

- Урядова гаряча лінія для постраждалих від домашнього та гендерного насильства: **1547**.

Інші важливі телефони:

- Гаряча лінія Національної поліції України: **0 800 500 202**.
- Генеральна прокуратура: **0 800 507 001**.
- Офіс генерального прокурора: **+38 096 755 02 40**.
- Гаряча лінія Уповноваженого з прав людини: **+38 044 253 75 89**
або **0800 501 720**.
- Служба безпеки України в телеграм бот: **@stop_russian_war**
- Юридичну допомогу можна отримати у центрах із надання безплатної правової допомоги, які діють у всіх регіонах України за номером **0 800 213 103**.

Увага! Телефонна лінія щодо злочинів, вчинених в умовах збройного конфлікту, (Viber, WhatsApp, Telegram, Signal): **+38 096 755 02 40** та пошта **conflict2022.ua@gmail.com** – у листі зазначте свої ПІБ і засоби зв'язку. Зафіксувати військові злочини РФ можна тут **@stop_ru_aggression_bot**

**Завдання вцілілих – вижити!
Завдання системи правосуддя – покарати винних!**

Текст: Лілія Гук, гендерна експертка ВБО «КОНВІКТУС УКРАЇНА»

Експертна оцінка: Наталія Голинська,

менеджерка проектів з протидії торгівлі людьми МФБ «Карітас України» Галина Гук, лікарка-психіатр, кафедра психіатрії, психотерапії, загальної та медичної психології, наркології та сексології Запорізького державного медичного університету.

Юлія Царевська, редколегія Альянсу

Видано за фінансової підтримки МФБ «Альянс громадського здоров'я» в рамках реалізації програми «Прискорення прогресу у зменшенні тягаря туберкульозу та ВІЛ-інфекції в Україні», яка реалізується за підтримки Глобального фонду

© Альянс громадського здоров'я, 2022



**НАСИЛЬСТВО:
ДОПОМОЖЕМО
СОБІ САМИ**

Сексуальне насильство є воєнним злочином та порушенням міжнародного гуманітарного права. Цей злочин націлений на суспільство в цілому, аби зруйнувати опір і соціальні в'язки та встановити контроль. Сексуальне насильство під час війни стосується як жінок, так й дівчаток, хлопчиків та чоловіків. Воно може трапитись з людьми будь-якого віку, адже часто використовується не лише для задоволення статевого потягу, а для того, щоб підкорити, принизити, продемонструвати владу озброєного або групи.

До сексуального насильства під час війни відносяться: **примусове роздягання; вимагання самопестощів; погрози сексуального характеру; будь-який примус сексуального характеру або погроза вчинити це з іншою людиною.** Згвалтування, тобто вчинення дій сексуального характеру, пов'язаних з вагінальним, анальним або оральним проникненням в тіло іншої особи з використанням геніталій або будь-якого іншого предмета, без добровільної згоди постраждалої особи — це найпоширеніша форма сексуального насильства.

**Якщо Ви зазнали сексуального насильства
або стали його свідком, пам'ятайте – ви не винні!
Єдине, що ви могли зробити у той момент –
намагатись вижити.**

Якщо Ви зазнали сексуального насильства :

- Знайдіть відносно безпечне місце.
У перші 72 години (крайній термін — п'ять діб) жінкам важливо прийняти засіб екстремої контрацепції. Препарат продається в аптекі у вільному доступі.
- У перші 72 години важливоскористатись можливістю отримати постконтактну профілактику ВІЛ-інфекції. Це можна зробити лише у спеціалізованих закладах (Центри СНІДу, Кабінети довіри тощо), адже відповідні препарати не знаходяться у вільному доступі.

- Якщо фізичний та емоційний біль є нестерпним – не залишайтесь з цим на самоті, зверніться по допомогу. Ви маєте право отримати медичну, психологічну, соціальну допомогу. Телефонуйте 103.
- Зверніться до місцевого гінеколога або будь-якого іншого лікаря (у разі відсутності гінеколога) в лікарні чи поліклініці.
- Повідомте правоохоронців про сексуальне насильство – поліцію за номером 102, прокуратуру своєї області або ж обласну військову адміністрацію за місцем свого перебування чи за місцем сконення злочину. Якщо ви не можете зробити це одразу – зробіть це, коли ви будете готові. Такі злочини не мають строку давності, але краще не зволікати.
- Довіртеся психологу, іншому фахівцю, другу, коли будете готові говорити про це. Ви маєте бути почуті.
- Пам'ятайте, Ваше життя і здоров'я – найбільша цінність.

**Якщо Ви зазнали сексуального насильства або стали
його свідком – не мовчіть,
злочинці мають бути покарані!**

Постраждалі від насильства можуть звернутись по допомогу:

- Національна поліція: 102.
- Національна цілодобова гаряча лінія з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації:
116 123 (з мобільних безкоштовно);
0800 500 335 (з мобільних і стаціонарних безкоштовно).

Також на цю гарячу лінію можна звернутись через онлайн канали: скайп — телеграм — NHL116123, електронна пошта — hotline@la-strada.org.ua

Міжнародна організація «La Strada» має представництва у багатьох країнах світу – <https://www.lastradainternational.org/members>