

## کمک و منابع برای قربانیان تعرض جنسی و متعرضان جنسی



### فهرست منابع:

در اینجا به فهرست منابعی که برای دستیابی به کمک یا اطلاعات فوری وجود دارد اشاره می‌شود.

سرویس‌هایی که برای قربانیان تعرض جنسی، کمک تلفنی ارائه می‌کنند عبارتند از:

#### • خط تلفن رایگان کمک به قربانیان تعرض جنسی:

□ شماره تلفن (سراسر کبک) 1-888-933-9007

□ شماره تلفن (در مونتreal) 933-9007 (514)

• خط تلفن اطلاعات بهداشتی 811 (۱)

• خط تلفن اطلاعات اجتماعی 811 (۲)

• تلفن برای جوانان 811 (۳):

□ شماره تلفن (سراسر کبک) 1-800-263-2266

□ شماره تلفن (در مونتreal) 288-2266 (514)

### منابعی برای مراقبت و خدمات

#### مراکز تعیین شده:

مراکز تعیین شده مراکزی هستند که انواع مختلف خدمات پزشکی و حمایت‌های روانی را در اختیار قربانیان تعرض جنسی قرار می‌دهند. این سرویس‌ها توسط تیمی از مددکاران، پرستاران و پزشکان ارائه می‌شود.

این مراکز اغلب در داخل بیمارستان‌ها قرار دارند و به صورت ۲۴ ساعته در روز و ۷ روز در هفته کار می‌کنند. این مراکز به قربانیان تعرض‌های جنسی فارغ از سن و جنسیت آن‌ها کمک می‌کنند. زمان انتظار در این مراکز در پایین‌ترین سطح آن قرار دارد.

اگر شما قربانی تعرض جنسی باشید، فارغ از اینکه آثار جراحی فیزیکی روی بدن شما باشد یا نه، می‌توانید به یک مرکز تعیین شده بروید. برای پیدا کردن نزدیکترین مرکز به خود با خط تلفنی که برای قربانیان تعرض جنسی در نظر گرفته شده است تماس بگیرید. این شماره در سراسر کبک 1-888-933-9007

و در منطقه مونتreal 933-9007 (514) است.

در زمان ورود شما به مرکز تعیین شده، تیمی از متخصصان حرفه‌ای که آموزش لازم را برای کمک به قربانیان تعرض جنسی دیده‌اند، از شما استقبال می‌کنند. آن‌ها برای کمک به شما در این مرکز هستند. شما می‌توانید با آن‌ها صحبت کنید، نیازهای خود را بیان نمایید و بدانید که احساسات‌تان شنیده خواهد شد. در طول این مدت، سوالات زیادی از شما پرسیده خواهد شد.

بعد از مصاحبه، تیم پزشکی به شما کمک می‌کند درباره نوع آزمایشی که باید داشته باشید تصمیم‌گیری کنید. فارغ از نوع آزمایش مورد نظر، رضایت شما ضروری است.

آزمایش پزشکی برای بهداشت و سلامتی شما بسیار مهم است. شما می‌توانید این آزمایش را فارغ از اینکه قصد شکایت دارید یا نه، انجام دهید. این آزمایش شرایطی را فراهم می‌کند که:

• وضع کلی سلامتی خود را چک کنید

• جراحات خود را مداوا کنید

• عفونت‌هایی را که از طریق خون و تماس جنسی قابل انتقال است شناسایی کنید

• از بارداری ناخواسته جلوگیری کنید

بررسی پزشکی قانونی یک نوع آزمایش پزشکی است که شامل جمع‌آوری نمونه‌ها است. اگر شما تصمیم به ایراد اتهام بگیرید این نمونه‌ها می‌تواند به کار گرفته شود.

در مراکز مشخص شده، اعضای تیم که کارشناسان رشته‌های مختلف در آن حضور دارند حمایت روانی را از شما در طول همه فرایندها انجام خواهند داد.

این تیم با ارائه کمک‌های روانشناسانه به شما، شما را قادر می‌سازند با واکنش‌های خود با این مسئله و نیز تبعات بعدی تعرض جنسی کنار بیایید.

### منابع دیگر مراقبت و خدمات

شما می‌توانید با هر یک از منابع زیر نیز تماس بگیرید:

- مرکز متمرکز خدمات اجتماعی و بهداشتی (CISSS) یا مرکز متمرکز دانشگاهی خدمات اجتماعی و بهداشتی (CIUSSS)

Translation and resources section provided by:

 | Division of Social and Transcultural Psychiatry

 Health Care Access for Linguistic Minorities Network

 Dialogue Better Communication for Better Care

 Bell Let's Talk

 Hôpital général juif Jewish General Hospital

 Centre de ressources multiculturelles EN SANTÉ MENTALE

 Multicultural MENTAL HEALTH Resource Centre

• پزشک خانواده

شما می‌توانید به راهنمای اطلاعات برای قربانیان تعرض جنسی (۷) نیز مراجعه کنید. این راهنما را مرکز هماهنگی مبارزه با تعرضات جنسی در مونترال تهیه کرده است.

## منابع دیگر

### هشدار

اطلاعات این وبسایت به هیچ وجه جایگزین توصیه‌های یک متخصص بهداشت نیست. در صورتی که درباره سلامتی خود سئوالی دارید با خط 811 تماس بگیرید و یا به یک متخصص بهداشت مراجعه کنید.

(1) <http://sante.gouv.qc.ca/en/systeme-sante-en-bref/info-sante-8-1-1/>

(2) <http://sante.gouv.qc.ca/en/systeme-sante-en-bref/info-social-8-1-1/>

(3) <http://en.teljeunes.com/home>

(4) <http://www.sante.gouv.qc.ca/en/repertoire-ressources/>

(5) <http://www.sante.gouv.qc.ca/en/programmes-et-mesures-daide/aide-et-ressources-victimes-d-agression-sexuelle-et-agresseurs-sexuels/organismes-communautaires-d-aide-aux-victimes/>

(6) <http://www.sante.gouv.qc.ca/en/programmes-et-mesures-daide/aide-et-ressources-victimes-d-agression-sexuelle-et-agresseurs-sexuels/organismes-communautaires-d-aide-aux-agresseurs-sexuels/>

(7) <http://www.scf.gouv.qc.ca/index.php?id=181>

برای پیدا کردن اطلاعات تماس با مرکز خدمات متمرکز اجتماعی و بهداشتی و یا مرکز متمرکز دانشگاهی خدمات اجتماعی و بهداشتی و یا کلینیک پزشک خانوادگی خود به بخش پیدا کردن منابع (۴) بروید.

سازمان‌های اجتماعی که به قربانیان تعرض جنسی کمک می‌کنند

برخی سازمان‌های اجتماعی نیز به قربانیان تعرض جنسی، کمک روانشناختی ارائه می‌کنند. این سازمان‌ها:

- درباره منابع در دسترس اطلاعات ارائه می‌کنند
  - به شما کمک می‌کنند بر پیامدهای تعرض جنسی در زمان گذشته یا حال غلبه کنید و کنترل زندگی خود را به دست بگیرید
  - به شما در تلاش‌های پزشکی یا حقوقی و یا هر تلاش دیگری کمک می‌رسانند
- برای اطلاعات بیشتر به فهرست سازمان‌های اجتماعی کمک کننده به قربانیان تعرض جنسی مراجعه کنید (۵)

سازمان‌های اجتماعی که به متعرضان جنسی کمک می‌کنند

برخی سازمان‌ها نیز به افرادی که مرتکب تعرض جنسی شده‌اند و یا بیم این را دارند که شاید دست به این کار بزنند، کمک ارائه می‌کنند و خدمات درمان و یا گروه‌های حمایتی در اختیار آن‌ها قرار می‌دهند.

برای اطلاعات بیشتر به فهرست سازمان‌های کمک کننده به متعرضان جنسی مراجعه کنید (۶)