



Центр социальной поддержки женщин

Федеральная социальная инициатива по созданию системы комплексной помощи женщинам в сложных жизненных ситуациях

МОСКВА

2025 - 2026

Актуальность проблемы

Современная российская женщина сталкивается с множественными вызовами, которые требуют системного решения. Отсутствие единого маршрута помощи усиливает кризисные ситуации и оставляет женщин один на один с проблемами.

Домашнее насилие

Физическое,
психологическое и
экономическое давление

Юридическая незащищённость

Непонимание своих прав и
механизмов защиты

Эмоциональное выгорание

Хронический стресс и
психологическое
истощение

Финансовая нестабильность

Отсутствие экономической
независимости

Социальная изоляция

Одиночество и отсутствие системной поддержки

Миссия и ценности проекта

Мы создаём устойчивую инфраструктуру поддержки, которая объединяет экспертов, НКО и государственные структуры для формирования единого понятного маршрута помощи женщинам в кризисных ситуациях.



Просвещение

Повышение правовой грамотности и информированности о доступных мерах поддержки



Навигация

Создание понятных алгоритмов действия и маршрутов получения помощи



Объединение

Интеграция НКО, фондов и государственных структур в единую систему



Координация

Формирование единой федеральной карты-навигатора поддержки



Главная цель

Создать федеральную модель координации помощи женщинам

Наша стратегическая задача – разработать и внедрить единую карту-навигатор поддержки, которая поможет женщинам в сложных жизненных ситуациях быстро найти необходимую помощь и понять свои права.

Мы формируем систему, где каждая женщина получает чёткий алгоритм действий, доступ к профессиональной поддержке и уверенность в завтрашнем дне.

Что мы уже реализуем

Центр активно работает по нескольким направлениям, создавая комплексную экосистему поддержки. Каждое направление формирует важный элемент общей системы помощи.

Медиа-платформа

Регулярные прямые эфиры, образовательные подкасты с экспертами в собственной студии

Онлайн-форумы

Организация тематических дискуссии и обсуждении актуальных проблем

Методические материалы

Разработка практических гайдов, алгоритмов и навигаторов помощи

Партнёрская сеть

Сотрудничество с НКО, фондами и профильными специалистами

Экспертное сообщество

Объединение юристов, психологов и социальных работников

Онлайн-форум «Голос женщины»

📅 30 АВГУСТА 2025

Мы провели масштабный онлайн-форум «Голос женщины: новый формат поддержки» на базе Telegram-канала @Podderzhka_zhenshchin, который стал важной вехой в формировании единой системы помощи.

Участники форума

- Представители ведущих НКО и благотворительных фондов
- Представители органов власти и социальных служб
- Женщины с реальным опытом преодоления кризисных ситуаций
- Эксперты в области психологии, права и социальной работы

Результаты

На форуме была выдвинута инициатива создания единой дорожной карты помощи, которая объединит все доступные меры поддержки в понятный алгоритм действия для женщин в кризисе.

Участники обсудили практические механизмы координации между различными структурами помощи.

Методические продукты Центра

Мы разрабатываем комплексную систему практических руководств, которые помогают женщинам ориентироваться в сложных ситуациях. Каждый гид содержит пошаговые алгоритмы действий, юридические инструкции и контакты профильных организаций.



Гид по домашнему насилию

Комплексный алгоритм действий при физическом, психологическом, экономическом и сексуальном насилии. Включает чек-листы диагностики опасности, план безопасной эвакуации, юридические инструкции, образцы заявления и контакты кризисных центров.



Навигатор по работе со стрессом

Практическая система стабилизации состояния в условиях хронического стресса. Содержит тест на уровень стрессовой нагрузки, дыхательные практики, протокол восстановления сна, рекомендации по питанию и 30-дневный план восстановления ресурса.



Алгоритм кризисных ситуаций

Инструкция для женщин в состоянии шока, потери, развода или угрозы. Включает план действий на первые 24 часа и 7 дней, юридические шаги, восстановление финансовой опоры, работу с детьми и карту социальных служб.



Юридические маршруты

Простым языком о правах женщины. Охватывает раздел имущества, алименты, защиту прав ребёнка, порядок подачи заявления, бесплатную юридическую помощь и государственные меры поддержки.



Подкастная студия

Центр располагает собственной профессионально оборудованной подкастной студией в Москве, что позволяет создавать качественный просветительский и образовательный контент.



Экспертные интервью

Беседы с психологами, юристами и социальными работниками



Просветительские подкасты

Образовательные выпуски о правах и мерах поддержки



Разбор кейсов

Анализ реальных истории и путей решения проблем



Юридические консультации

Консультационные выпуски с разъяснением законодательства

Офлайн-направление

Помимо онлайн-активности, Центр развивает офлайн-направление с собственным помещением в Москве, где проводятся личные встречи, экспертные дискуссии и образовательные мероприятия.

Форматы работы

- Встречи групп поддержки и взаимопомощи
- Экспертные дискуссии с участием специалистов
- Образовательные семинары и мастер-классы
- Индивидуальные консультации
- Подготовка к масштабному федеральному форуму



Работа с фондами и НКО

Центр социальной поддержки женщин выполняет уникальную роль объединяющей платформы, которая координирует усилия различных организации и создаёт синергию в системе помощи.



Объединяющая площадка

Пространство для взаимодействия НКО, фондов и государственных структур



Медиатор системы

Связующее звено между женщиной в кризисе и системой помощи



Платформа координации

Инициатор совместных программ и проектов поддержки

Социальная значимость проекта

Проект Центра социальной поддержки женщин направлен на системное решение социально значимых задач в сфере защиты семьи, материнства и общественного здоровья. Мы работаем над созданием устойчивой инфраструктуры, которая усиливает социальную стабильность российского общества.



Проект обеспечивает комплексный подход к решению острых социальных проблем через просвещение, создание доступных маршрутов помощи и формирование безопасного информационного пространства для женщин.

Снижение уровня бытового насилия

Одна из ключевых задач Центра – системное снижение уровня домашнего насилия через создание комплексной системы профилактики и реагирования.

Механизмы воздействия

Просветительские программы о признаках насилия

Алгоритмы раннего реагирования на опасные ситуации

Доступные маршруты юридической помощи

Создание безопасного информационного пространства

Поддержка женщин на всех этапах выхода из кризиса



Повышение правовой грамотности

Знание своих прав – основа защиты и самостоятельности. Мы делаем юридическую информацию понятной и доступной для каждой женщины.

Практические гайды

Юридические маршруты, написанные простым языком с пошаговыми инструкциями и образцами документов

Меры поддержки

Разъяснение механизмов государственной поддержки, социальных выплат и льгот

Доступ к экспертам

Консультации с профильными юристами и специалистами по социальной защите



Укрепление института семьи

Центр работает на укрепление традиционных семейных ценностей через профилактику кризисов, поддержку в трудных ситуациях и формирование культуры ненасильственного общения.

Просветительская работа

Образовательные программы о здоровых отношениях и семейной коммуникации

Культура диалога

Формирование культуры ненасильственного общения и конструктивного разрешения конфликтов

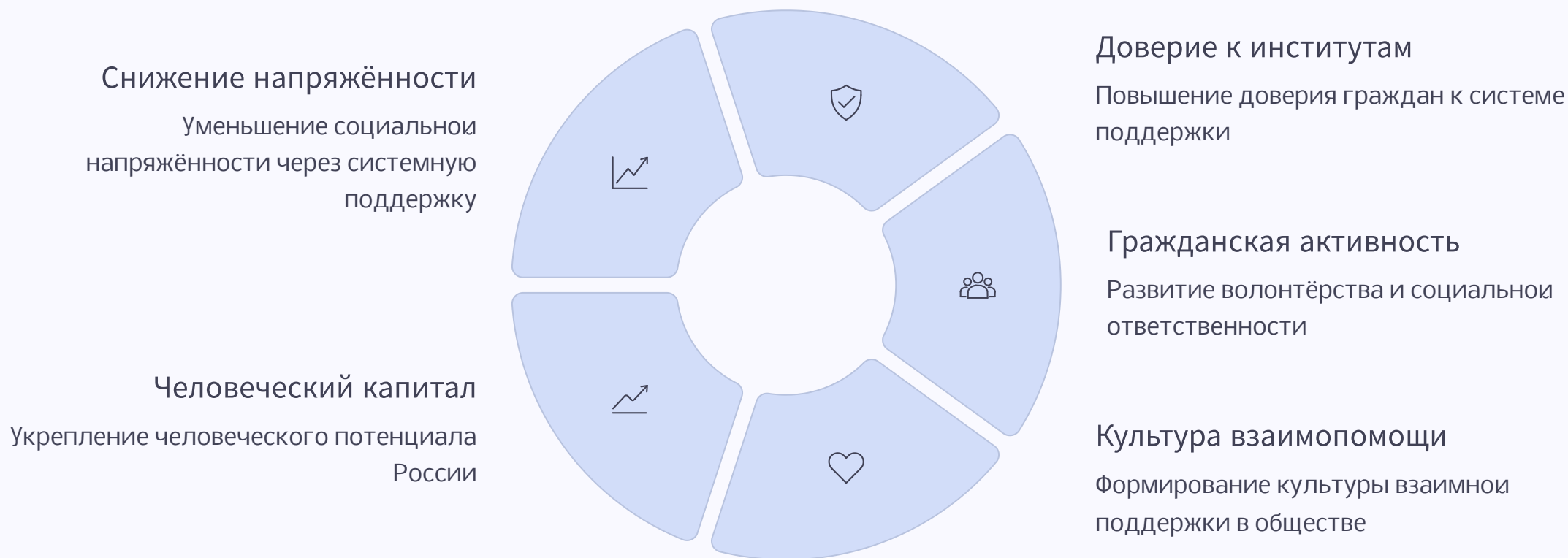
Поддержка в кризисе

Комплексная помощь женщинам для восстановления семейной устойчивости



Стратегический эффект проекта

Реализация проекта создаёт долгосрочные позитивные изменения в российском обществе, усиливая социальную стабильность и человеческий капитал страны.



Проблема: фрагментация системы помощи

Сегодня система помощи существует, но она разрознена и непонятна для женщины в кризисной ситуации. Меры поддержки работают, фонды активны, государственные программы запущены, юридические механизмы предусмотрены.

- ❑ **Но женщина в кризисе не может ими воспользоваться**, потому что не знает, куда обращаться, какие документы собирать, какие меры помощи ей положены. В состоянии стресса она не способна системно действовать и не имеет единого понятного алгоритма.

Главный системный разрыв

Помощь есть – маршрута нет.

Структуры есть – координации нет.

Информация есть – понятного алгоритма нет.

В кризисе человек не читает законы

Он ищет простой и понятный алгоритм действия. Пошаговую инструкцию. Конкретные контакты. Ясное понимание своих прав.

Наше решение: единый маршрут

Мы создаём единый маршрут сопровождения женщины в сложной жизненной ситуации – понятный алгоритм действий, который объединяет все доступные меры помощи.

01

Оценка риска

Быстрая диагностика ситуации и уровня опасности

02

Экстренные действия

Немедленные шаги для обеспечения безопасности

03

Юридический маршрут

Правовая защита и оформление документов

04

Психологическая поддержка

Стабилизация эмоционального состояния

05

Социальные выплаты

Получение положенных мер государственной поддержки

06

Долгосрочное восстановление

План возвращения к стабильной жизни

Результат для женщины

Благодаря единому маршруту поддержки женщина не остаётся одна со своими проблемами. Она получает всё необходимое для выхода из кризиса и восстановления.

- Чёткий план действий
Пошаговый алгоритм с конкретными действиями
- Контакты организаций
Проверенные профильные структуры помощи
- Понимание прав
Ясное представление о законодательстве и мерах поддержки
- Поддержка специалистов
Доступ к юристам, психологам и социальным работникам
- Уверенность в будущем
Надежда и конкретный путь к восстановлению



Медиапроект «Голос Женщины»

Мы реализуем уникальный медиапроект – серию живых интервью с женщинами, которые прошли через сложные жизненные ситуации и смогли восстановиться. Это истории реальных людей о преодолении, силе и надежде.



Преодоление насилия

Истории женщин, переживших домашнее насилие и нашедших путь к безопасности



Восстановление после развода

Опыт прохождения через кризис расставания и построения новой жизни



Выход из выгорания

Пути преодоления эмоционального истощения и восстановления ресурса



Новая жизнь

Истории женщин, которые начали жизнь заново после тяжёлых утрат

Цели медиапроекта

Интервью с реальными женщинами создают мощный социальный эффект: разрушают стигму молчания, дают надежду и демонстрируют, что выход из кризиса возможен.



Разрушить стигму молчания
Сделать обсуждение проблем нормой, а не табу



Показать реальные истории
Конкретные примеры успешного восстановления



Дать надежду
Вдохновить других женщин на изменения



Сформировать культуру поддержки
Создать безопасное пространство для диалога



Создать архив силы
Публичная библиотека истории преодоления и resilience

Целевая аудитория

Центр работает с женщинами, оказавшимися в различных сложных жизненных ситуациях. Каждая категория требует особого подхода и специфических маршрутов помощи.

Женщины в кризисе Острые жизненные ситуации, требующие немедленной поддержки	Матери-одиночки Женщины, воспитывающие детей без партнёра	После развода Восстановление после расставания и правовая поддержка
Пережившие насилие Женщины, столкнувшиеся с домашним насилием	В состоянии выгорания Эмоциональное истощение и хронический стресс	Жёны участников СВО Специфическая поддержка семей военнослужащих
Семьи в ТЖС Комплексная помощь семьям в трудной жизненной ситуации		

Масштабирование: этапы развития

Проект реализуется поэтапно с формированием устойчивой федеральной модели поддержки женщин. Каждый этап закладывает основу для следующего уровня масштабирования.

2025 • Пилот в Москве

Запуск центра, отработка алгоритмов, формирование экспертного пула, проведение форума, тестирование навигатора. **Результат: готовая масштабируемая модель**

модель

1

2

3

2027 • Федеральная модель

Единая федеральная карта-навигатор, стандарт маршрутизации, координация НКО и государства.

Результат: устойчивая инфраструктура

2026 • Региональная экспансия

Подключение региональных НКО, адаптация модели под субъекты РФ, запуск региональных точек координации.

Результат: сеть партнёрских центров

Устойчивость проекта

Ключевые факторы устойчивости

- Собственная площадка и помещение в Москве
- Профессиональная подкастная студия
- Активное онлайн-сообщество в Telegram
- Собственный благотворительный фонд
- Сформированная экспертная база специалистов
- Развитые медиа-форматы и контент-платформа



Вклад в государственные приоритеты

Центр социальной поддержки женщин стратегически разработан для эффективной реализации ключевых государственных приоритетов в области защиты семьи, поддержки материнства, укрепления демографии и обеспечения общественного здоровья.



Укрепление института семьи: Нацпроект «Семья»

Оказание комплексной помощи в профилактике семейных кризисов, значительное снижение случаев бытового насилия через адресную работу, всесторонняя поддержка женщин, оказавшихся в трудных жизненных обстоятельствах, и активное формирование культуры осознанного и ответственного родительства.



Содействие демографическому развитию: Нацпроект «Демография»

Формирование и укрепление психологической устойчивости женщин, минимизация факторов, ведущих к разрушению семейных связей, целевая поддержка матери на всех этапах, создание благоприятных условий для сохранения и процветания каждой семьи.



Забота о ментальном здоровье: Нацпроект «Здравоохранение»

Реализация эффективных программ профилактики психоэмоционального выгорания, существенное снижение уровня хронического стресса среди женщин, активное формирование культуры осознанной заботы о ментальном здоровье и благополучии.



Развитие адресной помощи: Нацпроект «Социальная поддержка граждан»

Повышение доступности и прозрачности информации о мерах государственной помощи, создание эффективной системы маршрутизации для нуждающихся, интеграция усилий НКО и государственных структур, а также развитие персонализированной и адресной поддержки граждан.

Запрос на партнёрство

Для масштабирования модели и внедрения проекта на региональном и федеральном уровне нам необходимо стратегическое партнёрство. Мы открыты к сотрудничеству с государственными структурами, НКО, фондами и экспертным сообществом.



Финансовая поддержка

Грантовое финансирование на развитие федеральной модели, создание цифрового навигатора, масштабирование в регионы, проведение форума и развитие медиа-платформы



Институциональная поддержка

Включение в региональные и федеральные программы, взаимодействие с министерствами, поддержка органов власти, координация с социальными службами



Экспертное сотрудничество

Привлечение профильных специалистов, участие представителей НКО, юридическое и психологическое сопровождение, научно-методическая поддержка



Информационное партнёрство

Освещение проекта в СМИ, поддержка социальных кампаний, интеграция в образовательные площадки, распространение методических материалов

Стратегическая цель: Создание устойчивой, тиражируемой модели поддержки женщин, интегрированной в социальную инфраструктуру Российской Федерации.

Telegram: @Podderzhka_zhenshchin



Вместе мы создаём систему реальной поддержки

Центр социальной поддержки женщин – это не разовая помощь. Это инфраструктура заботы, защиты и устойчивости семьи.