

справочник
бездомного
2014

Благотворительная
организация «Ночлежка»

ИМЯ, ФАМИЛИЯ

ДАТА РОЖДЕНИЯ, ВОЗРАСТ

ТЕЛЕФОН

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Благотворительная организация

НОЧЛЕЖКА
www.homeless.ru

СОДЕРЖАНИЕ

- 06 Благотворительная общественная организация «Ночлежка»
- 08 Наши проекты
- 10 Куда обратиться за консультацией
- 13 Комплексные центры социального обслуживания
- 17 Бесплатная юридическая помощь
- 18 Координаты некоторых консульств
- 21 Где поесть
- 23 Куда обратиться при алкогольной или наркотической зависимости
- 30 Психологическая и наркологическая помощь
- 33 Кризисные центры для женщин и детей
- 34 Недорогие бани
- 36 Недорогие общежития
- 38 Дома ночного пребывания и приюты
- 43 Где и как лечиться
- 44 Как получить полис
- 46 Вызов скорой
- 48 Материальная помощь в трудной жизненной ситуации
- 49 Бесплатное зубопротезирование
- 50 Бесплатная диагностика и лечения ВИЧ
- 54 Как устроиться на работу
- 63 Бесплатные книги, музеи, выставки, лекции
- 65 Восстановление или получение паспорта
- 69 Восстановление ИНН
- 70 Первая помощь на улице
- 71 Что делать до приезда скорой помощи

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИ- ЗАЦИЯ «НОЧЛЕЖКА»

Благотворительная общественная организация «Ночлежка» существует с 1990 года. Цель нашей работы – снижение масштабов бездомности и улучшение качества жизни бездомных и граждан РФ без регистрации посредством оказания социальной помощи, защиты прав и изменения отношения общества к проблеме. Назвать точное количество бездомных в Санкт-Петербурге трудно, поскольку серьезным исследованием этого вопроса никто не занимался. По нашим оценкам, их не менее 60 тысяч.

Этим людям можно помочь!

Мы хотим, чтобы исчезло разделение на «мы» и «они», чтобы активная часть общества понимала, что все должны бороться за свои права. Чтобы люди осознали, что сегодня граждане РФ находятся в ситуации незащищенности, из-за которой легко стать бездомным и очень трудно вернуться к прежней жизни самостоятельно. Чтобы

показать, как программы реинтеграции (работа с последствиями) и профилактики (работа с причинами) способны изменить ситуацию. Чтобы люди, попавшие на улицу, смогли вернуться к обычной жизни.

Мы хотим, чтобы все увидели, как любой человек может помочь бездомным и поучаствовать в решении проблем, прямо или косвенно касающихся каждого.

НАШИ ПРОЕКТЫ

Приют

Приют на 52 места. Бездомные получают здесь жилье, горячую еду, одежду, возможность помыться и постирать вещи. В прошлом году у нас жил 141 человек.

Дневной прием

Четыре раза в неделю социальные работники и юристы «Ночлежки» ведут прием – консультируют и учат людей защищать свои права по вопросам восстановления и получения документов и гражданства, получения медицинской помощи, нарушения прав при устройстве на работу и многим другим. Мы дали больше 2000 консультаций в прошлом году.

График работы – в разделе «Куда обратиться за консультацией» (страница 8).

Служба социального сопровождения

Цель службы – создавать условия для того, чтобы люди могли самостоятельно обустроить свою жизнь. Социальные работники помогают жильцам приюта и другим бездомным при общении с государственными структурами, в составлении жалоб и заявлений, отстаивают интересы бездомных в суде и т.д. Сотрудники службы также анализируют обращения и материалы, полученные в результате сопровождения, описывают проблемы правоприменительной практики и разрабатывают алгоритмы защиты прав.

Ночной автобус

Специальный автобус развозит всем нуждающимся горячую еду. В прошлом году мы раздали 23 789 порций. Стоянки и график работы – в разделе «Где поесть» (страница 19).

Зимние пункты обогрева

Пункты обогрева представляют собой отапливаемые палатки на 50-60 человек. В них люди могут получить ночлег, горячую еду, помощь социального работника и фельдшера.

В последнюю зиму 317 человек получили приют.

МЫ НАХОДИМСЯ ПО АДРЕСУ:

метро «Обводный канал», «Волковская»,
ул. Боровая, 112Б

Дневной прием: 8 (812) 643 24 15

www.homeless.ru

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ

«Ночлежка», Дневной прием

Социально-правовая помощь, социальный учет.

Принимают только в трезвом виде.

Пн, Вт, Ср и Пт с 10 до 17, перерыв с 14 до 15.

Метро «Обводный канал», «Волковская»

Ул. Боровая, 112Б

8(812)643-24-15

Городской пункт Учета граждан РФ БОМЖ

Социально-правовая помощь, социальный учет.

Пн, Ср с 10 до 17, Пт с 10 до 16, обед с 13 до 14.

Метро «Пролетарская»

Пр. Обуховской обороны, 108 корпус 2

8(812)362-28-56

СПб ГУ Центр социальной адаптации лиц, освободившихся из мест лишения свободы

По направлению, предоставляется временная регистрация (от полугода), содействие в восстановлении права на жилье, помощь в оформлении документов.

Центр работает круглосуточно.

Консультация специалиста в Ср с 10 до 17.

Метро «Купчино»

Ул. Будапештская, 103/49 (13 этаж, код 24)

8(812)778-75-54

Филиал центра в Московском районе

Время приема с 10 до 17.

Метро «Фрунзенская»

Ул. Смоленская, 17Б

8(812)366-64-73, 388-64-55

Уполномоченный по правам человека по Санкт-Петербургу

8(812)764-00-54

Уполномоченный по правам человека по ЛО

8(812)296-60-13

СПб ОБО «Покровская община»

Предоставляют проживание бездомным инвалидам на период оформления документов.

Метро «Маяковская», «Чернышевская»

Ковенский пер., 11, квартира 5

8(812)275-40-70

Общество Матери Терезы

Социальная помощь.

Принимают только в трезвом виде.

Метро «Маяковская»

Ул. Жуковского, 18Б

8(812)272-01-86

Антидискриминационный центр «Мемориал»

АДЦ «Мемориал» занимается правами национальных меньшинств, правозащитными исследованиями и реагированием, оказывают юридическую и психологическую помощь.

Метро «Технологический институт»

7-я Красноармейская ул., 25/14, офис 410
8(812)317-89-30, 575-90-50, 8(921)598-17-90
Юрист - 8(921)759-39-51

Красный крест

В основном работает с беженцами.

Метро «Площадь Восстания»

Ул. Гончарная, 19Д

8(812)717-35-59, 717-35-34, 717-35-31

www.spbredcross.org/programs/consulting

КОМПЛЕКСНЫЕ ЦЕНТРЫ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ (КЦСОН)

Если у Вас была регистрация в Санкт-Петербурге, Вы также можете обратиться за консультацией в Комплексный центр социального обслуживания населения (КЦСОН) своего района. Специалисты КЦСОН пообщаются с Вами и подскажут, как Вам действовать дальше.

Пн, Чт с 9 до 18 (обед с 13 до 14),
Пт с 9 до 17.

КЦСОН Адмиралтейского района

Метро «Технологический институт»

Ул. 5-я Красноармейская, 11/13

8(812)316-00-34

КЦСОН Василеостровского района

Метро «Василеостровская»

17-я линия, 18 корпус 3

8(812)576-27-35

КЦСОН Выборгского района

Метро «Лесная»

Лесной пр., 37К

8(812)295-48-73

КЦСОН Калининского района

Метро «Площадь Ленина»
Ул. Комиссара Смирнова, 5/7
8(812)542-02-79, 542-05-79

КЦСОН Кировского района

Метро «Нарвская», «Кировский завод»
Огородный пер., 30
8(812)746-59-43

КЦСОН Колпинского района

Ж/д станция «Колпино»
Колпино, ул. Стахановская, 17
8(812)461-36-08
КЦСОН Красногвардейского района
Метро «Новочеркасская»
Новочеркасский пр., 48А
8(812)444-14-30

КЦСОН Красносельского района

Метро «Ленинский проспект»
Пр. Маршала Жукова, 37/3
8(812)570-85-36

КЦСОН Кронштадтского района

Пр. Ленина, 15
8(812)435-00-58

КЦСОН Курортного района

Ж/д станция «Сестрорецк»
Г. Сестрорецк, ул. Токарева, 15
8(812)434-10-11

КЦСОН г. Ломоносова

Ж/д станция «Ораниенбаум 1»
Г. Ломоносов, пр. Дворцовый, 40
8(812)422-58-42

КЦСОН Московского района

Метро «Парк Победы», «Московская»
Ул. Ленсовета, 4
8(812)368-28-33

КЦСОН Невского района

Метро «Ломоносовская», «Пролетарская»
Ул. Седова, 122
8(812)576-10-40

КЦСОН Петроградского района

Метро «Петроградская», «Горьковская»
Ул. Большая Монетная, 17Д
8(812)498-09-60

КЦСОН Петродворцового района

Ж/д станция «Новый Петергоф»
г. Петродворец, ул. Никольская, 10
8(812)420-24-42

КЦСОН Приморского района

Метро «Черная речка»
Наб. Черной речки, 18
8(812)431-11-58

КЦСОН Пушкинского района

Ж/д станция «Детское село»
Г. Пушкин, Октябрьский бул., 24
8(812)476-90-57

КЦСОН г. Павловска

Ж/д станция «Павловск»
Г. Павловск, Песчаный пер., 16/11
8(812)465-10-96

КЦСОН Фрунзенского района

Метро «Обводный канал»
Ул. Расстанная, 20/80
8(812)712-94-10

КЦСОН Центрального района

Метро «Площадь восстания»,
«Площадь Александра Невского»
Ул. Мытнинская, 13
8(812)717-00-31

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Согласно закону «О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации», с января 2013 определенным категориям граждан гарантируется бесплатная юридическая помощь.

Список категорий граждан, проживающих в Санкт-Петербурге и имеющих право на получение помощи адвокатов, а также список необходимых документов перечислены в законе Санкт-Петербурга «О бесплатной юридической помощи в Санкт-Петербурге». Те, кто не входят в эти категории и не могут предоставить нужные документы, получают бесплатную юридическую помощь в одной из специализированных некоммерческих организаций или юридических клиник города.

Информационный центр по бесплатной юридической помощи для социально незащищенных граждан

Предоставят первичную правовую информацию и проконсультируют – на линии работает юрист. Помогут найти адвоката или специализированную организацию, которые оказывают бесплатную юридическую помощь.
Пн-Пт с 10 до 18
8(800) 100-46-23 (звонок бесплатный)

КООРДИНАТЫ НЕКОТОРЫХ КОНСУЛЬСТВ

Беларусь

Отделение Посольства Республики Беларусь в Санкт-Петербурге.
Пн-Пт (кроме среды) с 10 до 16, обед с 12 до 14.
Метро «Площадь Восстания»
Бонч-Бруевича ул., 3А
Консульский отдел – 8(812)274-72-12

Казахстан

Генеральное консульство Республики Казахстан в Санкт-Петербурге.
Прием документов в Пн-Пт (кроме среды) с 9.30 до 12.30.
Выдача документов в Пн-Пт (кроме среды) с 15 до 17.
Метро «Чернышевская»
Виленский пер., 15 литера А
8(812)335-25-46

Латвия

Генеральное консульство Латвийской Республики в Санкт-Петербурге.
Прием и выдача документов в Пн-Пт с 9.30 до 12, с 14 до 15.
По другим вопросам в Ср с 9.30 до 12.
Метро «Василеостровская»
10-я линия В.О., 11
8(812)336-34-53, 336-34-54

Украина

Генеральное консульство Украины в Санкт-Петербурге.
Пн-Вт, Чт-Пт с 9.30 до 18.30.
Метро «Площадь Восстания»
Ул. Бонч-Бруевича, 1В
8(812)331-51-69

Узбекистан

Консульский отдел посольства.
Прием посетителей по всем вопросам с 9 до 13.
Выдача готовых документов с 17 до 19.
Консультации по телефону с 09 до 10.
Метро «Октябрьская», «Добрынинская»
119017, г. Москва, 2-ой Казачий пер., 2
8(499)230-13-01, факс 230-04-79
8(499)230-00-54 по визовым вопросам

СПбРОО соотечественников Узбекистана «УМИД» в РФ.
Узбекская диаспора в Санкт-Петербурге
Консультации с 10 до 23.
Метро «Приморская»
Угол пр. Кима и пер. Декабристов
8-952-211-69-87, 8-952-200-44-77

Туркменистан

Консульский отдел посольства в Москве.
Пн-Пт (кроме среды) с 9 до 13.
Консультации по телефону с 14 до 16.
Метро «Арбатская»
Москва, М. Афанасьевский пер., 14 стр.1
8(495)695-37-16, 690-32-58, факс: 8(495)691-65-91

Молдова

Консульский отдел посольства в Москве.
Прием документов в Пн-Пт с 9 до 13.
Выдача документов в Пн-Пт с 14 до 18.
Метро «Кузнецкий Мост»
Москва, ул. Рождественка, 7
8(495)628-10-50, 624-96-78

Таджикистан

Приемная почетного консула в Санкт-Петербурге.
Пн-Пт с 10 до 19, обед с 13 до 14.
Прием консула во Вт и Чт с 12 до 16.
Метро «Садовая»
Фонарный пер., дом 3
8(812) 571-48-87, тел./факс: 8(812)571-61-30
Для чрезвычайных ситуаций, круглосуточно
8(812)900-2-900

Консульская служба посольства в Москве.
Пн-Пт (кроме среды) с 10 до 16, обед с 12 до 13.
Метро «Баррикадная»
Москва, Скатертный пер., 19
8(495)690-57-36, факс 8(495)690-02-70

Киргизия

Приемная Почетного консула в Санкт-Петербурге.
Пн-Пт с 10 до 17, обед с 13 до 14.
Прием консула во Вт и Чт с 10 до 12.
Метро «Площадь Восстания»
Невский пр., 132, оф. 16
8(812)717-00-27, факс 8(812)717-24-88

ГДЕ ПОЕСТЬ

«Ночлежка» и «Мальтийская служба помощи»

Пн, Вт, Ср и Пт с 10 до 17 (перерыв с 14 до 15).
Метро «Обводный канал», «Волковская»
Ул. Боровая, 112Б
8(812)643-24-15

«Ночлежка», проект «Ночной автобус»

с 19 до 19.30 на ж/д пл. «Сортировочная», Пр. Славы, 70
с 20 до 20.30 на ж/д пл. «Лигово», напротив пр.
Народного ополчения, 207
с 21.20 до 21.50 у метро «Приморская»,
около Смоленского мемориального кладбища (напротив
пр. КИМа, 1)
с 22.30 до 23 на ж/д пл. «Новая деревня»

Армия спасения

Ежедневно с 9 до 20 (перерыв – с 13 до 14).
Метро «Маяковская»
Литейный пр., 44/б
8(812)273-92-97

Благотворительное учреждение помощи бездомным

Пн–Пт с 12 до 13. Сб, Вс – выходные.
Метро «Балтийская»
Наб. Обводного канала, 177
8(812)251-63-79

Фонд Святого Димитрия Солунского

Пн-Пт

С 19.30 до 20 у метро «Лесная», ул. Кантемировская, 37

(напротив «Мебель-Сити 2»)

С 20.30 до 21 у метро «Проспект Просвещения»,

пр. Энгельса, 133 корпус 1 литера А

(магазин «Лайм»)

Еда вместо бомб

Сб с 16 у метро «Василеостровская»,

6-7 линии В.О.

Вс с 16 у метро «Владимирская»

Общественное движение «Друзья на улице»

Раздача еды и одежды, общение и дружба.

Вс с 16.30 до 18.

Метро «Сенная площадь», «Садовая», Сенная пл.

Контакты для желающих принять участие:

vk.com/bez_doma / bez-doma.ru / bez-doma@yandex.ru

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ПРИ АЛКОГОЛЬНОЙ ИЛИ НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Вы можете воспользоваться одним из телефонов доверия для того, чтобы получить квалифицированную информацию и помощь. Помните: самолечение не только не эффективно, но и опасно для здоровья.

Анонимные Алкоголики

Консультация по интересующим вопросам, литература, собрания анонимных алкоголиков

aa-spbinter@yandex.ru

Чт с 17 до 20.

Метро «Садовая»

Ул. Б. Подъяческая, 34, во дворе центр «Азария»

8(812)924-12-24, секретарь 8(904)634-36-27

www.aaspb.ru

СПб ГУЗ «Городская наркологическая больница»

Стационарная наркологическая помощь, реабилитация по направлению районного диспансера.

Круглосуточно.

Метро «Василеостровская»

4-я линия В.О., 23-25

8(812)323-44-61

Информационный кабинет по вопросам химической зависимости

Можно без направления.
Пн-Пт с 10 до 22 по рабочим дням.
Метро «Василеостровская»
2-я линия В.О., 3
8(812)328-32-54

Диспансеры, наркологические кабинеты

Адмиралтейский районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 10 до 19.
Метро «Фрунзенская», «Технологический институт»
Малодетское сельский пр., 38
8(812)316-21-12

Василеостровский районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 9 до 20.
Метро «Василеостровская»
5-я линия, 48
8(812)323-11-76

Красносельский районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 9 до 19.
Метро «Проспект Ветеранов»,
ж/д станция «Лигово»
Ул. Чекистов, 28
8(812)730-50-61

Кронштадский районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 9 до 19.
Кронштадт, ул. Восстания, 17
8(812)311-68-72

Ломоносовский районный наркологический кабинет

Пн-Чт с 13 до 20, Пт с 9 до 16.
Ж/д станция «Ораниенбаум 1»
Г. Ломоносов, ул. Победы, 19
8(812)422-33-68

Петроградский районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 9 до 19.30.
Метро «Горьковская», «Спортивная»
Ул. Введенская, 5/13
8(812)232-83-49

Петродворцовый районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 10 до 18.
Ж/д станция «Новый Петергоф»
Г. Петергоф, Разводная ул., 19/1
8(812)420-47-72

Центральный районный наркологический кабинет

Пн-Пт с 09 до 20.
Метро «Площадь Александра Невского»
Наб. Обводного канала, 13
8(812)274-13-72

СПб ГУЗ «Межрайонный наркологический диспансер №1», дневное отделение

По направлению из районного диспансера.

Ежедневно с 9 до 21

(кроме воскресенья и праздничных дней).

Метро «Новочеркасская»

Ул. Стахановцев, 12

Регистратура – 8(812)444-91-28

Зав. дневным стационаром – 8(812)444-94-78

Приемная главного врача – 8(812)444-000-8

Телефон доверия – 8(812)714-42-10

Районные амбулаторные наркологические отделения (АНО)

АНО Выборгского района

Пн-Пт с 9 до 19.

Метро «Политехническая»

Ул. Жака Дюкло, 6/2

Регистратура – 8(812)552-44-48

Зав. отделением – 8(812)552-00-42

АНО Калининского района

Пн-Пт с 9 до 19.

Метро «Площадь Ленина»

Кондратьевский пр., 18-20 (вход со двора)

Регистратура – 8(812)542-32-82

Зав. отделением – 8(812)542-27-75

АНО Кировского района

Пн-Пт с 9 до 21.

Метро «Кировский завод»

Ул. Краснопутиловская, 4

Регистратура – 8(812)783-10-51

Зав. отделением – 8(812)783-10-46

АНО Колпинского района

Пн-Пт с 9 до 19.

Ж/д станция «Колпино»

Г. Колпино, ул. Тверская, 10

Регистратура – 8(812)469-26-74

Экспертиза – 8(812)469-27-30

Зав. отделением – 8(812)469-27-57

АНО Красногвардейского района

Пн-Пт с 9 до 19.

Метро «Новочеркасская»

Новочеркассский пр., 22/15 (вход с Перевозного переулка)

Регистратура – 8(812)444-22-65

Зав. отделением – 8(812)444-22-65

АНО Курортного района

Пн-Пт с 9 до 19.

Ж/д станция «Сестрорецк»

Сестрорецк, ул. Токарева, 15

Регистратура – 8(812)437-41-38

Зав. отделением – 8(812)437-28-50

АНО Московского района

Пн-Пт с 9 до 19.

Метро «Парк Победы», «Электросила»

Кузнецовская ул., 44 (вход со Свеаборгской улицы)

Регистратура – 8(812)388-35-88

Подростковая служба – 8(812)388-00-11

Зав. отделением – 8(812)388-35-88

АНО Невского района

Пн-Пт с 9 до 18.30.

Метро «Ломоносовская»

Ул. Ивановская, 32

Регистратура – 8(812)362-17-47

Зав. отделением – 8(812)560-46-47

АНО Приморского района

Пн-Пт с 9 до 19.

Метро «Черная речка»

Наб. Черной Речки, 12 (вход со Школьной улицы)

Регистратура – 8(812)492-06-68

Ст. медсестра – 8(812)492-07-68

Ленинградский областной наркологический диспансер

Амбулаторная и стационарная помощь жителям
Ленинградской области.

Лечение бесплатно, необходимо направление
районного диспансера.

Метро «Девяткино», ж/д станция «Девяткино»

Новое Девяткино, 19/1

8(812)296-99-02

Межрайонный наркологический диспансер №5

Консультации, реабилитация по направлению
из диспансера или больницы.

Пн-Сб с 10 до 21.

Метро «Садовая», «Сенная площадь»

Садовая ул., 87

8(812)710-83-83

Телефон доверия (круглосуточно) — 8(812)714-42-10

Центр социальной реабилитации для наркозависимых и алкоголиков «Новая жизнь»

Устройство после собеседования, курс 20 месяцев.

Собеседование по воскресеньям в 15: метро «Удельная»
Дрезденская ул., 5 (вход со двора)

Адрес центра: Ж/д станция «Усть-Луга»

Ленинградская обл., Кингисеппский р-н, пос.

Преображенка

8(812)651-07-07, 8-800-200-22-27 – бесплатно по России

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Многие из этих реабилитационных центров поддерживаются на средства религиозных общин.

«Дом на горе»

Каждую пятницу в 11 часов сотрудники проводят консультацию по приему в Центр для тех, кто имеет проблемы с алкоголем, а так же для их родственников и друзей.

Консультация и собеседование в Пн-Пт с 10 до 17.

Ж/д станция «Можайская», «Красное Село»

Ленинградская область, Ломоносовский район,
деревня Перекуля, Горской волости, 16

Консультант – 8(812)337-67-74

Секретарь – 8(812)337-67-17

E-mail – help@houseofhope.ru

«Жемчужина»

Помощь алко и наркозависимым, а также находящимся в трудной жизненной ситуации.

Предварительная запись обязательна.

Метро «Черная речка»

Ул. Савушкина, 5

8-921-978-80-07, 8-921-978-80-02

Центр адаптации алко и наркозависимых «Линия жизни»

Метро «Сенная площадь»

Спасский пер., 10-24

Предварительная консультация – 8(812)945-10-90

(круглосуточно),

8-921-331-01-88 (круглосуточно)

Международный Благотворительный Фонд «Открытое сердце»

Реабилитация алко и наркозависимых, помощь малоимущим.

Пн-Пт с 7 до 21, Сб с 10 до 15.

Метро «Проспект Большевиков»

Ул. Коллонтай 25, кор 2

8(812)574-01-76

Центр адаптации попавших в трудную жизненную ситуацию «Путь к жизни»

Метро «Садовая»

Театральная пл., 2

Ж/д станция «Старый Петергоф»

Петергоф, ул. Сергиевская, 20

8-800-100-10-10, 8-921-877-99-99 (круглосуточно)

Общественная организация «Путь к свободе»

Адаптация бездомных, бывших заключенных,
алко и наркозависимых.

Метро «Удельная»

Ул. Поклонногорская, 53

8-911-170-66-92, 8-981-870-75-53

Межрегиональная благотворительная общественная организация «Благодать»

Пн-Пт с 10 до 17.

Метро «Обухово»

Ул. Грибакиных, 40

8-901-309-03-15 (круглосуточно)

Социальная корпорация «Новая надежда христиан»

Адаптация бездомных, бывших заключенных, алко и наркозависимых.

Пн-Вс с 9 до 18.

Метро «Проспект Большевиков»

Ул. Подвойского, 50

8(812)580-35-87 (круглосуточно)

Автономная Некоммерческая Организация «Добрый Самарянин»

Церковь Евангельских Христиан-баптистов.

По предварительному собеседованию.

С 10 до 22.

Метро «Озерки»

Ул. Большая Озерная, 27

8(812)973-94-04, 8-901-373-94-04

Реабилитационный центр «Бетель»

Ленинградская обл., Выборгский р-н, пос.Малышево

Собеседование, запись и информация –

8-911-952-94-25

8(812)927-01-49, 8(81378)71-100

E-mail: russia@betel.org, betelrusia@yahoo.com

КРИЗИСНЫЕ ЦЕНТРЫ ДЛЯ ЖЕНЩИН И ДЕТЕЙ

Институт недискриминационных гендерных отношений (ИНГО) Кризисный центр для женщин

Помощь женщинам, пострадавшим от сексуального и физического насилия, торговли людьми, а также в других кризисных ситуациях.

Пн-Пт с 11 до 18.

Телефон доверия – 8(812)327-30-00

Административные вопросы – 8(812)272-86-57

СПб ГУ «Кризисный центр помощи женщинам»

8(812)373-47-69 – администрация

8(812)713-13-19 – телефон доверия

Приют «Маленькая мама»

Помощь молодым матерям в трудной ситуации.

Метро «Ленинский проспект»

Трамвайный пр., 15, корп. 4

8(812)376-74-91 (круглосуточно)

Детский кризисный центр

Помощь матери и ребёнку.

Метро «Московская»

Ул. Гастелло, 15

8(812)371-61-13

Телефон доверия – 8(812)371-61-10 (круглосуточно)

НЕДОРОГИЕ БАНИ

Банно-оздоровительный комплекс «В Купчино»

Чт – 10 рублей за 1,5 часа.
Пт-Пн – 25 рублей за 1,5 часа.
Чт, Пт, Сб, Вс, Пн с 7 до 21.
Вт, Ср – выходной.
Метро «Обухово», «Купчино»
Ул. Малая Карпатская, 6-а
8(812)366-98-81, 8-904-554-20-71

Баня на Лабораторной

Пн – жен. 10 рублей за 1,5 часа, муж. 35 рублей за 1,5 часа.
Вт – жен. 35 р. за 1,5 часа муж. 10 рублей за 1,5 часа.
С 8 до 21 кроме Ср и Чт.
Метро «Выборгская», «Площадь Ленина»
Ул. Лабораторная, 3
8(812)540-58-21

Круглые бани

Пн – 10 рублей за 1,5 часа. Вт, Ср,
Пт – 25 рублей за 1,5 часа.
С 8 до 20.30.
Метро «Площадь Мужества»
Ул. Карбышева, 29А
8(812)550-09-85

Батенинские бани

Женские дни: Ср – 10 рублей за 1,5 часа,
Пт 25 рублей за 1,5 часа.

Мужские дни: Вт – 25 рублей за 1,5 часа,
Пт 10 рублей за 1,5 часа.
С 8 до 21.
Метро «Лесная»
Ул. Александра Матросова, 20
8(812)295-25-01, 596-39-93

Гаванский–5

Женские дни: Ср – 10 рублей за 1 час,
Пт – 35 рублей за 1 час.
Мужские дни: Вт – 10 рублей за 1 час,
Чт – 35 рублей за 1 час.
С 8.15 до 21.
Метро «Василеостровская»
Ул. Гаванская, 5
8(812)322-39-73

Усачевские бани

Женский льготный день:
Вт с 9 до 12.30 – 70 рублей за 1,5 часа.
Мужской льготный день:
Ср с 9 до 12.30 – 70 рублей за 1,5 часа.
Скидки действуют только для пенсионеров и инвалидов.
С 9 до 20.
Метро «Технологический институт», «Садовая»
Пер. Макаренко, 12
8(812)714-34-47

Чкаловские бани

Финская сауна – 25 рублей за 1,5 часа.
Русская парная – 35 рублей за 1,5 часа.
Льготный день: Вт – 10 рублей за 1,5 часа.
Кроме Ср и Чт с 8.30 до 21.
Метро «Чкаловская»
Чкаловский пр., 12
8(812)230-72-61

НЕДОРОГИЕ ОБЩЕЖИТИЯ

Общежития для рабочих

Минимальный срок размещения – 3 дня.

От 170 рублей в день.

8(812)945-20-82,

8-921-630-99-20 – диспетчер (с 9 до 22)

Сеть общежитий «Муравей»

Минимальный срок размещения – месяц.

Цена – 5100 рублей в месяц.

8(812)941-55-84

Сеть общежитий «Эконом»

Минимальный срок размещения – неделя,

180-230 рублей в сутки.

Заключается договор, необходим паспорт.

8(800)555-18-51, 8(812)458-80-02

Сеть общежитий «Уют»

Минимальный срок – неделя,

160-210 рублей в сутки.

Оплата и заключение договора происходят в офисе.

Метро «Маяковская»

Ул. Марата, 8, этаж 3

8(812)612-05-74, 8(812)912-14-77

Апраксин двор

Менее месяца – 350 рублей в сутки.

Месяц и дольше – 150 рублей в сутки.

8(812)313-88-85

Сеть общежитий для рабочих

Неделя – 1750 рублей, месяц – 5400 рублей.

Метро «Пушкинская», «Звенигородская»

Ул. Гороховая, 73

Метро «Черная речка»

Приморский пр., 6

Метро «Площадь Мужества»

Институтский пр., 7

8(812)938-19-22, 8-921-938-19-22

ДОМА НОЧНОГО ПРЕБЫВАНИЯ И ПРИЮТЫ

Для бездомных, имевших последнюю регистрацию в Санкт-Петербурге, действует сеть городских Домов ночного пребывания (ДНП). Это бесплатное социальное жилье, где можно помыться и постирать вещи, а также получить ночлег, еду и одежду. Заселяют обычно не более чем на 3 месяца. На момент издания этого справочника ДНП есть в 14 районах города.

Для устройства в ДНП нужно встать на учет в Городском пункте учета (ГПУ)

Городской пункт учета

Пн, Ср с 10 до 17, Пт с 10 до 16.

Метро «Пролетарская»

Пр. Обуховской обороны, 108, корпус 2

8(812)362-28-56

Постановка на учет регулируется «Положением об учете граждан РФ без определенного места жительства от 17.08.2007 №1010».

Для постановки на учет нужно написать письменное заявление и приложить:

- документ, удостоверяющий личность гражданина РФ;
- форма 9 – как документ, подтверждающий факт последней регистрации в Санкт-Петербурге (Ленинграде);
- адресный листок убытия – как документ, удостоверяющий отсутствие регистрации;
- справка об отсутствии регистрации по месту, указанному в листке убытия (п. 7 «Куда выбыл»);
- граждане, освобожденные из мест лишения свободы, также предоставляют справку об освобождении.

Гражданину, поставленному на учет, выдается соответствующая справка. Срок ее действия – 1 год. С выданной справкой нужно обращаться в Межведомственную комиссию по проблемам профилактики бездомности при администрации своего района. Также можно обратиться напрямую к социальным работникам ДНП своего района. Если в Вашем районе нет ДНП, то, получив справку, нужно также обращаться в Межведомственную комиссию своего района и далее в ДНП других районов.

ДНП Адмиралтейского района

Пн-Пт с 9 до 18.

Метро «Балтийская»

Наб. Обводного канала, 177

8(812)251-29-43

ДНП Василеостровского района

Здесь также находится Отделение социальной помощи.

Пн-Чт с 9 до 18 (обед с 13 до 14)

Прием секретаря межведомственной комиссии бездомных по Вт, Чт с 10 до 12.

Метро «Василеостровская»
Наб. Лейтенанта Шмидта, 29
8(812)328-20-32 – отделение социальной помощи.

Отделение социальной помощи лицам без определенного места жительства Выборгского района

Консультация, помощь в восстановлении документов, продуктовые наборы, помощь в устройстве в ДНП в других районах.
Пн-Пт с 9 до 18, Пт с 9 до 17.
Метро «Озерки»
Пр. Художников, 9
8(812)296-49-80

ДНП Калининского района

Метро «Академическая», «Озерки»
Ул. Веденеева, 2
8(812)605-54-89

ДНП Кировского района

Метро «Нарвская»
Ул. Балтийская, 72
8(905)252-42-75

ДНП Колпинского района

Помощь лицам из мест лишения свободы.
Пн-Пт с 8 до 16.30.
Станции «Понтонная», «Ижорский завод»
Колпино, ул. Загородная, 35
8(812)461-76-81

ДНП Красногвардейского района

Метро «Новочеркасская»
Ул. Республиканская, 23
8(812)574-61-17

ДНП Красносельского района

Метро «Проспект Ветеранов» (далее на авт. 145)
Красное село, ул. Октябрьская, 8 корпус «И»
8(812)741-74-65

ДНП Кронштадтского района

Кронштадт, ул. Мануильского, 2
8(812)435-19-50

ДНП Московского района

Метро «Звездная», «Московская»
Ул. Предпортовая, 4А
8(812)722-31-08, 723-26-23

ДНП Невского района

Метро «Обухово»
3-й Райбаковский переулок, 5 корпус 2
8(812)362-88-74, 362-88-75

ДНП Петроградского района

Метро «Петроградская»
Ул. Чапаева, 24
8(812)234-14-15, 234-61-31

ДНП Петродворцового района

Ж/д станция «Новый Петергоф»
Петергоф, ул. Володи Дубинина, 6
8(812)427-44-72

ДНП Пушкинского района

Ж/д станция «Детское село»

Пушкин, ул. Автомобильная, 1А

8(812)414-56-91 с 9 до 18 (обед с 13 до 14)

8(812)414-56-90 (круглосуточно)

ГДЕ И КАК ЛЕЧИТЬСЯ

Оказание медицинской помощи в РФ регулируется Федеральным законом «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ и Постановлением Правительства РФ «О программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2013 год и на плановый период 2014 и 2015 годов».

Гражданин, желающий получить медицинскую помощь, должен иметь полис ОМС (за исключением экстренной помощи).

Полис ОМС имеет силу на всей территории Российской Федерации.

Если отказали в медицинской помощи в поликлинике или больнице

Обратитесь к начальнику медицинской службы, главному врачу или дежурному врачу в больнице. Оставить жалобу на бездействие медицинских работников можно круглосуточно по телефону Горячей линии Комитета по здравоохранению 8(812)635-55-77.

Если полис есть, но в медицинской помощи отказали

Позвоните в свою страховую компанию (телефон указан на полисе) или в Территориальный Фонд ОМС СПб 8(812)703-73-01.

КАК ПОЛУЧИТЬ ПОЛИС

В ст. 46 Федерального закона «Об обязательном медицинском страховании (ОМС) в РФ» от 29 ноября 2010 г. № 326-ФЗ описан порядок выдачи полисов ОМС, в том числе и гражданам РФ без регистрации, паспорта и других документов, удостоверяющих личность.

Гражданам РФ с документами, но без регистрации

Как оформить полис ОМС, описано в подпункте 2 пункта 9 Правил ОМС (приказ Минздравсоцразвития РФ «Об утверждении правил обязательного медицинского страхования» от 28 февраля 2011 г. № 158н).

Если вам больше 14 лет, обратитесь в страховую медицинскую организацию с заявлением, документом, удостоверяющим личность (паспорт гражданина РФ, временное удостоверение личности гражданина РФ, выдаваемое на период оформления паспорта), и страховым номером индивидуального лицевого счета (СНИЛС), если есть.

Гражданам без регистрации и документов

Как получить полис ОМС тем, у кого нет документов и регистрации, описано в подпункте 10 пункта 9 Правил ОМС. Нужно обратиться в страховую медицинскую компанию с заявлением и ходатайством о регистрации в качестве застрахованного лица. Ходатайство выдается учреждениями социальной помощи, вы можете получить его в домах ночного пребывания лично (п. 8 «Примерного положения об учреждении социальной помощи для лиц без определенного места жительства и занятий», утвержденного Постановлением Правительства

Российской Федерации от 8 июня 1996 г. № 670). Если в вашем регионе нет такого учреждения, следует обратиться в профильный комитет местной администрации (например, в Санкт-Петербурге это Комитет по социальной политике).

ВЫЗОВ СКОРОЙ

Скорая помощь оказывается любому человеку по экстренным показаниям вне зависимости от наличия документов и гражданства РФ.

Если бригада скорой помощи отказывает в госпитализации

Сообщите об этом по телефону 8(812)571-45-04 (телефон претензий по работе скорой помощи), указав номер машины и фамилию врача.

Также следует позвонить на горячую линию Комитета по здравоохранению по телефону 8(812)635-55-77.

Если бригада скорой помощи решила госпитализировать человека

Нужно узнать, в какую больницу он будет госпитализирован. Это можно выяснить непосредственно у бригады скорой или по телефонам 8(812)579-00-55 (для тех, кто увезен с улицы) и 8(812)595-80-91.

Медицинские учреждения, принимающие граждан без регистрации и/или документов

Противотуберкулезный диспансер №8

Метро «Площадь восстания»,
«Площадь Александра Невского»
Ул. 8-я Советская, 53
8(812)271-38-92

Городской наркологический диспансер

Метро «Василеостровская»
5-я линия В.О., 48
8(812)323-11-76

Центр по профилактике и борьбе со СПИД

Метро «Балтийская»
Наб. Обводного канала, 179А
8(812)575-44-81 – справочная
8(812)407-83-58 – предварительная запись (Пн-Пт с 9 до 16)

Здравпункт для бездомных при больнице им. Боткина

Прием терапевта, инфекциониста, хирурга, перевязки, медикаменты.
Пн-Пт с 9 до 16 (перевязки с 10 до 15).
Метро «Площадь Александра Невского»
Миргородская ул., 3/4, здание поликлиники №2,
вход с торца
8(812)274-97-53

МАТЕРИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Материальная помощь оказывается согласно Постановлению Правительства Санкт-Петербурга №1281 от 25.10.2006 «Об утверждении Порядка предоставления материальной помощи жителям Санкт-Петербурга, оказавшимся в трудной жизненной ситуации». Трудной жизненной ситуацией считаются: инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество.

Для получения материальной помощи необходимо встать на учет в Городской пункт учета (ГПУ).

Городской пункт учета

Пн, Ср с 10 до 17, Пт с 10 до 16.

Метро «Пролетарская»

Пр. Обуховской обороны, 108 корпус 2

8(812)362-28-56

Затем с заявлением, паспортом, справкой Ф-9, справкой о доходах и документом, дающим основания для получения помощи, обратиться либо в Комплексный центр социального обслуживания населения (КЦСОН – страница 11) своего района, либо в Многофункциональный центр предоставления государственных услуг (МФЦ) своего района.

БЕСПЛАТНОЕ ЗУБОПРОТЕЗИРОВАНИЕ

Бесплатное зубопротезирование возможно благодаря Постановлению Правительства Санкт-Петербурга №41 от 23.01.2007 «О порядке бесплатного зубопротезирования отдельных категорий граждан Российской Федерации, местом жительства которых является Санкт-Петербург».

Для получения бесплатного зубопротезирования необходимо встать на учет в Городской пункт учета (ГПУ)

Городской пункт учета

Пн, Ср с 10 до 17, Пт с 10 до 16.

Метро «Пролетарская»

Пр. Обуховской обороны, 108 корпус 2

8(812)362-28-56

Затем обратиться в Комплексный центр социального обслуживания населения (КЦСОН – страница 11) района, в котором была последняя регистрация, предоставив паспорт, справку о пенсии за последние 3 месяца, пенсионное удостоверение, льготные документы (если есть), справку о регистрации в ГПУ. В КЦСОН дадут направление в зубную поликлинику.

БЕСПЛАТНАЯ ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ВИЧ

Фонд «Гуманитарное действие»

Горячая линия по вопросам ВИЧ-инфекции
и социального сопровождения
8-921-896-45-39

Мобильный пункт профилактики ВИЧ- инфекции среди секс-работников

Работает в Выборгском, Красногвардейском, Невском,
Красносельском и Фрунзенском районах.
Горячая линия 8-931-210-30-07

Горячая линия «Шаги» по вопросам ВИЧ/СПИД

8-800-200-55-55

Мобильный пункт «Автобус»

Диагностика ВИЧ, гепатита С, сифилиса, психологический
кабинет, социальное сопровождение.
Горячая линия – 8-952-362-87-85

Понедельник (Колпинский район)
С 17 до 21 на углу пр. Трудящихся и ул. Веры Слуцкой.

Вторник (Красносельский район)
С 15 до 18 на Пр. Партизана Германа, 26
С 19 до 21 на углу Петергофского шоссе
и ул. Кузнецова, 32.

Среда (Невский район)
С 15 до 18 на углу ул. Дыбенко и Искровского пр.
(напротив рынка).
С 19 до 21 (уточнять по 8-952-362-87-85)
на углу Дальневосточного пр. и Народной ул.

Четверг (Красногвардейский и Калининский районы)
С 15 до 18 на углу ул. Потапова и Ириновского пр.
(напротив АЗС «Neste»).
С 19 до 21 на углу пр. Культуры и пр. Просвещения
(напротив АЗС Shell).

Пятница (Невский район)
С 15 до 18 на Шлиссельбургском пр., 9
(между двух универсамов).
С 19 до 21 на углу ул. Дыбенко и Искровского пр.
(напротив рынка).

Благотворительный фонд «Диакония»

Мобильный информационно-консультационный пункт по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции и других социально значимых заболеваний. Консультирование, помощь, социальное сопровождение, анонимное экспресс-тестирование ВИЧ.

Пн-Пт, 16.00-19.00.

Понедельник (Красногвардейский район)

Метро «Новочеркасская»

Ул. Республиканская, 23

Вторник (Невский район)

Метро «Проспект Большевиков»

Российский проспект, 1

Среда (Центральный район)

Метро «Александра Невского»

Пр. Бакунина, 19

Четверг (Фрунзенский район)

Метро «Купчино»

Перекрёсток ул. Олека Дундича и Купчинской ул.

Пятница (Московский район)

Метро «Электросила»

Ул. Решетникова, 16

ПРИЕМ АНАЛИЗОВ КРОВИ НА ВИЧ АНОНИМНО И БЕСПЛАТНО

СПб Центр по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями

Бесплатное лечение — при наличии временной регистрации. Беременные – вне зависимости от гражданства и регистрации.

Экспресс-тестирование на ВИЧ до 14.

Кабинет до и послетестового консультирования (анонимно) с 9 до 20.

Метро «Балтийская»

Наб. Обводного канала, 179Б

8(812)575-44-05

Ленинградский областной Центр по профилактике и борьбе со СПИДом

Пн-Пт с 9 до 16.

Метро «Петроградская»

Ул. Профессора Попова, 15/17 корпус Б, 3 этаж

8(812)234-58-04

Анонимный кабинет городской инфекционной больницы им. Боткина

Пн-Пт с 10 до 17. Кровь на анализ до 16.

Метро «Площадь Восстания»,

«Площадь Александра Невского»

Ул. Кременчугская, 3 (территория больницы, вход с ул.

Кременчугская) 8(812)717-89-77

УСТРОИТЬСЯ НА РАБОТУ

По закону для того, чтобы устроиться на работу, регистрация не нужна.

В статье 3 Трудового Кодекса (ТК) РФ сказано, что каждый имеет равные возможности для реализации своих трудовых прав. Никто не может быть ограничен в трудовых правах и свободах или получать какие-либо преимущества независимо от пола, расы, цвета кожи, национальности, языка, происхождения, имущественного, семейного, социального и должностного положения, возраста, места жительства, отношения к религии, политических убеждений, принадлежности или непринадлежности к общественным объединениям, а также от других обстоятельств, не связанных с деловыми качествами работника.

Трудовые отношения между работником и работодателем возникают на основании трудового договора, а также по факту работы с ведома или по поручению работодателя или его представителя в случае, когда трудовой договор не был надлежащим образом оформлен.

Документы, необходимые при трудоустройстве:

1. Паспорт или иной документ, удостоверяющий личность;
2. Трудовая книжка;
3. Страховое свидетельство государственного пенсионного страхования;
4. Документы воинского учета – для военнообязанных и лиц, подлежащих призыву на военную службу;
5. Документ об образовании, о квалификации или наличии специальных знаний – при поступлении на работу,

требующую специальных знаний или специальной подготовки;

6. Справка о наличии (отсутствии) судимости и (или) факта уголовного преследования либо о прекращении уголовного преследования по реабилитирующим основаниям, выданная в порядке и по форме, которые устанавливаются соответствующим федеральным органом исполнительной власти.

Справка необходима при поступлении на работу, связанную с деятельностью, к осуществлению которой в соответствии с настоящим Кодексом, иным федеральным законом не допускаются лица, имеющие или имевшие судимость, подвергающиеся или подвергавшиеся уголовному преследованию.

Иные документы, помимо предусмотренных Трудовым кодексом, требовать запрещается.

При заключении трудового договора впервые, трудовая книжка и страховое свидетельство государственного пенсионного страхования оформляются работодателем. Если трудовой книжки нет, то работодатель обязан по письменному заявлению работника оформить новую. В ст. 64 ТК РФ прописаны гарантии заключения трудового договора.

Запрещается необоснованный отказ в заключении трудового договора, а также какое бы то ни было прямое или косвенное ограничение прав или установление прямых или косвенных преимуществ при заключении трудового договора в зависимости от пола, расы, цвета кожи, национальности, языка, происхождения, имущественного, социального и должностного положения, возраста, места жительства (в том числе наличия или отсутствия регистрации

по месту жительства или пребывания), а также других обстоятельств, не связанных с деловыми качествами работников, не допускается, за исключением случаев, предусмотренных федеральным законом.

Если работнику отказали в заключении договора, работодатель обязан сообщить причину отказа в письменной форме. Отказ в заключении трудового договора может быть обжалован в суде.

Если в трудоустройстве отказано из-за отсутствия регистрации

Нельзя отказать в работе из-за отсутствия регистрации. Но, если случилось так, что право было нарушено, необходимо предпринять следующие действия:

1. Потребовать письменный мотивированный отказ. Если и в этом отказали, необходимо:
2. Направить в адрес работодателя телеграмму по следующему образцу: «Я, Иванов И.И., 20 марта 1978 г.р. прошу принять меня на работу в ООО «Снегири» на должность слесаря. В случае отказа, ответ прошу направить по адресу: 190000, Санкт-Петербург, ул. Б.Ивановская, 1, кв.1»

Телеграмму следует отправлять в тот же день, когда был получен отказ, при этом необходимо иметь доказательство наличия вакансии – например, распечатку из центра занятости или с сайта работодателя.

После получения заявления-телеграммы о приеме на работу, работодатель обязан его рассмотреть и либо пригласить Вас на работу, заключив трудовой договор и издав приказ о приеме на работу, либо направить по указанному Вами адресу отказ в приеме на работу,

который, если Вы сочтете его необоснованным, можете либо обжаловать в суде, либо обратиться в Государственную инспекцию труда.

Государственная инспекция труда

Метро «Нарвская»
Ул. Зои Космодемьянской, 28а
8(812)746-59-86

ПОИСК РАБОТЫ

Банк вакансий и вся информация о трудоустройстве: www.rspb.ru
Чтобы получить информацию о вакансиях желательно иметь при себе паспорт. В отделах экспресс-обслуживания центров занятости Вам помогут найти работу, регистрация в Санкт-Петербурге для этого не обязательна.

Комитет по труду и занятости в Санкт-Петербурге

Пн-Чт с 9 до 18, Пт с 9 до 17 (обед 13 до 14).
Ул. Галерная, 7
Прием по записи – 8(812)312-92-36
E-mail – ktzn@gov.spb.ru

Горячая линия – 753-41-90

Вы можете получить консультации по вопросам, касающимся массовых высвобождений работников, о порядке регистрации в службе занятости, видах социальной, материальной и психологической помощи безработным гражданам, о гарантиях и компенсациях, предоставляемых высвобождаемым работникам.
График работы «Горячей линии»:
Пн, Ср, Пт с 9 до 17, Вт с 12 до 20, Чт с 11 до 19.

Центры занятости

График работы центров занятости в любом районе города:
Пн, Ср, Пт с 9 до 17, Вт с 12 до 20, Чт с 11 до 19.

Центр занятости Адмиралтейского района

Метро «Сенная Площадь»
Английский пр., 45/26
8(812)713-77-10
Информация для граждан без регистрации —
8(812)714-70-18

Центр занятости Василеостровского района

Метро «Приморская»
Ул. Шевченко, 27
8(812)356-00-76

Центр занятости Выборгского района

Метро «Площадь Мужества»
2-й Муринский пр., 31
8(812)552-76-06

Центр занятости Калининского района

Метро «Выборгская»
Нейшлодский пер., 23
8(812)294-59-58

Центр занятости Кировского района

Метро «Ленинский проспект»
Трамвайный пр., 12 корпус 2
8(812)758-36-34

Центр занятости Красногвардейского района

Метро «Площадь Ленина»
Шоссе Революции, 19
8(812)227-44-98, 227-60-87

Центр занятости Красносельского района

Метро «Проспект Ветеранов», ж/д станция «Сосновая поляна»
Ул. Пограничника Гарькавого, 36 корпус 1
8(812)730-08-82, 730-10-26

Центр занятости Кронштадтского района

Г. Кронштадт, Владимирская ул, 27
8(812)311-33-50

Центр занятости Колпинского района

Ж/д станция «Колпино»
Г. Колпино, Павловская ул, 1
8(812)461-70-42

Центр занятости Курортного района

Ж/д станция «Сестрорецк»
Г. Сестрорецк, Дубковское шоссе, 11
8(812)437-12-58, 231-38-90

Центр занятости Фрунзенского района

Метро «Международная», «Купчино»
Ул. Бухарестская, 61
8(812)701-79-27

Центр занятости Приморского района

Первичный прием, регистрация граждан и экспресс-подбор вакансий.
Метро «Старая деревня», «Черная речка»
ул. Савушкина, 62
8(812)430-65-63

Центр занятости Петродворцового района

Ж/д станция «Старый Петергоф»
Г. Старый Петергоф, ул. Шахматова, 12 корпус 2
8(812)428-84-92

Центр занятости Ломоносовского района

Ж/д станция «Ораниенбаум 1»
Г. Ломоносов, ул. Петербургская, 2/10
8(812)423-14-44

Центр занятости Московского района

Метро «Московская»
Ул. Варшавская, 63/1
8(812)374-17-40

Центр занятости Невского района

Метро «Ломоносовская»
Ул. Бабушкина, 52
8(812)367-01-05

Центр занятости Петроградского района

Метро «Петроградская»
Большой пр. П.С., 74
8(812)233-39-00
Экспресс-отдел
Каменноостровский пр., 64/2
8(812)234-61-58

Центр занятости населения Пушкинского района

Ж/д станция «Детское Село»
Г. Пушкин, ул. Новая, 34
8(821)465-80-30

Центр занятости Центрального района

Метро «Чернышевская»
Ул. Кировная, 53/46
8(812)275-27-09

БЕСПЛАТНЫЕ КНИГИ, МУЗЕИ, ВЫСТАВКИ, ЛЕКЦИИ

Книги

Книжный магазин «Все свободны»

В магазине есть полка книгообмена.
Метро «Адмиралтейская», «Невский проспект»
Наб. реки Мойки, 28 (второй двор, код на воротах 489)

Книги даром

Забрать книги можно по понедельникам с 9 до 13.
Метро «Новочеркасская»
Новочеркассский пр., 14
8(812)953-35-59

Музеи

Государственный Эрмитаж

Каждый первый четверг месяца.
Метро «Невский проспект», «Адмиралтейская».
Дворцовая наб., 34

Музей кукол

Последний понедельник месяца.
Метро «Василеостровская»
Камская ул., 8

Музей религии

Первый понедельник месяца.
Метро «Невский проспект», «Садовая», «Адмиралтейская»
Английская наб., 44

Музей Арктики и Антарктики

Третий четверг месяца.

Метро «Маяковская», «Владимирская», «Достоевская».

Ул. Марата, 24А

Петропавловская крепость

Последний четверг месяца.

Метро «Горьковская», «Спортивная»

Петропавловская крепость, 3

Зоологический музей

Последний четверг месяца.

Метро «Адмиралтейская», «Василеостровская».

Университетская наб, 1

Кино, образование, выставки

Библиотека им. Маяковского

Культурный центр, где можно почитать книги, посмотреть кино, послушать лекции, пообщаться в языковых клубах, поработать в интернете.

Метро «Невский проспект», «Адмиралтейская».

Наб. реки Фонтанки, 44, Невский пр., 20

Лофт-проект «Этажи»

Выставки, лекции, семинары.

Лиговский проспект, 74

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ИЛИ ПОЛУЧЕНИЕ ПАСПОРТА

Процесс оформления паспорта описан в Приказе Федеральной миграционной службы от 7 декабря 2009 г. № 339

«Об утверждении Административного регламента Федеральной миграционной службы по предоставлению государственной услуги по выдаче, замене и по исполнению государственной функции по учету паспортов гражданина Российской Федерации, удостоверяющих личность гражданина Российской Федерации на территории Российской Федерации».

Ниже в очень общем виде изложены несколько путей получения или восстановления паспорта РФ. Для того, чтобы узнать о них подробнее и получить помощь, обращайтесь в консультационную службу «Ночлежки» (страница 12), или к другим специалистам.

Если раньше был паспорт РФ

Обращайтесь в любое подразделение территориального пункта Отделения Федеральной миграционной службы (ОФМС). Необходимые документы: заявление, квитанция об уплате штрафа за утрату паспорта. Сумма штрафа зависит от срока утраты, определяет ее инспектор. Сроки оформления: 10 дней (если паспорт оформляется по месту регистрации), 2 месяца (если регистрации нет). Пока паспорт оформляется, можно получить временное удостоверение личности гражданина Российской Федерации по форме №2П.

Если есть загранпаспорт РФ

Нужно обратиться в ФМС с заявлением о выдаче паспорта РФ. В отделении ФМС напишите заявление о снятии с консульского учета и принятия на внутренний учет. Сотрудники ФМС сделают запрос в учреждение МИД, выдававшее паспорт. Ответ обычно приходит в течение 1-3 месяца. Если он положительный, то ФМС оформляет паспорт.

Если раньше был паспорт СССР или регистрации в РФ на 6 февраля 1992 года

Те, кто был постоянно зарегистрирован на территории Российской Федерации на 6 февраля 1992 года, признаются гражданами РФ (Закон «О гражданстве РФ» от 28 ноября 1991). В этом случае для получения паспорта можно обратиться в любое отделение УФМС. Необходимые документы: заявление, автобиография, справка из паспортного стола или архивная справка Ф-9. Если регистрация была в другом городе, направьте запрос в отдел вселения и регистрации граждан по почте с просьбой выслать запрашиваемую справку. Если нет документов, подтверждающих личность, необходимо пройти процедуру установления личности. Для этого соберите все возможные документы: свидетельство о рождении, заключении (расторжении) брака, военный, профсоюзный, охотничий билеты, справка об освобождении из мест лишения свободы, основной документ, удостоверяющий личность гражданина РФ за пределами Российской Федерации, трудовая книжка, пенсионное, водительское и иные удостоверения. Их можно запросить в выдававших организациях. Также личность можно подтвердить свидетельскими показаниями двух человек или с помощью идентификационных исследований (дактилоскопия).

Если на 06 февраля 1992 года регистрации в РФ не было

В этом случае важно, находился ли человек на территории РФ и не принимал ли он гражданства других государств. Нужно предоставить в ФМС справку об отсутствии гражданства того государства, в котором получал паспорт СССР или находился до приезда в РФ. Если находился на территории РФ, то нужно установить в суде факт проживания на территории РФ на 06.02.1992 – доказать, что постоянно на территории РФ он жил до 06.02.1992 и после. Доказательства – это любые документы, подтверждающие нахождение в РФ в это время: договоры аренды жилья, справки из медицинских учреждений, трудовая книжка, справки с места учебы, справки из банка, свидетельствующие о том, что человек регулярно получал пенсию, пособия, перечисления, а также показания свидетелей. В случае положительного решения в суде, органы ФМС оформляют паспорт гражданина РФ.

Если место рождения – территория РФ

В случае, если не удастся найти или восстановить необходимые документы, то для подтверждения гражданства важно место рождения. Человек, который родился на территории РФ, выезжал за пределы, но на 06.02.1992 не стал гражданином другого государства и может подтвердить это справкой из соответствующего консульства, для получения паспорта РФ может обратиться в любое отделение ОФМС. Необходимые документы: заявление в УФМС, свидетельство о рождении, автобиография, справка из консульства страны проживания об отсутствии гражданства этой страны.

Если ФМС отказывает в выдаче паспорта

Есть два варианта действий:

– Первый – обратиться в суд и доказать факт проживания на территории РФ на 06.02.1992.

– Второй – обжаловать отказ ФМС в суде. Согласно ранее действовавшему закону о гражданстве те, кто родились на территории РФ 30 декабря 1922 года или позднее и утратили гражданство бывшего СССР, считаются состоявшими в гражданстве РФ по рождению. Согласно Конституции РФ они могут отказаться от гражданства только сами. Проживание гражданина РФ за ее пределами не прекращает российского гражданства.

Если у вас возникнут вопросы, обязательно обратитесь к специалисту, чтобы не терять времени и действовать как можно более эффективно.

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ИНН

Если есть регистрация

Если Вы когда-то уже получали ИНН, но сейчас его утеряли, то необходимо обратиться с заявлением в Налоговую инспекцию того района, в котором Вы зарегистрированы.

Если Вам сложно выехать по месту регистрации, то можно обратиться в налоговый орган с заявлением по почте, заполнив заявление по форме «2-2-учет». Необходимо вложить в почтовый конверт заявление, а также квитанцию об уплате госпошлины в размере 200 рублей.

Также на сайте ФНС предусмотрена процедура обращения и заполнения формы «2-2-учет» в электронном виде. www.nalog.ru/el_usl/
www.nalog.ru/gosreg/reg_np/formats_uchet

Таким образом, дубликат ИНН можно получить по почте, не выезжая по месту регистрации.

Если нет регистрации

Те, у кого нет регистрации, могут по запросу получить из Федеральной налоговой службы справку о том, что состоят на учете в налоговом органе и им присвоен ИНН. Такой справки для работодателя достаточно.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ НА УЛИЦЕ

Эти способы оказания первой помощи спасли много жизней.

Во-первых – не паникуй.

Во-вторых – помни, что лучше всего медицинскую помощь окажет врач.

Телефон Скорой помощи – 03,
с мобильного – 112
(даже если нет денег на счету).

Можно попросить позвонить любого прохожего или проезжающего. У водителя в медицинской автомобильной аптечке найдется многое необходимое, чтобы самому оказать первую помощь до приезда скорой.

Не спрашивай у пострадавшего или больного разрешения вызвать скорую помощь – вызывай всегда! Диспетчеру скорой помощи нужно назвать место: улицу и номер дома, рядом с которым вы находитесь. Можно посмотреть табличку на ближайшем доме, спросить прохожего.

Нельзя уходить и оставлять больного или пострадавшего одного до прибытия медиков, даже если сам ничем помочь не можешь.

ЧТО ДЕЛАТЬ ДО ПРИЕЗДА СКОРОЙ ПОМОЩИ

КРОВОТЕЧЕНИЯ

При кровотечении человек может умереть за несколько минут. Нужно остановить кровотечение и вызвать скорую помощь.

Артериальное кровотечение

Если кровь ярко красного цвета и хлещет струей – это кровотечение из артерии, при котором раненый может умереть за 2-3 минуты. Чаще всего бывает при повреждении руки, ноги, шеи.

Что делать:

1. Сильно надавить на рану (лучше через чистую тряпку или бинт) несколькими пальцами или кулаком.
 - Кровотечение из руки или ноги – сильно согнуть руку или ногу в суставе выше места кровотечения (свободной рукой);
 - Кровотечение из ноги ниже колена – очень сильно согнуть ногу в колене;
 - Кровотечение из ноги выше колена – прижать колено как можно ближе к животу;
 - Кровотечение из руки ниже локтя – согнуть руку очень сильно в локте;
 - Кровотечение из руки выше локтя, локти обеих рук завести назад (за спину) и связать как можно туже друг к другу;

- Кровотечение из шеи – прижать пальцами место кровотечения до приезда скорой помощи.
2. Отпустить свою руку и убедиться, что кровь больше не вытекает. Если продолжается, то снова сразу прижать пальцами или кулаком.
3. Когда часть ноги или руки оторвана или отрезана, конечность необходимо сразу согнуть, как указано в пункте 1, а еще лучше – сразу наложить жгут (ремень или любой скрученный кусок ткани), затягивая его, пока кровь не перестанет вытекать.
4. После остановки кровотечения надо наложить жгут примерно на десять сантиметров выше места, откуда вытекала кровь.
5. Затягивать жгут, пока рука или нога не онемеет и похолодеет, туго не надо – можно повредить мышцы и нервы.
6. Жгут накладывается только на руку или ногу. На другие части тела, в том числе шею и голову, жгут накладывать не надо.
7. Записать на бумажке точное время (дата, час и минуты), когда наложен жгут, и подсунуть под повязку. Жгут держать не более полутора-двух часов, потом начнется гангрена.
8. После этого вызывать скорую помощь.

Венозное кровотечение

Если кровь течет ручейком – это кровотечение из вены, оно тоже может привести к смертельной потере крови.

Что делать

1. Прижать пальцами место кровотечения (можно через тряпку).
2. Если кровотечение из руки или ноги, нельзя сильно сгибать в суставе и накладывать жгут – это усилит

кровотечение.

3. Наложить повязку на рану, положить комок ваты или марли и туго прибинтовать. Вату и бинт можно взять в автомобильной аптечке, остановив проезжающий автомобиль.
4. Не затягивать бинт очень туго, так можно сдавить артерию и получить гангрену. Если рука или нога ниже повязки занемела и побелела, повязку необходимо развязать и забинтовать менее туго.
5. Если повязка все-таки промокает от крови, поверх повязки положить небольшой твердый предмет размером примерно со спичечный коробок и туго его прибинтовать. Если не помогло, убрать его и давить через повязку кулаком или пальцами.
6. Никогда не накладывать давящую повязку на шею. На шее кровотечение можно останавливать, прижав пальцами.
7. На голове любая рана сильно кровоточит, надо попытаться наложить давящую повязку. Если не получается, прижать пальцами место кровотечения до приезда скорой помощи.

Если рана на груди, животе, пояснице или ягодицах, особенно если нанесена длинным предметом, или если не известно, чем – необходимо срочно вызвать скорую помощь. Даже если рана маленькая, крови нет, раненый отказывается от скорой помощи, очень высок риск внутренних повреждений, опасных для жизни. Если из раны в любой части тела торчит посторонний предмет, нельзя его вытаскивать – это усилит кровотечение. Посторонние предметы из ран может удалять только хирург в больнице.

НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Если кровь вытекает из ноздрей – это носовое кровотечение, оно может привести к смерти. Кровь может течь в глотку. Иногда начинается рвота или кашель с кровью.

Что делать

1. Посадить больного с наклоненной вперед головой, чтобы кровь вытекала наружу. Он должен сидеть спокойно, дышать ртом, кровь сплевывать, а не глотать. Нельзя сморкаться и кашлять, от этого кровотечение усилится.
2. Прижать двумя пальцами ноздри к носовой перегородке, но не сдавливать сильно нос. В ноздри ничего не засовывать.

Категорически нельзя укладывать больного на спину, запрокидывать голову назад – вся кровь потечет в глотку. Необходимо вызвать скорую помощь, даже если кажется, что кровотечение остановилось, оно может вновь начаться в любую минуту.

ВНУТРЕННЕЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Если у человека рвота кровью красного или коричневого цвета, похожая по виду на кофейную гущу – это признак внутреннего кровотечения. Оно может привести к смерти из-за потери крови.

Даже если рвота кровью прекратилась, кровотечение обычно продолжается внутрь – в желудок или кишку. Если у больного понос черного цвета – это внутреннее кровотечение, от которого без помощи врачей можно умереть.

Что делать

1. Уложить больного на бок (не на спину), чтобы не захлебнулся кровавой рвотой.
2. Вызвать скорую помощь. Больше ничего не делать, чтобы не навредить. Не переодевать больного, если одежда испачкана.

МАТОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Если кровь вытекает из половых путей женщины в большом количестве, при этом у женщины слабость, головокружение, мелькание «мушек» перед глазами, пульс больше 95 – 100 ударов в минуту, бледность кожи и губ, потеря сознания, боли внизу живота – это признак маточного кровотечения, которое приводит к смерти.

Что делать

1. Уложить больную, запретить двигаться и вставать.
2. Вызвать скорую помощь, даже если женщина отказывается.
3. Напоить теплым питьем, но не спиртным.
4. Не пытаться переодеть и не давать переодеться самой.

РАНЫ

Раны опасны прежде всего кровотечением. Остановить его можно, как описано в разделе «Кровотечение». В раны всегда попадает инфекция, из-за чего может быть заражение крови. Правильно обработать рану может только хирург.

Что делать

1. Если кровотечения нет – вызывай скорую помощь.
2. Когда рана на груди, животе, пояснице или ягодицах, нанесена длинным предметом – срочно вызвать скорую помощь (даже если рана маленькая, не кровоточит; раненый чувствует себя хорошо и отказывается от вызова скорой помощи).
3. Если пришлось останавливать кровотечение, скорую вызывать обязательно.
4. Если из любой раны торчит посторонний предмет, не пытаться его вытащить – это усилит кровотечение.
5. Не накладывать грязные повязки, если нет стерильных медицинских бинтов и салфеток (если нет кровотечения).
6. Если из раны торчат внутренние органы – не трогать их. Можно только наложить сверху повязку стерильными медицинскими салфетками и бинтами, но до этого вызвать скорую помощь!

ПЕРЕЛОМЫ

Переломы костей, вывихи, разрывы связок должны лечить хирурги и травматологи. Первую помощь необученный человек оказать не сможет.

Что делать

1. Если повреждение хоть немного похоже на перелом (вывих, разрыв связок) – вызвать скорую помощь.
2. Если у пострадавшего есть кровотечение – остановить его, как описано в разделе «Кровотечение».
3. Не пытайся перемещать человека – можно вызвать у него болевой шок. Нельзя вести пешком или везти своим ходом в больницу или травмпункт – обязательно вызови скорую.
4. Можно перемещать пострадавшего только если оставаться на прежнем месте опасно для его жизни.
5. Не надо накладывать шины, вправлять вывих и делать что-то еще, если нет навыков оказания первой медицинской помощи – можно вызвать болевой шок.

ОЖОГИ

Ожог – очень серьезная и часто опасная для жизни травма.

Что делать

1. Прекратить действие обжигающего фактора – огня, пара, едкого химического вещества, но при этом не обжечься самому.
 - горящую одежду быстро снять или залить водой, засыпать снегом, песком;
 - если невозможно – набросить большой кусок плотной ткани (одеяло, пальто, брезент), но не накрывать с головой.
 - нельзя сбивать пламя голыми руками;
 - человек в горячей одежде бежит, не понимая, что делает, и одежда горит сильнее – его надо обязательно остановить;
 - если находится под струей кипятка или пара – оттащить в сторону и разрезать или сорвать одежду;

– если человек в яме (промоине) с кипятком – не подходи к ней и не пытайся вытащить. Сразу звони в МЧС (телефон 01 или 112 с мобильного, можно звонить без денег на счету).

2. Потушив и сняв одежду, сразу начинай охлаждать обожженные места:

- обливать холодной водой, но не более 20 минут;
- при химическом ожоге струей воды аккуратно смыть остатки едкого вещества. Не трогать ожог руками и не пытаться оттереть тряпкой едкое вещество;
- если мало воды, прикладывать к ожогам полиэтиленовые мешки со снегом, льдом, холодной водой, не более 20 минут;
- если нет воды, льда, снега – оставить ожоги открытыми.

3. Не отдиирать приставшие к ожогу куски одежды, смолы, битума, не трогать руками, не вскрывать ожоговые пузыри на коже. Нельзя смазывать ожоги маслом, мазями (даже лекарственными): от этого они усугубляются и могут загноиться.

4. Вызвать скорую помощь обязательно. Ожог, который выглядит как легкий, через сутки может быть гораздо тяжелее и больше.

5. После вызова скорой, если есть медицинские бинты, наложить сухие повязки. В крайнем случае можно использовать чистые и сухие косынки, полотенца, простыни.

6. Если холодно, накрыть обожженного одеялом, пальто, курткой или завести в теплое помещение.

ОТМОРОЖЕНИЯ

От отморожения чаще всего страдают стопы и пальцы ноги, кисти и пальцы руки, нос, уши. Легкое отморожение может недели через две оказаться тяжелым.

Что делать

1. Отвести в теплое помещение, снять или разрезать тесную и мокрую одежду, обувь, переодеть в сухую одежду.
2. Напоить горячим питьем, накормить горячей едой.
3. Наложить сухую и чистую повязку из ваты и марли, или куска чистой простыни, полотенца, а поверх что-нибудь шерстяное. Не надевать носки, перчатки, рукавицы.
4. Нельзя растирать снегом, тряпками, руками, разминать, массировать, смазывать маслом, кремом, мазями, даже медицинскими.
5. Нельзя согреть: поливать горячей водой, держать рядом с огнем, электрообогревателем, прижимать к трубам отопления и т.д.
6. Если есть волдыри или участки черного цвета, значит, отморожение тяжелое: пострадавшего необходимо сразу везти в травмпункт или вызвать скорую помощь.
7. Отмороженные уши и нос согревать теплом ладоней, но не растирать и не массировать. Если появились волдыри или черные участки – везти в травмпункт.

ПОВРЕЖДЕНИЯ ГОЛОВЫ

Такие травмы очень опасны: даже если нет видимых ран, может оказаться поврежденным мозг. Если человек с повреждением головы терял сознание – повреждение мозга точно есть.

Что делать

1. Повернуть на бок, чтобы человек не захлебнулся рвотой и не задохнулся из-за западения языка.

2. Нельзя перемещать человека без сознания.

Если на улице холодно – накрыть одеялом или одеждой, не закрывая голову.

3. Перемещать пострадавшего только если на прежнем месте оставаться опасно.

4. Если есть кровотечение – остановить его, как описано в разделе «Кровотечение».

5. Вызвать скорую помощь, даже если человек очнулся и отказывается: ему нельзя передвигаться самостоятельно.

6. Если есть другие повреждения, займись ими до приезда скорой, как описано в разделах «Раны», «Ожоги», «Переломы».

7. Если непонятно, потерял человек сознание или уже умер – считай, что он жив, и вызывай скорую.

ПОВРЕЖДЕНИЯ ЖИВОТА

При открытых и закрытых повреждениях живота часто бывают внутренние кровотечения, которые не видны, но быстро приводят к смерти.

Что делать

1. Если человек получил огнестрельное ранение, ранение острым предметом в живот или поясницу, удар по животу кулаком или ногой, полицейской дубинкой; упал с высоты; попал под машину; упал животом или поясницей на острый угол – считай, что опасное повреждение живота у него есть. Человек может не помнить о травме, но если болит живот и на нем есть

рана, ссадина или синяк – считай, что повреждение живота у него есть.

2. Положи раненого на спину, или на бок, если от этого легче. Нельзя сидеть и вставать.

3. Вызывай скорую помощь. Нельзя вести пешком или везти своим ходом.

4. Останови кровотечение и перевяжи рану, но не сильно дави на живот – кровотечение происходит внутрь.

5. Если из раны торчат внутренние органы – нельзя их трогать. Можно наложить сверху повязку стерильными медицинскими салфетками и бинтами.

6. Пить и есть нельзя категорически.

7. Если возможно, положи на живот полиэтиленовый пакет, набитый льдом или снегом.

8. Если есть другие повреждения, займись ими до приезда скорой.

ПОВРЕЖДЕНИЯ ГРУДИ

При открытых и закрытых повреждениях груди часто бывают внутренние кровотечения, которые снаружи не видны, но быстро приводят к смерти от потери крови.

Что делать

1. Если у человека есть рана на груди, боку, спине или шее; если был удар по груди, боку или спине, если человек упал с высоты или пострадал в автомобильной аварии – считай, что опасное повреждение груди у него есть.

2. Вызывай скорую помощь.

3. Если из раны при дыхании выходит воздух или кровь с пузырями или пеной, надо быстро приложить кусок полиэтиленового мешка размером с ладонь или больше и плотно прижать его всей ладонью. Засовывать внутрь

раны ничего нельзя. Не отпускай руку до приезда врача.

4. Если нет других повреждений, человека надо посадить, а не положить.

5. Если из раны торчит посторонний предмет, не пытайся вытащить – это усилит кровотечение. Если есть другие повреждения, займись ими до приезда скорой.

ПОВРЕЖДЕНИЯ ГЛАЗ

Такие травмы бывают очень опасны – человек может ослепнуть. Некоторые повреждения глаза могут быть опасными для жизни. Глаз может пострадать от мелких предметов, при ударе, от ожога или химического вещества (даже если это йод или бензин).

Если вдруг появилась боль в глазу, потекли слезы, трудно смотреть на свет – считай, что повреждение глаза есть.

Что делать

1. Если есть ранение глаза длинным предметом – сразу вызывай скорую.
2. Если в глазу торчит посторонний предмет, не пытайся вытащить.
3. Если из глаза или раны рядом течет кровь – не нажимай на глаз или эту рану. Вызывай скорую помощь.
4. Если есть ожог глаза химическими веществами, обильно промой глаз, но только чистой водой и ничем другим.
5. Повязку накладывай только стерильным медицинским бинтом и стерильными медицинскими салфетками, если нет – не бинтуй вообще.

6. Если есть другие повреждения, кроме повреждения глаза, займись ими до приезда Скорой.

7. Если нет раны или ожога глаза, можно отвезти в глазной травматологический пункт.

Глазной травматологический пункт

Работает круглосуточно, принимает всех и без документов.

Метро «Чернышевская», «Гостинный двор»
Литейный проспект, 25

ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ

Если человек без сознания, это означает, что с ним случилось что-то опасное для жизни: болезнь, травма или отравление.

Что делать

1. Если непонятно, человек потерял сознание или уже умер – считай, что он жив и вызывай скорую помощь.
2. Поверни на бок, чтобы он не захлебнулся рвотой и не задохнулся от западения языка.
3. Нельзя перемещать человека без сознания, если ничто не угрожает его жизни. Если на улице холодно – накрыть одеялом или одеждой, не закрывая голову.
4. Если есть кровотечение – обязательно остановить его, как описано в разделе «Кровотечение».
5. Даже если человек кажется пьяным, обязательно вызывай скорую помощь – у него могут быть травмы или отравление спиртным.
6. Если человек пришел в себя, он может снова потерять сознание в любую минуту. Не разрешай вставать, вызывай скорую помощь.

СУДОРОЖНЫЙ ПРИПАДОК (СУДОРОГИ)

Если человек заорал или завыл, упал, трясется или выгнулся дугой, не отвечает на вопросы, изо рта идет пена – это судорожный припадок. Обычно они вызваны эпилепсией, но могут происходить и при травмах, кровоизлиянии в мозг, отравлениях (в т.ч. алкогольных) и других болезнях.

Во время припадка человек всегда без сознания, даже если шевелится и кричит - разговаривать с ним бесполезно.

Что делать

1. Не пытайся навалиться на человека и держать – бесполезно, пока припадок не закончится сам.
2. Не пытайся разжать человеку зубы и освободить прикушенный язык.
3. Нужно сложить свои ладони «чашечкой», сунуть ему под голову и придерживать ее, пока припадок не закончится.
4. Следи, чтобы он не повредился во время припадка.
5. Вызывай скорую помощь, даже если он пришел в себя, отказывается от вызова скорой, говорит, что раньше такое с ним бывало и все само проходило.
6. До приезда врачей помощь оказывай, как написано в разделе «Потеря сознания».
7. Если он разбил голову во время припадка, помощь оказывай, как написано в разделе «Повреждение головы».
8. Если есть другие повреждения, займись ими до приезда врачей.
9. Во время припадка человек, скорее всего, описается и обкакается – не пытайся переодеть его, даже после припадка.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕКУ СТАЛО ПЛОХО

Особенно если это произошло внезапно – это очень опасно. Так начинаются многие болезни. Человек при этом часто даже не может сказать, что именно болит.

Признаки того, что человеку действительно плохо:

- вдруг упал без причины и не может встать или встает с трудом, не дышит;
- потерял сознание;
- появилась сильная слабость, кружится голова, потемнело в глазах;
- не слушаются или плохо слушаются руки и ноги;
- заорал или завыл, упал, дергает руками и ногами или всем телом, выгнулся дугой, не отвечает на вопросы, изо рта идет пена, часто – кровавая;
- трудно говорить, говорит коротко и очень тихо, на вопросы отвечает не сразу, невпопад или неразборчиво;
- тяжело и часто дышит или говорит, что задыхается;
- жалуется на сильные боли или кричит от болей. Особенно опасны сильные боли в голове, груди, спине, боку, животе, пояснице;
- паникует, кричит: «Ой, сейчас умру!», «Умираю!», «Плохо мне, помогите!» Человеку в таких случаях надо верить;
- испачкан кровью (голова, лицо, одежда, другие места).
- его тошнит и рвёт, при этом где-нибудь болит;
- он бледен, губы белые или синюшные, руки и ноги холодные;
- человек весь красный, багровый (или только лицо и шея);
- лицо и шея синюшные, жилы на шее вздулись, дышит шумно или со свистом, с хрипом;
- заговаривается, бредит.

Что делать

1. Если есть хотя бы один из этих признаков – вызывай скорую помощь.
2. Если есть кровотечение – останови его, как описано в разделе «Кровотечение», затем вызывай скорую.
3. Если человек потерял сознание – до приезда скорой оказывай помощь, как описано в разделе «Потеря Сознания».
4. Если есть рвота, положи человека на бок.
5. Другими повреждениями займись, как описано в разделах «Раны», «Ожоги», «Переломы», «Повреждения Головы», «Повреждения Живота», «Повреждения Груды».
6. Если на улице холодно, помоги дойти до ближайшего теплого помещения или накрой его там, где лежит, одеялом, пальто, курткой, не закрывая голову. Не пытайся нести его или тащить.

СПРАВОЧНИК БЕЗДОМНОГО 11-Е ИЗДАНИЕ

Над справочником работали сотрудники
СПбБОО «Ночлежка» и волонтеры:

Екатерина Толкачева, Татьяна Михалева,
Ирина Коваленко, Антон Кальгаев, Евгения Назарова

Текст раздела «Первая помощь»: Алексей Сухомлин
Дизайн и верстка: Мария Косарева
Корректор: Евгения Назарова
Составитель: Ксения Браиловская

Данный материал не является средством массовой информации и не предназначен для коммерческого использования.

© СПбБОО «Ночлежка»

Благотворительная организация

НОЧЛЕЖКА
www.homeless.ru

мы желаем
вам упорства
и удачи
в защите
ваших прав!

homeless.ru

2014