

## Si të RUHENI në MB

*Një broshurë për fëmijë dhe të rinj azil-kërkues me informacion rreth abuzimit dhe dhunës seksuale*

## *Përmbajtja*

Për çfarë është kjo broshurë dhe kush duhet ta lexojë? .....	2
Çfarë është abuzimi seksual dhe dhuna seksuale? .....	3
Çfarë thotë ligji Britanik për seksin, abuzimin dhe dhunën seksuale? .....	3
Kush mund t'ju abuzojë apo dhunojë seksualisht? .....	4
Përse mund të jeni në rrezik nga abuzimi apo dhunimi seksual? .....	4
Si mund ta dini kur jeni në rrezik nga abuzimi apo dhunimi seksual? .....	5
Çfarë duhet të bëni nëse ndiheni të rrezikuar nga abuzimi apo dhunimi seksual? .....	5
Po sikur t'ju ketë ndodhur diçka tashmë apo ju ndodh në të ardhmen? .....	6
A duhet të vizitoheni nga mjeku nëse jeni abuzuar apo dhunuar seksualisht? .....	6
Çfarë mund të ndodhë nëse informoni policinë? .....	7
Çfarë të bëni nëse jeni tepër të frikësuar për t'i thënë ndokujt? .....	7
Njerëz që mund t'ju ndihmojnë nëse jeni të shqetësuar për abuzim apo dhunim seksual .....	8

## *Për se është kjo broshurë dhe kush duhet ta lexojë?*

Kjo broshurë është për fëmijë dhe të rinj që kanë ardhur në Britani për të kërkuar azil, sidomos për ata që arrijnë pa prindër apo kujdestarë të tjerë të rritur. Është për fëmijë dhe të rinj me moshë 11 vjeç e sipër.

Së pari, mirë se vini në Britani! Na vjen keq që nuk kishit mundësi të qëndronit jashtë rrezikut në shtetin tuaj. Edhe pse atje jeta mund të ketë qenë e vështirë, ndoshta fillimisht edhe këtu nuk do ta keni të lehtë të adaptoheni me jetën. Do t'ju duhet të mësoni gjuhën angleze si dhe mënyrën Britanike të të jetuarit. Gjithashtu, duke qenë të rinj, këtu mund të mos jeni në dijeni të rreziqeve që mund t'i përballeni apo të ndihmës që mund të gjeni.

Shumica e njerëzve që do të takoni këtu në Britani do jenë të mirë të dashur dhe ju do të jeni në gjendje tu besoni atyre. Megjithatë, si kudo nëpër botë, ekzistojnë dhe njerëz që bëjnë gjëra të këqija, sidomos mund të ketë nga ata që duan t'ju abuzojnë apo dhunojnë seksualisht. Kjo broshurë ju tregon se çfarë do të thotë kjo. Gjithashtu ju tregon për gjëra që e rrisin këtë rrezik dhe se si të merrni ndihmën e duhur për të parandaluar abuzim apo dhunim seksual ndaj jush. Ju tregon se çfarë mund të bëni nëse ju ndodh juve. ***Edhe pse nuk duam t'ju merakosim, mund t'ju ndihmojmë fakti që i njihni rreziqet si dhe që jeni në dijeni të njerëzve që mund t'ju ndihmojnë.***

### ***Çfarë është abuzimi dhe dhuna seksuale?***

Abuzimi seksual ndodh kur dikush i bën diçka seksuale dikujt që nuk e dëshiron këtë apo që nuk e di kuptimin e asaj që po ndodh. Këto mund të jenë akte si për shembull prekja e trupit apo pjesëve të trupit të një personi në mënyrë seksuale apo detyrimi i dikujt që të shohë filma seksuale. Disa dhunues i ofrojnë dhurata apo favore fëmijëve ose të rinjve për t'i shtyrë ata që të bëjnë gjëra seksuale. Dhunimi seksual përfshin përdhunimin dhe akte të tjera seksuale, shpeshherë kryer në mënyrë të dhunshme. Këto gjëra mund t'ju kenë ndodhur juve apo njerëzve që ju njihni në shtetin tuaj. Fatkeqësisht, ndodh edhe këtu, ndaj vajzave dhe djemve. ***Abuzimi dhe dhuna seksuale mund t'i lëndojë fëmijët apo të rinjtë. Është e drejta juaj që të jeni të mbrojtur nga këto.***

### ***Çfarë thotë ligji Britanik për seksin, abuzimin dhe dhunën seksuale?***

Këtu në Britani është e ligjshme kryerja e marrëdhënieve seksuale me persona të seksit të kundërt apo dhe të të njëjtit seks, nëse të dy janë 16 vjeç e sipër dhe nëse të dy janë dakord. Është e jashtëligjshme kryerja e marrëdhënieve seksuale me fëmijë nën 16 vjeç (17 në Irlandën e Veriut). Këtu përfshihen dhe aktet që nuk përfshijnë prekje. Gjithashtu është e jashtëligjshme për të rriturit që punojnë me fëmijë, si mësuesit, të bëjnë gjëra seksuale me ata për të cilët kujdesen e që janë nën 18 vjeç. ***Pavarësisht nga mosha juaj, ju keni të drejtë t'i thoni 'jo' kryerjes së akteve seksuale me të tjerë, kushdo qofshin ata.***

## ***Kush mund t'ju abuzojë apo dhunojë seksualisht?***

Edhe pse në të shumtën e rasteve ata që abuzojnë seksualisht fëmijët janë meshkuj, ekzistojnë edhe femra të tilla. Shumica e abuzuesve seksualë zgjedhin vajza apo djem më të rinj në moshë ose më të dobët në një mënyrë apo tjetër. Disa abuzojnë bashkëmoshatarë apo më të mëdhenj. Disa herë personat që kujdesen për fëmijë apo që punojnë me ta janë abuzuesit e tyre seksualë. ***Edhe pse lloje të ndryshëm njerëzish abuzojnë apo dhunojnë fëmijët seksualisht, shumica nuk e bëjnë këtë. Shumica e të rriturve dëshirojnë t'ju mbrojnë nga ky rrezik nëse ata e dinë që ju kanoset.***

## ***Përse mund të jeni në rrezik nga abuzimi apo dhunimi seksual?***

Është e mundur që të ndiheni të vetmuar këtu pa familjen, sidomos gjatë muajve të parë. Për këtë arsye mund t'ju nevojitet shumë përkujdesje, vëmendje dhe ndihmë praktike. Mund t'ju nevojitet më tepër nga të rritur bashkatdhetarë të cilët e njohin mënyrën tuaj të jetuarit apo gjuhën tuaj. Kjo mund t'ju vërë në rrezik nga dhuna seksuale. Faktorë të tjerë që e rrisin rrezikshmërinë janë të qenit i ri apo e re në moshë, femër si dhe i ri apo e re në Britani. Gjithashtu rrezikshmëria juaj mund të rritet duke mos qënë në dijeni të rreziqeve që ju kanosen nga abuzimi apo dhuna seksuale si dhe të drejtën tuaj për mbrojtje. ***Mënyra më e mirë është që t'i takoni shokët dhe shoqet e reja në vende publike ku jeni jashtë rrezikut deri sa të jeni të sigurtë që mund t'ju besoni atyre.***

### ***Si mund ta dini kur jeni në rrezik nga abuzimi apo dhunimi seksual?***

Për shembull mund të takoni dikë që ju bën të mos ndiheni rehat për shkak të mënyrës se si ju shikojnë apo trajtojnë, ose një person më i rritur ju jep shumë dhurata apo bën shumë gjëra të këndshme për ju. Gjithashtu grupe çunash apo të rinjsh mund të grumbullohen afër zonës ku banoni dhe të thonë gjëra seksuale apo të mundohen t'ju prekin. ***Besojini ndjenjave tuaja nëse mendoni se dikush synon t'ju abuzojë apo dhunojë seksualisht. Është më mirë të ruheni sesa të bëheni pishman.***

### ***Çfarë duhet të bëni nëse ndiheni të cënuar nga abuzimi apo dhunimi seksual?***

Ka mundësi që ata që duan t'i abuzojnë apo dhunojnë fëmijët seksualisht të mos e bëjnë këtë nëse mendojnë se nuk do të mbahet sekret. Prandaj është e rëndësishme që në qoftë se ndjeheni të cënuar nga abuzim apo dhunë seksuale, t'i thoni të rriturit më të besuar. Për shembull, mund t'i thoni një punonjësi social, një punonjësi tjetër, një kujdestari apo një mësuesi. Këta persona duhet të kujdesen për shëndetin dhe sigurinë tuaj. Në qoftë se mendoni se nuk mund t'i shprehni atyre apo keni një problem me ta, atëherë duhet të merrni ndihmë diku tjetër. Të rriturit duhet të bëjnë diçka për t'ju shpëtuar. Në fund të kësaj broshure, kemi bërë një listë të vendeve ku mund të merrni ndihmë dhe mbështetje, por ka dhe vende të tjera. ***Tregojini vazhdimisht të rriturve rreth frikës suaj nga abuzimi apo dhunimi seksual deri sa të bëjnë diçka që ju bën të ndiheni më të sigurtë.***

### ***Po sikur t'ju ketë ndodhur diçka tashmë apo ndodh në të ardhmen?***

Nëse ju ndodh, mund të ndiheni më mirë nëse i thoni një shoku apo shoqeje rreth kësaj, por ndoshta ata nuk kanë se si t'ju ndihmojnë. Prandaj është e rëndësishme që t'i tregoni një të rrituri të besuar, si për shembull një mësuesi apo punonjësi social, sa më shpejt që të keni mundësi. Ata mund të bejnë diçka për ta ndaluar së ndodhuri sërish dhe mund të sigurohen që merrni gjithë ndihmën e duhur. Duke i thënë një të rrituri juve gjithashtu parandaloni që kjo t'i ndodhë fëmijëve të tjerë. ***Mbani mend që në qoftë se dikush ju abuzon apo dhunon seksualisht, nuk është faji juaj. Ju jeni fëmijë dhe keni të drejtë të jeni të mbrojtur.***

### ***Duhet të vizitoheni nga mjeku nëse jeni abuzuar apo dhunuar seksualisht?***

Varet nga ajo që ndodh por mund t'ju nevojitet trajtim mjekësor apo thjeshtë dikush për të bashkëbiseduar. Mund t'ju duket e vështirë që të bisedoni me një doktor apo infermiere rreth abuzimit apo dhunës seksuale, por atyre i nevojiten që të dinë ç'ka ndodhur në mënyrë që t'ju japin trajtimin e duhur. Nëse nuk flisni anglisht mirë sigurohuni që ata ta dinë këtë. Ata mund të kërkojnë për dikë që flet gjuhën tuaj që t'ju ndihmojë gjatë vizitës me doktorin. Ky person duhet ta mbajë sekret atë që i thoni mjekut apo infermieres. ***Abuzimi apo dhuna seksuale mund të shkaktojë probleme fizike dhe mund të jenë shumë shqetësuese. Duke i thënë mjekut menjëherë pasi ka ndodhur bëni një veprim shumë të zgjuar.***

### ***Çfarë mund të ndodhë nëse informoni Policinë?***

Mund të telefononi Policisë (nëpërmjet 999) apo të flisni me një polic në një stacion policie në çdo kohë nëse mendoni se jeni në rrezik nga abuzimi apo dhunimi seksual. Ata do t'ju ndihmojnë që të jeni të mbrojtur. Duhet t'i thoni nëse ju ka ndodhur edhe nëse ka ndodhur para shumë kohe. Mund të preferoni që një punonjës social apo një i rritur tjetër të cilit i besoni tu tregojë atyre më parë. Policia ka policë të veçantë për të ndihmuar njerëz të abuzuar apo dhunuar seksualisht. Do ju trajtojnë me dashamirësi dhe respekt. Megjithatë mund t'ju ndihmojë që të merrni me vete për mbështetje dikë të besuar. Mund të kërkonte të flisno me një police femër nëse dëshironi. Gjithashtu mund të keni prezent një përkthyes nëse nevojitet. ***Informimi i Policisë (apo çdokujt tjetër) rreth abuzimit apo dhunimit seksual ndaj jush nuk ka asnjë efekt mbi të drejtën tuaj për të qëndruar në Britani.***

### ***Çfarë të bëni nëse jeni tepër të frikësuar për t'i thënë ndokujt?***

Mund t'ju vijë turp t'i thoni të tjerëve për abuzimin apo dhunimin seksual. Gjithashtu mund të keni frikë për atë që të tjerët mund të mendojnë për ty, apo ç'mund të bëjnë. Abuzuesi juaj mund t'ju ketë paralajmëruar që të mos thoni. Ose mund të jeni të frikësuar se po të tregoni mund t'ju kthejnë në shtetin nga keni ardhur (edhe pse kjo nuk shkakton dot kthimin apo deportimin tuaj). Nëse nuk mendoni se mund të flisni me dikë ballë për ballë, mund të telefononi dikë në një nga numrat më poshtë. Nuk keni pse ta jepni emrin tuaj nëse nuk dëshironi, por është më mirë që të pyesni rreth rregullave të tyre për

konfidencialitetin. *Ka të rritur me të cilët mund të flisni rreth abuzimit apo dhunës seksuale të cilët do t'ju ndihmojnë. Është e drejta juaj të jeni të mbrojtur.*

### *Njerëz që mund t'ju ndihmojnë nëse jeni të shqetësuar për abuzim apo dhunim seksual*

**Qendra për Referim të Dhunës Seksuale:** Këto janë qendra anë e mbanë vëndit për njerëz, perfshi fëmijë, që janë dhunuar seksualisht. Japin ndihmë dhe këshilla mjekësore si dhe mbështetje praktike dhe emocionale. Nuk është e nevojshme që t'i keni thënë Policisë më parë për atë që ka ndodhur. Disa qendra kanë përkthyes për t'ju ndihmuar nëse nuk flisni anglisht.

Nëse jetoni jashtë Londre, ju lutemi të pyesni një të rrituar të besuar, si për shembull punonjësin tuaj socialë apo mjekun tuaj për numrin dhe detaje të Qendrës më së afërt të Referimit të Dhunës Seksuale. Pastaj mund t'ju referojnë ose mund të referoni veten.

Deatjet e disa prej Qëndrave për Referim të Dhunës Seksuale janë:

**Haven - Camberwell**

King's College Hospital, Denmark Hill, London SE5

Tel: 020 3299 1599

**Haven - Paddington**

St Mary's Hospital, Praed Street, London W2  
Tel: 020 7886 1101

**Haven - Whitechapel**

The Royal London Hospital, Whitechapel Road, London E1  
Tel: 020 7247 4787

**Childline:** Telefononi 0800 1111 falas gjatë gjithë ditës dhe natës. Kjo është linjë për të ndihmuar fëmijët dhe të rinjtë e shqetësuar apo në rrezik. Të rritur të trajnuar ofrojnë ngushëllim, këshillim dhe mbrojtje.

**Samaritans:** Telefononi 08457 90 90 90 në çdo kohë të ditës apo natës me koston e një telefonate lokale. Samaritanët ofrojnë shërbim këshillues telefonik për persona të çdo grupmoshe të mërzitur emocionalisht. Mund t'i dërgoni e-mail gjithashtu në: [jo@samaritans.org](mailto:jo@samaritans.org)

**Policia:** Telefoni 999 falas gjatë gjithë ditës apo natës. Policia ka oficerë të specializuar për të ndihmuar personat e abuzuar apo dhunuar seksualisht. Mund të gjejnë përkthyes/e si dhe një police femër nëse është e nevojshme.

**The Ethiopian Community Centre in the UK (ECCUK)** (*Qendra e Komunitetit Etiopian në MB*): Kjo organizatë bamirëse ofron këshillim dhe informacion mbi gjëra si edukimi, emigracioni, strehimi, shëndeti dhe të drejtat tuaja. Gjithashtu organizojnë aktivitete kulturore. Adresa e tyre është: Selby Centre, Selby Road, London N17 8JN. Telefoni: 0208 801 9224. Faqja e internetit: [www.eccuk.org](http://www.eccuk.org)

*Pyesni një të rritur përgjegjës, si punonjës in tuaj social, nëse pranë jush ekziston një organizatë për grupin tuaj kulturor, ose kërkoni me internet.*

**Autorët:** Maggie Lay dhe Irena Papadopoulos,  
Research Centre for Transcultural Studies in Health, Middlesex University  
Charterhouse Building  
Archway Campus  
10 Highgate Hill  
London N19 5LW  
<http://www.mdx.ac.uk/www/rctsh/>

Në bashkëpunim me Alem Gebrehiwot nga Qendra e Komunitetit Etiopian në MB: Ethiopian  
Community Centre in the UK (ECCUK)

Financuar nga The Big Lottery  
*Publikuar nga Middlesex University*  
*Bramley Road*  
*London N14 4YZ*

E drejta e autorit © Research Centre for Transcultural Studies in Health, Middlesex  
University & the Ethiopian Community Centre in the UK (ECCUK)

*Korrik 2007*