

THE
JOURNEY
PROJECT

الاعتداء الجنسي
الأخير

دليل للناجين

فبراير 2024

إذا اطّلع على هذا الكتيب بعد تعرضك لاعتداء جنسي، فاعلم أنك لست وحدك. هناك أشخاص مخلصون ومهتمون موجودون هنا لمساعدتك ودعمك. كن لطيفًا ومتفهمًا مع نفسك. اعلم أن الاعتداء الجنسي لم يكن خطأك.

لست وحدك.

أنت لست المسؤول.

أنت لست الملام!

أنت جدير.

أنت قوية.

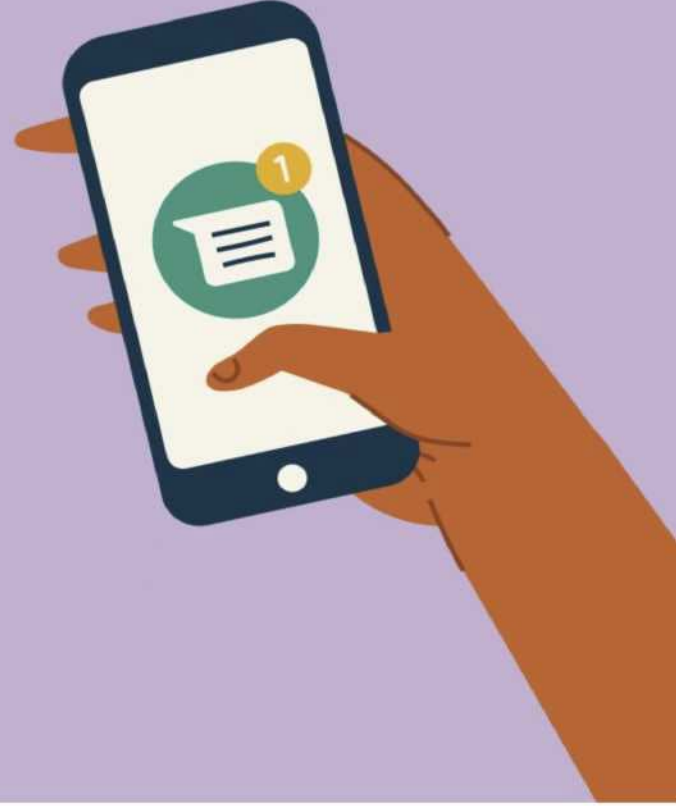
قد يكون طلب العناية الطبية بعد الاعتداء الجنسي أمرًا مخيفًا غامرًا. يوفر هذا المورد معلومات وإجابات على بعض الأسئلة الشائعة عن خيارات الرعاية الطبية والدعم في أعقاب الاعتداء الجنسي.

وهذه المعلومات عامة بطبيعتها ولا تشكل مشورة قانونية.

رقم الهاتف: 1-709-722-2805
الرقم المجاني/خدمات ترحيل الفيديو 1-833-722-2805 (VRS)
الرسائل النصية: 709-986-2801
البريد الإلكتروني: support@journeyprojectnl.com

www.journeyproject.ca
X: @JOURNEY_NL
فيسبوك: @THEJOURNEYPROJECTNL
إنستغرام: @JOURNEYPROJECTNL

| | |
|-------|------------------------------------|
| 4 | ب معرفتها |
| | |
| 5 | الشائعة |
| | |
| 5 | الاستجابة غير مفيدة |
| | |
| 5 | على رعاية طبية |
| | |
| 6 | نقص الاعتداء الجنسي |
| | |
| 7 | ممكن توقعه في المستشفى |
| | |
| 7 | أوعين |
| | |
| 8 | أدلة الاعتداء الجنسي (SAEK) |
| | |
| 9 | ثانعة |
| | |
| 10 | دعم شخصًا تعرض لاعتداء جنسي مؤخرًا |



أشياء يجب معرفتها

إذا كنت في خطر مباشر أو حالة طوارئ، فاتصل بالرقم 911.

يشترط على مرفق الرعاية الصحية في نيوفاوندلاند ولابرادور الاتصال بالشرطة إذا تعرض مريض للاعتداء الجنسي وكان عمره أقل من 18 عامًا، أو كان بالغًا ضعيفًا في حاجة إلى الحماية، أو إذا أصيب المريض بعيار ناري أو طعنة. قد تكون هناك ظروف أخرى يُطلب فيها من موظفي المستشفى إبلاغ الشرطة. يُرجى الاتصال بغرفة الطوارئ في المستشفى للحصول على مزيد من المعلومات.

اعتمادًا على المكان الذي تعيش فيه في نيوفاوندلاند ولابرادور، قد تبدو عملية طلب الرعاية الطبية المتعلقة بالاعتداء الجنسي مختلفة.

المشاعر الشائعة

لا توجد طريقة صحيحة أو خطأ للشعور بعد الاعتداء الجنسي. هناك مجموعة كبيرة من المشاعر والأحاسيس التي قد تمر بها. ومهما كانت حالتك فشعورك صحيح.

وقد تشمل بعض المشاعر الشائعة الغضب أو الارتباك أو الخوف أو الشعور أو لوم الذات أو انعدام أو العجز أو اليأس. قد تشعر بالهدوء أو قد تشعر بالإرهاق. قد تشعر بالارتباك أو اليقظة. قد تشعر بالخدر. قد تواجه كل هذه الأشياء أو لا تواجه أيًا منها. وهو ليس بأي حال من الأحوال مؤشر على درجة الضرر الذي تعرضت له.

لم تفعل أي شيء على الإطلاق تسبب في الاعتداء. إن ما جرى لك ليس خطوك.

متى تكون الاستجابة غير مفيدة

إذا قررت أنك تريد إخبار شخص ما عن الاعتداء، فقد تؤثر طريقة استجابته على شفائك وتجربتك. ونعلم أن العديد من الناجين يعانون مما يسمى "إصابة ثانوية". الإصابة الثانوية هي أي رد فعل على الكشف الذي يلقي باللوم على الناجي، أو يلحق به العار أو الضرر بأي شكل من الأشكال. قد تجعلك هذه الاستجابة تشعر أن ما حدث كان خطأك أو شيئاً يجب أن تخجل منه - والأمر ليس كذلك.

لا يهم ما الذي كنت ترتديه، ولا يهم إذا كنت تتعاطى المخدرات أو الكحول، أو إذا كانت لديك علاقة حميمة مع الشخص الذي اعتدى عليك. لا أحد لديه الحق في الاعتداء عليك جنسياً - على الإطلاق.

أنت تستحق في أن تحظى بمن يسمعك ويؤمن بك ويدعمك.

الحصول على رعاية طبية

لديك دائماً الحق في الحصول على رعاية طبية، بغض النظر عن وقت حدوث الاعتداء.

إذا كنت قد تعرضت للاعتداء الجنسي، فقد تفضل مراجعة أخصائي رعاية صحية لمعالجة مخاوفك الطبية أو إصاباتك أو الأسئلة التي تدور بذهنك. هناك العديد من المخاوف الطبية التي يجب أن تكون على دراية بها بما في ذلك احتمالية الإصابة الجسدية والأمراض المنقولة جنسياً والحمل. قد تكون الإصابات الجسدية داخلية أو غير مرئية مباشرة بعد الاعتداء.

عند طلب الرعاية الطبية، يلزم الحصول على موافقتك المستنيرة. لاتخاذ قرار مستنير، هناك بعض الأشياء التي يجب شرحها لك. تتضمن هذه نوع الخدمة المقدمة؛ وحدود السرية المحددة بوضوح؛ وشرح مخاطر/فوائد المشاركة؛ وشرح المخاطر/الفوائد المترتبة على عدم المشاركة؛ وإخبارك بكيفية تسجيل معلومات المريض/العميل، ومن يمكنه رؤيتها أو الوصول إليها.

كل قرار تتخذه هو قرارك.



ممرضة فحص الاعتداء الجنسي

اعتمادًا على المكان الذي تعيش فيه في المقاطعة، قد تضم بعض المستشفيات برنامج ممرضة فحص الاعتداء الجنسي (SANE). ممرضة فحص الاعتداء الجنسي، أو ممرضة الطب الشرعي، هي ممرضة مسجلة مدربة بشكل خاص على إجراء تقييمات شاملة وموضوعية للمرضى الذين تعرضوا لاعتداء جنسي.

وقد تضم بعض المستشفيات في نيوفاوندلاند ولابرادور موظفين تلقوا تدريبًا متقدمًا، أو قد يكون هناك طاقم عمل بدون تدريب متقدم. وإذا كان هذا هو الحال، فقد تكون لدى بعض المستشفيات القدرة على نقلك إلى أقرب مستشفى لتقوم ممرضة مدربة بفحصك.

تدير مستشفى سانت كليز ميرسي في سانت جون برنامج ممرضة فحص الاعتداء الجنسي (SANE) من خلال إيسترن هيلث. والبرنامج متاح للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 18 عامًا وممن تعرضوا للاعتداء الجنسي. حتى إذا كنت لا تعيش في سانت جون، يمكن للأفراد من أي مكان في المقاطعة الذهاب إلى موقع برنامج ممرضة فحص الاعتداء الجنسي التابع لمستشفى سانت كليز ميرسي وتلقي المعاينة.

يتوفر لدى مستشفى ويسترن ريجيونال ميموريال ممرضات مدربات من برنامج ممرضة فحص الاعتداء الجنسي.

مستشفى سانت كليز ميرسي
Lemarchant Rd, St. John'S NL A1C 5B8 154

قسم الطوارئ: 709-777-5502 الخط المباشر لبرنامج ممرضة
فحص الاعتداء الجنسي (SANE): 5865-777-708 (متاح خلال
ساعات العمل)

مستشفى ويسترن ريجيونال ميموريال
Brookfield Avenue Corner Brook, NL A2H 6J7 1

قسم الطوارئ: 709-784-5524

ما الذي يمكن توقعه في المستشفى

عند وصولك إلى المستشفى، سيتم فحصك للتحقق من حاجتك لأي احتياجات طبية طارئة أو إصابات رضية. قد تنتظر في المستشفى لبعض الوقت، ومن ثم قد ترغب في إحضار شخص للدعم أو عنصر (عناصر) للراحة.



دعم المتطوعين

يمكن للمتطوع من مركز إنهاء الاعتداء الجنسي في نيوفاوندلاند ولابرادور (ESV NL) مرافقتك إلى برنامج ممرضة فحص الاعتداء الجنسي في مستشفى سانت كليرز على مدار 24 ساعة في اليوم، 7 أيام في الأسبوع. يمكنك طرح أسئلة حول برنامج ممرضة فحص الاعتداء الجنسي، وطلب مرافقة، ومناقشة احتياجات النقل أو إمكانية الوصول من خلال التواصل مع أحد متطوعي مركز إنهاء الاعتداء الجنسي في نيوفاوندلاند ولابرادور (ESV NL).

ولا ينبغي عليك الخوض في هذه العملية بمفردك.

للتواصل مع أحد المتطوعين، تواصل مع خط الدعم والمعلومات الخاص بمركز إنهاء الاعتداء الجنسي في نيوفاوندلاند ولابرادور (ESV NL) على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع:

اتصل بالرقم: 1-800-726-2743

الرسائل النصية: 1-800-726-2743 (الاثنين والأربعاء من الساعة 2:00 إلى 8:00 مساءً والجمعة من الساعة 12:00 إلى 8:00 مساءً)

تقوم الاستجابة للاعتداء الجنسي والمناصرة (SARA) بتشغيل خط استجابة هاتفية على مدار 24 ساعة يقدم الدعم والمعلومات للأشخاص في كورنر بروك والمناطق المحيطة بها الذين تعرضوا للاعتداء الجنسي. يقدم المتطوعون مع الاستجابة للاعتداء الجنسي والمناصرة (SARA) خدمات شاملة وأساسية للأفراد المحليين الذين تتراوح أعمارهم بين 16 وما فوق. يمكن للمتطوعين توفير المرافقة إلى المستشفى ومركز الشرطة.

للاتصال: HELP (3257)-216-709
الرسائل النصية: HELP (3257)-216-709

مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي (SAEK)

قد ترغب في الحصول على مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي. يستخدم المتخصصون في الرعاية الصحية مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي لجمع أدلة الطب الشرعي بعد الاعتداء الجنسي. لا توجد مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي لدى كل مستشفى في نيوفاوندلاند ولابرادور في الموقع. ومع ذلك، يجب أن يكون المستشفى قادرًا على الحصول على مجموعة من أقرب مفرزة لشرطة الخيالة الكندية الملكية (RCMP) أو شرطة نيوفاوندلاند الملكية (RNC).

إذا كان هناك شيء لست متأكدًا منه أو لست مرتاحًا له، فيحق لك طرح الأسئلة أو أخذ قسط من الراحة أو الرفض. يجب على أخصائي الرعاية الصحية شرح كل خطوة خلال كامل العملية، والتوقف مؤقتًا أو أخذ استراحة عندما تحتاج إليها، والإجابة على أي أسئلة قد تكون لديك. يمكنك اختيار إكمال بعض أجزاء الاختبار وليس أجزاء أخرى. وتعتبر مسؤولاً عن أجزاء الاختبار التي توافق عليها.

جمع الأدلة

قد يشمل جمع أدلة الطب الشرعي طرقًا مختلفة للبحث عن الإصابات أو جمع العينات التي يمكن استخدامها كدليل. كما أن كيفية جمع الأدلة قد تتوقف على المعدات المتاحة في المستشفى، ومستوى التدريب الذي تلقاه أخصائي الرعاية الصحية.

وقد تشمل مجموعة الأدلة جمع الملابس التي كنت ترتديها أثناء الاعتداء، وجمع البقايا والمواد الغريبة، والتقاط الصور والمسحات وعينات الدم والبول، إلخ. قد ترغب في إحضار ملابس بديلة معك، في حالة أخذ الملابس التي ترتديها كدليل.

قد يسألك أخصائي الرعاية الصحية عما إذا كنت مرتاحًا للاختبارات التالية: الجسدية أو الحوض أو الأعضاء التناسلية أو الشرج. يمكنك اختيار إجراء أحد هذه الاختبارات أو بعضها أو عدم إجراء أي منها. قد يستخدم أخصائي الرعاية الصحية ضوءًا خاصًا يسمى مصدر الضوء البديل (ALS)، إذا كان متاحًا، لإمكانية استخدامه في البحث عن سوائل الجسم أو الكدمات.

من الأفضل جمع الأدلة في غضون خمسة أيام من الاعتداء. يُحتمل أن تُعطى أدوية لمنع الحمل والأمراض الشائعة المنقولة عن طريق الاتصال الجنسي (مثل السيلان والكلاميديا).

لجمع الأدلة، يوصى الامتناع عن القيام بأي مما يلي:

- أخذ دش أو الاستحمام
- تغيير ملابسك أو التخلص منها
- الأكل أو الشرب
- تفريش أسنانك
- غسل يديك
- تسريح شعرك
- إتلاف مكان حدوث الاعتداء

ومع ذلك، لا بأس إذا كنت قد فعلت أيًا من هذه الأشياء - فأنت لم ترتكب أي خطأ. غالبًا ما يرغب العديد من الناجين في الاستحمام وتغيير وتنظيف أسنانهم بعد وقوع الاعتداء، وهذا لا يعني أنه لا يمكن إجراء الفحص وجمع الأدلة.

ما هي المدة التي سيتم فيها تخزين مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي الخاصة بي؟

هذا يعتمد على مجريات الأمور. قد تكون لبعض المستشفيات القدرة على الاحتفاظ بمجموعة أدلة الاعتداء الجنسي في الموقع، بينما سيقوم البعض الآخر بإرسال مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي إلى أقرب مفرزة لشرطة الخيالة الكندية الملكية أو شرطة نيوفاوندلاند الملكية لحفظها.

يمكن لشرطة الخيالة الكندية الملكية حفظ مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي إلى أجل غير مسمى. ومع ذلك، يجب على شرطة الخيالة الكندية الملكية إرفاق تسمية بمجموعة أدلة الاعتداء الجنسي من أجل حفظها. لست مطالبًا بتقديم إفادة، ولكن مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي أصبحت في عهدة الشرطة، ويتم الآن إنشاء ملف.

في سانت جونز، يمكن لشرطة نيوفاوندلاند الملكية تخزين مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي إلى أجل غير مسمى. وعادةً ما تُحفظ المجموعة الخاصة بك بشكل مجهول؛ ويتم إرفاق رقم الملف بمجموعة أدلتك، ولكن لا يتم إعطاء أي من معلوماتك التعريفية إلى الشرطة.

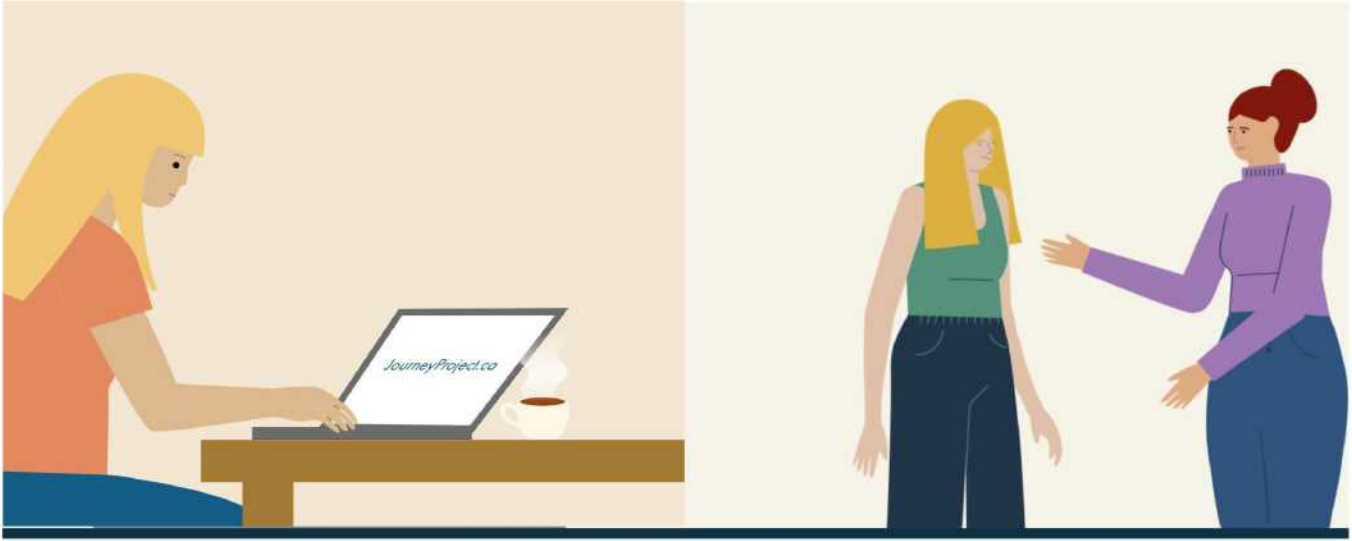
هل هناك حد زمني لإبلاغ الشرطة بالاعتداء الجنسي؟

لا. لا يوجد حد زمني لإبلاغ الشرطة عن اعتداء جنسي. إذا غيرت رأيك في تاريخ لاحق، فلا يزال بإمكانك الإبلاغ.

هل يمكن لـ The Journey Project أن يدعمني؟

بالتأكيد. يتوفر The Journey Project لأي شخص تعرض لاعتداء جنسي ويقوم بعملية قانونية أو يتساءل عن الخيارات القانونية المتاحة أمامه. قد يشمل ذلك عملية مجموعة أدلة الاعتداء الجنسي وأي دعم مستمر قد تحتاجه.





إذا كنت تدعم شخصًا تعرّض
لاعتداء جنسي مؤخرًا

تأكد من أن الشخص الذي تدعمه آمن وليس معرضًا لخطر مباشر أو يحتاج إلى رعاية طبية طارئة.

سواء كنت صديقًا أو أحد أفراد العائلة أو مقدم خدمة يدعم شخصًا تعرّض للاعتداء الجنسي، فهناك أدوات وموارد متاحة لك. موظفونا جاهزون للإجابة على أي أسئلة قد تكون لديك، وتقديم المعلومات والموارد الداعمة.

إذا أخبرك شخص تعرفه أنه تعرض لاعتداء جنسي، فقد تتضمن الاستجابات الداعمة ما يلي:

- شكرًا لك على إخباري قصتك وثقتك بي.
- أنا هنا لأستمع إليك وأدعمك بأي طريقة ممكنة.
- أصدقك؛ وأعرف أن هذا لم يكن خطأك.
- كيف يمكنني دعمك في هذه اللحظة؟

قد يكون لطريقة ردك تأثير كبير على الشخص الذي تدعمه. لقد انتمك على تجربته وقصته؛ وهو امتياز لتقديم الرعاية والتعاطف. خذ نفسك عميقًا وابق هادئًا واعلم أن هذا الشخص قد وثق بك لسبب ما.

اعتن بنفسك.

البريد الإلكتروني: support@journeyprojectnl.com
journeyproject.com
@X: JOURNEY_NL
فيسبوك: @THEJOURNEYPROJECTNL
إنستغرام: @JOURNEYPROJECTNL

للوصول إلى "مرشد الدعم القانوني" في "Journey Project"،
من الإثنين إلى الجمعة من الساعة 9:00 صباحًا إلى
الساعة 4:00 مساءً
الهاتف: 1-709-722-2805 الرقم المجاني/خدمات
ترحيل الفيديو 1-833-722-2805 (VRS)

ة إلى دعم فوري، فيمكنك التحدث مع أحد
لى خط الدعم والمعلومات الخاص بإنهاء
ي في نيوفاوندلاند ولابرادور (ESV NL)
ساعة طوال أيام الأسبوع على الرقم
1-800-

دليل للناجين



تعزيز دعم العدالة للناجين
في نيوفاوندلاند ولابرادور

نشأ The Journey Project لتعزيز دعم العدالة للناجين من العنف الجنسي
وعنف الشريك الحميم.

تأسس The Journey Project في عام 2017 كمبادرة تعاونية لجمعية
المعلومات القانونية العامة في نيوفاوندلاند ولابرادور وإنهاء العنف الجنسي في نيوفاوندلاند ولابرادور.

يدعم Journey الناجين من أي عمر وأي جنس ويُعد إقليمياً في نطاقه.
وهذا يعني أن بإمكان الأشخاص الذين يعيشون في أي مكان في نيوفاوندلاند ولابرادور الوصول إلى خدماتنا.
كما يعني أيضاً أن بإمكان أي شخص تعرض للعنف الجنسي و/أو
عنف الشريك الحميمي في نيوفاوندلاند ولابرادور الوصول إلى خدماتنا - حتى لو كان يعيش في
مقاطعة أخرى، أو في بلد آخر.

يعرب فريق The Journey Project عن امتنانه لكل ناجٍ أبلغ
هذا المشروع وعملنا.

www.journeyproject.ca

