

# ศูนย์ช่วยเหลือสำหรับการถูกการทำร้าย

สำหรับการละเมิดสิทธิทางเพศ และการใช้กำลังจากคนใกล้ชิด  
ความช่วยเหลือทางด้านการแพทย์ และการให้คำแนะนำคำปรึกษา

เปิดทำการทั้งวันทั้งคืน  
ไม่จำเป็นต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ตำรวจทราบ  
การรักษาจรยาบรรณในการทำงาน  
ฟรี



## การละเมิดสิทธิทางเพศ

เรียกกันว่าเป็นการละเมิดทางเพศถ้าหากว่าคุณถูกบังคับต้องมีการร่วมเพศ  
ไม่ว่ามีการใช้กำลัง พฤติกรรมขู่บังคับ หรือถ้าสมมติว่าคุณไม่สามารถต่อต้าน  
การกระทำ

ทั้งนี้หมายความว่าไม่ว่าคุณจะมีสติสัมปชัญญะ มีเงินมีมา หรือนอนหลับ



## การถูกการใช้กำลังจากคนใกล้ชิด

การถูกการใช้กำลังจากคนใกล้ชิดรวมถึงการทำร้ายร่างกาย และการทำร้ายจิตใจ หรือคำขู่ ข่มขู่จากครอบครัว และผู้คนที่คุณมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกัน

คุณรู้สึกกลัว คุ้มครองของคุณ บุตรของคุณ หรือคนอื่นที่อยู่รอบตัวคุณหรือไม่  
คุณเคยถูกขู่ ข่มขู่ถึงชีวิต ถูกการทุบตี หรือคุณกลัวว่าคุณจะถูกหรือไม่

คุณเคยถูกการบังคับต้องมีการร่วมเพศโดยไม่เป็นความสมัครใจของคุณจากคู่  
ครองของคุณ  
หรือคนอื่นที่อยู่รอบตัวคุณหรือไม่

คุณถูกการควบคุม เช่น ขาดสิทธิ์ในการที่จะบริหารเงินส่วนตัว  
ขาดสิทธิ์ในการติดต่อกับครอบครัว หรือเพื่อนหรือไม่ มีการบอกเสมอว่าคุณไร้  
คุณค่าหรือไม่

คุณมีบุตรหรือไม่ บุตรซึ่งเคยเป็นพยานมองเห็นการใช้กำลังภายในครอบครัว  
เป็นการเผชิญหน้ากับความทุกข์ใจร้ายแรง  
ซึ่งสามารถทำให้มีเสียงมากขึ้นที่จะมีอาการหวาดกลัว หดหู่ใจ หรือปัญหาทาง  
ด้านพฤติกรรม



## ศูนย์มีบริการดังต่อไปนี้

- ความช่วยเหลือด่วน
- การสนทนาในสถานที่ปลอดภัย
- การตรวจเช็คทางการแพทย์ถ้าหากว่ามีข้อสงสัยว่าได้รับบาดเจ็บ การติดเชื้ และการตั้งครรภ์
- การตรวจเช็คนิติเวชศาสตร์เพื่อรักษาหลักฐานไว้
- ความช่วยเหลือในการติดต่อกับตำรวจ
- ความช่วยเหลือ ถึงแม้ว่าการทำร้ายเกิดขึ้นในอดีต
- ความช่วยเหลือในการติดต่อกับทนายความ (ฟรี) ไม่จำเป็นต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ตำรวจทราบ
- การให้ข้อมูลเกี่ยวกับการติดตาม และบริการ บ้านพักฉุกเฉิน และหน่วยงานต่าง ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือ



ไม่จำเป็นต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ตำรวจทราบ  
คุณสามารถเลือกเองว่าคุณอยากจะได้รับบริการทั้งหมด หรือ  
แค่บางส่วนเท่านั้น

ถ้าหากว่าคุณต้องการ คุณสมารถพาคนอื่นมาด้วย



## ปฏิกิริยาโต้ตอบธรรมชาติ

การอยากจะทำน้ำ และเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นปฏิกิริยาโต้ตอบธรรมชาติหลังจาก  
ถูกการทำร้าย  
ถ้าคุณทำเช่นนั้นคุณสามารถทำให้หลักฐานหายไป ทางที่ดีควรติดต่อขอความช่วยเหลือด่วน

คุณน่าจะรู้สึกว่าคุณอยากจะทำคนเดียว ทั้งนี้เป็นเรื่องที่น่าเข้าใจได้ แต่ที่สำคัญกว่านั้นคือ  
พูดคุยกับคนอื่นเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับคุณ

คนหลายคนน่าจะรู้สึกผิด หรือความละอายใจ แต่การทำร้ายเป็นความรับผิดชอบของผู้กระทำทั้งหมดฝ่ายเดียวเท่านั้น

หลักการสิทธิมนุษยชนของเราทุกคนคือการใช้  
ชีวิตที่ไร้การถูกการใช้กำลัง  
หรือกลัวว่าจะมีการถูกการใช้กำลัง

การถูกการทำร้ายสามารถเกิดขึ้นกับทุกคนได้  
ไม่ว่าอายุไหน หรือเพศไหน

โปรดติดต่อ



## บุคคลอื่นที่สามารถช่วยได้

ความช่วยเหลือให้กับคนที่มีความเสี่ยง

ศูนย์ฉุกเฉินการแพทย์

แพทย์ประจำตัว

สถานืออนามัย

Barnehuset

บ้านพักฉุกเฉิน

Dixi ressurscenter

ศูนย์สำหรับผู้ถูกการร่วมประเวณีกับญาติ

ตำรวจ โทร 02800

การปกป้องคนชรา โทรศัพทติดต่อแห่งชาติ โทร 800 30 196

โทรศัพทฉุกเฉินสำหรับชนกลุ่มน้อย โทร 800 80 887

สำนักงานให้คำปรึกษาสำหรับคนที่ตกเป็นเหยื่อจากอาชญากรรม

โทร 815 20 077

ศูนย์ต่อต้านการร่วมประเวณีกับญาติ และละเมิดสิทธิทางเพศ

โทร 800 57 000



ความช่วยเหลือสำหรับผู้กำลัง

ทางเลือทางอื่นแทนที่จะใช้

กำลัง

โปรแกรมสำหรับการควบคุมความ

โกรธ

ข้อมูลในอินเทอร์เน็ต

[www.legevaktmedisin.no](http://www.legevaktmedisin.no)

[www.Overgrepsmottak.net](http://www.Overgrepsmottak.net)

[www.nkvts.no](http://www.nkvts.no)

[www.krisesenter.com](http://www.krisesenter.com)

[www.norskkrisesenterforbund.no](http://www.norskkrisesenterforbund.no)

[www.fmsso.no](http://www.fmsso.no)

[www.dixi.no](http://www.dixi.no)



ในทุกจังหวัดจะมีศูนย์สำหรับการถูกทำร้าย

รายการเปิดดูได้ที่  
[www.Overgrepsmottak.net](http://www.Overgrepsmottak.net)

## ศูนย์ช่วยเหลือสำหรับการถูกการทำร้าย

Arendal: 815 32 999

Asker og Bærum: 06780

Bergen: 55 56 87 60

Bodø: 75 55 70 00

Drammen: 32 26 90 00

Elverum: 06200

Fredrikstad: 69 36 78 70

Førde: 57 83 92 39 / 901 52 492

Gjøvik: 61 13 70 00

Hammerfest: 78 41 20 00

Harstad: 77 06 30 00/77 01 50 50

Haugesund: 05253

Kristiansand: 38 07 69 00

Kristiansund: 71 12 13 60

Levanger: 74 08 00 00

Molde: 71 12 13 30

Oslo: 23 48 70 90

Sandefjord: 33 45 67 00

Skien: 35 00 25 00

Stavanger: 902 40 200/51 51 02 02

Tromsø: 77 62 80 00

Trondheim: 72 57 12 12

Ålesund: 70 14 31 13





ใบปลิวฉบับนี้ถูกจัดขึ้นโดย Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin  
[www.legevaktmedisin.no](http://www.legevaktmedisin.no)

งบประมาณจาก กรมสาธารณสุข