

?????? :??? ??
?????????????? ?
???????? ?? ???.

????????????.

?????? ?????, ?? ?????, ????? ??
???????? ? ?????????? ?????????? ??????????
????????, ????? ????? ????????? ?????? ??
????? ? ?????????? ??????????, ??????
????????? ??????????. ??, ???????, ?
?????? ?????? ??? ?????????? ??????
????????????? ??? – ??? ?? ??? – ???,
?????? ?????????? ?????????? ??????

?????????????, ?????????????????????
???????? ??????, ?????????????, ??????????
?? ????? ????????? ? ?????????? ??????????
?????? ?????????????? ?????????? «
????????? ».

?????????? ??????? « ????????? ».

????? ?? ? ????? ????? ????? ?????? ?
????????????, ?? ?????????? ? ?????????? ?
????????? ??? ?????????? ??????. ? ?????????
?????????, ?????? ?? – ? ?????????? ?? ?? –
?? ?????? ?????????? ?????? ??? ?
????????, ?????????? ?????????? ??????
????????? ???????????????.

?? ?????? ??? ??????? ??????????
????????????:

????????? ??? – ??? / ??? - ???

- ?? ?????????? ?????????? ??? ?? ? ??
?????? ???????.
- ?? ?????????? ?????????? ??? ?????,
????????? ?? ?????.
- ?????? ?????? ?? ?????? ? ??????????
?????, ?????????.

?????????

- ?????? ?????????????? ???????,
????????????, ??????
- ?????? ??????? ?????????????? ???????
??? ???????.
- ?????? ??????????? ??????????? ??????????
? ???????, ?????????, ? ??????? ?????
??? ?????????.

???????????????????, ???????????????????

- ?????????????? ? ?????????????? ??????????????
- ?????????? ?? ?????? ?????? ?????????????
? ?????? ??????
- ?????????? ? ?????? ? ?????????? ?????????? ?
?????????????????, ? ?????? ??????
?????????????
- ?????????????????????? ??????????

?????????? ????????

- ?????????? ? ???, ??????? ?? ?????????
????? ??????????????????
- ?????? ?? ? ?????????? ???????
????????? ? ?????????? ???????.
- ?????? ?????????????????? ??????????????????
????????????? ??????????

????? ?????????? « ??????? » ??? ?
?????????? ? ? ? ? ?

????????????? ?????????? ??????? ?????????? ??
????????????? ? ?????????? ???????.

????????? ? ?????????? ??????????
????????????:

- ??????, ???, ??????????
- ?????????? ??????
- ??????????
- ?????????????????????
- ??????????????, ?????????????? ??????
- ??????????????
- ??????? ?????????? ? ??????
- ?????????????? ?????? ? ?????????? ??????????

- ?????????????? ????? ? ???,??? ??
??????, ?????????????? ? ???????,
?????????????? ????????????? ?
????????????? ??????????

?????? ? ??????????????
????????????? ?????????????:

- ??????????????
- ??????????
- ?????????????????, ??????????????
- ??????????????????
- ?????????? ????
- ?????????? ??????????????
- ??????? ??????????
- ????????
- ??? ? ?????????? ??????
- ?????? (?????)
- ?????????????????? ??????????
- ?????????????????????
- ????
- ?????????????? ??????????????
?????????

?????? ? ?????????????? ??????????:

- ?????????? ?????????????, ??????????
- ?????????????? ??????????????????????
- ?????????????? ?????????????,
?????????????????
- ?????????????? ??????????????
????????? ?? ??????????????????
?????????
- ?????????? ??????? ? ?????????
?????, ??????????????

?????? ? ?????????????????? ??? ?
????????? ? ???:

- ?????? ?????????? ? ??????
- ?????, ?????????? ?????????????,
????????? ??? ? ? ? ? ?

????????? ?? ?????????? ?????????, ??,
?????????, ?????? ?????????? ?? ????
????????? ??????????. ??? ? ? ??????????

?????? ?????????? ?????? ?
???????????? ?????? ??????????????
????????? ?????????, ?????????, ???
???????????? ????????? ? ????
???????????? ? ???? ??????????????
????????, ? ?????? ??????????
????????? ?????????????? ??????????
?? ?????? ?? ?????? – ????????? ?? ???
?? ?????????????????? ???? ?????????
????????? ???? ??? ?????????????? ??????

????????????????????? ???????????. ???? ??
????????? ????????? ??????????????
?????????????
- ???? ?????? ?????? ?????????? ???? ?????,
????????????????? ?????????? ??????????, ??
????????? ?? ??????, ?????????? ?????????? ??
????????????????? ??????????, ? ??????
????????????? ?????????? ?????????? ?? ??????????
????????? ??? ?????? ?????? ?? ??????????
????????? ?????????? ?? ?????? ??????????????

?????? ?? ????????? ??????, ????? ??
????????? ??? ????????????

- ???? ???? ?????? ?????????????? ??????????
?????? ?? ???? ?????????????????? ?????????,
??? ?????? ???? ?????????????? ??????????,
????????????? ???? ? ?????????? ???
????????????????? ? ?????????? ?????????;
- ???? ?????????????? ?????????? –
????????????????? ?????????? ?????????? ??
?????????????????. ?????????, ??????????????????
????????????????? ?????????? ??????, ?? ???
????????? ?? ??????????, ?? ?? « ?????????? ?
??? ».
- ??????? ?? ?? ???? ?? ??????, ?? ???????
????????? ?? – ????, ???? ??????????
?????????. ??????? ? ??????? ??????????
????????? ? ???? ???? « ?????????????? »
?????, ? ?? ?????????????????? ?????
????????????????? ??????
- ??????????, ?????????????? ?????????? ??????,
????????? ?????????? ?? ??????? ? ???????
????????????????? ??????. ???? ??????????????
????????????????? ??????? ?????????????? ? ???????
????????????????? ?? ?? ?????????? ??
?????????????????
- ?????????????????? ?????? ??????????????????
????????????????? ?????? ?????????????????? ??? ??????
?????????, ?????????????????? ??????????????
????????????????? ??????????, ? ?????? ????
????????????????????? ?????? ?? ?????????????????? ???
??? ?????? ??????????????
- ???????, ???? ??? ? ? ?????????? ??????????
????????? ? ?????????? ?????????????? ??????????,
?????? ?????? ?????????????????? ???

?? ?????????? ?????????? ??????????????
????????? ??? ???? ?????????????? ??????????????
?????????????, ?????????? ?????????????? ? ????
????????????????? ??? ?? ? ?????????? ??????????

??????? ? ??????????
?? ? E??

????????????? ??? ??????????

RUSSIAN

Reproduced with kind permission from the North
East London Mental Health NHS Trust, and
supported by Redbridge & Waltham Forest
Health Authority and Leytonstone Life
Government Challenge Fund. Developed by the
Refugee Support Project, North East London
Mental Health NHS Trust