



Website: www.glosrasac.org

Telefon: 01452 305421

GRASAC (Centrul pentru viol și abuzuri sexuale Gloucestershire) oferă un serviciu sigur, confidențial și specializat persoanelor de orice sex care au fost victime ale violenței sexuale. Ei oferă victimelor sprijin terapeutic bazat pe înțelegerea traumei în orice etapă a procesului de vindecare. Serviciile includ: sprijin individual specializat pentru victimele violenței sexuale, intervenții de stabilizare a traumei, programe de grup, ghiduri online de auto-ajutor și programe de formare.



Website: www.gloscounselling.org.uk

Telefon: 01453 766310

E-mail: info@gloscounselling.org.uk

În parteneriat cu **Serviciul de Consiliere Gloucestershire** (GCS), ei oferă acces la consiliere și terapie EMDR. Abordarea empatică, centrată pe victimă și orientată către siguranță și bunăstare emoțională. Se acceptă trimiteri prin intermediul website-ului. Profesioniștii pot face trimiteri sau îndruma persoanele către serviciu, iar victimele se pot adresa și personal, primind un sprijin adaptat nevoilor lor individuale.



Website: www.letstalkwell.org.uk

Telefon: 01594 372777

Mobil: 07520 634063

E-mail: hello@letstalkwell.org.uk

Consiliere și sprijin pentru tineri cu vârste între 9 și 25 de ani

Consiliere: Puteți discuta cu consilieri prin telefon, prin chat text sau prin video ori față în față la școala sau colegiul dvs. sau într-un alt loc potrivit din apropierea domiciliului.

INTEr-ACT: O serie de trei sesiuni online live care vă pot ajuta să învățați noi modalități de gestionare a gândurilor și emoțiilor dificile și să faceți mai multe lucruri importante pentru dvs.

Talk Well Chat: Apelați sau trimiteți mesaje live membrilor prietenoși și instruiți ai echipei despre orice vă preocupă.

First Step Session (FSS): O sesiune unică orientată spre soluții - o opțiune ideală dacă vă confrunțați cu o problemă specifică și doriți ajutor pentru a stabili ce doriți să se schimbe sau care ar fi următorii pași.

Let's Talk Well oferă, de asemenea, sprijin pentru părinți și îngrijitori prin activități de grup și o linie telefonică dedicată.

Raportarea unei agresiuni

Puteți face o sesizare apelând numărul de urgență **999** sau numărul non-urgență **101**.

Vizitați website-ul Gloucestershire Constabulary:
www.gloucestershire.police.uk

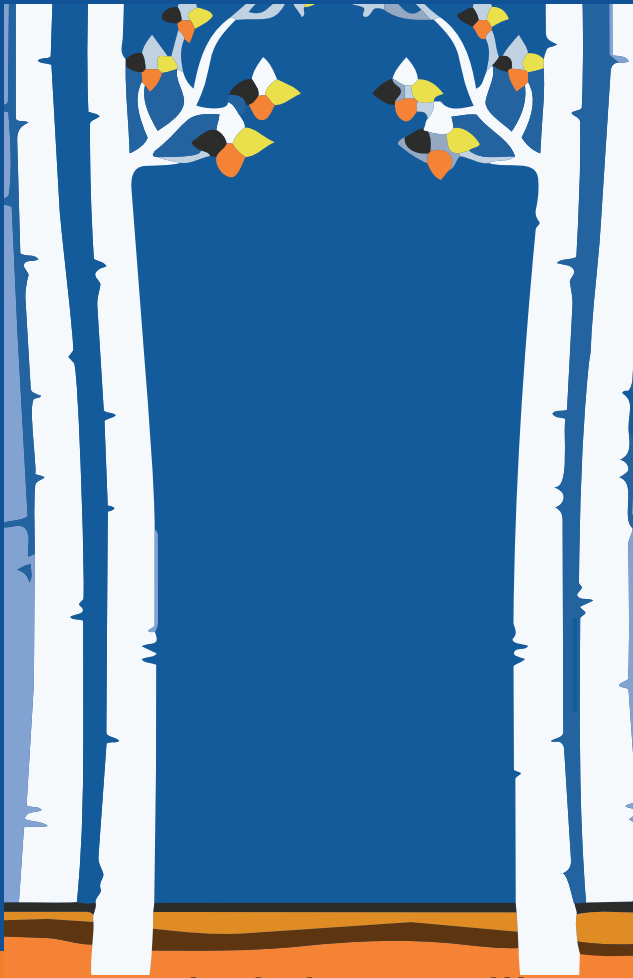


Codul bunelor practici pentru victime (VCOP)

Toate victimele infracțiunilor, indiferent dacă au raportat sau nu incidentul la poliție, au o serie de drepturi stabilite în VCOP.

Detalii pot fi găsite aici: <https://www.gov.uk/government/publications/the-code-of-practice-for-victims-of-crime/code-of-practice-for-victims-of-crime-in-england-and-wales-victims-code>





Unde puteți obține sprijin pentru o victimă a violenței sexuale în Gloucestershire

Valabil din 2026

First Light



Gloucestershire Rape
and Sexual Abuse Centre
here for you

GCS
GLOUCESTERSHIRE
COUNSELLING SERVICE



HopeHouse
Sexual Assault Referral Centre

let's
talkwell
BARNARD'S

Ce este violența sexuală?

Violența sexuală reprezintă orice act sau comportament sexual nedorit care are loc fără consimțământ. Aceasta include agresiunea sexuală, hărțuirea și constrângerea și poate include abuz sexual cu contact sau fără contact.

Exemple de abuz sexual cu contact sau viol:

- Atingeri nedorite sau pipăit
- Viol sau tentativă de viol (introducerea penisului în vagin, anus sau gură fără consimțământul dvs.)
- Agresiune sexuală (orice atingere nedorită cu caracter sexual, inclusiv sărutări, mângâieri, pipăit etc., sau introducerea oricărui obiect ori a unei părți a corpului în vagin sau anus fără consimțământ)
- Abuz sexual în copilărie (orice activitate sexuală care are loc atunci când sunteți copil)
- Abuz sexual comis de o persoană aflată într-o poziție de autoritate (de exemplu solicitarea de relații sexuale în schimbul unei promovări sau dezvoltarea unei relații nepotrivite între un profesor și un elev)
- Constrângere sau exploatare sexuală (utilizarea tehnicilor persuasive sau a amenințărilor pentru a vă determina să participați la orice tip de comportament sexual)
- Violență sexuală în relațiile intime.

Exemple de abuz sexual fără contact:

- Racolare online (câștigarea încrederii cu intenția de a exploata un copil)
- Amenințări cu distribuirea de imagini sexuale
- Expunere indecentă (arătarea părților intime ale corpului fără consimțământ)
- Voyeurism (privitul altor persoane atunci când sunt dezbrăcate sau când desfășoară activități sexuale)
- Hărțuire sexuală sau mesaje sexuale nedorite
- Constrângerea de a viziona pornografie
- Întrebări sexuale intruzive
- Hărțuire obsesivă
- Amenințări cu violență sexuală.

Srijin disponibil

Mai jos se află o listă de organizații la care o victimă a violenței sexuale poate apela, iar pentru a beneficia de serviciile acestora NU este necesar să faceți o plângere la poliție.



Website: www.hopehouse.nhs.uk

24/7 Linie de consiliere: 0300 421 8400

E-mail: hopehouse.sarc@ghc.nhs.uk

Hope House Sexual Assault Referral Centre (SARC) este un serviciu confidențial din Gloucestershire care oferă sprijin emoțional și practic, precum și îngrijire medicală, persoanelor care au fost victime ale agresiunii sexuale sau violului.

Sprijinul este adaptat nevoilor individuale, iar beneficiarii pot alege să utilizeze serviciile în măsura în care doresc.

Trimiterile către Hope House SARC pot fi făcute prin intermediul Poliției sau al altor profesioniști. De asemenea, persoanele pot contacta direct centrul SARC pentru a programa o întâlnire fără implicarea Poliției. SARC oferă, de asemenea, informații și sprijin prietenilor și membrilor familiei.

Dacă dvs. sau o persoană cunoscută ați fost victime ale agresiunii sexuale sau ale violului, vă rugăm să contactați SARC la numărul 0300 421 8400 prin linia de consiliere disponibilă 24/7. Pentru a face o trimitere în numele altei persoane, trebuie mai întâi să obțineți consimțământul acesteia.

Dacă agresiunea a avut loc recent, este important să luați legătura cât mai curând posibil. Acest lucru poate permite colectarea probelor ADN și documentarea leziunilor. De asemenea, puteți discuta cu un medic specialist în examinarea infracțiunilor sexuale cu privire la îngrijirea medicală. Dacă agresiunea a avut loc cu mai mult de 10 zile în urmă, puteți totuși să contactați linia de consiliere 24/7. Profesioniștii pot fi rugați, acolo unde este cazul, să completeze un formular de trimitere profesională.

First Light

BARNARDO'S

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

Telefon: 01452 222352

Serviciul ISVA este deschis tuturor.

First Light și Barnardo's colaborează pentru a se asigura că orice persoană afectată de abuz sau violență sexuală poate accesa sprijinul de care are nevoie.

Serviciul lor este destinat tuturor:

Copiii, adulților și persoanelor de orice sex și etnie.

Veți fi crezuți, ascultați și sprijiniți.

Cum puteți fi ajutați?

Serviciul de consiliere independentă pentru victimele violenței sexuale (ISVA) oferă sprijin confidențial și independent persoanelor care au fost victime ale abuzului sau violenței sexuale recente sau din trecut și care au raportat incidentul la poliție.

Serviciul ISVA este independent de poliție și de alte agenții.

Acesta oferă sprijin practic și emoțional individual, însă nu reprezintă un serviciu de consiliere psihologică.

Consilierul ISVA va colabora, în numele dvs., cu instituțiile din cadrul sistemului de justiție penală și cu alte organizații din comunitate pentru a dezvolta un plan de sprijin adaptat nevoilor și circumstanțelor dvs.

First Light și Barnardo's oferă sprijin și persoanelor care nu au raportat incidentul, dar care își analizează opțiunile. Consilierii ISVA vă pot explica opțiunile disponibile și modul în care acestea se pot aplica situației dvs.

Sprijinul este disponibil pentru toți supraviețuitorii, inclusiv pentru cei care au fost victime ale unor infracțiuni sexuale fără contact, precum abuzul online, expunerea indecentă sau voyeurismul.

Indiferent de experiența dvs., consilierul independent pentru victimele violenței sexuale (ISVA) este aici pentru a vă asculta, sprijini și ghida.