

NOTTS
SVS
SERVICES

LISTEN
BELIEVE
SUPPORT

Services de soutien aux
victimes de violences
sexuelles du Nottinghamshire
(SVS)

Nottinghamshire Sexual
Violence Support Services

Guide rapide

FRENCH

Le service SVS du Nottinghamshire offre un soutien à toute personne, âgée de 18 ans ou plus, victime de viol(s), de violences sexuelles ou d'abus sexuel(s) pendant son enfance, que ces événements soient récents plus anciens. Ce dépliant est un récapitulatif des différents types d'aides que nous offrons ainsi qu'une liste des moyens de nous contacter.

Si vous avez été victime de viol(s) ou d'agression(s) sexuelle(s) dans les sept jours qui ont précédé vous pouvez obtenir de l'aide, y compris une assistance médicale, ici:

The Topaz Centre (Adultes) 0800 085 9993 | www.topazcentre.org

EMCYPAS (Enfants et adolescents de 0 à 17 ans)
0800 183 0023 | www.emcypsas.co.uk

Service SVS du Nottinghamshire

À propos du service SVS du Nottinghamshire

Confidentialité

- Nos services
- Assistance téléphonique
- Entretiens en face à face
- Thérapie
- Groupe de soutien
- Soutien Familial

- L'accès à nos services
- Contacts utiles

- Thérapie comportementale et cognitive (TCC)
- Intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires (EMDR)
- Service de conseil indépendant sur les violences sexuelles
- Service de soutien aux victimes/survivant(e)s
- Service de soutien thérapeutique

À propos du service SVS du Nottinghamshire

Nous sommes conscients que la vie d'une personne peut être entièrement bouleversée à la suite d'un viol ou d'une agression sexuelle. Vous pouvez avoir vécu des abus sexuels dans l'enfance ou à l'âge adulte. L'agresseur peut être un(e) conjoint(e), un(e) ex-conjoint(e), quelqu'un que vous n'avez rencontré qu'une fois, un(e) ami(e), un membre de votre famille, un(e) soignant/aidant(e), un(e) collègue ou un(e) professionnel(le). Il peut s'agir d'un(e) proche ou d'un(e) inconnu(e). Vous pouvez également vous poser des questions sur un incident passé ou une situation actuelle, voire sur une relation présente.

Nous savons également que demander de l'aide n'est pas toujours facile. Selon votre culture d'origine et la communauté dans laquelle vous vivez, vous pouvez aussi faire face à des peurs et pressions supplémentaires rendant l'accès au soutien plus difficile encore. Nous offrons un accompagnement à tous (tes) les survivant(es) d'agressions sexuelles (âgé(e)s de 18 ans ou plus), quel que soit leur âge, leur genre, leur origine ethnique, leurs croyances religieuses, leur(s) handicap(s), leur situation maritale ou orientation sexuelle. Nous vous écouterons et ne vous jugerons pas.

Nous travaillons avec des victimes et survivant(e)s d'origines diverses et ayant vécu des histoires différentes. Nous essayerons toujours de vous soutenir de manière à ce que vous sentiez en confiance et qui convienne au mieux à votre besoin.

Vous serez peut-être intéressé(e) de savoir que nous offrons les services suivants:

- Soutien aux femmes dans un espace dédié aux femmes
- Le choix d'un(e) thérapeute ou d'un(e) préposé(e) au soutien masculin ou féminin(e)
- Accès à un(e) interprète lors des séances individuelles
- Assistance du service d'interprétariat Language line pour les appels à notre assistance téléphonique
- Le choix entre différentes formes de soutien telles que les séances de thérapie individuelles, le soutien téléphonique ou en ligne.
- Des lieux accessibles aux personnes à mobilité réduite

Nous sommes également compétents dans le soutien aux survivant(e)s de la communauté lesbienne, bisexuelle et trans (LGBT+) et nous ne vous jugerons jamais, ni ne vous limiterons à votre sexualité ou à votre statut trans.

Nous vous écouterons et ne vous jugerons pas

Nos services

- Assistance téléphonique
- Entretiens en face à face
- Thérapie individuelle
- Thérapies telles que les thérapies comportementales et cognitives (TCC), et l'intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires (EMDR)
- Groupes de soutien
- Soutien familial
- Soutien via email (disponible en Anglais uniquement)
- Service de conseil indépendant sur les violences sexuelles
- Service de soutien aux victimes/survivant(e)s
- Service de soutien thérapeutique

Tous nos services sont gratuits. Les appels à notre assistance téléphonique coûtent le prix d'un appel local. Ces frais peuvent être inclus dans votre forfait téléphonique, mais notre numéro sera visible sur votre facture détaillée. Nous pouvons vous rappeler si vous n'avez pas assez de forfait sur votre forfait téléphonique.

Confidentialité

Notre service est confidentiel. Quelles que soient les informations que vous partagez avec nous, nous ne les divulguerons jamais à un tiers. Nous ne faisons exception à cette règle que lorsque nous devons vous protéger vous ou d'autres personnes, comme, par exemple, lorsqu'un enfant est en danger. Cela vous sera expliqué de manière approfondie avant que vous n'utilisiez nos services et nous vous préviendrons toujours en cas de problème.

Nous sommes conscients que votre besoin d'un(e) interprète pour accéder à nos services puisse vous inquiéter car il est possible qu'il/elle fasse partie de votre communauté, Nous vérifierons toujours avec vous avant de faire appel à l'un(e) d'entre eux/elles. Tous les interprètes doivent s'engager à respecter la confidentialité de nos usagers.

Assistance téléphonique

L'assistance téléphonique est tenue par des professionnels qualifiés et expérimentés capables d'offrir soutien et information à toute personne se questionnant sur les conséquences d'une agression sexuelle.

L'assistance téléphonique offre un espace sécurisé pour aborder tout questionnement, pour vous-même ou un(e) proche. Elle permet de commencer à explorer l'impact d'une agression sexuelle sur votre vie, de demander des informations ou de vous aider à accéder à nos services.

ASSISTANCE TÉLÉPHONIQUE: 0115 941 0440

L'assistance téléphonique est disponible:

Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi et Vendredi
10:00 – 13:00 puis de 16:30 à 19:30

Samedi et Dimanche De 10:00 à 13:00

En dehors de ces horaires, vous pouvez nous laisser un message et un accompagnant vous rappellera. Le numéro de l'assistance téléphonique est : (0115) 941 0440

Vous pouvez également, en dehors de ces horaires, contacter l'assistance téléphonique pour les victimes de violence domestique et sexuelle, qui est accessible 24h/24 et 7j/7 au : 0808 800 0340

Si vous vous posez des questions sur un événement qui vous est arrivé ou une situation actuelle, ou alors que vous vous questionnez sur votre relation présente, nous sommes là pour vous

Entretiens en face à face

Vous pouvez rencontrer l'un de nos thérapeutes pour une séance d'une heure. Il peut d'agir d'une séance unique si vous en éprouvez le besoin. La/le thérapeute pourra également discuter avec vous de vos options et de vos inquiétudes de manière plus détaillée. Nous vous aiderons à remplir votre demande d'accès à nos services lors de cet entretien.

Nous vous soutiendrons toujours de la manière la plus respectueuse et adaptée à vos besoins

Thérapie

Les séances de thérapie offrent un environnement sécurisé et libre de tout jugement pendant lequel vous pouvez exprimer vos pensées et ressentis d'une manière qui n'est peut-être pas envisageable avec vos proches et votre famille.

Ce service est proposé par des thérapeutes professionnels et offre un environnement sécurisé et libre de tout jugement où vous pouvez explorer l'impact de toute forme d'abus ou d'agression sexuelle sur votre vie.

Ce soutien peut-être de courte, moyenne ou longue durée. Vous pouvez bénéficier de rendez-vous à des horaires variés (y compris soirs et week-ends) soit en personne soit en ligne.

Groupe de soutien

Notre groupe de soutien "Au delà de la survie" s'étale sur huit semaines. Les séances sont menées dans des groupes non-mixtes et sont ouverts à toute personne ayant déjà bénéficié de séances de thérapie avec nous. Le but de ces groupes de soutien est de gagner en estime de soi, de reconstruire la confiance en soi et en autrui, de mener une vie plus épanouissante et de rencontrer d'autres victimes d'abus.

Soutien Familial

Vous pouvez mal vivre le fait qu'une personne de votre entourage ait subi une agression sexuelle. Nous proposons aux conjoint(e)s, parents, soignant(e)s et membres de la famille un accès aux informations et au soutien vous permettant de gérer vos propres émotions tout en soutenant votre proche victime d'abus sexuels. Vous pouvez bénéficier jusqu'à six séances de thérapie pour vous aider lors de cette période difficile.

Thérapie comportementale et cognitive (TCC)

Les TCC permettent d'aider les usagers à trouver des moyens de réguler leurs émotions négatives et les comportements qui peuvent affecter leur quotidien. Cela peut être utile lorsque vous vous sentez anxieux(se) ou déprimé(e).

Ces séances sont proposées pour une courte durée afin d'essayer différentes techniques et de trouver la plus adaptée à vos besoins.

Intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires (EMDR)

Ces séances sont également disponibles sur une courte durée. Cette thérapie se base sur l'idée que les événements traumatiques peuvent laisser une cicatrice de la même manière qu'une chute mènerait à une fracture osseuse. La thérapie utilise le mouvement des yeux et la mémoire pour réduire le stress émotionnel causé par un incident traumatique.

Vous serez peut-être intéressé(e) de savoir que nous offrons les services suivants Le choix d'un(e) thérapeute ou d'un(e) préposé(e) au soutien masculin ou féminin(e)

Service de conseil indépendant sur les violences sexuelles

Un(e) conseiller(e) indépendant(e) en violence sexuelle (ISVA) est un(e) spécialiste formé(e) proposant du soutien et promouvant sécurité et bien-être à toute personne ayant subi des violences sexuelles. Ils offrent soutien et information sur des sujets pratiques tels que:

- Déposer une plainte au commissariat
- Explication du procédé judiciaire
- Hébergement/Logement et problèmes financiers
- Vos droits et les services auxquels vous pouvez accéder
- Accompagnement lors des visites au commissariat, au tribunal, chez l'avocat, rendez-vous médicaux, etc.

Nos ISVA sont employé(e)s par SVSS Nottinghamshire et sont totalement indépendant(e)s des autres agences gouvernementales telles que la police ou les tribunaux

Vous n'êtes pas obligé(e) de porter plainte pour pouvoir accéder à nos services ou obtenir de l'aide ou du soutien

Service de soutien aux victimes/survivant(e)s

Ce service de soutien aux victimes propose un soutien spécialisé pour toute personne adulte ayant subi des violences sexuelles dans son enfance et n'ayant pas été soutenue par les institutions telles que:

- Foyer ou famille d'accueil
- École
- Hôpital ou service médical
- Organisation religieuse
- Organisation caritative ou gouvernementale
- Club sportif
- Service aux mineurs délinquants

Nous pouvons également soutenir toute personne ayant été abusée sexuellement et ayant rapporté les faits à une personne détentrice de l'autorité, tel qu'un(e) officier(e) de police, travailleur (se) social(e) ou enseignant(e), qui aurait ignoré les faits et/ou ne les aurait pas fait remonter de manière appropriée.

Service de soutien thérapeutique

Notre service de soutien thérapeutique est accessible aux jeunes âgés de 13 à 17 ans, qui ont déjà bénéficié du service EMCYPASS. Ce soutien comprend:

- Un entretien visant à évaluer les besoins de l'adolescent(e), suivi de 10 séances de thérapie
- La possibilité d'inclure la famille ou les soignant(e)s/aidant(e)s lors du premier entretien afin qu'ils/elles sachent au mieux comment soutenir l'adolescent(e).
- Une aide pour accéder à d'autres services

L'accès à ce service se fait par le biais du EMCYPASS.

L'accès à nos services

Vous pouvez vous adresser directement à nous en contactant notre assistance téléphonique (0115 941 0440). Nous pouvons utiliser le service de traduction Language Line si nécessaire.

Il est également possible de nous contacter via le formulaire suivant sur notre site internet : <https://nottssvss.org.uk/contact/> (uniquement en Anglais) ou en demandant à un(e) professionnel(le) de vous recommander à nous.

Lors du premier contact ou à la réception de la recommandation par un(e) professionnel(le), nous déciderons alors ensemble de la meilleure manière de vous aider et de répondre à vos besoins.

*S'il vous est arrivé quelque chose sans votre consentement,
vous méritez d'être soutenu(e)*

Contacts utiles

The Topaz Centre

Centre de soutien pour les adultes victimes d'abus sexuels

0800 085 9993 | www.topazcentre.org

EMCYPSAS – East Midlands Children and Young Person's Sexual Assault Service

Centre de soutien pour les jeunes victimes d'abus sexuels de 0 à 17 ans

0800 183 0023 | www.emcypsas.co.uk

24hr Sexual Abuse and Domestic Violence Helpline

Assistance téléphonique 24h/24 et 7j/7 pour les victimes de violences domestiques et/ou sexuelles

0808 800 0340

Notts SVS Helpline

Assistance téléphonique SVS

0115 941 0440 | www.nottssvss.org.uk

Forced Marriage Helpline

Assistance téléphonique pour les victimes de mariages forcés

0207 008 0151

Nottingham & Nottinghamshire Refugee Forum

Forum pour les réfugié(e)s de Nottingham et du Nottinghamshire

0115 960 1230 | www.nottsrefugeeforum.org.uk

Juno Women's Aid - website/helpline – women only

Assistance téléphonique/Site internet Women's Aid pour les femmes uniquement

0808 800 0340 | <https://junowomensaid.org.uk/>

Safeline – for males

Assistance téléphonique pour les hommes uniquement
0808 800 5005 | www.safeline.org.uk/what-we-do/men/

Karma Nirvana – males and females – honour-based abuse and forced marriage

Soutien aux victimes (hommes et femmes) de crimes d'honneur et de mariages forcés
0800 5999 247 | www.karmanirvana.org.uk

FGM Helpline – for concerns about a child who may have been, or might be, subjected to Female Genital Mutilation

Assistance téléphonique aux fillettes ayant été ou étant à risque de subir une mutilation génitale
0800 028 3550

FGM Support – for Survivors of FGM (Female Genital Mutilation)

Soutien aux victimes et survivantes de mutilation
génitale/excision/infibulation
0115 845 7009

Galop UK – National Helpline for LGBT (lesbian, gay, bisexual and trans people) experiencing Domestic Violence and Abuse

Ligne nationale d'assistance téléphonique pour les membres de la communauté LGBTQ+ victimes de violences domestiques et/ou d'abus sexuels
0800 999 5428 | www.galop.org.uk

Notts NHS 24hr Mental Health Crisis line

Assistance téléphonique 24h/24 7j/7 de soutien en cas de problèmes aigus de santé mentale
0808 196 3779