

Важно знать, что экстренная медицинская помощь в России оказывается каждому человеку, неважно, какой у него паспорт.

БЕРЕМЕННОСТЬ И РОДЫ

Роды в России могут быть бесплатными для любой женщины. Однако ведение беременности и подготовка к родам не входят в экстренную помощь, а значит, не могут быть бесплатными для женщин без российского паспорта.

Вы можете купить специальную страховку, куда входит ведение беременности. Очень важно наблюдаться у врача во время беременности, чтобы получить обменную карту — она будет нужна в роддоме.



ВИЧ И ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

Чтобы не заразиться ВИЧ и другими опасными инфекциями, а также чтобы избежать нежелательной беременности, важно использовать презерватив во время каждого полового акта. Презервативы можно купить в любой аптеке или супермаркете.

Сдать анализ на ВИЧ в России можно бесплатно и анонимно. Позвоните, чтобы узнать, где вы можете это сделать:

+7 967 079-71-45

+7 915 452-83-92

+7 910 000-55-18

«Шаг к здоровью»

Если у вас обнаружится ВИЧ-инфекция, консультант расскажет, что нужно сделать в этом случае.

НЕЖЕЛАТЕЛЬНАЯ БЕРЕМЕННОСТЬ

В России женщина может сама решать, сохранять ли ей беременность. Если вы забеременели, обязательно обратитесь к врачу (независимо от того, решите вы оставить беременность или прервать её). Чтобы сохранить ваше здоровье и иметь возможность родить ребёнка в будущем, прерывание беременности нужно проводить только в медицинском учреждении, соблюдая рекомендации врача. Не делайте никакие процедуры самостоятельно или по совету семьи или знакомых!



Контакты для правовой помощи:



whatsapp/viber/telegram
(БЕСПЛАТНО. КРУГЛОСУТОЧНО):

+7 903 148-96-36,

+7 926 834-76-02

Электронная почта:
chupikvv@tong-jahoni.org

ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ

Если вы столкнулись с домашним насилием (например, вас бьёт муж или другой член семьи), вы можете позвонить в бесплатную службу поддержки мигранток (рабочие дни с 10 до 17 МСК, бесплатно на территории России, анонимно):

+7 800 250-65-08

или написать:

sos@silsila.help.

**Вам расскажут, что можно
сделать, чтобы защитить
себя.**



**ВЫ ЖЕНЩИНА-
МИГРАНТКА
В РОССИИ.
КАК СОХРАНИТЬ
СВОЁ ЗДОРОВЬЕ?**