подбає про те, щоб Ви змогли дістатися до найближчого до Вас відділення закладу. Просимо, за необхідності, телефонувати нам за номером: **0800-0188**.

Ми готові відгукнутися на Ваші потреби і допомогти Вам у режимі 24/7!

Вам необхідна негайна допомога? Телефонуйте за номером **0800-0188** або ж зв'яжіться з нами за допомогою чату, скористувавшись посиланням: **www.chatmetcsg.nl**.



www.centrumseksueelgeweld.nl

"Центр з протидії сексуальному насиллю" ("Centrum Seksueel Geweld") працює для Вас!

Ми пропонуємо нашу професійну допомогу кожному, хто нещодавно пережив небажаний сексуальний досвід.

Ми готові відгукнутися на Ваші потреби у режимі

24 / 7

Просимо зателефонувати за номером телефону: **0800-0188**. Дзвінки безкоштовні (і приймаються в анонімному режимі)

Також Ви можете зв'язатися з нами за допомогою чату: **chatmetcsg.nl**. безкоштовно (і в анонімному режимі)

Медична допомога

Вам, напевно, відомо, що, у випадку сексуального насильства, жертва може заразитися захворюваннями, що передаються статевим шляхом (ЗПСШ), причому іноді жертва може бути ураженою тим чи іншим видом вищезазначених хвороб без того, щоб виявляти які б то не було ознаки або симптоми. Іноді наслідком злочину з застосуванням сексуального насилля можуть бути рани завдані жертві злочину, або ж наявні у неї больові відчуття. Також наслідком такого виду злочинів може стати вагітність жертви. У "Центрі з протидії сексуальному насиллю" медичний персонал закладу може допомогти Вам, провівши відповідний огляд та лікування.



Паула займається лікуванням людей, які мали небажаний сексуальний досвід.

Поради лікаря:

- Після події намагайтеся якнайшвидше сконтактуватися з представниками "Центру з протидії сексуальному насиллю".
- Прийміть пігулки екстреної контрацепції у випадку виникнення підозри на те, що Ви могли завагітніти.
- Дотримуйтеся нормального денного та нічного ритму життя.
- Дбайте про себе: вживайте здорову їжу та уникайте алкоголю і наркотиків.



Психологічна допомога

Сексуальне насилля є, безперечно, джерелом стресу, який проявляється такими симптомами, як повторювані проблемні переживання події у свідомості жертви, проблеми з концентрацією, розлад сну та прояви гніву. Також жертва сексуального насилля може відчувати депресію, почуття провини, сорому, а також мати проблеми сексуального характеру. Якщо подібного роду ознаки психологічних розладів не зникнуть самі собою упродовж місця, що слідує за днем небажаного сексуального досвіду/днем вчинення злочину сексуального характеру, це означає, що жертва злочину має проблеми з подоланням наслідків неприємної події, що сталася у її житті. У "Центрі з протидії сексуальному насиллю" Вам, за необхідності, може бути надана відповідна допомога, що допоможе подолати такі небажані наслідки злочину.



Шанталь – психолог, що спеціалізується на лікування жертв сексуального насилля.

Поради від психолога:

- Після події намагайтеся якнайшвидше ввійти у контакт з представниками "Центру з протидії сексуальному насиллю".
- Намагайтеся якомога швидше повернутися до Вашого нормального, звичайного життя.
- Пошукуйте підтримку у сім'ї або ж у колі друзів.
- Знайдіть для себе щось, що принесе Вам розраду.
- Говоріть про те, що з Вами сталося, або ж пишіть про це.
- Варто знати: все, що зараз Ви думаєте та відчуваєте є нормальним.

Юридична допомога

"Центр з протидії сексуальному насиллю" знаходиться у тісній співпраці з поліцією, тому, якщо Ви забажаєте, ми можемо залучити до розгляду Вашої справи відповідні поліцейські органи. Проте пам'ятайте і майте на увазі – це не відбувається автоматично. Компетентні органи поліції можуть, за необхідності, надати Вам свої пояснення в рамках інформативної співбесіди. Співробітники служби з підтримки жертв насилля "Допомога жертвам статевого насилля-Нідерланди" ("Slachtofferhulp Nederland") або ж адвокати, що спеціалізуються на такого роду справах, можуть надати Вам свою професійну допомогу у випадку їх залучення до Вашої справи.



Том спеціалізується на сексуальних злочинах, тобто кримінальних злочинах, що відбуваються з застосуванням насилля сексуального характеру.

Поради від поліції:

Лікар-криміналіст може віднайти на тілі жертви сліди сексуального насилля упродовж приблизно 7 днів, що слідує за днем вчинення насилля проти неї. Отже, Вам вкрай важливо звернутися за відповідною допомогою як можна скоріше після вчинення проти Вас злочину сексуального характеру, а також пам'ятати, що:

- якщо Ви стали жертвою сексуального насилля, у такому випадку Вам протипоказано приймати душ або вмиватися;
- Ви не можете чистити Ваші зуби;
- Не ходіть до туалету;
- Ви не повинні їсти або пити;
- Вам заборонено прати одяг. Краще всього збережіть його у паперовому пакеті для подальшої передачі компетентним органам.

CSG