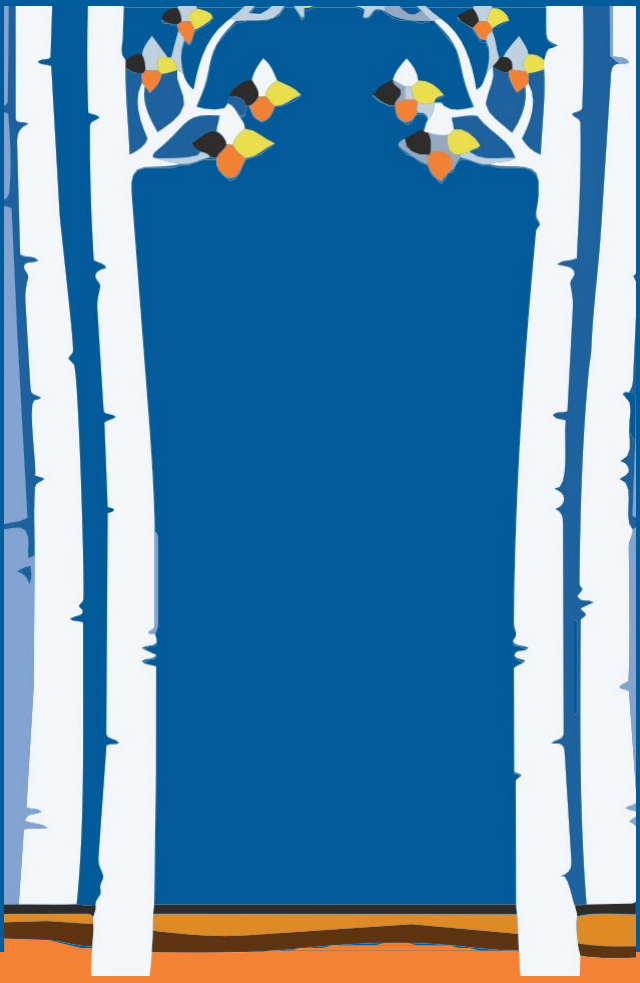


كيفية الحصول على الدعم لضحايا العنف الجنسي في جلوسترشير

سارٍ بداية من عام 2026

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

ما هو العنف الجنسي؟

العنف الجنسي هو أي فعل أو سلوك جنسي غير مرغوب فيه يحدث دون موافقة، ويشتمل ذلك على الاعتداء الجنسي والتحرش والإكراه، وقد يتضمن الإساءة الجنسية المشتملة على تلامس جسدي أو غير المشتملة عليه.

أمثلة الإساءة الجنسية المشتملة على تلامس جسدي أو الاغتصاب:

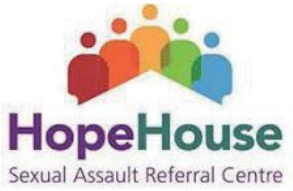
- اللمس أو التحسس غير المرغوب فيه
- الاغتصاب أو محاولة الاغتصاب (إدخال العضو الذكري في مهبلك أو شرجك أو فمك دون موافقتك)
- الاعتداء الجنسي (يشمل أي لمس غير مرغوب فيه بطريقة جنسية، بما في ذلك التقبيل أو المداعبة أو الضغط، وغير ذلك، أو إدخال أي شيء أو جزء من الجسد في مهبلك أو شرجك دون موافقتك)
- الإساءة الجنسية في مرحلة الطفولة (أي فعل جنسي يحدث خلال مرحلة الطفولة)
- الإساءة الجنسية من قِبل شخص في موقع سلطة (مثل طلب ممارسة الجنس مقابل ترقية، أو إقامة أحد المعلمين لعلاقة غير لائقة مع أحد الطلاب)
- الإكراه الجنسي أو الاستغلال الجنسي (استخدام أساليب الإقناع أو التهديد لإجبارك على المشاركة في أي نوع من السلوك الجنسي)
- العنف الجنسي في العلاقات الحميمة.

أمثلة الإساءة الجنسية غير المشتملة على تلامس جسدي:

- الاستدراج عبر الإنترنت (بناء الثقة بقصد استغلال أحد الأطفال)
- التهديد بنشر صور جنسية
- الفعل الفاضح (إظهار الأجزاء الجسدية الخاصة دون موافقة)
- التلصص (مراقبة الآخرين وهم عراة أو في أثناء ممارستهم نشاطًا جنسيًا)
- التحرش الجنسي أو الرسائل الجنسية غير المرغوب فيها
- الإكراه على مشاهدة محتوى إباحي
- الأسئلة الجنسية المتطفلة
- الملاحقة
- التهديد بالعنف الجنسي.

الدعم المتاح

فيما يلي قائمة بالجهات التي بإمكان ضحية العنف الجنسي اختيار التواصل معها. وللعلم، إبلاغك الشرطة ليس إلزاميًا إطلاقًا للاستفادة من خدماتها.



الموقع الإلكتروني: www.hopehouse.nhs.uk

خط المشورة على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع:

0300 421 8400

البريد الإلكتروني: hopehouse.sarc@ghc.nhs.uk

إن مركز الإحالة بخصوص الاعتداء الجنسي في هوب هاوس (Hope House Sexual Assault Referral Centre, SARC) يقدم خدمة سرية في جلوسترشير للدعم النفسي والعملي إلى جانب الرعاية الطبية لكل شخص تعرض للاعتداء جنسي أو الاغتصاب.

تم إعداد الدعم بما يناسب الاحتياجات الفردية، وبإمكان المستفيدين اختيار مقدار الخدمة التي يرغبون في الحصول عليها.

يمكن إجراء الإحالات إلى مركز SARC في هوب هاوس عن طريق الشرطة أو غيرها من الجهات المتخصصة. كما يُتاح للأشخاص التواصل مع مركز SARC مباشرةً لتحديد موعد دون تدخل الشرطة. كما يقدم مركز SARC المعلومات والدعم للأصدقاء وأفراد الأسرة.

إذا تعرضت أنت أو أي شخص من معارفك لاعتداء جنسي أو اغتصاب، يُرجى التواصل مع مركز SARC على 0300 421 8400 من خلال خط المشورة المتاح على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع. يجب الحصول على موافقة الشخص المعني أولًا قبل الإحالة نيابةً عن شخص آخر.

من المهم التواصل في أقرب فرصة في حال حدوث الاعتداء حديثًا؛ حيث يتيح ذلك تجميع أدلة الحمض النووي DNA وتوثيق الإصابات. يُنصح أيضًا باستشارة أحد الفاحصين المختصين بالجرائم الجنسية بشأن الرعاية الطبية.

في حال حدوث الاعتداء منذ أكثر من 10 أيام، فيظل بإمكانك الاتصال بخط المشورة المتاح على مدار الساعة وطوال أيام الأسبوع. قد يُطلب من المتخصصين ملء استمارة إحالة متخصصة عند الاقتضاء.

الموقع الإلكتروني: www.firstlight.org.uk/our-services/gloucestershire-isva-service/

رقم الهاتف: 01452 222352

خدمة ISVA متاحة للجميع.

إن First Light وBarnardo’s عبارة عن شراكة للتعاون على ضمان حصول الأشخاص المتأثرين بالإساءة الجنسية أو العنف الجنسي على الدعم الذي يحتاجون إليه.

تُتاح خدماتهم لجميع الفئات التالية:

الأطفال والبالغون، وجميع الأشخاص من مختلف الأجناس والأعراق.

ستجدون من يصدقكم ويستمع إليكم ويدعمكم.

كيف يمكنهم مساعدتكم؟

إن خدمة مستشار العنف الجنسي المستقل (ISVA) تقدم دعمًا سريًا ومستقلًا للأشخاص الذين تعرضوا لإساءة جنسية أو عنف جنسي، سواءً كان ذلك حديثًا أو في الماضي، وأبلغوا الشرطة بالواقعة.

خدمة ISVA مستقلة عن الشرطة والجهات الأخرى.

كما أنها تقدم دعمًا عمليًا ونفسيًا فرديًا، ولكنها ليست خدمة للإرشاد النفسي.

سيتواصل مستشار العنف الجنسي المستقل (ISVA) المنوط بحالتك نيابةً عنك مع الجهات العاملة في منظومة العدالة الجنائية والمجتمع الأوسع لإعداد خطة دعم مصممة وفقَ احتياجاتك وظروفك الفردية.

كما أن شراكة First Light وBarnardo’s تدعم الأشخاص الذين لم يبلغوا عن واقعة ولكنهم ينظرون في الخيارات المناسبة لهم. مستشارو العنف الجنسي المستقلون سيناقشون خياراتك معك ويساعدونك على فهم كيفية انطباقها على موقفك المعني.

الدعم متاح لجميع الناجين والناجيات، بما في ذلك من تعرضوا لجرائم جنسية لا تشمل تلامسًا جسديًا، مثل الإساءة من خلال الإنترنت أو الفعل الفاضح أو التلصص.مهما كانت طبيعة معاناتك، فإن مستشار العنف الجنسي المستقل (ISVA) متاح للاستماع إليك ودعمك وإرشادك.



Gloucestershire Rape and Sexual Abuse Centre
here for you

الموقع الإلكتروني: www.glosrasac.org

رقم الهاتف: 01452 305421

إن مركز جلوسترشير لمكافحة الاغتصاب والإساءة الجنسية (Gloucestershire Rape and Sexual Abuse Centre, GRASAC) يقدم خدمة آمنة وسرية ومتخصصة لجميع الأشخاص المتعرضين للعنف الجنسي في جلوسترشير. كما يقدم المركز دعمًا علاجيًا يراعي الصدمات النفسية للناجين والناجيات في أي مرحلة خلال مسار التعافي. هذا وتشتمل خدماته على الدعم المتخصص الفردي بخصوص العنف الجنسي، وأعمال تعزيز الاستقرار النفسي بعد الصدمة، وبرامج المجموعات الميسَّرة، وأدلة المساعدة الذاتية عبر الإنترنت، والتدريب.

GCS
GLOUCESTERSHIRE COUNSELLING SERVICE

الموقع الإلكتروني:

www.gloscounselling.org.uk

رقم الهاتف: 01453 766310

البريد الإلكتروني: info@gloscounselling.org.uk

أيضًا، وبالشراكة مع خدمة جلوسترشير للإرشاد النفسي (Gloucestershire Counselling Service, GCS)، يتيح المركز الحصول على خدمات الإرشاد النفسي والعلاج بحركات العين لإزالة الحساسية وإعادة المعالجة (EMDR). يتسم نهجهم بأنه قائم على التعاطف ويتولى قيادته الناجون ويضع التعافي النفسي والسلامة في صدارة أولوياته. يقبل مركز GRASAC الإحالات من خلال موقعه الإلكتروني. بإمكان المتخصصين الإحالة أو التوجيه إلى الخدمة، كما يمكن للناجين والناجيات إحالة أنفسهم، مع العلم أن الجميع سيحصلون على دعم متخصص وشامل يناسب احتياجاتهم الفردية.

let's talk Well

الموقع الإلكتروني: www.letstalkwell.org.uk

رقم الهاتف: 01594 372777

رقم الهاتف المحمول: 07520 634063

البريد الإلكتروني: hello@letstalkwell.org.uk

خدمات الإرشاد النفسي والدعم لمن تتراوح أعمارهم بين 9 أعوام و25 عامًا

الإرشاد النفسي: التحدث مع المستشارين من خلال الهاتف أو المحادثة النصية، أو من خلال فيديو مباشر أو وجهًا لوجه، وذلك في مدرستك أو كليتك أو في مكان مناسب آخر بالقرب من مكان إقامتك.

InTER-ACT: سلسلة تتكون من ثلاث جلسات مباشرة عبر الإنترنت تساعدك على تعلم طرق جديدة للتعامل مع الأفكار والمشاعر الصعبة، إضافة إلى المزيد مما يهمك.

محادثات Talk Well Chat: للاتصال بأعضاء فريقهم المدرَّبين والودودين أو مراسلتهم مباشرةً بشأن أي أمر يزعجك.

جلسة الخطوة الأولى (First Step Session, FSS): جلسة واحدة تركز على الحلول – وهي خيار مثالي في حال مواجهتك مشكلة محددة ورغبتك في تلقي المساعدة على تحديد ما تريد تغييره أو ما ينبغي فعله كخطوة مقبلة.

كما تقدّم Let's Talk Well الدعم لأولياء الأمر ومقدمي الرعاية من خلال العمل الجماعي وخط مساعدة مخصص لأولياء الأمر ومقدمي الرعاية.

الإبلاغ عن اعتداء

يمكنك تقديم بلاغ عن طريق الاتصال برقم الطوارئ 999 أو برقم الحالات غير الطارئة 101.

يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني لشرطة جلوسترشير.
www.gloucestershire.police.uk

مدونة قواعد الممارسة المعنية بضحايا الجرائم (Victims Code of Practice, VCOP)

يتمتع جميع ضحايا الجرائم، سواءً أبلغوا الشرطة أو لم يبلغوا، بمجموعة من الحقوق المنصوص عليها في مدونة قواعد الممارسة المعنية بضحايا الجرائم.

يمكن الاطلاع على التفاصيل هنا:
https://www. victimsupport.org.uk/help-and-support/your-rights/victims-code/