



Де можна одержати психологічну допомогу свідкам сексуального насильства

Благодійний фонд "Сильні":  
**0 800 202 334, [help@sylni.org](mailto:help@sylni.org),  
<https://www.sylni.org/>,  
 телеграм-бот: @strong\_help\_bot**

Гуманітарна організація "Людина в біді":  
**0 800 210 160**

Національна психологічна асоціація:  
**0-800-100-102 (з 10:00-20:00)**

Безкоштовна інтернет-платформа для психологічних консультацій «Розкажи мені»:  
**<https://tellme.com.ua/>**

Громадська організація "Форпост":  
**+38 096 839 76 17**

Онлайн-платформа психотерапевтичної допомоги «Аврора»:  
**<https://avrrora-help.org.ua/>**

Онлайн-платформа Mental Help:  
**<https://mentalhelp.com.ua/>**

Фонд "Голоси дітей".  
 Безоплатна психологічна допомога дітям і батькам:  
**0 800 210 106 (безкоштовно в межах України);  
 +38 099 198 57 95, з 9:00 до 20:00**



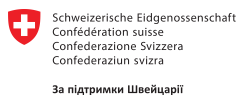
Де можна одержати психологічну допомогу свідкам сексуального насильства

"Не дрібниці"  
 (онлайн-платформа психологічної підтримки для підлітків):  
**<https://www.notrivia.com.ua/>,  
 чат-бот: @no\_trivia\_bot**

Психологічні онлайн-консультації Teenergizer для підлітків:  
**<https://teenergizer.org/consultations/>**

Платформа допомоги врятованим:  
**<https://www.help-platform.in.ua/>**

## Пам'ятка пацієнту, який став свідком сексуального насилля



## Якщо ви стали свідком сексуального насильства або вам довірилася постраждала особа, зробіть такі кроки:

**1** Відведіть людину від місця злочину.


**2** За можливості попередньо зафіксуйте місце злочину (зробіть фото і відео), візьміть контакти у свідків, зберіть одяг постраждалого.


Якщо потерпіла особа виявляє бажання розмовляти з вами, поясніть їй, що вона не винна, в тому що сталося.

Знайдіть слова підтримки, співчуття, висловіть бажання допомогти. Не давайте оцінок діям, словам та проявам почуттів потерпілої людини.

**3** Запропонуйте допомогу у вигляді звернень за медичною, психологічною та юридичною підтримкою. Якщо людина дозволить, то зробіть це за неї.


**4** Повідомте про злочин в правоохоронні органи:

 **в поліцію**  
(102, 0 800 500 202 – колл-центр);


 **в Офіс Генерального прокурора**  
+38 096 755 02 40,  
conflict2022.ua@gmail.com,

warcrimes.gov.ua (у разі сексуальних злочинів, скоєних російськими військовими).

**Зверніться за медичною допомогою:**

 103 або до сімейного лікаря.

**5** Не розголошуйте інформацію, яка вам стала відома, на загал. Маєте потребу з кимось поділитися? Зверніться на гарячі лінії психологічної підтримки до фахівців.

 **Пам'ятайте, свідкам сексуального насилля також потрібна психологічна допомога!**



**Де можна одержати психологічну допомогу свідкам сексуального насильства**

Національна гаряча лінія з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації:

**116-123 (з мобільного),  
0 800 500 335 (з мобільного  
або стаціонарного),  
чатботи у телеграм:  
@survivors\_support\_bot,  
@NHL116123,  
e-mail: info@la-strada.org.ua**

Гаряча лінія з питань протидії торгівлі людьми, запобігання та протидії домашньому насильству, насильству за ознакою статі та насильству стосовно дітей:  
**1547**

Національна гаряча лінія для дітей та молоді:  
**0 800 500 225 або 116-111  
чатбот у телеграм: @NHL116111**

Гаряча лінія Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини:  
**044 253 75 89, 0 800 501 720,  
e-mail:  
hotline@ombudsman.gov.ua**