

 **ПОМОЩЬ ДЛЯ ЖЕНЩИН, ПОПАВШИХ В БЕДУ**
КОМЬЮНИТИ-ЦЕНТР ДЛЯ БЕЗДОМНЫХ ЖЕНЩИН
+7-981-791-41-83 <http://wearehomeless.tilda.ws/>

ст.м. Владимирская, ул. Рубинштейна, 25

(безопасное пространство, бесплатное жилье, психологическая помощь, стрижка, шитье, занятия бисером, оплата проезда, мобильной связи, адресная помощь)

Кураторка: Евгения Кузинер

ср
13.00-22.00
 **ПОМОЩЬ ДЛЯ ЖЕНЩИН, ПОПАВШИХ В БЕДУ**
КОМЬЮНИТИ-ЦЕНТР ДЛЯ БЕЗДОМНЫХ ЖЕНЩИН
+7-981-791-41-83 <http://wearehomeless.tilda.ws/>

ст.м. Владимирская, ул. Рубинштейна, 25

(безопасное пространство, бесплатное жилье, психологическая помощь, стрижка, шитье, занятия бисером, оплата проезда, мобильной связи, адресная помощь)

Кураторка: Евгения Кузинер

ср
13.00-22.00
СПБ ГБУ «КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ»
8 (812) 713-13-19 <http://pomogaemmamam.ru/>

Телефон доверия, запись на приём к специалистам (психолог, психотерапевт, специалист по социальной работе, юрист)

еж
09.00-21.00
СПБ ГБУ «КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ»
8 (812) 713-13-19 <http://pomogaemmamam.ru/>

Телефон доверия, запись на приём к специалистам (психолог, психотерапевт, специалист по социальной работе, юрист)

еж
09.00-21.00
«ИНГО. КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ЖЕНЩИН»
8 (812) 327-30-00 <https://crisiscenter.ru/>

Окажут помощь и проконсультируют по юридическим вопросам

Консультации психолога

Консультации юриста

еж
11.00-18.00
пн-пт,вс
сб
«ИНГО. КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ЖЕНЩИН»
8 (812) 327-30-00 <https://crisiscenter.ru/>

Окажут помощь и проконсультируют по юридическим вопросам

Консультации психолога

Консультации юриста

еж
11.00-18.00
пн-пт,вс
сб
БЕСПЛАТНЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН, ПОДВЕРГШИХСЯ ДОМАШНЕМУ НАСИЛИЮ
8-800-7000-600 **Круглосуточно**
БЕСПЛАТНЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН, ПОДВЕРГШИХСЯ ДОМАШНЕМУ НАСИЛИЮ
8-800-7000-600 **Круглосуточно**
 **ПОМОЩЬ БЕРЕМЕННЫМ ЖЕНЩИНАМ И МАТЕРЯМ**
ЦЕНТР ЗАЩИТЫ МАТЕРИНСТВА САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЙ ЕПАРХИИ
Телефон доверия 8 (921) 772-34-44 <https://vk.com/czmspb>

Помощь с предметами по уходу за ребёнком (кроватьки, коляски, детские вещи, продукты питания).

СПБ ЦЕНТР «ЖИЗНЬ»
Телефон доверия 8 (911) 734-04-04 https://vk.com/life_center_spb

Психологическое сопровождение во время беременности и после родов, обеспечение вещами первой необходимости и продуктами питания.

ПРИЮТ МАТЕРИ И РЕБЁНКА «АРХАНГЕЛ» В ТОКСОВО
8 (921) 996-04-19 https://vk.com/arhangel_toksovo

Сопровождение беременных и родивших женщин, психологическая и социальная помощь, возможность устроиться в приют.

ПРИЮТ МАТЕРИ ТЕРЕЗЫ
8 (812) 272-01-86

Санкт-Петербург, ул. Жуковского, 18Б

**ОТДЕЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ «МАЛЕНЬКАЯ МАМА»
В СПБ ГБУ «КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ»**
8 (812) 376-74-91

Круглосуточный стационар для временного проживания несовершеннолетних матерей с младенцами и несовершеннолетних беременных, женщин с детьми до 3-х лет.

 **ПОМОЩЬ БЕРЕМЕННЫМ ЖЕНЩИНАМ И МАТЕРЯМ**
ЦЕНТР ЗАЩИТЫ МАТЕРИНСТВА САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЙ ЕПАРХИИ
Телефон доверия 8 (921) 772-34-44 <https://vk.com/czmspb>

Помощь с предметами по уходу за ребёнком (кроватьки, коляски, детские вещи, продукты питания).

СПБ ЦЕНТР «ЖИЗНЬ»
Телефон доверия 8 (911) 734-04-04 https://vk.com/life_center_spb

Психологическое сопровождение во время беременности и после родов, обеспечение вещами первой необходимости и продуктами питания.

ПРИЮТ МАТЕРИ И РЕБЁНКА «АРХАНГЕЛ» В ТОКСОВО
8 (921) 996-04-19 https://vk.com/arhangel_toksovo

Сопровождение беременных и родивших женщин, психологическая и социальная помощь, возможность устроиться в приют.

ПРИЮТ МАТЕРИ ТЕРЕЗЫ
8 (812) 272-01-86

Санкт-Петербург, ул. Жуковского, 18Б

**ОТДЕЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ «МАЛЕНЬКАЯ МАМА»
В СПБ ГБУ «КРИЗИСНЫЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ЖЕНЩИНАМ»**
8 (812) 376-74-91

Круглосуточный стационар для временного проживания несовершеннолетних матерей с младенцами и несовершеннолетних беременных, женщин с детьми до 3-х лет.

 **БЕСПЛАТНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

МОБИЛЬНАЯ КЛИНИКА “БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОЙ БОЛЬНИЦЫ” И СООБЩЕСТВА “КИНОНИЯ”

+7-952-230-03-49 <https://charityhospital.ru/>

Осмотр врача, медикаменты, очки, вакцинация (COVID-19, гриппа). Экспресс тестирование на ВИЧ, гепатиты В/С, сифилис. Консультация по социальным вопросам. Расписание работы можно узнать по телефону. **Звонок со вт-пт 18:00 - 22:00; сб 20:00-22:00; вс 9:30 - 14:00.**

СМС, WhatsApp, Telegram - в любое время.

 **БЕСПЛАТНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

МОБИЛЬНАЯ КЛИНИКА “БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОЙ БОЛЬНИЦЫ” И СООБЩЕСТВА “КИНОНИЯ”

+7-952-230-03-49 <https://charityhospital.ru/>

Осмотр врача, медикаменты, очки, вакцинация (COVID-19, гриппа). Экспресс тестирование на ВИЧ, гепатиты В/С, сифилис. Консультация по социальным вопросам. Расписание работы можно узнать по телефону. **Звонок со вт-пт 18:00 - 22:00; сб 20:00-22:00; вс 9:30 - 14:00.**

СМС, WhatsApp, Telegram - в любое время.

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР “ГУМАНИТАРНОЕ ДЕЙСТВИЕ”

+7-953-140-74-96 <https://haf-spb.org/>

ст.м. Петроградская, Каменноостровский проспект, д. 63 литера А

Прием терапевта, педиатра, хирурга, гинеколога, офтальмолога, дерматовенеролога, психотерапевта, психиатра. Анализы, лекарства, очки. Экспресс тестирование на ВИЧ, гепатиты В/С, сифилис. Консультация по социальным вопросам.

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР “ГУМАНИТАРНОЕ ДЕЙСТВИЕ”

+7-953-140-74-96 <https://haf-spb.org/>

ст.м. Петроградская, Каменноостровский проспект, д. 63 литера А

Прием терапевта, педиатра, хирурга, гинеколога, офтальмолога, дерматовенеролога, психотерапевта, психиатра. Анализы, лекарства, очки. Экспресс тестирование на ВИЧ, гепатиты В/С, сифилис. Консультация по социальным вопросам.

 **ЧТО ДЕЛАТЬ,
ЕСЛИ ВЫ ПОСТРАДАЛИ ОТ ФИЗИЧЕСКОГО И/ИЛИ СЕКСУАЛИЗИРОВАННОГО НАСИЛИЯ**

1. Сделайте всё возможное, чтобы оказаться **в безопасности**.
2. **Свяжитесь с родственниками, друзьями, волонтерами или любым кризисным центром**, указанным выше. Чем больше людей узнает о произошедшем и сможет Вас поддержать, сопроводить и обеспечить Вашу безопасность — тем лучше.
3. Если есть возможность, сразу **обратитесь в следственный комитет или полицию**. Если Вы обратитесь не сразу, у Вас всё равно обязаны принять заявление и выдать **талон-уведомление**. Потребуйте, чтобы Вас направили на **медицинское освидетельствование**.
4. В случае бездействия полиции или отказа в принятии заявления, Вы имеете право написать жалобу вышестоящим органам. При необходимости - проконсультируйтесь с юридической службой одного из центров, указанных выше.
5. Если Вы подверглись сексуализированному насилию — **не принимайте душ и не мойтесь**, прежде чем отправитесь на осмотр, иначе Вы смоете все следы преступления. Если есть возможность — **сфотографируйте телесные повреждения**, запишите, где, как и когда была проведена фотосъемка, укажите ФИО свидетелей. В течение 72 часов **обратитесь в центр СПИД для профилактики ВИЧ-инфекции. Горячая линия 8 (812) 955-27-00.**
Анонимный кабинет № 108, поликлиника Центра СПИД, Обводного канала, 179.
Пн – Пт: с 9:00 до 19:00
6. Если нет возможности обратиться в полицию, **Вы можете самостоятельно обратиться в травмпункт**, где вам не только окажут первую помощь, но и дадут справку — **акт о побоях**.
7. **Обратитесь к врачам в любом случае**, даже если кажется, что всё в порядке - часто последствия насилия могут быть запоздалыми (не ощущаться из-за шока, не проявляться на коже сразу).

 **ЧТО ДЕЛАТЬ,
ЕСЛИ ВЫ ПОСТРАДАЛИ ОТ ФИЗИЧЕСКОГО И/ИЛИ СЕКСУАЛИЗИРОВАННОГО НАСИЛИЯ**

1. Сделайте всё возможное, чтобы оказаться **в безопасности**.
2. **Свяжитесь с родственниками, друзьями, волонтерами или любым кризисным центром**, указанным выше. Чем больше людей узнает о произошедшем и сможет Вас поддержать, сопроводить и обеспечить Вашу безопасность — тем лучше.
3. Если есть возможность, сразу **обратитесь в следственный комитет или полицию**. Если Вы обратитесь не сразу, у Вас всё равно обязаны принять заявление и выдать **талон-уведомление**. Потребуйте, чтобы Вас направили на **медицинское освидетельствование**.
4. В случае бездействия полиции или отказа в принятии заявления, Вы имеете право написать жалобу вышестоящим органам. При необходимости - проконсультируйтесь с юридической службой одного из центров, указанных выше.
5. Если Вы подверглись сексуализированному насилию — **не принимайте душ и не мойтесь**, прежде чем отправитесь на осмотр, иначе Вы смоете все следы преступления. Если есть возможность — **сфотографируйте телесные повреждения**, запишите, где, как и когда была проведена фотосъемка, укажите ФИО свидетелей. В течение 72 часов **обратитесь в центр СПИД для профилактики ВИЧ-инфекции. Горячая линия 8 (812) 955-27-00.**
Анонимный кабинет № 108, поликлиника Центра СПИД, Обводного канала, 179.
Пн – Пт: с 9:00 до 19:00
6. Если нет возможности обратиться в полицию, **Вы можете самостоятельно обратиться в травмпункт**, где вам не только окажут первую помощь, но и дадут справку — **акт о побоях**.
7. **Обратитесь к врачам в любом случае**, даже если кажется, что всё в порядке - часто последствия насилия могут быть запоздалыми (не ощущаться из-за шока, не проявляться на коже сразу).