

## اگر مورد تجاوز واقع شدم ، چه کنم؟

محل امنی برای خود بیابید ( هر جایی که دور از متجاوز باشد). از یک دوست مورد اعتماد بخواهید که برای دادن آرامش روحی ، نزد شما بماند.

- هرگز سعی نکنید متجاوز را به قتل برسانید و فقط از دست او بگریزید ، زیرا پس از قتل ، اولین متهم شما خواهید بود.
- ( ) بشدت در این مورد حساس است و از شما حمایت همه جانبه خواهد کرد و متجاوز به عنف به اشد مجازات محکوم خواهد شد. (بشرطی که قتلی رخ نداده باشد)
- مدارک و شواهد تجاوز را از بین نبرید . حمام نروید و دندانهای خود را مسواک نزنید و اگر امکان دارد به دستشویی نیز نروید تا پلیس و پزشک قانونی مدارک باقی مانده را از روی بدن و لباس شما جمع آوری کند.
- تمام جزئیات حمله و حمله کننده را تا جایی که امکان دارد ، یادداشت کنید.
- بدون معطلی با مراکز حمایت از زنان خشونت دیده و پلیس تماس بگیرید. دقت کنید هرچه دیرتر این اقدامات را انجام دهید اثبات جرم سخت تر خواهد شد . پس حتی دقیقه ها را هم از دست ندهید
- تحت معاینه پزشکی قرار بگیرید. حتی اگر جراحی فیزیکی پیدا نکرده باشید، باید خطر بیماریهای مقاربتی و بارداری را در نظر بگیرید.
- برای جمع آوری مدارک قانونی از بیمارستان بخواهید سری آزمایشهای مربوط به تجاوز را در مورد شما انجام دهد.
- اگر شک دارید که به شما مواد مخدر داده شده باشد، از آنها بخواهید که آزمایش ادرار از شما بگیرند. این نمونه ممکن است بعدا در دادگاه به نفع شما مورد استف
- موضوع را به مقامات مسئول گزارش دهید. یک مشاور می تواند شما را از مراحل قانونی کار مطلع کند.
- به خاطر داشته باشید که شما به هیچ وجه مقصر نبوده اید و شما همواره پاکدامن هستید.
- آگاه باشید که التیام یافتن عوارض تجاوز نیاز به زمان دارد، پس به خود فرصت بدهید.
- این را بدانید که هیچگاه برای گزارش یک تجاوز و تقاضای کمک دیر نیست ، حتی اگر سالها از آن گذشته . بسیاری از قربانیان نمی دانند تا ماهها و حتی سالها ، بعد از تجاوز نیز نیاز به کمک دارند .