



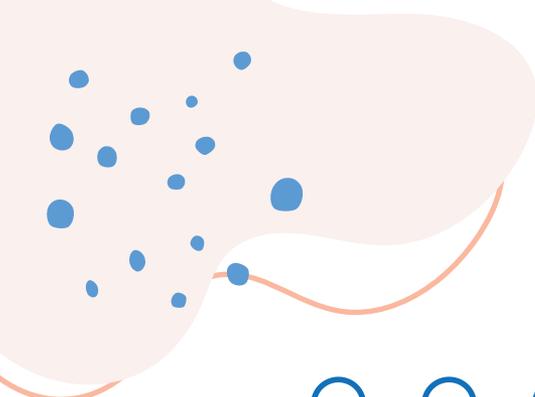
**ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО**  
**для женщин и девушек**  
**по обеспечению жизни без насилия**

Брошюра дополнена, актуализирована, сверстана и напечатана в рамках партнерского соглашения между Центром по правам женщин (ЦПЖ) и ООН Женщины, при финансовой поддержке Швеции.

Первая версия брошюры разработана ЦПЖ в рамках проекта *«Снижение барьеров на пути расширения экономических прав и возможностей женщин»*, реализуемого Американской ассоциацией юристов – Инициатива по верховенству права (ABA-ROLI) и Центром международного частного предпринимательства (CIPE) в партнерстве с Центром предпринимательства и экономической политики (CAPE).

## Центр по правам женщин

Все права защищены. Полное или частичное воспроизведение выдержек из данной публикации разрешается только при условии четкого и точного указания источника.



*«...моя жизнь могла бы быть другой, если бы я знала, через какие испытания придется пройти...»*

*Дорогая подруга,*

Это руководство для тебя, если хочешь отношений, основанных на равенстве и уважении, хочешь лучше понять свою историю или переживаемый опыт, а также нуждаешься в поддержке, чтобы сказать «НЕТ» насилию.

## РУКОВОДСТВО ПОМОЖЕТ ТЕБЕ:



### ОСОЗНАТЬ

опасность насилия

Поймешь опасность насилия, узнаешь, как распознавать формы насилия и настораживающие признаки злоупотребления.



### ИССЛЕДОВАТЬ

возможности обеспечения безопасности

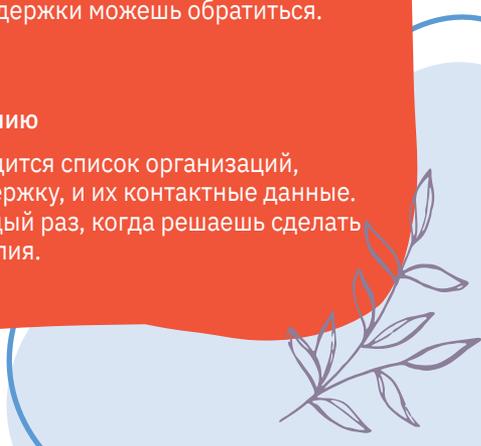
Узнаешь, что можно сделать в чрезвычайной ситуации, каков твой план безопасности, как тебя защищает незамедлительное ограничительное предписание или защитное предписание от домашнего насилия и как их можно получить. Узнаешь, каковы твои права, и в какие службы поддержки можешь обратиться.



### ДЕЙСТВОВАТЬ

если решила сказать «НЕТ» насилию

В конце этого руководства приводится список организаций, которые могут оказать тебе поддержку, и их контактные данные. Можешь связываться с ними каждый раз, когда решаешь сделать шаг к безопасной жизни без насилия.



## Что такое насилие в семье?



Важно знать, что такое насилие в семье, поскольку только так сможешь распознать признаки насильственных отношений и возможное влияние такого типа отношений на твою жизнь. Насилие оказывает негативное воздействие не только на тело, но и на психику, чувства и самооценку, и осознание этого явления – первый шаг к восстановлению.

Глубокое понимание динамики насилия в семье помогает осознать, что подобное поведение не прекращается само по себе и тебе нужна помощь людей, которые подскажут, как защитить твою безопасность и благополучие.

Изучая мифы о насилии и информируясь о типичном поведении агрессора/абыюзера, сможешь легче распознавать признаки насилия и понимать, что в происходящем нет твоей вины. Даже если чувствуешь себя пленницей сложной ситуации и принятие решения кажется непреодолимым, помни, что ты заслуживаешь лучшей жизни – безопасной жизни без насилия.

Насилие в семье, называемое также домашним насилием или насилием со стороны интимного партнера, это любая модель поведения, используемая для установления власти и контроля над интимным партнером. Это явление включает в себя все физические, сексуальные, эмоциональные и психологические действия либо угрозы действий, предпринимаемые с целью воздействия на другого человека.



**Важно знать**, что насилие в семье зависит не только от намерений агрессора, но и от того, как эти действия воспринимаются жертвой, оказывают негативное влияние на ее безопасность, благополучие и свободу. Насилие в семье является одной из наиболее частых форм насилия, которому подвергаются женщины во всем мире.

## Настораживающие признаки насилия

- ✓ Сложно предвидеть, способен ли человек прибегнуть к насилию, но есть признаки, указывающие на высокий риск применения насилия. Важно распознавать эти предостерегающие сигналы, чтобы иметь возможность противодействовать, особенно когда чувствуешь, что твоя безопасность или других людей находится под угрозой.
- ✓ Ниже представлен перечень и описание некоторых форм проявления агрессивного поведения, которые не следует игнорировать, особенно когда муж, бывший муж, партнер, бывший партнер или же кто-то из членов семьи ведет себя подобным образом.
- ✓ Если замечаешь такие предупреждающие сигналы, не раздумывая, обращай за помощью. В конце этого руководства приводится список организаций, которые могут оказать тебе поддержку, а также их контактные данные (стр. 30).

# ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИЕ СИГНАЛЫ НАСИЛИЯ

ПОМЕТЬ

Внушает тебе страх и грубо обращается с тобой

Изолирует от друзей, родственников или тех, кто тебя поддерживает, угрожая этим людям проблемами, которые может создать тебе или им

Обижает, оскорбляет или игнорирует тебя, как будто ты даже не существуешь, и тем самым добивается того, чтобы ты чувствовала себя униженной и бесполезной

Присылает сообщения/видеозаписи/фотографии, угрожая и запугивая тебя

Контролирует тебя, навязывая жесткие правила – как одеваться, что говорить, с кем общаться и когда уходить или возвращаться домой

Заставляет тебя свыкнуться с мыслью, что он «глава семьи» и что только он имеет право принимать все решения в семье/паре

Имеет оружие (или другие опасные предметы), которым угрожает тебе, чтобы запугать, внушить страх или контролировать твоё поведение

Следит за тобой, в том числе с помощью ИТ-устройств слежения, установленных в твоём телефоне или автомобиле

Просматривает без разрешения твои интернет-аккаунты (социальные сети, электронная почта или другие цифровые платформы), а также личные устройства

Заставляет тебя заниматься сексом или участвовать в сексуальных практиках против твоей воли

Угрожает распространить интимные изображения с тобой без твоего согласия

Угрожает причинить тебе вред/зло (к примеру: «Я тебя убью!» или «Берегись!»), испортить/сломать какие-то предметы/вещи, отобрать детей, бросить тебя

Ограничивает твой бюджет, чтобы у тебя оставались деньги только на самое необходимое

Ограничивает твои возможности покупать еду, одежду или другие необходимые вещи, строго следит за твоими расходами

Жестоко обращается с твоими домашними питомцами или другими животными, чтобы причинить тебе эмоциональную боль, внушить страх или заставить страдать

# Каковы формы насилия?

**НАСИЛИЕ** не сводится только к побоям. Когда слова или действия супруга, бывшего супруга, партнера, бывшего партнера или члена семьи наводят страх, причиняют страдания, физическую или эмоциональную боль, это тоже насилие. Не следует игнорировать и психологическое насилие, поскольку оно влечет за собой тяжелые последствия. Впрочем, насилие может проявляться в разных формах, таких как **физическое, психологическое, сексуальное, экономическое** или **духовное насилие**. С появлением интернета и развитием технологий, появилась еще одна форма насилия – цифровое или **онлайн-насилие**. Нужно уметь распознавать их с первых же признаков, чтобы как можно быстрее начать действовать.



## Физическое насилие

предполагает действия или попытки причинения тебе вреда, которые причиняют боль и телесные повреждения. Может включать и материальный ущерб<sup>1</sup>.

### ✓ Подвергаешься физическому насилию в следующих ситуациях:

- когда кто-то бьет тебя, толкает, пинает, тянет/таскает за волосы, душит, кусает, причиняет ожоги, выкручивает какую-то часть тела и запрещает обращаться за медицинской помощью;
- когда кто-то принуждает тебя к употреблению спиртных напитков и/или наркотиков или прибегает к другим формам применения физической силы.

<sup>1</sup> <https://www.unwomen.org/en/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>



## Психологическое насилие

(порой называемое также эмоциональным насилием)

предполагает действия или формы поведения, вызывающие чувство боязни агрессора, причиняют эмоциональные страдания или заставляют тебя чувствовать себя беспомощной. Они могут включать запугивание, угрозы, манипуляции и другие формы контроля, влияющие на твоё психическое и эмоциональное здоровье.

### ✓ Подвергаешься психологическому насилию в следующих ситуациях:

- когда кто-то оскорбляет, унижает, публично высмеивает/насмехается над тобой, угрожает причинить физический вред тебе, детям или твоим близким, ругает, обзывает, шантажирует, портит/ломает твои личные вещи/предметы, бьёт домашних животных, устраивает сцены ревности или изолирует тебя – все это формы насилия;
- когда кто-то пытается изолировать тебя от друзей, семьи, школы, места работы;

Закон №. 45/2007 о предупреждении и пресечении насилия в отношении женщин и насилием в семье предусматривает, что такими формами поведения признаются действия, совершаемые посредством сообщений с угрозами, онлайн-преследования или распространения личной информации без твоего согласия.

**Более того, когда подобное поведение проявляется в онлайн-пространстве посредством сообщений, звонков, электронных коммуникаций или распространения интимных изображений без твоего согласия, это также является формой психологического насилия, только оно происходит в цифровой среде.**

- когда кто-то ограничивает твою свободу и независимость, ущемляя твоё право выбора, запрещает работать там, где тебе хочется, обучаться выбранной профессии или заниматься любимым делом/увлечением;
- когда кто-то изолирует тебя, ограничивает твоё общение (к примеру, запирая в доме, заставляя бросить работу или запрещая обращаться к врачу) и т. п.

## Цифровое насилие/ Насилие в онлайн-среде/ Кибернасилие



происходит, когда кто-то использует информационные технологии, чтобы контролировать, запугивать, следить за тобой или причинять вред. Такие действия могут включать неразрешенный доступ к личной информации, ограничение права на цифровую конфиденциальность, постоянное слежение или использование технологий для причинения эмоционального страдания.

### ✓ Подвергаешься цифровому насилию в следующих ситуациях:

- когда кто-то без разрешения получает доступ к твоим онлайн-аккаунтам, паролям или личным устройствам;
- когда кто-то использует устройства или технологии отслеживания для наблюдения, где ты находишься и что делаешь;
- когда кто-то присылает тебе угрожающие или агрессивные сообщения посредством СМС, социальных сетей или других цифровых платформ;
- когда кто-то распространяет или угрожает распространить интимные изображения или личные данные без твоего согласия.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Распространение информации сексуального характера, включая изображения и записи сексуального содержания, в том числе посредством информационных технологий, в целях мести, ненависти или унижения, нанесения ущерба чести и достоинству человека, наказывается штрафом в размере от 550 до 850 условных единиц или неоплачиваемым трудом в пользу общества на срок от 180 до 240 часов, или лишением свободы на срок до 2 лет.



## Сексуальное насилие

предполагает принуждение партнерши к вступлению в сексуальные отношения без ее согласия.

### ✓ Подвергаешься сексуальному насилию в следующих ситуациях:

- когда кто-то принуждает тебя к совершению любого сексуального акта без твоего согласия, в том числе, когда ты не даешь или же не можешь дать своего согласия в силу несовершеннолетнего возраста, ментального расстройства, состояния сильного алкогольного или наркотического опьянения либо невменяемого состояния, вызванного злоупотреблением алкогольными напитками либо наркотическими средствами.

**СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ** может проявляться следующим образом: сексуальное домогательство, сексуальное надругательство, изнасилование, в том числе со стороны интимного партнера, принуждение к занятию проституцией, любые другие формы нежелательного либо навязанного сексуального поведения (поцелуи, прикосновения, половой акт, фотографирование/видеозапись, запрет на использование средств контрацепции и др.).



## Экономическое насилие

проявляется тогда, когда кто-то делает или пытается сделать другого человека финансово зависимым от себя, устанавливая полный контроль над его финансовыми средствами, отказывая в доступе к деньгам и/или запрещая посещать школу либо работать.

### ✓ Подвергаешься экономическому насилию в следующих ситуациях:

- когда кто-то ограничивает тебя в деньгах, еде, лекарствах либо предметах первой необходимости;
- когда кто-то заставляет тебя отчитываться обо всех расходах, принуждает к тяжелому труду, который может нанести вред здоровью, и т. д.

## Духовное насилие

предполагает запрещение либо ограничение доступа к духовным, культурным, этническим, языковым или религиозным ценностям с целью ограничения свободы и личной идентичности. Также включает навязывание неприемлемых систем личных ценностей.



### ✓ Подвергаешься духовному насилию в следующих ситуациях:

- когда кто-то запрещает тебе или заставляет посещать церковь, молиться, соблюдать определенные обычаи и традиции;
- когда кто-то запрещает тебе говорить на родном или на любом другом языке;
- когда кто-то запрещает тебе смотреть передачу, читать книгу или участвовать в культурных мероприятиях;
- когда кто-то заставляет тебя принять другую религию против твоей воли.

Более подробную информацию о признаках насилия можно получить, обратившись в организации и службы, оказывающие поддержку жертвам/пережившим насилие (стр. 30).

Агрессоры зачастую полагают, что вправе принимать все решения вместо жертвы. Когда находишься в подобных отношениях, чувствуешь себя в ловушке. Женщина не должна быть «отличной хозяйкой, идеальной матерью или верной женой», чтобы избежать насилия, – оно никогда и ни при каких обстоятельствах не может быть оправдано.

Если агрессору не дать отпор, он не откажется от своего агрессивного поведения, а акты насилия могут стать более частыми и более серьезными, иногда с реальным риском для твоей жизни.

**ПОМНИ:** применение насилия является противоправным деянием и карается законом.

## НЕ ТВОЯ ВИНА!

Человек, который пытается контролировать твою жизнь, проверяя, что покупаешь, куда идешь, с кем видишься, как одеваешься, – агрессор. Насилие не может быть оправдано, его суть – в установлении власти и контроля над жертвами.

Твоя история уникальна, но в то же время похожа на истории многих женщин, переживших насилие.

## Ты не одинока. Что можешь предпринять?

У каждой женщины, пережившей насилие, своя история. Некоторых избивали отцы, других – мужа, сожители или даже дети.



**ЧТО ТЫ ТАИШЬ В СВОЕЙ ДУШЕ?** И на твою долю выпали страдания? Или, быть может, ты продолжишь терпеть насилие, лишь бы никто не узнал об этом?

Какие мысли одолевают тебя? Чего тебе хочется? Немного покоя или, возможно, ты мечтаешь о переменах? Ну а поскольку ты держишь в руках это руководство, надеемся, что ты найдешь в нем искомые ответы.

### ✓ Последствия насилия

Последствия насилия в каждом случае разные. Раны не всегда видны, поэтому ошибочно полагать, что насилие чревато лишь физическими шрамами. Насилие в отношениях с близкими людьми представляет собой серьезную социальную проблему, которую часто скрывают. Насилие может привести к систематическим психологическим и физическим травмам с тяжелыми последствиями, поскольку агрессором является именно тот человек, которому жертва, казалось, могла бы доверять.

Насилие влияет на мысли, чувства и поведение и может вызвать различные проблемы со здоровьем. Зачастую эти последствия не позволяют жертве чувствовать себя в безопасности, даже когда нет реальной угрозы. У жертвы может развиться эмоциональная неустойчивость, а это неизбежно сказывается на ее повседневной жизни. В итоге ей может потребоваться психологическая и медицинская поддержка, чтобы справиться со страхом и тревожностью. Эти последствия чреваты и многочисленными психоэмоциональными нарушениями.

Насилие нередко сопряжено и с социально-экономическими последствиями, такими как стигматизация, обвинение/осуждение жертвы сообществом, отвержение, маргинализация или даже ее социальная изоляция. Насилие подрывает и стабильность трудовой деятельности, так как в результате стресса, тревожности либо переживаемой депрессии жертве трудно сосредоточиться и выполнять свою работу, поэтому возрастает вероятность того, что ей придется уволиться либо ее уволят из-за частого отсутствия по болезни или иным причинам. Со временем жертва оказывается в финансовой зависимости от агрессора, особенно если у нее нет альтернативных источников дохода. Положение еще больше усугубляется, когда у женщины есть дети. Насилие ограничивает право выбора, возможности, личностное и профессиональное развитие жертвы.

## ✓ Влияние насилия на детей

Если детство ребенка омрачено насилием, это чревато многочисленными проблемами в плане физического и умственного здоровья. Он может чувствовать себя отверженным, иметь плохую успеваемость в школе. Такой ребенок может стать менее общительным, замкнуться в себе или же, наоборот, стать более агрессивным по отношению к сверстникам, родителям, бабушке и дедушкой, братьям, сестрам.

## ✓ Сделай первый шаг к безопасности

К сожалению, чаще всего женщины обращаются за помощью лишь тогда, когда ситуация усугубляется, выходит из-под контроля, когда жизнь или здоровье их самих либо их близких оказываются под угрозой.

**НИКТО НЕ ДОЛЖЕН ЖИТЬ В СТРАХЕ  
ИЛИ СТРАДАНИЯХ.**

**Обращайся за помощью при первых же  
признаках насилия!**

Существуют специализированные организации, готовые оказать тебе необходимую помощь и поддержку, чтобы разорвать порочный круг насилия и сделать первый шаг к жизни в безопасности.



# Твой план безопасности



**В случае насилия меры личной безопасности являются приоритетом. Важно, чтобы ты и твои дети были живы и находились в безопасном месте!**

## ✓ Физическая безопасность

- Избегай прямого столкновения с абьюзером, когда он агрессивен/жесток, угрожает тебе огнестрельным оружием или опасным предметом.
- Позаботься о безопасности детей и найди безопасное место, где можно укрыться.
- Избегай опасных помещений, таких как кухня, гараж, кладовая, изолированные места (ванная комната, лифт, автомобиль) или верхние этажи, чтобы снизить риски.
- За пределами дома старайся быть в сопровождении человека, которому доверяешь, или присоединяйся к группам, когда находишься в общественных местах.
- Расскажи о своей ситуации человеку, которому доверяешь, и составь экстренный план, в том числе секретный сигнал тревоги, чтобы сообщить об опасности и попросить о помощи.
- Запроси защитное предписание, если агрессор является членом семьи.
- Старайся не оставаться в изоляции, участвуй в группах или сообществах для обеспечения физической и психологической безопасности.
- Обратись в службу психологической помощи, чтобы обсудить со специалистом свою ситуацию.
- Не принимай приглашения в изолированные места или подозрительные предложения от незнакомых людей.

- Откажись от общения с людьми, которые пытаются изолировать тебя от семьи и друзей или действуют скрытно.
- Информируйся о гендерном насилии и участвуй в профилактических и образовательных мероприятиях.

## ✓ **Безопасность твоих документов, удостоверяющих ЛИЧНОСТЬ (или других документов)**

- Позаботься о своих документах и документах твоих детей (удостоверения личности, паспорта, свидетельства о рождении, дипломы, другие документы и т. д.), особенно в случае потенциального риска применения насилия.
- Храни свои и детские документы в безопасном месте, к которому только ты имеешь прямой и быстрый доступ. Если твоё жилище небезопасно, найди альтернативу.
- Используй банковскую сейфовую ячейку для хранения важных документов. Данная услуга обеспечивает повышенную безопасность благодаря современным системам безопасности. Доступ к ячейке возможен только при наличии двух отдельных ключей, один из которых хранится у тебя. Следует заметить, что это платная услуга.
- Если не можешь воспользоваться услугами банка, передай документы на хранение доброверному человеку (близким друзьям, родственникам, соседям, на которых можешь положиться). Не доверяй документы каким-то людям, если у тебя есть какие-либо сомнения или подозрения относительно их намерений.
- Не прячь/не храни у себя документы других людей, в том числе родственников. Каждый человек должен иметь доступ к своим документам.



**Если приняла меры для защиты твоей физической и психологической безопасности, позаботься и о своих документах!**



**Важно, чтобы  
и твой дом  
или место, где  
находишься, и  
ты лично была/  
чувствовала себя в  
безопасности!**



**Когда планируешь уйти  
от агрессора, важно  
заблаговременно  
позаботиться о  
безопасности своего  
имущества. Однако  
приоритетом являются  
твоя физическая  
безопасность  
и сохранность  
документов.**

## ✓ **Безопасность твоего жилища**

- Запроси у полиции выдать незамедлительное ограничительное предписание или обратись в судебную инстанцию с заявлением о вынесении защитного предписания, обязывающие агрессора покинуть общее жилье.
- Если ограничительное или защитное предписание не соблюдается, а ты продолжаешь подвергаться опасности, обратись в специализированный центр временного размещения.
- Если ограничительное или защитное предписание соблюдается, прими дополнительные меры по обеспечению безопасности твоего жилья: поменяй дверные замки, установи сигнализацию, камеры видеонаблюдения, прибегни к услугам службы охраны жилья.

## ✓ **Безопасность личных вещей и денег**

- Планируй свой уход в тайне: твои действия не должны создавать впечатление, что ты намереваешься покинуть агрессора. Постепенно подготовь сумку с необходимыми вещами, но делай это в его отсутствие. Передай багаж на хранение человеку, которому доверяешь, если это возможно.
- Что должно быть в «тревожном чемоданчике»: личные документы (удостоверение личности, паспорт, свидетельство о браке (по обстоятельствам), свидетельства о рождении детей (по обстоятельствам); устройства и наиболее важные контакты (мобильный телефон, зарядное устройство, записная книжка с нужными телефонными номерами, SIM-карта); одежда и средства личной гигиены (сменная одежда для тебя и детей (по обстоятельствам), предметы личной гигиены, одежда по сезону).

- Храни банковские карты в безопасном месте: удостоверься, что только ты имеешь непосредственный доступ к своим банковским картам и картам детей. Не отправляй фотографии банковских карт и не передавай их другим людям, в том числе агрессору.
- Подготовь финансовые средства: постарайся иметь личные сбережения, которые могли бы покрыть основные расходы на первое время после ухода.

## ✓ **Безопасность в онлайн-среде**

- Смени пароли электронной почты, аккаунтов в социальных сетях и на других онлайн-платформах, если подозреваешь, что у агрессора есть доступ к ним. Подбери сложные и отдельные пароли для каждого аккаунта.
- Блокируй звонки и сообщения от агрессора, чтобы сократить контакты и возможные угрозы.
- Избегай отправлять/выкладывать изображения или видеоклипы в онлайн-среде. Они могут быть использованы для того, чтобы шантажировать или компрометировать тебя.
- Храни свои личные фотографии и видео на защищённом сервере или в защищенной цифровой среде, доступ к которым имеешь только ты.
- Проверь свои электронные устройства с помощью ИТ-специалиста, если подозреваешь, что агрессор установил приложения, устройства или системы электронного слежения.
- Откажись от скомпрометированных устройств (телефона, компьютера и т. д.), если невозможно деинсталлировать систему электронного слежения.



**Выставление на обозрение в виртуальной среде может повлиять на имидж и психоэмоциональное состояние, важно принять меры безопасности.**

# Что делать в случае явной угрозы?

**Если тебе грозит опасность, позвони по единому номеру вызова экстренных служб **112** и попроси вмешательства полиции, а в случае необходимости – и неотложной медицинской помощи.**

Сообщи оператору службы **112** о месте нахождения (адрес) и числе людей, нуждающихся в медицинской помощи. Порой из-за шокового состояния можешь просто не осознать, что получила травму, или тяжесть ранения. Однако на самом деле последствия полученных травм могут оказаться гораздо серьезнее, в том числе не исключено поражение внутренних органов, поэтому может потребоваться и неотложная медицинская помощь.

Полиция направит тебя в Территориальный центр судебной медицины для судебно-медицинской экспертизы/констатации. Если у тебя есть следы на теле, их засвидетельствуют в заключении судебно-медицинской экспертизы, которое служит весомым доказательством, в том числе если ты решишь запросить выдачу защитного предписания.

В некоторых случаях полиция может предоставить тебе транспортное средство для поездки в **Территориальный центр судебной медицины**. Если же тебе не предложили транспорт и у тебя нет иной возможности добраться туда, ты можешь обратиться в организации, оказывающие помощь и поддержку (стр. 30).

**112**



**ВАЖНО!** Обращайся в полицию в каждом случае, когда подвергаешься насилию или становишься очевидцем фактов насилия. Полиция обязана отреагировать/вмешаться незамедлительно.

# Каковы последствия для агрессора?

Многие женщины не сообщают о случаях насилия, так как не хотят оплачивать штраф из семейного бюджета. Однако закон не предусматривает штрафных санкций за насилие в семье. Только нарушение агрессором незамедлительного ограничительного предписания карается арестом либо штрафом.

Если агрессора признают виновным, то, в зависимости от тяжести совершенных деяний, закон предусматривает наказание в виде неоплачиваемого труда в пользу общества или тюремного заключения. Помимо этого, суд может обязать его пройти программу лечения либо снижения уровня (коррекции) агрессивного поведения.



## Чем мне могут помочь?

Если твоя жизнь либо жизнь других членов твоей семьи в опасности, позвони на единый номер вызова экстренных служб – **112** и попроси помощи полиции. Можешь также обратиться за помощью по

**ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ ДЛЯ ЖЕНЩИН И ДЕВОЧЕК – 08008 8008,**

доступному круглосуточно и без выходных (24/7), где тебе предоставят информацию, а также бесплатную, конфиденциальную и анонимную консультацию.



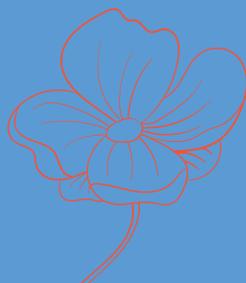
# Как защитит меня незамедлительное ограничительное предписание?



**ПОЛИЦИЯ** прибудет на место происшествия, поговорит с тобой и другими членами семьи, чтобы положить конец насилию и обеспечить защиту тем, кто находится в опасности.

Чтобы предупредить другие акты насилия, полиция вынесет **незамедлительное ограничительное предписание (НОП)** сроком до 10 дней. Агрессора обяжут покинуть общее жилье, даже если оно является его собственностью, а также не приближаться к тебе и детям. В случае нарушения незамедлительного ограничительного предписания ему грозит наказание в виде **ареста или штрафа**.

**ВАЖНО!** Если ты чувствуешь, что ситуация выходит из-под контроля, а насилие может усугубиться, если думаешь, что тебе потребуется больше времени, чтобы навести порядок в собственной жизни, можешь подать заявление и добиться вынесения защитного предписания (ЗП). Этот акт обеспечивает больше защитных мер и на более длительный период, а запросить его ты можешь в любое время, когда сочтешь нужным, в период действия НОП или по истечении срока НОП.



# Чем мне может помочь защитное предписание?

**Защитное предписание (ЗП) выносится судьей в течение 24 часов после получения заявления.** Оно предусматривает целый ряд мер, на основании которых агрессора могут обязать покинуть совместное жилище **на срок до 3-х месяцев**, даже если он или его родственники являются владельцами этой недвижимости. Агрессору могут запретить приближаться к тебе и детям, например, к твоему месту работы, к школе/детскому саду, которые посещают дети, или другим местам, которые ты посещаешь.



## Можешь запросить следующие меры защиты:

- Запрет контактов с тобой, детьми или другими лицами, находящимися на твоём попечении, по телефону, через социальные сети или любым другим способом.
- Ограничение агрессора в праве на имущество, находящееся в твоём владении и пользовании.
- Запрет на хранение либо ношение оружия.
- Принуждение агрессора участвовать в содержании общих детей.
- Принуждение агрессора носить электронный браслет (на руке или ноге), с помощью которого будет отслеживаться возможное нарушение им защитного предписания. Где бы он ни находился, за ним будут следить с помощью электронного устройства для гарантирования соблюдения ЗП.

**Нарушение любой из мер, предусмотренных защитным предписанием, карается неоплачиваемым трудом в пользу общества на срок от 160 до 200 часов или же лишением свободы на срок до 3 лет.**

# Как можно получить защитное предписание?

Заявление о вынесении ЗП подается в судебную инстанцию по месту жительства лично тобой или твоим законным представителем. Чтобы заявление приняли к рассмотрению, необходимо представить доказательства. Важным доказательством служит акт о констатации насилия/заключение судебно-медицинской экспертизы. Также, если акты насилия произошли в присутствии свидетелей, рекомендуется указать их фамилии и адреса. При подаче в судебную инстанцию заявления о вынесении защитного предписания государственная пошлина не взимается.



Если в силу **состояния здоровья, возраста, иных обоснованных причин**, ты не можешь пойти в суд и подать соответствующее заявление лично, заявление о вынесении защитного предписания могут подать **полицейский, прокурор или социальный ассистент**.

**В случае детей заявление о применении мер защиты в судебную инстанцию могут подать:**

один из родителей

опекун или попечитель

примар или сотрудник  
Главного управления по защите прав ребенка

## ТВОИ ПРАВА В РАМКАХ СУДЕБНОГО ПРОЦЕССА:



Если у тебя нет адвоката, суд обеспечит присутствие государственного адвоката, который будет бесплатно поддерживать тебя в судебном заседании



В судебном заседании тебя может сопровождать выбранное тобой доверенное лицо, которое будет обеспечивать моральную поддержку и которое обязано сохранять конфиденциальность.



Заслушивание предполагаемого агрессора может состояться без твоего присутствия, если ты подашь соответствующее заявление.

### **ВАЖНО!**

Если агрессор нарушает незамедлительное ограничительное предписание или защитное предписание, позвони на единый номер – **112** и попроси помощи полиции. Можешь также обратиться за помощью по **Телефону доверия для женщин и девочек – 08008 8008**, доступному круглосуточно и в любой день недели (24/7), где тебе предоставят информацию, а также бесплатную, конфиденциальную и анонимную консультацию.



# Каковы услуги поддержки для жертв насилия?

За помощью можешь обратиться при первых же признаках насилия. Уже сам факт, что кто-то готов выслушать, понять и оказать поддержку, может стать первым шагом к выходу из сложившейся ситуации. Жертвы пережившие насилие пересказывают свой негативный опыт и порой случается, что их осуждают даже близкие люди, когда они обращаются к ним за помощью. Это приводит к тому, что они зачастую предпочитают хранить молчание, пытаясь скрыть насилие, которому подвергаются. Однако существуют специализированные организации, предоставляющие психологические, социальные, медицинские и юридические услуги. Ниже приводим информацию об этих структурах и бесплатно оказываемой ими помощи и поддержке.

Если ты решила, что пришло время что-то изменить, положить конец насилию и выйти из абьюзивных и токсичных отношений, существуют службы, которые могут оказать тебе поддержку:



**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ:** Такие чувства, как страх, стыд, недоверие к себе или другим, беспокойство за близких и неуверенность в будущем, могут заставить тебя чувствовать себя подавленной и уязвимой. Если испытываешь подобные состояния, можешь обратиться за психологической помощью.

## Специалист может тебе помочь:

- понять и переосмыслить произошедшее;
- определить стратегии, позволяющие справиться с ситуацией и преодолеть трудные моменты;
- вернуть уверенность в себе и контроль над своей жизнью.

Психологическая помощь – важный шаг к обретению себя, управлению своими эмоциями и построению более безопасного и уравновешенного будущего.

Чтобы обеспечить правильное и эффективное осуществление твоих прав, рекомендуем воспользоваться доступными услугами юридической помощи (стр. 30).



**ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ:** В ситуациях насилия в семье или других связанных с этим правовых вопросов обращения и заявления, подаваемые в правоохранительные органы, могут показаться сложными и трудными для понимания из-за юридической терминологии. Чтобы удостовериться в том, что ты правильно и эффективно осуществляешь свои права, рекомендуем воспользоваться доступными услугами юридической помощи или других служб поддержки (стр. 30).

**Объяснение прав** которыми обладаешь согласно законодательству, позволит тебе четко понять варианты решений, которыми располагаешь, и шаги, которые тебе следует предпринять.

### Консультирование и поддержка в юридических процессах:

Юрист или адвокат может помочь в составлении заявлений и других документов в рамках судебных процессов для получения защитного предписания, в случае расторжения брака и раздела имущества, для возмещения ущерба, для обращения в полицию в случае насилия.

### Представительство в суде:

В случае насилия в семье, сексуального насилия или других форм нарушения твоих прав, тебе понадобится консультирование или представительство в суде и органах правопорядка для защиты своих прав и интересов.

Воспользовавшись этими юридическими услугами, ты сможешь получить правовую защиту, лучше понять процесс и обеспечить себе помощь специалиста, который будет направлять и оказывать тебе поддержку на каждом этапе.

**Юридические консультации и помощь адвоката, назначенного и оплачиваемого государством, доступны также для жертв/людей, переживших насилие.** Заполни заявление о предоставлении квалифицированной юридической помощи. Его образец можно скачать на веб-сайте **Национального совета по юридической помощи гарантируемой государством** (НСЮПГГ) – [www.cnaigs.md](http://www.cnaigs.md) в рубрике «Запросы» (<https://formulare.cnaigs.md/>). Заполненное заявление подается лично в территориальные бюро НСЮПГГ.

Контактные данные территориальных бюро НСЮПГ представлены ниже.

### Территориальное бюро Кишинев

ул. Алеку Руссо, 1, корпус «1А», MD 2068  
тел.: (022) 496 953, 496 339, 310 065  
e-mail: ot\_chisinau@cnaigs.md

### Территориальное бюро Бэлць

ул. Михай Садовяну, 2  
тел.: (0231) 61 316, 22 811, 068 551 122  
e-mail: ot\_balti@cnaigs.md

### Территориальное бюро Кахул

ул. Индепенденцей, 6  
тел.: (0299) 20 413, 20 763, (0299) 324 033  
e-mail: ot\_cahul@cnaigs.md



### **СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ:**

Социальный работник определит твои неотложные потребности и окажет содействие в поиске временного убежища и доступе к другим экстренным службам. Помимо этого, он/она облегчит доступ к социальной, материальной помощи и другим необходимым средствам для обеспечения насущных потребностей, как твоих, так и твоих детей. Он/она будет сотрудничать с учреждениями и специалистами сети по предоставлению услуг для урегулирования твоей ситуации и координирования необходимых вмешательств.

Окажет помощь в решении сложных ситуаций, связанных с детьми, содействуя поиску решений для повышения их безопасности. Окажет поддержку в процессе социальной и экономической реинтеграции, помогая тебе восстановить свою автономию. Его/её вмешательство будет соперечающим, профессиональным, с соблюдением конфиденциальности и твоих прав.

Чтобы обеспечить правильное и эффективное осуществление твоих прав, рекомендуем воспользоваться доступными услугами социальной помощи и других служб поддержки (стр. 30).



**МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ:** Медицинский персонал, работающий на первой линии, окажет жертвам насилия неотложную помощь, поможет им получить доступ к дополнительным услугам в случае симптомов и состояний, в том числе травм, требующих более сложного медицинского вмешательства.



**СУДЕБНО-МЕДИЦИНСКАЯ ЭКСПЕРТИЗА:** Если ты подверглась физическому или сексуальному насилию, судебно-медицинский эксперт осмотрит тебя, чтобы выявить наличие телесных повреждений и документировать последствия злоупотребления. В конечном итоге, будет составлено заключение судебно-медицинской экспертизы, которое будет отправлено в полицию и послужит тебе доказательством произошедшего инцидента. Крайне важно пройти это обследование как можно скорее, поскольку некоторые следы со временем могут исчезнуть.

Судебно-медицинская экспертиза проводится бесплатно по требованию полиции, судебной инстанции или прокуратуры. Ты вправе пройти судебно-медицинскую экспертизу и по собственной инициативе, но для этого тебе придется представить удостоверение личности и заплатить за эту услугу.

**ВНИМАНИЕ!** Если находишься в ситуации высокого риска для твоей жизни и здоровья, врачи и судебно-медицинский эксперт обязаны немедленно сообщить об этом в полицию даже без твоего согласия. Обязанность информирования властей распространяется также на любой случай жестокого обращения с детьми, насилия над ними или их безнадзорности.

Чтобы обеспечить правильное и эффективное осуществление твоих прав, рекомендуем воспользоваться доступными услугами медицинской помощи и других служб поддержки (стр. 30).

# ЦЕНТР ПО ПРАВАМ ЖЕНЩИН

может помочь тебе посредством предоставления специализированных услуг поддержки, **БЕСПЛАТНО** и **КОНФИДЕНЦИАЛЬНО**



## ЮРИДИЧЕСКОЕ ИНФОРМИРОВАНИЕ о следующем:

- формы защиты в случаях насилия в семье, включая вынесение ограничительного предписания и защитного предписания;
- как можно потребовать возмещение ущерба, причиненного в результате пережитого тобой насилия;
- куда и как можно сообщить о случае насилия в семье для инициирования всех необходимых юридических процедур; порядок юридической констатации форм насилия в семье (физического, психологического, экономического) и шаги, которые следует предпринять для получения доказательств; правовые санкции, применяемые за насилие в семье, и способы привлечения агрессоров к ответственности;
- порядок расторжения брака в сложных случаях, таких как несогласие партнёра на расторжение брака или раздел общего имущества.

## ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ:

- составление заявлений и подготовка досье: заявления о выдаче защитного предписания; заявления о расторжении брака, установлении места жительства несовершеннолетних детей, иные гражданские иски, связанные с данным случаем; заявления о возмещении морального ущерба;
- составление уведомлений или жалоб: жалобы о совершении актов насилия, адресованные правоохранительным органам или другим релевантным учреждениям;
- юридическое представительство: специализированный адвокат Центра может представлять твои интересы в суде и в органах правопорядка в случае насилия в семье или сексуального насилия;
- юридическое консультирование: поддержка и консультации на протяжении всего процесса, от возбуждения процедур до разрешения дела.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ:

- краткосрочное и долгосрочное психологическое консультирование;
- психологическая оценка для определения наличия посттравматического синдрома и установления его степени.

## СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ:

- содействие в поиске временного убежища;
- облегчение доступа к социальной и материальной помощи;
- обеспечении насущных потребностей посредством вмешательства в кризисных ситуациях;
- сотрудничество с учреждениями и специалистами из сети, оказывающей услуги по урегулированию проблемных ситуаций;
- помощь в решении сложных ситуаций, связанных с детьми.

## ПОМОЩЬ В ПРОЦЕССЕ РАСШИРЕНИЯ ЭКОНОМИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ:

- помощь в выборе профессии и поиске возможностей обучения (профессиональная ориентация);
- обеспечение доступа к возможностям получения дохода;
- помощь и наставничество в процессе расширения экономических возможностей;
- поддержка в поиске работы;
- вовлечение в мероприятия по трудотерапии.

**ОБРАТИТЬСЯ ЗА СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОМОЩЬЮ  
НА ЗЕЛЁНУЮ КОНСУЛЬТАЦИОННУЮ ЛИНИЮ  
ЦЕНТРА ПО ПРАВАМ ЖЕНЩИН**



**080080000**

**ДЛЯ ОНЛАЙН ОБЩЕНИЯ:**

**Viber, Telegram, WhatsApp: +373 68855050**

**или e-mail: office@cdf.md**

## Контактные данные организаций, оказывающих услуги жертвам/пережившим насилие

Название учреждения/ организации	Контактные данные	Оказываемая помощь
<b>Национальные службы бесплатной телефонной помощи</b>		
Телефон доверия для женщин и девушек	Бесплатная линия конфиденциального консультирования 0 8008 8008 График работы: 24/24, 7/7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Правовое информирование</li> </ul>
Телефон ребенка	116 111 График работы: 24/24, 7/7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Правовое информирование в случаях жестокого обращения с детьми</li> </ul>
<b>Национальные организации, оказывающие поддержку</b>		
ОО «Центр по правам женщин»	Тел.: +373 22 81 19 99 Моб.: +373 68 855 050 Бесплатная линия юридического консультирования: 0 8008 0000 E-mail: office@ЦПЖ.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Юридическая помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Расширение экономических возможностей</li> </ul>
ОО Международный центр «La Strada»	Тел.: +373 22 234 906 E-mail: office@lastrada.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Психологическая оценка</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
Правовой центр адвокатов	Тел.: +373 22 24 08 99 Тел.: +373 69 906 400 E-mail: law-center@cda.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Юридическая помощь в случаях, связанных с ходатайствами о предоставлении убежища, случаями безгражданства или гражданства</li> </ul>
ОО «Национальный центр по предупреждению насилия над детьми»	Тел.: +373 22 75 88 06 Моб.: +373 79 525 248 E-mail: office@cnpac.org.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологическая помощь ребенку и семье</li> <li>• Психологические консультации и психотерапия</li> </ul>
Центр реабилитации жертв пыток «Memoria»	Тел.: +373 22 27 32 22 Моб.: + 373 79 704 809 E-mail: rctv@memoria.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Юридические консультации</li> <li>• Психологические консультации</li> </ul>

Центр помощи и защиты жертв, мун. Кишинев	Тел.: +373 22 927 174 E-mail: shelter_team@cap.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
Ассоциация против насилия «Casa Mărioarei»	Тел.: +373 22 725 861 E-mail: cmarioarei@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> </ul>
<b>Региональные/районные организации, оказывающие поддержку</b>		
<b>КИШИНЕВ</b>	Центр семейного правосудия Тел.: +373 60 859 988 E-mail: cjfp@igp.gov.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бесплатная медицинская помощь</li> <li>• Психологические консультации в кризисных ситуациях</li> <li>• Юридическая и социальная помощь</li> </ul>
	Материнский центр размещения для пар «мать-ребенок» Тел.: +373 67 100 144 Тел.: +373 22 922 555 E-mail: centrumaternal@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> </ul>
	Социальная миссия «Diaconia» Материнский центр «În brațele mamei» Тел.: +373 22 463 228 E-mail: office@diaconia.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Профилактика разлучения пары «мать-ребёнок»</li> </ul>
<b>ОКНИЦА</b>	АО «Stimul» Тел.: +373 60 165 416 Тел.: 080 000 112 E-mail: office@stimulmd.org	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологическая и юридическая помощь</li> <li>• Социальная помощь</li> </ul>
<b>СОРОКА</b>	Центр ресурсов для молодежи и женщин «Dacia» Тел.: +373 230 2 36 19 E-mail: crt.dacia@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
<b>ДРОКИЯ</b>	Центр помощи и консультаций для жертв насилия в семье «Ariadna» Тел.: +373 252 2 03 08 Mob.: +373 79 000 118 E-mail: cm_ariadna@yahoo.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
<b>ХЫНЧЕШТЬ</b>	Материнский центр «Pro-Femina» Тел.: +373 269 2 33 64 E-mail: profemina.2009@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>

<b>БЭЛЦЬ</b>	АО «Честь и права современной женщины» Тел.: +373 790 55 616 E-mail: aoodfcbalti@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Предупреждение кризисных ситуаций</li> <li>• Расширение экономических возможностей</li> </ul>
	«Юридическая клиника Бэлць» Тел.: +373 790 14 477 Web: www.clinicajuridica.md	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Первичная медицинская помощь</li> </ul>
	ОО «Союз за справедливость и здоровье» Тел./факс: +373 231 3 93 32 secretariat.uniune@yahoo.com, protineret@yahoo.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психосоциальные услуги</li> <li>• Юридические услуги</li> <li>• Образовательные и информационные услуги</li> </ul>
	Семейный кризисный центр «SOTIS» Тел.: +373 231 9 25 41 E-mail: ccf.sotis@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> </ul>
	Центр временного размещения и реабилитации для детей Тел.: +373 231 7 10 03 E-mail: cptrcopii@yandex.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> </ul>
<b>УНГЕНЬ</b>	Региональная комплексная служба помощи жертвам сексуального насилия Унгень Тел.: +373 78 517 327, +373 78 495 866 График работы: 24/24, 7/7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Судебно-медицинские услуги</li> <li>• Неотложная медицинская помощь</li> <li>• Психологические консультации в кризисных ситуациях</li> <li>• Психологическая реабилитация</li> <li>• Психологическая оценка</li> <li>• Первичная медицинская помощь</li> <li>• Слушание в специальных условиях</li> </ul>
	Центр социальной помощи семье и детям «Credo» Тел./факс: +373 236 2 31 15 Тел.: +373 236 2 88 97 E-mail: central.credo@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Услуги поддержки и психосоциальной реабилитации</li> <li>• Обеспечение защищенного размещения</li> </ul>
	Центр размещения взрослых и пожилых лиц «Sfântul Vasile cel Mare», с. Скулень Тел.: +373 236 6 33 94 Тел.: +373 236 6 32 91	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Социальная психологическая и медицинская помощь</li> <li>• Медицинские услуги</li> <li>• Восстановительные мероприятия</li> <li>• Терапевтические мероприятия</li> </ul>

<b>КРИУЛЕНЬ</b>	ОО «Fiecare Contribuie pentru Schimbare» Тел.: +373 248 2 18 09	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> </ul>
	Центр социальной справедливости «Echitate» Web: www.echitate.md E-mail echitate2020@gmail.com Тел.: +373 248 2 21 90	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
<b>КЭУШЕНЬ</b>	Материнский центр «Pro Familia» Тел.: +373 243 2 69 75 +373 243 2 68 35 E-mail: profamilia2006@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
<b>КАХУЛ</b>	Материнский центр «Încredere» Тел.: +373 299 4 40 80 E-mail: centru-maternal.cahul@mail.ru	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
	Центр расширения возможностей женщины «Orphelia» Web: www.orphelia.md Тел.: +373 79 078 570	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Юридические консультации</li> </ul>
<b>ДОНДУШЕНЬ</b>	Материнский центр «Speranța» Тел.: +373 69 098 880 E-mail: hope.donduseni@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Экономическая помощь</li> <li>• Психологическая помощь</li> </ul>
<b>АТО Гагаузия</b>		
Региональный центр реабилитации жертв домашнего насилия АТО Гагаузия (с. Кирсова)	Тел.: +373 67 555 299 E-mail: centrul.reabilitarea.victimelor@gmail.com	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Юридическая помощь</li> <li>• Психологическая помощь</li> </ul>
ОО «Biaz Gul»	Тел.: + 373 67555 299 E-mail: belaja_roza@inbox.ru	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> </ul>

## Приднестровский регион

<p>Центр социальных и юридических инноваций «Женские инициативы» (Тирасполь)</p>	<p>Тел.: +373 533 5 27 64 E-mail: jenskieinitsiativi@mail.ru</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Юридические консультации</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Расширение экономических возможностей</li> </ul>
<p>А.О. «Взаимодействие» (Тирасполь)</p>	<p>Тел.: +373 533 8 99 77 Горячая линия: 080099800 E-mail: interaction2002@mail.ru</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Юридические консультации</li> <li>• Психологические консультации</li> </ul>
<p>Центр развития и поддержки гражданских инициатив «РЕЗОНАНС» (Тирасполь)</p>	<p>Тел.: +373 533 4 44 11 E-mail: civicinitiatives@gmail.com</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Временное размещение</li> <li>• Юридические консультации</li> <li>• Психологические консультации</li> <li>• Социальная помощь</li> <li>• Расширение экономических возможностей</li> </ul>



**МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ИНФОРМАЦИЮ, ПОДДЕРЖКУ,  
ЮРИДИЧЕСКУЮ, СОЦИАЛЬНУЮ И ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ  
ПОМОЩЬ, А ТАКЖЕ РАСШИРЕНИЕ ЭКОНОМИЧЕСКИХ  
ВОЗМОЖНОСТЕЙ**

**Все наши услуги  
БЕСПЛАТНЫ и КОНФИДЕНЦИАЛЬНЫ!**

**ЗЕЛЕНАЯ ЛИНИЯ ДЛЯ КОНСУЛЬТАЦИЙ  
ЦЕНТРА ПО ПРАВАМ ЖЕНЩИН**



**0 8008 0000**

**Часы работы: понедельник-пятница  
08:30 – 17:30**

**Контактные данные:**

Моб. тел.: +373 68 855 050

Электронная почта: [office@cdf.md](mailto:office@cdf.md)

Веб-сайт: [www.cdf.md](http://www.cdf.md)





Кишинэу, 2025

