

תמיכה בנפגעי מתקפות טרור שהתרחשו מחוץ לבריטניה

פיצויים

כל מי שנפגעה/ה באופן ישיר ממתקפת טרור שהתרחשה מחוץ לבריטניה מוזמן/ת לברר את נוהל הגשת הבקשה לפיצויים דרך תוכנית הפיצויים לנפגעי טרור מחוץ לבריטניה (Overseas Terrorism Compensation Scheme - VOTCS). ניתן להתקשר לקו הסיוע של VOTCS שמספרו 0300 003 3601 או +44 (0) 203 684 2517 מחוץ לבריטניה, או לחפש: compensation for victims of terrorist attacks abroad באתר האינטרנט gov.uk. ניתן לבקש עזרה בנוגע לתביעה בקו הסיוע של VOTCS.

התמודדות עם תשומת לב תקשורתית

לאחר אירוע טרור ייתכן שעיתונאים ירצו לשוחח איתך. קשר מבוקר עם התקשורת עשוי להיות חוויה חיובית לעיתים. אבל איך חייבת לדבר עם עיתונאים אם אינך רוצה בכך. עיתונים רבים בבריטניה חברים ב- Independent Press Standards Organization (IPSO), האוסר עליהם לעסוק בהפחדה, בהטרדה או בפנייה מתמשכת. ניתן ליצור קשר עם IPSO בטלפון 0300 123 22 20. לעצות נוספות, היכנסו לאתר נפגעי הטרור שכתובתו מופיעה בשער העלון.

תמיכת עמיתים בטווח הארוך

The Tim Parry Johnathan Ball Foundation מנהלת רשת תמיכת עמיתים לנפגעי טרור, ומפגישה בין ניצולים כדי לאפשר שיתוף ותמיכה. השירות חינמי וחשאי. הוא זמין לכל תושבי בריטניה שחוו טרור בבריטניה או מחוצה לה.

ניתן ליצור קשר עם קרן Tim Parry Johnathan Ball בדוא"ל support@timjon.org.uk, בטלפון 01925 581240 או באתר האינטרנט: <https://timparryjohnathanballfoundation.org.uk/>.

תמיכה בילדים

Childline מציע מידע וטיפים מקוונים להתמודדות עם פחדים של ילדים בעקבות אירועי טרור. המידע זמין בחיפוש " Childline terrorism support " באינטרנט. ילדים מוזמנים גם לקבל תמיכה של יועצים בטלפון 0800 1111.

קרנות צדקה

קרן הסיוע של הצלב האדום הבריטי (British Red Cross Relief Fund) מציעה סיוע מידי לפצועים קשה ולקרובים שכולים בעקבות מתקפת טרור מחוץ לבריטניה. הקרן מעניקה 3,000 פאונד כדי לעזור לאנשים מיד לאחר המתקפה - זה אינו פיצוי על סבלם של הקורבנות. כדי לבדוק את זכאותך, יש ליצור קשר עם צוות התגובה למשבר של הצלב האדום הבריטי - Response Team British Red Cross Crisis - בדוא"ל CRT@redcross.org.uk. אתר קורבנות הטרור, שכתובתו מופיעה בשער העלון, יכלול פירוט של קרנות צדקה נוספות שיציעו סיוע בימים ובשבועות שלאחר המתקפה.



עלון זה כולל מידע על אפשרויות לקבלת ייעוץ וסיוע בעקבות מתקפת טרור שהתרחשה מחוץ לבריטניה לאחר החזרה לבריטניה.

פרטים נוספים זמינים באתר victimsoterrorism.campaign.gov.uk המתעדכן באופן שוטף.



תמיכה רגשית ופרקטית

Victim Support

Victim Support מפעילה קו תמיכה אנונימי 24 שעות ביממה, שבעה ימים בשבוע, וצ'אט חי המציע תמיכה מומחים לכל מי שנפגע מטורר. Victim Support מציעה אפשרות לתמיכה מיידית וארוכת טווח באמצעות שירותים מקומיים, הזמינים בכל עת לאחר המתקפה.



אם שכלת קרוב משפחה מדרגה ראשונה באירוע רצח או הריגה, Victim Support תוכל לסייע לך באמצעות Homicide Service. באפשרותך לפנות ל-Homicide Service בעצמך או לקבל הפניה מסוכנות ממשלתית או מהמשטרה (לדוגמה, דרך ה-Family Liaison Officer שלך).

למידע נוסף, ניתן לקיים צ'אט חי באתר VictimSupport.org.uk או להתקשר בחינם לטלפון 0808 168 9111. ניתן לשירותך גם אתר HSsupport@victimsupport.org.uk של Homicide Service.

Samaritans

Samaritans מציעים תמיכה רגשית ומקום בטוח לשיחה בכל עת. מספר הטלפון של הארגון הוא 116 123 וניתן להתקשר אליו בחינם מכל טלפון. אפשר גם לשלוח דוא"ל ל-jo@samaritans.org.

תמיכה נפשית

תגובה רגשית לאירוע קשה כמו פגיעה טרור היא נורמלית ואנשים עשויים לחוות מגוון של רגשות בדרגות חומרה שונות. חשוב לזכור שמדובר בתגובות טבעיות להתמודדות עם אירועים קשים. למרות שהרגשות עלולים להיות מפחידים מאוד, סביר להניח שהתחושות ישתפרו עם הזמן.

אם את/ה חווה תחושות קשות, או שהרגשות הקשים מלווים אותך כבר יותר מ-4 שבועות, ייתכן שתזדקק/י לתמיכה נוספת. ל-NHS יש טיפולים שנועדו לעזור לאנשים להתמודד עם ההשפעות של אירועים קשים. יש להתייעץ עם רופא/ת המשפחה. ניתן גם להתקשר למספר 111 לקבלת ייעוץ רפואי לא דחוף.

ה-NHS הפיק עלון מידע המסביר איך את/ה יכול/ה לצפות שתרגיש/י בימים ובחודשים הבאים, וכיצד תוכל/י להבין טוב יותר את החוויה שלך ולשלוט בה במידה רבה יותר. ניתן למצוא את העלון בחיפוש "NHS coping with stress following a major incident" באינטרנט.



South London and Maudsley NHS Foundation Trust (SLAM)

משרד הפנים הסמיך את המרכז להפרעות חרדה וטראומה - The Centre for Anxiety Disorders and Trauma (CADAT) South London and Maudsley NHS Foundation Trust (SLAM) לספק תמיכה קלינית בבריאות הנפש, במיוחד לנפגעי טרור.

כל אדם מכל מקום בבריטניה יכול לקבל תמיכה בכל עת לאחר האירוע.

במידת הצורך, SLAM יוכל גם להפנות נפגעי טרור לשירותי תמיכה פסיכולוגית מקומיים או מתמחים.

ניתן ליצור קשר ישירות עם המרפאה בדוא"ל survivorsofterrorism@slam.nhs.uk או בטלפון שמספרו 0800 0902371.

שירותים אזוריים

אם את/ה גר/ה באנגליה, את/ה מוזמן/ת ליצור קשר עם שירותי ה-NHS Talking Therapies המקומיים שלך כדי לקבל אבחון לטיפול פסיכולוגי של NHS. מידע על שירותי NHS Talking Therapies המקומיים שלך נמצא ב-nhs.uk ובחיפוש באינטרנט: "NHS Talking Therapies".

אם את/ה גר/ה בצפון אירלנד וזקוק/ה לתמיכה פסיכולוגית לאחר שהיית עד/ה לטרור, צור/צרי קשר בדחופות עם רופא המשפחה שלך. אם נראה לך שאת/ה או אדם מכיר/ה נמצאים במשבר נפשי, צור/צרי קשר מידי עם Lifeline בטלפון 0808 808 8000.

אם את/ה גר/ה בסקוטלנד, קו הסיוע Victim Support Scotland (VSS) שמספרו הוא 0800 165 1985 פתוח בימים שני עד שישי בין השעות 20:00-8:00 ובשבת בין השעות 13:00-9:00 (GMT). צ'אט אינטרנט חי פועל כעת גם ב-www.victimsupport.scot.nhs.uk. בהתאם לנסיבות הצורך שלך בתמיכה או ביעוץ, ניתן ליצור קשר עם הקו החם למשפחות שכולות כתוצאה מפשע - VSS's Support for Families Bereaved by Crime (SFBC) של שירות SFBC: sfbc@victimsupportscot.org.uk או בטלפון השירות של SFBC: 0141 260 5943.

קו הסיוע של ויילס לנפגעי טרור - Wales Terrorist Attack Support Helpline - מציע שיחה אנונימית, תמיכה רגשית והכוונה. התקשר/י בחינם למספר 0800 107 0900 או שלח/י מסרון עם המילה "help" ל-81066.