



# НЕЩОДАВНЄ СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО

---

Рекомендації для постраждалих

*Лютий 2024 року*

Якщо ви зіткнулися із цією брошурою після того, як зазнали сексуального насильства, знайте, що ви не самотні. Є віддані й небайдужі люди, які завжди готові допомогти та підтримати вас. Виявляйте щодо себе доброту та розуміння. Знайте: ви не винні в тому, що стали жертвою сексуального насильства.

Ви не самотні.

Ви не несете відповідальності.

Ви не винні.

Ви гідна особистість.

Ви сильна особистість.

Звернення по медичну допомогу після факту сексуального насильства може бути емоційно складним завданням для постраждалих. Цей матеріал містить інформацію про можливості отримання медичної допомоги та інших засобів підтримки після факту сексуального насильства й відповіді на поширені запитання на цю тему.

Ця інформація має загальний характер і **не** є юридичною консультацією.

ТЕЛ.: 1-709-722-2805

БЕЗКОШТОВНИЙ НОМЕР/ВІДЕОЗВ'ЯЗОК: 1-833-722-2805

НОМЕР ДЛЯ ТЕКСТОВИХ ПОВІДОМЛЕНЬ: 709-986-2801

Ел. пошта: support@journeyprojectnl.com

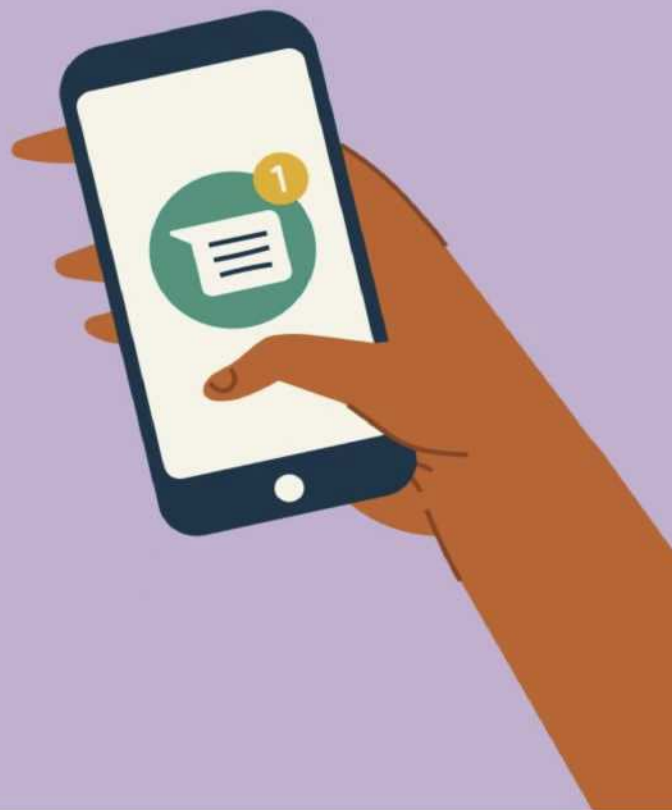
[www.journeyproject.ca](http://www.journeyproject.ca)

Twitter: @JOURNEY\_NL

Facebook: @THEJOURNEYPROJECTNL

Instagram: @JOURNEYPROJECTNL

<b>ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ</b>	<b>4</b>
<b>ТИПОВІ ВІДЧУТТЯ</b>	<b>5</b>
<b>КОЛИ РЕАКЦІЯ ІНШИХ ЛЮДЕЙ МОЖЕ ЗАШКОДИТИ</b>	<b>5</b>
<b>ОТРИМАННЯ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ</b>	<b>5</b>
<b>МЕДСЕСТРА, ЩО ЗДІЙСНЮЄ ОГЛЯД ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА</b>	<b>6</b>
<b>ЧОГО ОЧІКУВАТИ ВІД ЗВЕРНЕННЯ В ЛІКАРНЮ</b>	<b>7</b>
<b>ВОЛОНТЕРСЬКА ПІДТРИМКА</b>	<b>7</b>
<b>НАБІР ДОКАЗІВ ЩОДО ФАКТУ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА</b>	<b>8</b>
<b>ПОШИРЕНІ ЗАПИТАННЯ</b>	<b>9</b>
<b>НА ЩО СЛІД ЗВАЖИТИ, ЯКЩО ВИ ПІДТРИМУЄТЕ ЛЮДИНУ, ЯКА НЕЩОДАВНО ЗАЗНАЛА СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА</b>	<b>10</b>



## ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ

Якщо вам загрожує безпосередня небезпека, зателефонуйте за номером 911.

Медичний заклад у Ньюфаундленді та Лабрадорі зобов'язаний викликати поліцію, якщо пацієнт зазнав сексуального насильства і не досяг 18-річного віку, а також є дорослим, який належить до вразливої категорії та потребує захисту, або отримав вогнепальне або ножове поранення. Можуть бути й інші обставини, за яких персонал лікарні зобов'язаний повідомляти в поліцію. Для отримання додаткової інформації зверніться до відділення невідкладної допомоги вашої лікарні.

Залежно від того, де саме ви проживаєте в Ньюфаундленді й Лабрадорі, процес звернення за медичною допомогою після факту сексуального насильства може виглядати по-різному.

## ТИПОВІ ВІДЧУТТЯ

Моральний стан після сексуального насильства не може бути правильним або неправильним. Існує широкий спектр емоцій і почуттів, які ви можете відчути. Будь-які *ваші* емоції будуть доречними.

Здебільшого люди *відчувають* гнів, розгубленість, страх, провину, самозвинувачення, відсутність довіри, безсилля або безнадію. Хтось спокійний, а когось переповнюють негативні емоції. Ви можете відчувати розгубленість або настороженість. Ви можете відчувати оніміння. Ви можете відчувати всі ці емоції або не жодну з них. Це жодним чином не є показником ступеня шкоди, якої ви зазнали.

Ви жодним чином не винні в тому, що на вас скоїли напад. Ви не винні в тому, що з вами сталося.

## КОЛИ РЕАКЦІЯ ІНШИХ ЛЮДЕЙ МОЖЕ ЗАШКОДИТИ

Якщо ви вирішите розповісти комусь про напад, те, як він відреагує, може вплинути на ваше зцілення і здатність впоратися з травмою. Ми знаємо, що багато постраждалих зазнають досвіду, який називається "повторним травмуванням". Повторне травмування – це будь-яка реакція на розкриття інформації, яка передбачає звинувачує, ганьбить або будь-яким іншим чином шкодить постраждалій особі. Така реакція може змусити вас відчути, що ви винні в тому, що сталося, або вам має бути соромно, – а насправді це не так.

Не має значення, у що ви були одягнені, не має значення, чи вживали ви наркотики або алкоголь, і не має значення, чи були у вас раніше інтимні стосунки з людиною, яка на вас напала. Ніхто не має права чинити над вами сексуальне насильство – ніколи.

Найважливішим є те, щоб вас вислухали і надали необхідну підтримку.

## ОТРИМАННЯ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ

Ви завжди маєте право на отримання медичної допомоги, незалежно від того, коли стався напад.

Якщо ви зазнали сексуального насильства, то можете звернутися до медичного працівника, щоб вирішити свої медичні проблеми й отримати відповіді на запитання. Існує кілька медичних проблем, про які ви повинні знати, зокрема, це ймовірність фізичного травмування, інфекцій, що передаються статевим шляхом, та вагітності. Фізичні ушкодження можуть бути внутрішніми або невидимими відразу після нападу.

У разі звернення за медичною допомогою потрібна ваша інформована згода. Щоб ви могли прийняти свідоме рішення, вам мають пояснити декілька аспектів. Зокрема, ідеться про пояснення щодо послуг, які вам надаються; чітке визначення меж конфіденційності; пояснення ризиків/переваг медогляду; пояснення ризиків/переваг відмови від медогляду; надання інформації про те, як записуються дані пацієнта/клієнта, і хто може їх бачити або отримати доступ до них.



## МЕДСЕСТРА, ЯКА ЗДІЙСНЮЄ ОГЛЯД ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА

**Залежно від того, де саме ви проживаєте в провінції, у деяких лікарнях може діяти Програма медсестер, які проводять огляди після інцидентів сексуального насильства (SANE). Медсестра, яка проводить огляди постраждалих від сексуального насильства, або медсестра-криміналістка, – це сертифікована медсестра, яка пройшла спеціальне навчання для проведення комплексних та об'єктивних оглядів пацієнтів, які зазнали сексуального насильства.**

Такий спеціалізований персонал є не в усіх лікарнях у Ньюфаундленді й Лабрадори. Якщо спеціалізований персонал відсутній, деякі лікарні можуть забезпечити вам транспортування до медичного закладу, де доступні послуги спеціалізованої медсестри.

У госпіталі "Сент-Клерз Мерсі" у Сент-Джонсі програма спеціалізованих медсестер діє в рамках проєкту Eastern Health. Вона доступна для людей віком від 18 років, які зазнали сексуального насильства. Навіть якщо ви не проживаєте в Сент-Джонсі, люди з будь-якої точки провінції можуть відвідати госпіталь Сент-Клер і отримати допомогу від спеціалізованих медсестер.

Госпіталь "Сент-Клерз Мерсі"  
154 Lemarchant Rd, St. John'S NL A1C 5B8

Відділення невідкладної допомоги: 709-777-5502  
Пряма лінія SANE: 709-777-5865  
(доступно в робочий час)

Госпіталь Western Regional Memorial  
1 Brookfield Avenue Corner Brook, NL A2H 6J7

Відділення невідкладної допомоги: 709-784-5524

# ЧОГО ОЧІКУВАТИ ВІД ЗВЕРНЕННЯ В ЛІКАРНЮ

Коли ви прибудете до лікарні, вас скерують у відповідних відділ з урахуванням ваших невідкладних медичних потреб або травматичних ушкоджень. Можливо, вам доведеться деякий час зачекати в лікарні, тому вам варто взяти із собою особу, яка вас підтримуватиме. або речі. які вас



## ВОЛОНТЕРСЬКА ПІДТРИМКА

Ви можете залучити волонтера з організації **ESV** для супроводу вас до лікарні Сент-Клер і звернення до спеціалізованої медсестри. Волонтери доступні цілодобово і без вихідних. Зв'язавшись з волонтером організації **ESV**, ви можете поставити запитання про програму спеціалізованих медсестер, попросити про супровід та обговорити свої потреби щодо транспортування або доступності.

**Вам не маєте почуватися самотньо в цьому процесі.**

Щоб поспілкуватися з волонтером, зверніться на цілодобову лінію підтримки:

**ТЕЛЕФОНУЙТЕ ЗА НОМЕРОМ: 1-800-726-2743**

**НОМЕР ДЛЯ НАДСИЛАННЯ ТЕКСТОВИХ ПОВІДОМЛЕНЬ: 1-800-726-2743** (понеділок та середа 14:00–20:00, п'ятниця 12:00–20:00)

У рамках програми реагування на факти сексуального насильства (Sexual Assault Response & Advocacy (SARA)) діє цілодобова гаряча лінія, яка пропонує підтримку та інформацію людям у Корнер-Бруці та прилеглих районах, які зазнали сексуального насильства. Волонтери із програми SARA надають інклюзивні й базові послуги місцевим жителям у віці від 16 років. Волонтери можуть супроводжувати постраждалих до лікарні та поліцейного відділку.

**ТЕЛЕФОНУЙТЕ ЗА НОМЕРОМ: 709-216-HELP (3257)**

**НОМЕР ДЛЯ ТЕКСТОВИХ ПОВІДОМЛЕНЬ: 709-216-HELP (3257)**

# НАБІР ДОКАЗІВ ЩОДО ФАКТУ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА

У вас також є можливість надати набір доказів щодо факту сексуального насильства. Цей набір доказів використовується медичними працівниками для судово-медичної експертизи в разі факту сексуального насильства. Не в кожній лікарні в Ньюфаундленді та Лабрадорі є можливість для отримання медичних доказів щодо факту сексуального насильства. Однак лікарня повинна мати можливість отримати його від найближчого відділку RCMP або RNC.

Якщо є нюанси, які викликають у вас занепокоєння або відчуття невпевненості, ви маєте право поставити запитання, зробити перерву або сказати "ні". Медичний працівник повинен пояснити кожен крок процедури, зробити паузу або зробити перерву, коли це потрібно, і відповісти на будь-які запитання, які у вас можуть виникнути. Ви можете дозволити лише певні дії під час огляду й відмовитися від інших. Ви самостійно обираєте, на які елементи процедури огляду погоджуватися.

## ЗБІР ДОКАЗІВ

Збір криміналістичних доказів може передбачати різні підходи щодо виявлення травм або збору зразків, які можуть бути використані для доказів. Спосіб збору доказів також може залежати від наявного в лікарні обладнання та рівня підготовки медичного працівника.

Збір доказів може передбачати отримання одягу, у якому ви були одягнені під час нападу, сміття та сторонніх матеріалів; зйомку фотографій; збір мазків, зразків крові, сечі тощо. З урахуванням того, що ваш одяг може бути використано для доказів, варто взяти із собою змінний одяг.

Медичний працівник може запитати, чи даєте ви згоду на обстеження органів тазу, статевих та анальних органів. Ви можете дати згоду проведення одного, деяких або жодного із цих обстежень. За наявності медичний працівник може використовувати спеціальне освітлення, яке називається альтернативним джерелом світла (ALS), яке може виявляти залишки тілесних рідин або синці.

Докази найкраще збирати протягом **п'яти днів** після нападу. Вам можуть надати ліки для запобігання вагітності та поширеним інфекціям, які передаються статевим шляхом (як-от гонорея та хламідіоз).

### Для належного збору доказів важливо:

- **Не приймати душ або ванну**
- **Не змінювати й не викидати одяг**
- **Не їсти й не пити**
- **Не чистити зуби**
- **Не мити руки**
- **Не розчісувати волосся**
- **Не рухати нічого в місці інциденту**

Якщо ви не дотримаєтесь цих рекомендацій, не варто перейматися і звинувачувати себе. Здебільшого постраждалі хочуть прийняти душ, переодягнутися та почистити зуби після нападу, і це не означає, що обстеження та збір доказів у такому разі будуть неможливі.



---

# ПОШИРЕНІ ЗАПИТАННЯ



## Як довго зберігаються зібрані медичні докази?

Буває по-різному. Деякі лікарні мають можливість зберігати зібрані докази на місці, тоді як інші надсилають їх до найближчого відділку RNC або RCMP для зберігання.

RCMP може зберігати набір доказів упродовж необмеженого терміну. Однак співробітник RCMP повинен прикріпити назву до набору доказів для ідентифікації та зберігання. Ви не зобов'язані надавати згоду щодо зберігання, набір доказів належить поліції і щодо нього створюється відповідний запис у базі даних.

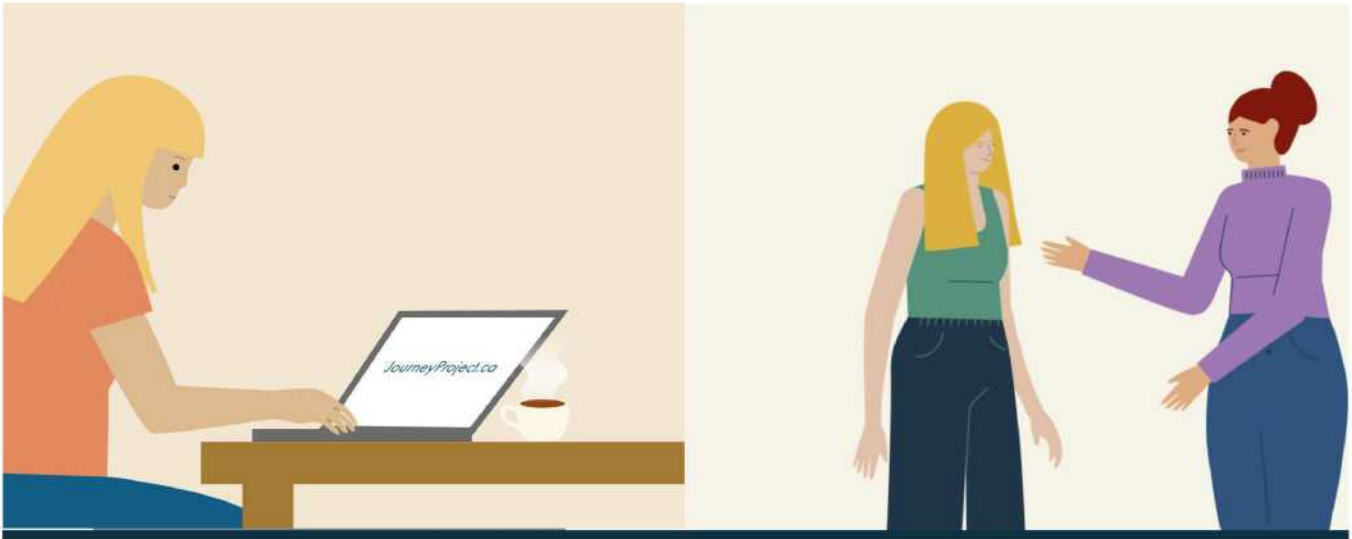
У Сент-Джонсі RNC може зберігати набір доказів упродовж необмеженого терміну. Ваш набір зберігається анонімно; до комплекту прикріплено номер файлу, але в поліцію не надсилається будь-яка інформація, на основі якої можна ідентифікувати особу.

## Чи існує термін давності щодо повідомлення в поліцію про сексуальне насильство?

Ні. Щодо повідомлення в поліцію про сексуальне насильство не існує терміну давності. Ви зможете повідомити про інцидент будь-коли.

## Чи може проєкт Journey мене підтримати?

Так, звісно. Проєкт Journey доступний для всіх, хто зазнав сексуального насильства і є учасником судового процесу або розглядає можливості правового захисту. Допомога в рамках проєкту може передбачати супровід постраждалої особи в



## НА ЩО СЛІД ЗВАЖИТИ, ЯКЩО ВИ ПІДТРИМУЄТЕ ЛЮДИНУ, ЯКА НЕЩОДАВНО ЗАЗНАЛА СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА

**Переконайтеся, що людині, якій ви надаєте підтримку, зараз нічого не загрожує і що вона не потребує невідкладної медичної допомоги.**

**Незалежно від того, чи є ви другом, членом сім'ї чи соціальним працівником, який надає підтримку особі, постраждалій від сексуального насильства, для вас є відповідні інструменти та ресурси. Наші співробітники готові відповісти на будь-які ваші запитання, надати інформацію й допоміжні матеріали.**

Якщо хтось із ваших знайомих повідомить вам, що зазнав сексуального насильства, радимо реагувати на це так:

- **Дякую, що довірилися і розповіли мені свою історію.**
- **Я тут, щоб вислухати вас і підтримати всіма можливими способами.**
- **Я вам вірю; ви не винні в цьому.**
- **Як я можу підтримати вас у цей момент?**

Те, як ви реагуєте, може суттєво вплинути на людину, яку ви хочете підтримати. Вона довірила *вам* пережитий досвід; це великий привілей – виявляти турботу та емпатію. Зробіть глибокий вдих, зберігайте спокій і знайте, що ця людина довіряє вам не просто так.

Бережіть себе.

Якщо вам потрібна негайна допомога, ви можете поспілкуватися з волонтером, звернувшись на цілодобову лінію підтримки у провінцію Ньюфаундленд і Лабрадор за номером 1-800-726-2743.

Щоб звернутися до спеціаліста з юридичних питань у рамках проекту Journey, з понеділка по п'ятницю, з 9:00 до 16:00  
**ТЕЛ.: 1-709-722-2805**  
**БЕЗКОШТОВНИЙ НОМЕР/ВІДЕОЗВ'ЯЗОК: 1-833-722-2805**

**Ел. пошта:** [support@journeyprojectnl.com](mailto:support@journeyprojectnl.com)  
[journeyproject.com](http://journeyproject.com)  
**Twitter:** @JOURNEY\_NL  
**Facebook:** @THEJOURNEYPROJECTNL  
**Instagram:** @JOURNEYPROJECTNL



ПОСИЛЕННЯ ЗАСОБІВ ПРАВОВОГО ЗАХИСТУ ДЛЯ  
ПОСТРАЖДАЛИХ  
У НЬЮФАУНДЛЕНДІ ТА ЛАБРАДОРІ

**Проект Journey** існує з метою посилення засобів правового захисту для постраждалих від сексуального насильства та насильства з боку інтимного партнера.

Проект Journey був заснований у 2017 році як спільна ініціатива Громадської асоціації правової інформації (Public Legal Information Association) та організації End Sexual Violence, які діють у провінції Ньюфаундленд та Лабрадор.

Проект Journey підтримує постраждалих будь-якого віку та будь-якої статі а діє на території всієї провінції. Це означає, що люди, які проживають будь-де на території Ньюфаундленду й Лабрадору, можуть отримати доступ до наших послуг.

Це також означає, що кожен, хто зазнав сексуального насильства та/або насильства з боку інтимного партнера в Ньюфаундленді й Лабрадорі, може отримати доступ до наших послуг, навіть якщо він проживає в іншій провінції або іншій країні.

