

Z kim pracujemy...

Wspieramy młodych ludzi w wieku od 12 do 18 lat, którzy doznali wykorzystania seksualnego. Nieważne kim jesteś, jak wyglądasz, skąd pochodzisz lub w co wierzysz - możemy Ci pomóc.

Możemy także pomóc Twojej rodzinie w zrozumieniu, jak trudna może być dla Ciebie ta sytuacja i jak mogą Ci pomóc i dbać o siebie.

Często zadawane pytania dotyczące wsparcia

CZY MOGĘ TYLKO ZADAĆ PYTANIE?

Możesz nam zadać takie pytania, jakie tylko chcesz. Możesz to zrobić, kiedy nas odwiedzisz lub wysłać e-mail lub zadzwonić.

JESTEŚMY
TU, DO TO, ABY...
SŁUCHAĆ
WIERZYĆ
WSPIERAĆ

Często zadawane pytania dotyczące wsparcia

NA CZYM POLEGA WSPARCIE?

Wsparcie to bezpieczne miejsce, w którym możesz porozmawiać o tym, o czym chcesz oraz przestrzeń, w której możemy Cię wysłuchać. Może chcesz porozmawiać o swoich uczuciach i co z nimi zrobić, ale to Ty wybierasz, jak ma wyglądać Wsparcie.



Telefoniczne wsparcie
RASAC P&K
01738 630965

Jeżeli chcesz z nami porozmawiać - zadzwoń do nas, zostaw swój numer kontaktowy i wiadomość, a oddzwonimy do Ciebie tak szybko, jak to możliwe. Nie przechowujemy Twoich danych kontaktowych po oddzwonieniu. Nie musisz podawać nam swojego prawdziwego imienia i nazwiska, jeżeli nie chcesz.



E-mail dla wsparcia:
Support@rasacpk.org.uk



Telefoniczna pomoc
organizacji Rape Crisis
Scotland:

08088 01 03 02 (Bezpłatne połączenie)
07537 410 027 (SMS)
support@rapecrisisscotland.org.uk

Telefoniczna pomoc organizacji Rape Crisis Scotland oferuje bezpłatne i poufne wsparcie wstępne i kryzysowe oraz informacje wszystkim, którzy doświadczyli przemocy seksualnej w dowolnym momencie swojego życia, a także członkom ich rodziny, przyjaciołom i współpracownikom. Działamy codziennie do 17.00 do 24.00.



Inne przydatne kontakty:
Child Line: 0800 11 11 (24/7)

Linia wsparcia Papyrus Suicide
Prevention Hopeline:
0800 068 4141/07860 039967
(9.00-24.00)

Young Minds Crisis Messenger:
Wyślij sms o treści SHOUT na numer 85258
(24/7)

Zespół dyżurny ds. ochrony dziecka w P&K:
01738 476 768

Informacje o zdrowiu seksualnym dla
młodych ludzi od NHS Tayside:
www.cool2talk.org



Stosujemy się do krajowych standardów w zakresie wspierania ofiar gwałtu



Ośrodek wsparcia ofiar gwałtu i wykorzystania seksualnego - Rape and Sexual Abuse Centre (Perth & Kinross) jest: Spółką z odpowiedzialnością ograniczoną przez wielkość gwarancji (nr SC389959) i zarejestrowaną szkocką organizacją charytatywną (nr SC037982)



Ośrodek wsparcia ofiar
gwałtu i wykorzystania
seksualnego
Perth & Kinross

WSZYSTKO O NASZYCH

Usługach w zakresie wsparcia młodych ludzi i rodzin

(Format Easy Read)

PRACUJEMY RAZEM, ABY POŁOŻYĆ KRES
PRZEMOCY SEKSUALNEJ

Czym jest Wsparcie?

Czasami dochodzi do sytuacji intymnych, co do których odczuwasz dezorientację. Czasem trudno jest o nich myśleć.

Wsparcie to rozmowa z pracownikiem ds. wsparcia o tych sprawach i poszukanie sposobu, aby lepiej się z tym poczuć. Pracownicy RASAC P&K mogą Cię wspierać, rozmawiając z Tobą osobiście w naszym ośrodku lub telefonicznie lub online poprzez wideorozmowę czy też poprzez e-maile lub smsy.

Możemy Ci pomóc, jeżeli chcesz porozmawiać z policją o tym, co Ci się zdarzyło lub jeżeli chcesz wszcząć sprawę sądową.

Możemy także pomóc Twojej rodzinie i partnerowi w zrozumieniu, jak trudna może być dla Ciebie ta sytuacja i jak mogą Ci pomóc i jak dbać o siebie. Jeżeli chcesz z nami porozmawiać lub masz jakiegokolwiek pytania, możesz zadzwonić na naszą linię wsparcia lub

Często zadawane pytania dotyczące wsparcia

CZY POWIECIE O TYM MOIM RODZICOM?

Nie przekazujemy tych informacji rodzicom. Jeżeli jednak nie masz ukończonych 16 lat i jesteś zagrożony/ zagrożona odniesieniem krzywdy, możemy pomóc Ci znaleźć najlepszy sposób na zapewnienie sobie bezpieczeństwa.

Czym jest przemoc seksualna?

Przemoc seksualna zachodzi wtedy, kiedy ktoś dopuszcza się wobec Ciebie jakiegoś aktu seksualnego i:

- Ty nie chcesz, aby to robić;
- Czujesz się przez to niekomfortowo;
- Nie rozumiesz, co się dzieje;
- Nie potrafisz powiedzieć tej osobie, aby przestała;
- Lub jesteś zbyt młody/młoda, aby angażować się w takie działania.

Jest to wykorzystanie seksualne, które jest wbrew prawu. Możemy pomóc Ci zrozumieć, czym jest przemoc seksualna i co to dla Ciebie oznacza. Możemy także pomóc Ci zrozumieć przepisy prawa oraz swoje prawo do powiedzenia „Nie”, kiedy nie chcesz angażować się w czynności seksualne. Wykorzystanie seksualne nigdy nie jest Twoją winą.

Poufność...

Poufność oznacza, że jeżeli możemy tak zrobić, zachowamy dla siebie informacje, jakie nam przekazałeś/przekazałaś. Twoje informacje będą u nas bezpieczne. Jeżeli będziemy bardzo martwić się o Ciebie lub inną osobę, możemy porozmawiać ze specjalistą, ale postaramy się Ci o tym wcześniej powiedzieć.

Jeżeli masz jakiegokolwiek pytania dotyczące poufności, możesz nas zawsze zapytać.

Jeżeli chcesz wiedzieć więcej, możesz odwiedzić naszą stronę internetową

www.rasacpk.org.uk

RYI...

Odwiedzamy wiele różnych miejsc, aby prowadzić warsztaty dla młodych ludzi, możesz więc spotkać naszych pracowników w szkole, college'u lub na zajęciach dla młodzieży.

Zawsze możesz do nas podejść i się przywitać lub zadać nam dowolne pytanie.



NIE JESTEŚ
SAM/SAMA

Często zadawane pytania dotyczące wsparcia

CZY MUSZĘ ROZMAWIAĆ O TYM, CO MI SIĘ PRZYDARZYŁO?

Nie, nie musisz nam mówić, co Ci się zdarzyło. Niektórym ludziom pomaga opowiedzenie swojej historii, a innym nie. Wsparcie dotyczy tego, co dzieje się w Twoim życiu teraz i jak możemy to poprawić.