

Desteklenmek Sizin Hakkınızdır

Almanya'da herkesin cinsel yaşamı hakkında kendi kararları doğrultusunda yaşaması kişisel bir hak olarak kanunen korunmaktadır. Buna rağmen kadınlara yönelik saldırılar gün geçtikçe artmaktadır. Aşağılanma, cinsel taciz, tecavüz veya tecavüze teşebbüs gibi saldırılar toplumsal bir sorundur ve ancak bu şekilde ele alındığı takdirde bu sorunlara başarılı bir biçimde karşı koyulabilir.

Kadınlarımız kendilerini bu tür saldırılardan çoğu zaman başarıyla korumalarına rağmen, her kadının bir tecavüz olayına maruz kalabilme olasılığı unutulmamalıdır.

Böyle bir durumla karşılaşıldığında kadınlara yardım edecek ve her türlü desteği verecek kuruluşları bilmekte yarar vardır.

Danışma

Bilgi edinme, danışma veya dava sürecinde size yardımcı olması için **LARA'**ya başvurabilirsiniz. Ayrıca psikolojik danışmanlıktan yararlanabilirsiniz veya grup terapisine katılabilirsiniz.

Haklarınızı aramanın birçok yolu vardır. Bu konuda LARA tüm çalışanlarıyla arkanızdadır. Eğer başınızdan bu tür bir olay geçmiş ve gerek olayın verdiği acı gerekse utanç ve hatta bu olayda sizin de bir şekilde katkınızın olduğu düşünülebileceği korkusuyla, kimseye açıklamıyorsanız, **LARA** başınıza gelenleri rahatlıkla ve çekinmeden anlatabileceğiniz ilk adrestir.

Bize gelen kadınların uzun bir süre yaşadıklarını kimseye anlatamamış ve dolayısıyla kendilerini yalnız ve çaresiz hissetmiş olanların sayısı az değildir. Böyle bir durum gelecek yaşamınızı da olumsuz yönde etkileyebilir ve sizi içine kapanık, kendine güvensiz, alıngan, çekingen ve yaşamdan zevk almayan biri haline getirebilir. Bizim danışmanlığımızın altında yatan temel anlayış ise sizin değil, size saldıranın bu olaydan sorumlu olduğunu göstermektir.

Doktor Muayenesi

Saldırıdan hemen sonra suç duyurusunda bulunduğunuz takdirde polis sizi bir doktor tarafından muayene ettirebilir. Vücudunuzda oluşan yara izleri polis tarafından genellikle fotoğraflarla belgelenir.

Bu arada saldırganın sperma ve kıl kalıntıları önemli kanıtlar olabileceğinden, muayene öncesi yıkanmamamız, her ne kadar sizin için rahatsız edici olsa da, polisin işini kolaylaştırır.

24 saat içinde doktor muayenesi şu sebeplerden dolayı gereklidir:

- Olası yaralanmaların tedavisi
- Bulaşıcı (zührevi) hastalıkların tedavisi
- HIV testi konusunda bilgilendirme
- Hamileliği önleme

Doktordan muayene sonuçları ve yara izleriyle ilgili değerlendirmeleri belgelemesini istemek gerekmektedir. Bu doktorun görevleri arasında değildir, bu nedenle sizin bunu doktora hatırlatmanız herhangi bir dava durumunda kanıt olarak çok yararlı olabilir.

Hastalık sigortası olmayan kişiler mültecilere yardım eden kuruluşlara başvurabilirler.

Unutulmaması gereken noktalardan biri de saldırı izleri taşıyan kıyafetlerin ve iç çamaşırlarının mümkün olduğunca ilk haliyle saklanması gerektiğidir.

Polise Başvuru

Suç duyurusu için:

- 110 numaralı telefonu arayabilir ya da en yakın karakola gidebilirsiniz.
- Direk olarak polisin Tiergarten semtindeki Keithstrasse 30 numarada bulunan LKA 413 (Landeskriminalamt) adresinde ifadenizi verirseniz, bir kaç kez ifade vermekten kaçınmış olursunuz. Bu adreste ifadeniz ayrıntılı olarak alınır ve polis memurları hazırlık tahkikatı başlatır. Eğer önce başka bir polis şubesinde ifade verdiyseniz, daha sonrasında cinayet zabıtasına gönderilirsiniz.
- Direk olarak savcılığa başvurabilirsiniz.

Şikayetinizi polise yazılı olarak da verebilirsiniz. Ancak bu durumda savcılığa çağrıldığınızda şahsen ifade vermeniz gerekebilir.

Aile içi tecavüz veya hayat arkadaşı ilişkilerinde tecavüz de bir suçtur. Evli olduğunuz halde eşiniz tarafından tecavüze uğradıysanız suç duyurusunda bulunabilirsiniz. Polis böyle bir durumda ifadenizi alıp tahkikat başlatmak zorundadır.

Eğer polise gitmeye tereddüt ediyorsanız, **LARA'**ya danışabilir ve bu konuda ayrıntılı bilgi edinebilirsiniz, çünkü suç duyurusunda bulunmak tecavüzden hemen sonra olması gereken bir şey değildir.

Suç duyurusunda bulunduğunuz andan itibaren olay artık kamu davası niteliği kazandığından şikayetinizi geri almaya hakkınız yoktur.

Polisteki Haklarınızı

- Bir kadın polis tarafından sorgulanmak isteme hakkı
- Tercüman isteme hakkı
- Avukat veya olaya tanık olmamış güvendiğiniz başka birini çağırma hakkı
- Size tuhaf gelen veya olayla ilgili olmadığını düşündüğünüz bir soruyu reddetme veya neden bu tip sorunun yöneltildiğini bilme hakkı
- Sorular karşısında bitkin düşmeniz halinde sorgulamaya ara verme hakkı
- Kötü bir davranışla karşı karşıya bulunduğunuzu hissettiğiniz takdirde sorgulamayı kesip direk olarak savcılığa başvurma hakkı

İfadenize uygun olmadığını düşündüğünüz noktaları düzelttikten sonra ifadenizi imzalayınız. Ayrıca gerektiğinde ifadenizin ana dilinize çevrilmesi zorunludur.

Eğer olay mahkemeye aksederse, siz hem tanık hem de zarar gören şahıs konumunda olacağız. Ayrıca bir avukatın yardımıyla savcılıkla birlikte davacı olabilirsiniz. Böyle bir durumda avukat masraflarını karşılamamız gerekmez.

Şoku Atlama Dönemi

Tecavüze uğramış bir kadının, yabancı yada tanıdık biri tarafından olsun, şoka girmesi doğaldır:

- Kendinizi saatler veya günler süren bir süre için normal günlük yaşantınızın dışına atılmış hissedebilirsiniz.
- Kendinizi sürekli olarak sinirli, gergin, üzgün veya bitkin hissedebilir veya uyuşturulmuş veya donuk bir şekilde kalmış hissedebilirsiniz.

İlk şok atlatıldıktan sonra bile zaman zaman uyku bozuklukları ve kabuslarla karşılaşabilir, uzun bir süre boyunca sanki her an yeniden kötü bir şey olacaktı gibi korkulu ve gergin bir ruh haline girebilirsiniz.

Buna benzer duygular bir kaç hafta veya bir kaç ay sonra kendiliğinden yok olmaya başlar. Kendinizi güven içerisinde hissettiğiniz bir ortam bu süreçte size yardımcı olabilir. Şunu unutmamanız gerekir ki, bedeninizin ve ruhunuzun tehlikenin atlatılmış olduğunu anlaması için zamana ihtiyacı vardır.

Bu durumda güvendiğiniz ve size gerçek anlamda yardımcı olacağını düşündüğünüz, sorunlarınıza titizlikle ve samimiyetle eğilen bir çevre size istediğiniz her türlü desteği verebilir. Ayrıca bu dönemde kendiniz de kendi ihtiyaçlarınıza daha çok özen gösterebilir, daha önceki yaşantınızdaki zor anlarda veya kriz durumlarında size yardımcı olan etkenleri hatırlamaya çalışabilirsiniz.

LARA'ya saldırıya uğramış kadına destek olan insanlar da danışabilir.

Önemli Telefon Numaraları

LARA – Tecavüze ve saldırıya uğramış kadınlara yardım derneği Pazartesi-Cuma: 9-18 arası	216 88 88
Kriz anında kadınlara yardım	615 42 43
Netzwerk – zihinsel ve bedensel engelli kadınlar için danışma	617 091 67 617 091 68
Sevici/Lezbiyen kadınlar için danışma	215 20 00
BİG – Hotline der Berliner Initiative gegen häusliche Gewalt (Aile içi şiddete uğrayan kadınlara gece-gündüz telefon danışmanlığı)	611 03 00
TARA – Beratungsstelle	787 183 40
Kadınlar için kendini savunma kursu	781 94 32
Urban Hastanesi Dieffenbachstr.1, 10967 Berlin	697 26 241
Benjamin Franklin Kliniği, İlk Yardım Klingsorstr. 107, 12203 Berlin	84 45 30 25
LKA 413 Keithstr. 30, 10787 Berlin	46 64-0
Savcılık Turmstr. 91, 10557 Berlin	90 14-0
Mültecilere tıbbi yardım bürosu Pazartesi/Perşembe 16.30-18.30 arası	694 67 46

LARA Çalışanları

Hangi biçimde olursa olsun cinsel saldırı ve şiddete uğramış kadınların haklarını korumak, onları ne yapmaları gerektiği konusunda bilgilendirmek ve manevi destek vermek amacıyla kurulmuştur.

Başınıza gelen tecavüz olayı ister yeni isterse de üzerinden uzun bir süre geçmiş olsun, zaman aşımına uğradığınızı düşünmeksizin **LARA**'ya başvurabilirsiniz. Tercüman aracılığıyla sorunlarınızı açabileceğiniz gibi sınıf ayrımı gözetmeksizin de kadınlarımıza yardımcı olmaya çalışacağımıza emin olabilirsiniz.

Mekanımıza ne yazık ki tekerlekli sandalyeyle girilemiyor, bu nedenle tekerlekli sandalye kullanan kadınlarımıza başka bir mekanda ilgilenilmektedir.

Danışma ücretsiz olduğu gibi sizi herhangi bir yükümlülük altına sokmayıp anonim de kalacaktır.

Hizmetlerimiz:

- Telefonla ve şahsen danışma
- Kriz ve bunalım durumlarında destek
- Kısa süreli terapi
- Polise başvuruda ve dava sürecinde eşlik etme
- Avukatlar aracılığıyla hukuki konularda aydınlatma
- Doktor, psikolog ve avukat sağlama
- Grup terapisi
- Aile bireyleri ve yakınlarla saldırıya uğramış kadına nasıl yardımcı olabilecekleri konusunda aydınlatma
- Diğer meslek dalları için mesleği geliştirici eğitim (Fortbildung)

LARA Kadınlara Uygulanan Cinsel Taciz ve Şiddet Karşıtları Derneği kamu derneği statüsündedir.
Hesap No: 3 26 68 01 · BFS Bank · BLZ 100 205 00

216 88 88

Bir Saldırıya Veya Tecavüz Sonrasında Yapabilecekleriniz

LARA

**TECAVÜZE UĞRAMIŞ KADINLAR İÇİN
KRİZ VE DANIŞMA MERKEZİ**

TEMPELHOFER UFER 14

10963 BERLIN - KREUZBERG

E-mail-Beratung: Beratung@Lara-Berlin.de

Homepage: www.Lara-Berlin.de

