Куда обратиться за помощью, если насилие происходит в семье?

Женщинам с проблемами готовы помочь в кризисных центрах, которые есть в каждом городе. Там окажут и психологическую, и юридическую поддержку. Беда в том, что женщины редко обращаются за помощью – ведь они изначально считают себя плохими, ужасными, отвратительными.

Всероссийский телефон для женщин, пострадавших от домашнего насилия

8 (800) 7000-600.

<https://nasiliu.net>

[www.anna-center.ru](http://www.anna-center.ru)

Общенациональная горячая линия  
8-801-100-8-801  
для пострадавших от домашнего насилия  
работает ежедневно с 8.00 до 20.00

Телефон доверия экстренной психологической помощи: 8 (495) 575-87-70;  
  
Психологическая помощь женщинам, оказавшимся в трудных ситуациях: 8 (495) 282-84-50.

Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры»

[Телефон доверия: 8 499 901 0201](http://sisters-help.ru/)

<http://sisters-help.ru/about.html>

Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей  
88002000122

[www.telefon-doveria.ru](http://www.telefon-doveria.ru)

Телефон помощи для жертв насилия:  
Центр социально-правовой и психологической поддержки женщин «Надежда».  
Горячая линия  
+7 (499) 492-46-89

+7 (499) 492-26-81

+7 (499) 492-06-48

Телефон доверия экстренной психологической помощи:  
+7 (495) 575-87-70

Кризисный Центр "Мамин Дом" - центр помощи мамам с детьми, оказавшимся без крыши над головой.  
В Мамином Доме женщины с детьми получают необходимую помощь и защиту,  для того, чтобы стать самодостаточными и научиться заботиться о детях самостоятельно. Для детей здесь проводится отдельный комплекс поддерживающих и развивающих процедур.  
Чтобы получить помощь в Кризисном Центре "Мамин Дом", необходимо обратиться в Фонд "Благие Дела" написав **fund.blagie.dela@gmail.com** или позвонив по номеру **(843) 246-20-55.**

Центр защиты семьи, материнства и детства «Умиление»  
- Защита жизни, семьи, материнства и детства;  
- Содействие укреплению престижа и роли семьи в обществе;  
- Оказание всесторонней поддержки беременным в кризисной ситуации, матерям-одиночкам, многодетным и малоимущим семьям.  
Адрес: г. Казань, ул. Сафиуллина, 7.  
**Телефон 8(987)2200360.**Электронная почта 79872200360@ya.r u.  
Режим работы: ежедневно с 10:00 до 22:00.  
Режим приема обращений: вторник и четверг с 10 до 15:30, а по телефону с 10:00 до 20:00 ежедневно  
Социальные сети: <https://vk.com/czm_umilenie>