

# Centra wsparcia dla ofiar przemocy seksualnej



**SPECJALISTYCZNA OPIEKA  
DLA OFIAR PRZEMOCY  
SEKSUALNEJ I OSÓB JE  
WSPIERAJĄCYCH**

Centrum wsparcia dla ofiar przemocy seksualnej oferuje multidyscyplinarną opiekę ofiarom przemocy seksualnej oraz porady dla osób je wspierających.

Pełna opieka jest udzielana w jednym miejscu przez specjalnie przeszkolony zespół. To Ty, jako ofiara, jesteś na pierwszym miejscu i decydujesz jakie kroki zostaną podjęte.

Zawsze informujemy Cię o krokach, które możesz podjąć. Jeśli chcesz złożyć zawiadomienie, możesz to zrobić w Centrum wsparcia. Jednak nie jest to konieczne, aby móc korzystać z oferowanej opieki.

Centrum wsparcia jest dostępne przez całą dobę, siedem dni w tygodniu.



# Co Centrum wsparcia może Ci zaoferować?

- **Opieka medyczna:** nasze pielęgniarki, ewentualnie z pomocą lekarza, zajmują się opatrzeniem ran i obrażeniami. Zostaniesz poddana/-y badaniom lekarskim, a następnie zajmiemy się leczeniem obrażeń fizycznych, seksualnych i reprodukcyjnych powstałych wskutek przemocy seksualnej.
- **Badanie kryminalistyczne:** za Twoją zgodą ustalimy obrażenia i będziemy szukać ewentualnych śladów sprawcy. Staramy się zebrać jak najwięcej materiału dowodowego.
- **Zawiadomienie:** w Centrum wsparcia możesz złożyć zawiadomienie do specjalnie przeszkolonego inspektora policji obyczajowej. Masz wątpliwości? Zebrany materiał dowodowy jest przechowywany przez uzgodniony wcześniej okres. Możesz zdecydować o złożeniu zawiadomienia także w późniejszym terminie.
- **Opieka psychologiczna:** uważnie Cię wysłuchamy i poinformujemy na temat normalnych reakcji występujących po akcie przemocy seksualnej oraz udzielimy rad, jak sobie z nimi radzić.
- **Dalsza opieka:** po wstępnym leczeniu możemy zapewnić dalszą opiekę medyczną i psychologiczną, abyś nie pozostał/-a z tym sam/-a. Psycholog może dalej przeprowadzić Cię przez proces przepracowywania traumy. Zapewniamy właściwe skierowanie do odpowiednich placówek świadczących usługi psychospołeczne i prawne uwzględniając przy tym potrzeby ofiary.

# Kiedy można zgłosić się do Centrum wsparcia?

**Czy w ciągu ostatnich 7 dni padłaś/-eś ofiarą gwałtu lub byłeś/-aś dotykany wbrew własnej woli?** Jak najszybciej skontaktuj się z najbliższym Centrum wsparcia. Aby zwiększyć szansę na znalezienie śladów kryminalistycznych, najlepiej jest się zgłosić do centrum w ciągu pierwszych 72 godzin po akcie przemocy seksualnej. Możesz przyjść bezpośrednio do Centrum wsparcia albo najpierw wysłać e-mail lub zadzwonić. Centrum wsparcia jest dostępne w dzień i w nocy. Nie krępuj się przyprowadzić zaufaną osobę, która będzie Cię wspierać.

**Czy do aktu przemocy seksualnej doszło dawniej niż 7 dni temu?** Zadzwon lub wyślij e-mail, aby umówić się na wizytę. Wspólnie z Tobą zastanowimy się, jaka opieka jest możliwa w Centrum wsparcia i dalej pokierujemy Cię do odpowiednich osób.

## WSKAZÓWKI

Jeśli zdecydujesz się przyjść do Centrum wsparcia:

- Przyjdź jak najszybciej po zdarzeniu.
- Przynies jak najwięcej przedmiotów, na których można znaleźć ślady sprawcy. Jeśli to możliwe, to przynies w papierowej torbie: ubrania, które miałaś/-eś na sobie podczas napaści, prześcieradła lub pościel, poszewki na poduszki, prezerwatywę, podpaskę higieniczną lub papier toaletowy itp.
- Staraj się nie oddawać moczu. Musisz pilnie oddać mocz? Postaraj się zebrać mocz do pojemnika i zabrać go ze sobą.
- Jeśli to możliwe, unikaj picia, jedzenia i mycia się tak, aby wszelkie ślady zostały jak najlepiej zachowane.



# Kto może zgłosić się do Centrum wsparcia?

Jako ofiara przemocy seksualnej zawsze jesteś mile widziana/-y w Centrum wsparcia, bez względu na pochodzenie, religię, tożsamość płciową, wiek, niepełnosprawność fizyczną lub umysłową czy status pobytu. Nasze drzwi są otwarte dla każdego.

Przyjaciele, partnerzy i członkowie rodziny ofiar przemocy seksualnej mogą również zgłosić się do Centrum wsparcia po poradę lub pomoc psychologiczną.

## Szukanie pomocy ! jest ważne!

Padnięcie ofiarą przemocy seksualnej jest traumatycznym wydarzeniem, które może mieć konsekwencje medyczne i psychologiczne.

Badania pokazują, że ofiary, które szybko szukają pomocy i otrzymują holistyczną opiekę mają większe szanse na powrót do zdrowia. Zatem nie wahaj się z nami skontaktować.

# Gdzie możesz znaleźć Centrum wsparcia?

Wejdź na stronę internetową <https://sac.belgium.be>,  
aby znaleźć adres i numer telefonu najbliższego cen-  
trum.

Możesz zeskanować również poniższy kod QR.



Ten tekst został przetłumaczony z języka niderlandzkiego.  
Ta publikacja jest dostępna również w językach niderlandzkim,  
francuskim, niemieckim, angielskim, arabskim, włoskim,  
ukraińskim, portugalskim, rumuńskim, rosyjskim, hiszpańskim  
i tureckim.