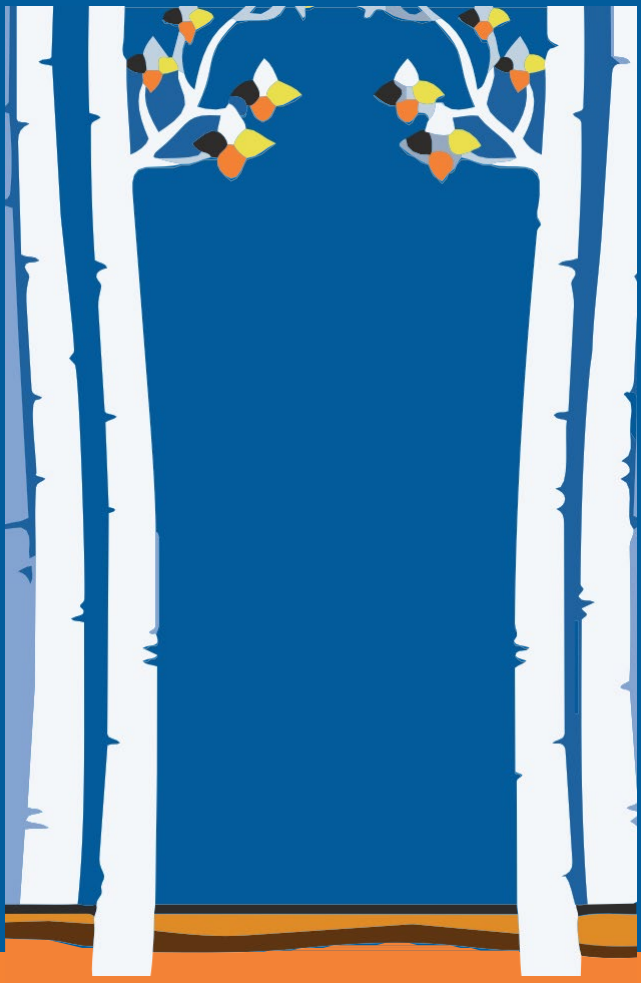


Де можна отримати допомогу для жертви сексуального насильства в Глостерширі

Дійсно з 2026 року

First Light

Gloucestershire Rape and Sexual Abuse Centre
here for you

GCS
GLOUCESTERSHIRE COUNSELLING SERVICE

HopeHouse
Sexual Assault Referral Centre

let's talk well

BARNARDO'S

Що таке сексуальне насильство?

Сексуальне насильство — це будь-який небажаний сексуальний акт або поведінка, що відбувається без згоди. Воно включає сексуальне насильство, домагання та примус і може охоплювати як фізичне, так і не фізичне сексуальне насильство.

Приклади фізичного сексуального насильства або зґвалтування:

- Небажані дотики або обмацування
- Зґвалтування або спроба зґвалтування (введення статевого члена у вагіну, анус або рот без вашої згоди)
- Сексуальне домагання (будь-які небажані дотики сексуального характеру, включаючи поцілунки, погладжування, притискання тощо, або введення будь-якого предмета чи частини тіла у вагіну чи анус без згоди)
- Сексуальне насильство над дітьми (будь-яка сексуальна діяльність, що відбувається в дитинстві)
- Сексуальне насильство з боку особи, яка займає авторитетну позицію (наприклад, вимагання сексуальних послуг в обмін на підвищення по службі або встановлення вчителем неналежних стосунків з учнем)
- Сексуальний примус або експлуатація (використання методів переконання або погроз з метою змусити вас вступити в будь-яку форму сексуальної поведінки)
- Сексуальне насильство в інтимних стосунках.

Приклади не фізичного сексуального насильства:

- Онлайн-грумінг (завоювання довіри з метою експлуатації дитини)
- Погрози оприлюднити зображення сексуального характеру
- Непристойна демонстрація тіла (демонстрація інтимних частин тіла без згоди)
- Вуайєризм (спостереження за іншими людьми, коли вони оголені або займаються сексуальною діяльністю)
- Сексуальні домагання або небажані повідомлення сексуального характеру
- Примус до перегляду порнографії
- Нав'язливі питання сексуального характеру
- Переслідування
- Погрози застосування сексуального насильства.

Доступна підтримка

Нижче наведено перелік організацій, до яких може звернутися жертва сексуального насильства, і вам НЕ ОБОВ'ЯЗКОВО подавати заяву в поліцію, щоб скористатися їхніми послугами.

HopeHouse
Sexual Assault Referral Centre

Веб-сайт: www.hopehouse.nhs.uk

Цілодобова гаряча лінія: 0300 421 8400

Електронна пошта: hopehouse.sarc@ghc.nhs.uk

Центр допомоги жертвам сексуального насильства «Hope House» (SARC) — це служба у графстві Глостершир, яка забезпечує конфіденційну емоційну та практичну підтримку, а також медичну допомогу всім, хто зазнав сексуального насильства або зґвалтування.

Підтримка надається з урахуванням індивідуальних потреб, і клієнти можуть самостійно обирати, в якому обсязі вони бажають користуватися цією послугою.

Направлення до центру SARC «Hope House» можна отримати через поліцію або інших фахівців. Особи також можуть звернутися безпосередньо до SARC, щоб домовитися про зустріч без залучення поліції. Крім того, SARC надає інформацію та підтримку друзям і членам родини.

Якщо ви або хтось із ваших знайомих зазнав сексуального насильства чи зґвалтування, будь ласка, зверніться до SARC за номером 0300 421 8400 через їхню цілодобову гарячу лінію. Щоб звернутись від імені іншої особи, спочатку необхідно отримати її згоду.

Якщо напад стався нещодавно, важливо зв'язатися з відповідними органами якомога швидше. Це може дати змогу зібрати докази на основі аналізу ДНК та задокументувати тілесні ушкодження. Ви також можете звернутися до лікаря-експерта з питань сексуальних злочинів щодо медичної допомоги.
Якщо напад стався більше 10 днів тому, ви все одно можете звернутися на гарячу лінію, яка працює цілодобово. У разі необхідності спеціалістам може бути запропоновано заповнити відповідну форму направлення до фахівця.

Веб-сайт: www.firstlight.org.uk/our-services/gloucestershire-isva-service/

Номер телефону: 01452 222352

Послуга ISVA доступна для всіх.

«First Light» та «Barnardo's» — це два партнерські організації, які співпрацюють, щоб забезпечити кожному, хто зазнав сексуального домагання чи насильства, доступ до необхідної підтримки.

Їхні послуги доступні для всіх:

Дітей, дорослих та людей будь-якої статі та етнічної приналежності.

Вам повірять, вас вислухають і підтримають.

Чим вони можуть вам допомогти?

Служба незалежних консультантів з питань сексуального насильства (ISVA) надає конфіденційну та незалежну підтримку особам, які нещодавно або в минулому зазнали сексуального домагання чи сексуального насильства та повідомили про цей випадок у поліцію.

Служба ISVA є незалежною від поліції та інших відомств.

Ця програма пропонує індивідуальну практичну та емоційну підтримку, але не є службою психологічного консультування.

Ваш незалежний консультант з питань сексуального насильства (ISVA) буде взаємодіяти від вашого імені з установами в рамках системи кримінального правосуддя та ширшою громадськістю з метою розробки індивідуального плану підтримки, що враховуватиме ваші особисті потреби та обставини.

Організації «First Light» та «Barnardo's» також надають підтримку особам, які ще не повідомили про інцидент, але розглядають можливі варіанти дій. Їхні незалежні консультанти з питань сексуального насильства (ISVA) обговорять з вами ваші варіанти та допоможуть зрозуміти, як вони можуть застосовуватися у вашій ситуації.

Допомога надається всім жертвам, у тому числі тим, хто зазнав сексуальних злочинів без фізичного контакту, таких як інтернет-знущання, непристойна демонстрація тіла або вуайєризм.

Незалежно від вашого досвіду, фахівці ISVA завжди готові вислухати вас, підтримати та надати пораду.



Веб-сайт: www.glosrasac.org

Номер телефону: 01452 305421

GRASAC (Центр допомоги жертвам зґвалтувань та сексуального насильства графства Глостершир) пропонує безпечні, конфіденційні та спеціалізовані послуги для людей будь-якої статі в графстві Глостершир, які зазнали сексуального насильства. Вони надають людям, які пережили травму, терапевтичну підтримку з урахуванням особливостей травматичного досвіду на будь-якому етапі їхнього шляху до одужання. Серед їхніх послуг — індивідуальна спеціалізована підтримка жертв сексуального насильства, робота зі стабілізації стану після травми, групові програми під керівництвом фахівців, онлайн-посібники з самодопомоги та навчальні курси.

Веб-сайт: www.gloscounselling.org.uk

Номер телефону: 01453 766310

Електронна пошта: info@gloscounselling.org.uk

У партнерстві з **Службою психологічного консультування Глостерширу** (GCS) вони також пропонують послуги з психологічного консультування та EMDR-терапії. Їхній підхід ґрунтується на співчутті, орієнтований на потреби тих, хто пережив травму, та спрямований на забезпечення безпеки й емоційного благополуччя. GRASAC приймає заявки через свій веб-сайт. Фахівці можуть направляти або надавати інформацію про відповідні послуги, а постраждалі також можуть звертатися самостійно, знаючи, що кожен отримає спеціалізовану, комплексну підтримку, адаптовану до його індивідуальних потреб.

Веб-сайт: www.letstalkwell.org.uk

Номер телефону: 01594 372777

Номер мобільного телефону: 07520 634063

Електронна пошта: hello@letstalkwell.org.uk

Консультування та підтримка для дітей та молоді віком від 9 до 25 років

Психологічна допомога: Зверніться до психологів по телефону, у текстовому чаті, а також безпосередньо через відеоконференцію або особисто у вашій школі чи коледжі, або в іншому зручному місці поблизу вашого місця проживання.

InTER-ACT: Серія з трьох онлайн-сесій у прямому ефірі, які допоможуть вам опанувати нові способи впоратися зі складними думками та почуттями, а також дізнатися, як приділяти більше часу тому, що для вас важливо.

Talk Well Chat: Зателефонуйте або напишіть у чаті привітним, кваліфікованим співробітникам команди з будь-якого питання, що вас турбує.

Сесія «Перший крок» (FSS): Одноразова сесія, орієнтована на пошук рішень — ідеальний вибір, якщо ви зіткнулися з конкретною проблемою і потребуєте допомоги, щоб з'ясувати, що саме ви хочете змінити або що робити далі.

Організація «Let's Talk Well» також надає підтримку батькам та опікунам у формі групових занять та гарячої лінії для батьків та опікунів.

Повідомлення про насильство

Ви можете повідомити про інцидент, зателефонувавши за номером екстреної служби **999** або за номером для неекстрених випадків **101**.

Відвідайте веб-сайт поліції графства Глостершир:
www.gloucestershire.police.uk

Кодекс практики щодо жертв (VCOP)

Усі жертви злочинів, незалежно від того, чи зверталися вони до поліції, чи ні, мають низку прав, які викладені в «Кодексі практики щодо жертв».
Детальнішу інформацію можна знайти тут:
https://www.victimsupport.org.uk/help-and-support/your-rights/victims-code/