

CİNSEL ŞİDDET DESTEKSİSTEMİ NEREDE?

csdestek.org



csdestek.org'da hangi bilgiye ihtiyaç duyduğunuzdan emin değilseniz ana sayfadaki BENİ YÖNLENDİR butonundan faydalanabilirsiniz. Bu bölüm maruz bırakıldığınız şiddetle ilgili ihtiyaç duyduğunuz bilgilere hızlıca erişmenize yardımcı olur.

Türkiye'de acil şiddet durumlarında aranabilecek ulusal hatların numaralarına, yine ana sayfadaki ACİL DESTEK DURUMLARI butonuna basarak ulaşabilirsiniz.

KAYNAKLAR bölümünde ise Türkçe veya Türkçe dil desteği bulunan yerli ve yabancı videolar, broşür ve benzeri görsel materyaller ile yazılı materyallerin linklerine ulaşabilirsiniz. Bu bölümdeki kaynaklar kamu kurumlarının (Örneğin Adalet Bakanlığı'nın mağdur hakları ile ilgili web sitesi) veya sivil toplum kuruluşlarının hazırladıkları materyaller olabilir. Cinsel şiddetin farklı biçimlerine yönelik bilgiler içerebilirler. Sizler de faydalandığınız kaynakları İLETİŞİM bölümünden bize önerebilirsiniz.

BİLGİ AL

- Site Hakkında
- Cinsel Şiddet; Tanımı, Türleri, Kavramlar
- Yanlış İnanışlar ve Gerçekler
- Sıkça Sorulan Sorular

Bilgi Al bölümünde cinsel şiddetin ne olduğu, cinsel şiddet biçimleri, cinsel şiddetle ilgili kullanılan çeşitli tanım ve kavramlar hakkında bilgilere ulaşabilirsiniz. Ayrıca cinsel şiddet hakkında toplumda yanlış bilinenler ve doğruları üzerine bilgi alabilir, sıkça sorulan sorulara verilen cevapları inceleyebilirsiniz.

BAŞVURU SÜREÇLERİ

- "Cinsel saldırıya maruz bırakıldım..."
- "Şikayetçi olmaya karar verdim..."
- Başvurabileceğim Yerler

Başvuru Süreçleri bölümünde cinsel şiddet veya saldırı sonrasında izleyebileceğimiz adımlar, önümüzdeki bazı seçenekleri değerlendirmemize yardımcı olabilecek bilgiler bulunur. Bu bilgiler yalnızca şiddeti bildirme sürecine dair değildir. Bu kişisel bir karardır ve şiddet sonrası her bireyin koşulları ve tereddütleri farklı olabilir. Bu bölümde, şiddeti bildirmekle ilgili kararınız ne olursa olsun ihtiyacınız olan desteğe nereden ve nasıl erişebileceğinize dair bilgilere ulaşabilirsiniz. Başvuru süreçleri bölümünde açıklanan tıbbi ve yasal prosedürler 18 yaş üzeri bireylere yöneliktir.

İSTANBUL BİRİMLER HARİTASI

- Harita Hakkında
- Haritayı Nasıl Kullanabilirim?
- Haritayı Görüntüle
- Hata Bildir / Haritaya Birim Ekle

İstanbul Birimler Haritası'nda cinsel şiddet sonrası başvurabileceğimiz destek ve hizmet veren kurumların/birimlerin adres, telefon, çalışma saatleri ve verdikleri hizmetlerle ilgili detaylı bilgilere ulaşabilir. Haritada hukuk birimleri, sağlık birimleri, sosyal hizmet birimleri, emniyet birimleri ve telefonla hizmet veren hatlar bulunur. Bunun yanı sıra, İstanbul'da bulunan bazı üniversitelerde açılmış ve yalnızca o üniversite mensuplarına hizmet veren cinsel saldırı/cinsel taciz başvuru birimleri de haritada yer almaktadır. Harita üzerinde çeşitli filtreler bulunur ve bunlara göre arama yapabilirsiniz. Hizmet almak istediğiniz birimi bulunduğu ilçeye, verdiği hizmet türüne, çalışma saatlerine ve cinsel şiddet konusundaki hizmet niteliğine göre seçebilirsiniz. Çocuklar, LGBTI+lar, mülteciler, engelliler, kadınlar, hayvanlar gibi toplumda spesifik bir gruba odaklı destek ya da hizmet veren birimlere ulaşabilirsiniz.

ÖZ YARDIM

- Öz Yardım Nedir?
- Tanımlama ve Anlamlandırma Süreci
- Başa Çıkma ve Şifa Bulma Süreci

Öz Yardım bölümünde cinsel şiddet sonrası şifa bulma/iyileşme sürecine katkıda bulunabilecek öz yardım bilgileri yer alır. Kendimize ya da bir yakınımıza destek olmak istediğimizde faydalanabileceğimiz bilgi, öneri ve egzersizleri içerir. Bu bölümde okuyacağınız bilgiler cinsel şiddetin herhangi bir biçiminden hayatta kalan herkes için yazılmıştır. Elbette herkesin deneyimi birbirinden farklıdır. Bu yüzden, bu bölümde okuyacağınız bilgilerden hangilerinin sizin deneyiminize ve sorularınıza yakın/benzer olduğu üzerine düşünebilir ve sizin için işe yarayan önerilere odaklanabilirsiniz. Cinsel şiddet sonrası şifa bulma süreci sabır, çaba ve cesaret gerektirebilir. Size hangi hızda okumak iyi gelecekse o hızda okuyun; hızlı ya da yavaş...

CİNSEL ŞİDDET DESTEK SİSTEMİ NEREDE? CSDESTEK.ORG WEB SİTESİ CİNSEL ŞİDDETE MARUZ BIRAKILAN KİŞİLERİN İHTİYAÇLARI DÜŞÜNÜLEREK HAZIRLANMIŞTIR.

csdestek.org'da cinsel şiddet ve şiddet sonrası başvuru bilgilerinin yanı sıra şifa bulma sürecinde faydalanabileceğimiz öz yardım bilgileri bulunmaktadır.

csdestek.org'da ayrıca cinsel şiddetten hayatta kalanların destek ve hizmet alabilecekleri çeşitli kurumların hizmet ve iletişim bilgilerinin bulunduğu "İstanbul Destek Birimleri Haritası"na ulaşılabilir.

CSDESTEK.ORG'DA BULUNAN İSTANBUL BİRİMLERİ HARİTASI'NDAN, CİNSEL ŞİDDET VE CİNSEL İSTİSMAR DURUMLARINDA BAŞVURULABİLECEK ADLİ KURUMLAR, SOSYAL HİZMET MERKEZLERİ, SİVİL TOPLUM KURULUŞLARI, SAĞLIK KURUMLARI, EMNİYET BİRİMLERİ, TELEFON HATLARI VE ÜNİVERSİTE BİRİMLERİ HAKKINDA DETAYLI BİLGİ EDİNEBİLİRSİNİZ.

“ŞİDDET NEREDEN VE NASIL GELİRSE GELSİN BENİM HATAM DEĞİL. ŞİDDET, ONU UYGULAYANIN SUÇU...”

Önemli olan yalnız olmadığımızı ve yardım isteyebileceğimizi bilmemiz, çevremizde bizi yargılamadan, eleştirmeden destek verebilecek kişi ve kurumlar olduğunu fark etmemizdir.

“ŞİKAYETÇİ OLMAK VEYA OLMAMAK BENİM KARARIMDIR.”

Şiddeti bildirmemek, maruz bırakıldığımız şiddetin gerçek olmadığı anlamına gelmez. Adalete ulaşmak sadece failin ceza alması değil; ihtiyaç duyduğumuz, HAKKIMIZ OLAN destek ve hizmetlere erişebilmemiz de demektir.

“ÖZ YARDIM, ŞİDDET SONRASI EN GÜÇLÜ DESTEK SİSTEMİNİ İŞARET EDER: KENDİMİ...”

Güçlenmek için ihtiyaç duyduğumuz şey her birimiz için çeşitlilik gösterebilir.

Öz yardım, bize iyi gelenin ve ihtiyacımızın ne olduğunu fark etmemiz, tanımlamamız ve talep etmemizle başlar.

**BİR BAŞKASINDAN GELECEK DESTEĞE
VE DAYANIŞMAYA YA DA
PROFESYONEL BİR YARDIMA
DUYDUĞUMUZ İHTİYAÇ KADAR,
BİZ DE KENDİMİZE DESTEK OLABİLİR,
KENDİMİZİ SEVEBİLİR VE ONA İYİ
BAKABİLİRİZ. HANGİ YÖNTEMİN BİZE
İYİ HİSSETTİRDİĞİNİ, ŞİFA VERDİĞİNİ
DENEYEREK BULABİLİR, BUNLARIN
YANI SIRA ÇEŞİTLİ KAYNAKLARDAKİ
ÖNERİLERDEN YARARLANABİLİRİZ.**

CİNSEL ŞİDDET DESTEKSİSTEMİ NEREDE?

— Cinsel şiddetten hayatta kalanlara inanıyoruz, yalnız değiliz...

 Cinsel Şiddetle
Mücadele Derneği



csdestek.org

 Cinsel Şiddetle
Mücadele Derneği

www.cinselsiddetlemucadele.org

f | [cinselsiddetlemucadele](https://www.facebook.com/cinselsiddetlemucadele) | [cs_mucadele](https://twitter.com/cs_mucadele) | [cinselsiddetlemucadele](https://www.instagram.com/cinselsiddetlemucadele) derneği

0542 585 3990 | info@cinselsiddetlemucadele.org