[Інформація про “гарячі лінії”, центри допомоги для потерпілих від насильства](https://vla.court.gov.ua/sud4802/gromadyanam/295/3)**.**

Якщо Ви опинились у складних життєвих обставинах, спричинених насильством чи його реальною загрозою, якщо стали жертвою торгівлі людьми, прагнете повернутися до нормальних умов життєдіяльності та потребуєте підтримки,

**знайте, Ви можете отримати підтримку та інформацію щодо подальших дій,  підтримку щодо вашої безпеки наступним чином:**

* Приєднайтесь до чат-боту **#Дій Проти Насильства** від МВС у Telegram надасть  інформацію щодо подальших дій,  підтримку  щодо вашої безпеки

**@police\_helpbot** ― чат-бот у Telegram від МВС

* **телефонуйте**за номером **тел.** [**050 670 9954**](https://www.google.com/search?q=%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9+%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%B9+%D1%86%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%80+%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%97+%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B8&rlz=1C1CHZL_enUA841UA841&oq=%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9+%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%B9+%D1%86%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%80+%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%97+%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B8&aqs=chrome..69i57.1438j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8)**- Волинський обласний центр соціально-психологічної допомоги у місті Луцьку,**Центр відчинено цілодобово
* бо зверніться до **Національної поліції України**за номерами телефонів:

**102**  або  **0800 500 202**

* або зателефонуйте:
* на **Національну дитячу «гарячу» лінію** за номерами телефонів:

**116 111** (безкоштовно з мобільних телефонів) або

**0800 500 225**(безкоштовно зі стаціонарних та мобільних телефонів).

Консультування проводиться з понеділка по п’ятницю з 12.00 по 16.00.

* **Національна дитяча «гаряча» лінія – для дітей та про дітей** приймає дзвінки від дітей та від дорослих, чиї запити стосуються дітей. На Національній дитячій «гарячій» лінії консультують компетентні у дитячих питаннях психологи, юристи соціальні працівники та соціальні педагоги. Основні теми, з яких консультують на Національній дитячій «гарячій лінії» – насильство над дітьми та жорстоке поводження з ними у сім’ї та з боку оточення, психологічні проблеми, негаразди у стосунках з дорослими та однолітками, майнові права дітей, питання встановлення опіки, а також булінг і безпека в Інтернеті.
* **Національна «гаряча» лінію з питань запобігання насильству в сім’ї, торгівлі людьми та гендерної дискримінації**, телефонуй за номерами телефонів:

**16 123** (безкоштовно з мобільних телефонів) або

**0800500335** (безкоштовно зі стаціонарних та мобільних телефонів).

На **Національній «гарячій» лінії з питань запобігання насильству в сім’ї, торгівлі людьми та гендерної дискримінації**  абоненти можуть отримати загальну інформацію щодо існуючої проблеми насильства у суспільстві та шляхів захисту своїх прав; фахову соціально-психологічну, юридичну (в тому числі судовий супровід) та інформаційну підтримку; консультації щодо порушення прав дитини (втягнення дітей до проституції, порнографії, насильство над дітьми) та шляхів їх вирішення; консультації щодо безпечної поведінки дітей в Інтернеті; номери телефонів дільничних інспекторів міліції, кримінальної міліції у справах дітей, центру соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді, служб у справах дітей а також громадських організацій, які надають допомогу постраждалим від домашнього насильства.

* **«Гаряча» лінія обслуговується Центром «Ла Страда-Україна».**

Лінії працюють анонімно, конфіденційно та безкоштовно.

* **Львівський обласний Центр соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді** **вул.. Чайковського, 17 м. Львів, тел.: +38 (032) 261-09-42**
* **зверніться до** місцевого управління у справах сім’ї та молоді або до центру соціально-психологічної допомоги; центру соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді; денного центру соціально-психологічної допомоги особам, які постраждали від домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі, мобільної бригади соціально-психологічної допомоги;
* **Єдиний контакт-центр системи безоплатної правової допомоги:  0800 213 103**

На сайті **Координаційного центру правової допомоги** [**legalaid.gov.ua**](http://legalaid.gov.ua/)  у розділі «Місцеві центри безоплатної правової допомоги» знаходяться контакти **центрів безоплатної правової допомоги.**

* **З інформацією стосовно власних дій, правилами безпеки у разі загрози фізичного, економічного, сексуального або психологичного насильства можна ознайомитись** на сторінці **Проекту, спрямованого на забезпечення потреб жінок та дівчат-підлітків, які постраждали від ґендерно-обумовленого насильства**«Розірви коло» за посиланням<http://rozirvykolo.org/>та на **сайті Громадської організації «Ла Страда – Україна»** за посиланням:[http://www.la-](http://www.la-strada.org.ua/ucp_mod_information_showcategory_3.html) [org.ua/ucp mod information showcategory 3.html.](http://www.la-strada.org.ua/ucp_mod_information_showcategory_3.html)

* За посиланням[**https://dismp.gov.ua/library**](https://dismp.gov.ua/library)на **сайті Державної установи «Державний інститут сімейної та молодіжної політики»** можна ознайомитися з інформаційними матеріалами щодо запобігання та протидії домашньому насильству.

**Центр соціально-психологічної допомоги**(далі – центр) є закладом, що надає соціальні послуги особам, які внаслідок стихійного лиха, збройних конфліктів, домашнього насильства та насильства за ознакою статі, торгівлі людьми або реальної загрози їх вчинення тощо перебувають у складних життєвих обставинах і не можуть самостійно їх подолати.Основним завданням центру є надання комплексу соціальних послуг, зокрема з надання притулку, кризового та екстреного втручання, консультування, особам, які перебувають у складних життєвих обставинах, що сприятиме якнайшвидшому їх поверненню до нормальних умов життєдіяльності.

**Контакти центрів соціально-психологічної допомоги**(інформація розміщена на сайті Міністерства соціальної політики України **msp.gov.ua** в розділі «Громадянам»/ «Запобігання та протидія домашньому насильству та жорсткому поводженню з дітьми»/ «Інші»/ «Довідкові матеріали»):

* **Центр соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді** – спеціальний заклад, що проводить соціальну роботу з сім’ями, дітьми та молоддю, які перебувають у складних життєвих обставинах та потребують сторонньої допомоги. Основною метою діяльності центру є надання психологічних, соціально-педагогічних, соціально-медичних, соціально-економічних, інформаційних і юридичних послуг сім’ям, дітям та молоді. Мережа центрів складається з обласних, Київського, районних, міських, районних у містах центрів.

###### 

###### **Інформація про Контакти обласних центрів соціальних служб для сім’ї, дітей та молоді розміщена на сайті Міністерства соціальної політики України msp.gov.ua  у  розділі «Громадянам»/ «Запобігання та протидія домашньому насильству та жорсткому поводженню з дітьми»/ «Інші»/ «Довідкові матеріали».**

* ***Мобільні бригади соціально-психологічної допомоги***

Мобільна бригада — спеціалізована служба підтримки осіб, які постраждали від домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі (далі — постраждалі особи). Метою діяльності мобільної бригади є надання соціально-психологічної допомоги постраждалим особам, зокрема соціальних послуг з консультування, кризового та екстреного втручання,соціальної профілактики відповідно до їх потреб. Мобільна бригада надає соціальні послуги шляхом проведення фахової консультації за допомогою телефонного зв’язку, з виїздом у спеціально організованому транспорті до місця проживання (перебування) постраждалих осіб чи іншого вказаного ними місця, у приміщенні загальної чи спеціалізованої служби підтримки постраждалих осіб, в іншому приміщенні, визначеному місцевими органами виконавчої влади або органами місцевого самоврядування. Послуги постраждалим особам надаються незалежно від місця їх реєстрації або місця проживання (перебування), наявності заяви чи повідомлення про вчинення насильства, реєстрації випадку в Єдиному державному реєстрі випадків домашнього насильства та насильства за ознакою статі. Надання послуг постраждалій особі за фактом вчинення стосовно неї насильства може тривати не більше ніж три місяці.

###### **Інформація про Контакти мобільних бригад соціально-психологічної допомоги  розміщена на сайті Міністерства соціальної політики України msp.gov.ua в розділі «Громадянам»/ «Запобігання та протидія домашньому насильству та жорсткому поводженню з дітьми»/ «Інші»/ «Довідкові матеріали».**

## [Правила безпеки у випадку домашнього насильства](https://vla.court.gov.ua/sud4802/gromadyanam/295/2)**.**

* Обдумайте свої дії на випадок, якщо акт насильства відбудеться знову;
* **Не мовчіть! Розкажіть про свою проблему рідним, близьким, друзям (людям, яким довіряєте найбільше) та обов’язково зверніться за допомогою до спеціалістів;**
* Заздалегідь знайдіть місце, куди зможете піти у разі небезпеки;
* Намагайтеся уникати суперечок у ванній кімнаті, на кухні, де є гострі та ріжучі предмети. Якщо суперечки уникнути не вдається, намагайтеся знаходитися в кімнаті так, щоб у разі необхідності можна було би легко вийти;
* Домовтеся із своїми сусідами, щоб вони викликали міліцію у випадку, коли почують крик з Вашого помешкання;
* Заховайте запасні ключі від квартири (машини) так, щоб можна було б взяти їх і швидко покинути помешкання у разі небезпеки;
* Заховайте в безпечному місці необхідну суму грошей, список з номерами телефонів, паспорт, документи дитини, інші важливі документи, також деякий одяг та необхідні ліки;
* Знищіть або заберіть із собою всі папери з можливою інформацією про Вас, які б допомогли кривднику визначити місце Вашого перебування (записні книжки, конверти з адресами та ін.);
* Вирішіть заздалегідь, які саме цінні речі (ювелірні вироби і т д.) візьмете із собою. У випадку необхідності їх можна буде продати або здати під заставу;
* Зверніться за допомогою до правоохоронних органів: відділ міліції за номером **102**або **0800 500 202,**зверніться до дільничного інспектора; Приєднайтесь до чат-боту **#Дій Проти Насильства** від МВС  у Telegram надасть  інформацію щодо подальших дій,  підтримку  щодо вашої безпеки

**@police\_helpbot** ― чат-бот у Telegram від МВС

* Зверніться до районного відділу міліції з метою направлення на проходження судово-медичної експертизи у разі існування тілесних ушкоджень. Висновок експерта засвідчить ступень тяжкості нанесених побоїв та стане вагомим доказом у суді;
* Проконсультуйтесь з юристом, який підкаже з чого розпочинати і як правильно підготувати документи для вирішення ситуації;
* Тримайте під рукою номери телефонів соціальних служб, кризових та реабілітаційних центрів, неурядових організацій, що надають допомогу особам потерпілим від насильства в сім’ї;
* Поділіться інформацією про те, куди необхідно звернутися, якщо подібна ситуація станеться із знайомою Вам людиною;
* Зверніться за допомогою на Національну «гарячу лінію» з питань протидії насильству та захисту прав дитини. Правила безпеки у випадку психологічного насильства:
* Не відповідати агресією на агресію;
* Не кричати, злитися та плакати;
* Не залишатися наодинці та заручитися підтримкою найближчих людей;
* Ввічливо відмовлятися від того, що Вам не підходить, і рішуче – від того, що може бути небезпечним;
* Необхідно усвідомити власну позицію в сім’ї, таким чином змінивши ставлення кривдника до себе;
* Намагатися говорити з кривдником максимально спокійно, зрозуміло, чітко передаючи свої почуття і переживання.
* Ваші жести та міміка не повинні викликати агресії з боку кривдника;
* Намагайтесь пояснити, що від конфліктів в сім’ї страждає дитина;
* Будьте сильною та впевненою в собі особистістю!
* Зверніться за допомогою до фахівців, які практикують сімейну психотерапію і намагайтеся зробити це разом із кривдником;
* Вчиться любити та поважати себе!
* Навіть найменші зміни на краще не залишайте без уваги і обов’язково схвально відзначайте;
* Ви мусите перебороти страх і зробити перший крок!
* Зверніться за допомогою на Національну «гарячу лінію» з питань протидії насильству та захисту прав дитини:
  + **116 111**(безкоштовно з мобільних телефонів) або
  + **0800 500 225** (безкоштовно зі стаціонарних та мобільних телефонів).

## [Як підтримати людину, потерпілу від насильства](https://vla.court.gov.ua/sud4802/gromadyanam/295/4)**.**

Є деякі речі, які можуть поранити потерпілого від сексуального насильства. Багато хто не знає, що вони мають сказати або ж зробити в цьому випадку…

**У розмові з людиною,  потерпілою від насильства чи будь-якої агресії**

* Не говоріть про те, як постраждала/постраждалий могли уникнути того, що сталося. Повірте, якщо б вона/він могла уникнути сексуального насильства, то неодмінно зробили б це.
* Не говоріть, “Забудь і живи спокійно”. Жертви насильства намагаються зробити це з усіх сил. Краще підтримайте їх, і допоможіть їм знову навчитися цінувати і поважати себе.
* Не радьте викинути те, що трапилося з голови. Це не так просто. Розмовляючи з людиною, яка пережила насильство:
* Задавайте прямі запитання у м’якій формі;
* Слухайте, не виносячи суджень;
* Поясніть, що насильство є злочином і винні мають бути за це покарані;
* Надайте людині інформацію про місцеві служби допомоги;
* Скажіть, що Ви її/його підтримуєте, і що він/вона не винен у тому що трапилося!
* Багато потерпілих від економічного та інших видів насильства мовчать про це. Який існує найдієвіший спосіб спонукати їх до захисту своїх прав? Так, справді, багато потерпілих від насильства будь-якого, чи то економічного, чи то фізичного, психологічного чи сексуального дійсно мовчать. По-перше, багато хто навіть не здогадується, що по відношенню до нього коїться саме насильство. На жаль, вони сприймають насильницькі дії за звичайні речі, навіть не підозрюючи, що в даному випадку порушуються їх права. Значна більшість знають про своє положення, але твердо впевнені у тому, що «сміття з дому не виноситься», або «А що ж люди скажуть?!», а ще «Б’є – значить любить!». Тому кращою у такому випадку буде мовчанка. Але це не правильно, мовчати не треба. **Захистіть себе та своїх дітей!**

Сподіваємося, цей список допоможе Вам і вбереже Вашого співрозмовника від неприємних йому моментів. Будьте обережні!