



**ПОЛЕЗНАЯ  
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ  
ТРАНС ИСКАТЕЛЕЙ(-НИЦ)  
УБЕЖИЩА, БЕЖЕНЦЕВ(-ОК)  
И МИГРАНТОВ(-ОК)  
В ЛИТВЕ**

Подготовили: Эва Лаугалите (они/их)  
Дизайн: Саша Кохан (он/его)

Подготовлено в рамках проекта «Bridging Gaps: Strengthening Support and Inclusivity for Trans Migrants in Lithuania», который реализует Trans Autonomija. Проект профинансирован Transgender Europe (TGEU).

2024 Вильнюс

Мы понимаем, что переезд в новую страну вызывает много трудностей, с которыми может быть еще сложнее справиться, если нет сообщества вокруг и понимания, где искать поддержки и помощи. Данное руководство предназначено для того, чтобы служить ресурсом для искателей(-ниц) убежища, беженцев(-ок) и мигрантов(-ок), прибывших в Литву. И помочь им найти необходимую информацию, узнать об организациях, в которые можно обратиться в сложных ситуациях, и получить доступ к юридической, психологической, материальной и другим видам помощи.



### **В этом руководстве вы найдете:**

- ✦ информацию о доступе к заместительной гормональной терапии в Литве;
- ✦ перечень неправительственных организаций, предлагающих различные виды поддержки людям, прибывающим в Литву;
- ✦ контакты организаций, которые могут помочь в случаях неправомерного поведения на рабочем месте, дискриминации, домашнего насилия;
- ✦ список ЛГБТК+ организаций и действующих в Литве инициатив, которые могут помочь найти сообщество.

## Транс-специфічні послуги Доступ до послуг охорони здоров'я

В Литве доступ к заместительной гормональной терапии можно получить через государственную систему здравоохранения или частно. Однако, никакие другие медицинские услуги, необходимые трансгендерным лицам, например, как хирургические процедуры, в Литве не регулируются законом.

Для получения ЗГТ в Литве необходимо иметь диагноз F64.0. Чтобы получить доступ к ЗГТ через государственную систему здравоохранения, **рекомендуется сначала проконсультироваться с врачом общей практики или психиатром в амбулатории**, чтобы получить направление к психиатру третичного уровня (важно, чтобы в причине направления был указан точный диагноз F64.0). По направлению можно записаться на консультацию психиатра в клинику Сантарос (Santaros) в Вильнюсе или в Каунасскую клинику (Kauno Klinikos). Эти больницы предоставляют медицинские услуги, необходимые для получения ЗГТ, однако теоретически эти услуги также можно получить в клиниках других городов, например, в Клайпеде или Шауляе.

Во время консультации психиатр собирает информацию о семье, жизни и социальном происхождении личности, оценивает психическое здоровье и поведенческие расстройства (применяется дифференциальная диагностика, то есть нарушения психического здоровья могут продлить процесс постановки диагноза). Также психиатр может направить вас к генетику для дальнейшей консультации. Получение диагноза обычно занимает от одного до нескольких визитов.

После постановки диагноза и с согласия лица, психиатр направляет его на **консилиум специалистов**. В состав этого совета входят не менее четырех врачей, включая не менее одного психиатра, одного эндокринолога, одного акушера-гинеколога и/или уролога.

## Комиссия рассматривает индивидуальные потребности и ожидания от перехода, а также готовит «всесторонний план лечения и мониторинга», включающий назначение гормональной терапии.



При получении услуг через государственную систему здравоохранения посещение врачей и соответствующие обследования (например, эндокринологическое обследование) бесплатны для всех застрахованных лиц. Однако люди должны платить за медикаменты сами. Доступ к государственным медицинским услугам в Литве имеют все лица, имеющие вид на жительство в стране (включая статус беженца или статус дополнительной защиты). К сожалению, этот доступ отсутствует для искателей убежища, лиц, чьи заявления о предоставлении убежища были отклонены, и нелегальных мигрантов.



Эти услуги доступны только холостым совершеннолетним лицам.



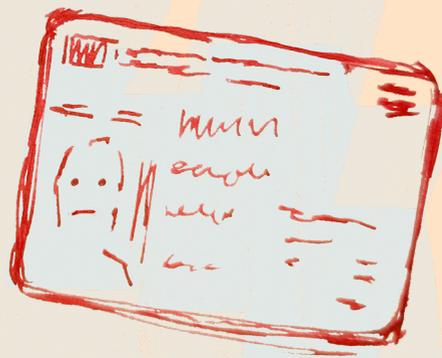
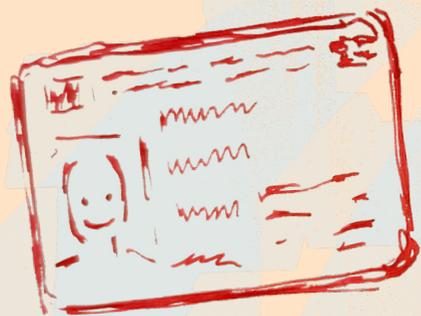
Заведения здравоохранения не обязаны предоставлять услуги устного перевода. Поэтому, записываясь на прием к врачу, рекомендуется связаться с администрацией медицинского учреждения, чтобы узнать, владеет ли врач понятным для вас языком. Во время визита к врачу при необходимости можно воспользоваться приложениями для перевода (например, Google Translate). Вы также можете обратиться за помощью с устным переводом в неправительственные организации, перечисленные ниже.

Чтобы узнать информацию о том, как получить доступ к гормональной терапии в частном порядке или о транс дружественных врачах, работающих в государственных клиниках, свяжитесь с нами по электронной почте по адресу [transautonomija@gmail.com](mailto:transautonomija@gmail.com).

## Доступ к смене документов

Литва не приняла правовую базу для юридического признания гендера. Поэтому трансгендерные лица должны обращаться в суд для изменения своего имени, фамилии, гендерного маркера и ФИО в официальных документах (в Литве первая цифра персонального идентификационного номера указывает на пол, присвоенный при рождении).

Насколько известно Trans Autonomija, в Литве еще не было случаев, когда проживающие в стране иностранные граждане пытались изменить свои документы. Сейчас Trans Autonomija работает над определением практических возможностей изменения документов для иностранцев.



## Неправительственные организации

Ниже представлен перечень неправительственных организаций, оказывающих правовую, социальную, психологическую, материальную и гуманитарную помощь лицам, прибывающим в Литву.

### Sienos Grupė

Услуги, которые оказывает организация:

- ✦ гуманитарная помощь искателям убежища, нелегально пересекшим границу;
- ✦ ваучеры на питание доступны после заполнения онлайн-формы на сайте организации;
- ✦ открытые пространства для мигрантов, искателей убежища и беженцев;
- ✦ социальное сопровождение лиц, которым отказано в предоставлении убежища;
- ✦ правовая помощь иностранцам в сложных ситуациях, прибывших искать убежища.

Больше информации: <https://sienosgrupe.org/en>

✉ [info@sienosgrupe.com](mailto:info@sienosgrupe.com)

☎ +37060871204 (Whatsapp, Signal)

💬 литовский, английский, при необходимости, организация может использовать сеть переводчиков.

## Литовский Красный Крест

Услуги, которые оказывает организация:

- ✦ индивидуальные психологические консультации для взрослых и детей;
- ✦ групповые психообразовательные занятия для взрослых и детей;
- ✦ помощь в восстановлении родственных связей (розыск пропавших без вести);
- ✦ юридические консультации по приюту и миграции;
- ✦ консультации по вопросам жилья, здравоохранения, социальных выплат, регистрации места жительства, учебных заведений; консультации при трудоустройстве;
- ✦ дистанционные культурологические ориентационные курсы;
- ✦ клубы литовского языка и общественные мероприятия;
- ✦ помощь с домашними заданиями для детей-иностранцев в отделениях Красного Креста Литвы.

Больше информации: <https://redcross.lt/en111/>

✉ [info@redcross.lt](mailto:info@redcross.lt)

☎ 111

💬 литовский, английский, русский. Кроме того, услуги адаптируют к нуждам людей (при необходимости приглашается переводчик).

## Литовский Каритас

Услуги, которые оказывает организация:

- ✦ службы для детей и семьи (дневные детские центры);
- ✦ посещение и помощь пожилым, одиноким людям и лицам с инвалидностью в домашнем хозяйстве, приготовлении пищи, соблюдении личной гигиены и чистоты;
- ✦ посредничество с государством в таких вопросах как жилье, трудоустройство, образование и в других нуждах;
- ✦ в Вильнюсе – помощь иностранцам, которые изучают литовский язык и стремятся к более широкой социальной интеграции через общественные вечера;
- ✦ поддержка людей, переживших опыт насилия и торговли людьми;
- ✦ помощь лицам, освобожденным из мест лишения свободы, и их семьям (в Вильнюсе и Каунасе);
- ✦ суповые кухни в Вильнюсе, Каунасе, Рукле, Тельшяе, Таураге, Казлу-Руде, Мариямполе с горячими блюдами, чаем и закусками; кроме этого предоставляется продуктовая помощь с учетом возможностей местного отделения Каритаса;
- ✦ поддержка бездомных людей в Вильнюсе, Каунасе, Тельше и Мариямполе;
- ✦ помощь с одеждой и предметами первой необходимости;
- ✦ помощь в развитии профессиональных навыков.

Больше информации: <https://www.caritas.lt/>

✉ [caritas@caritas.lt](mailto:caritas@caritas.lt)

☎ +370 (37) 20 54 27

💬 В основном литовский, но возможно общение и на других языках.

## Полезная информация о жизни в Литве

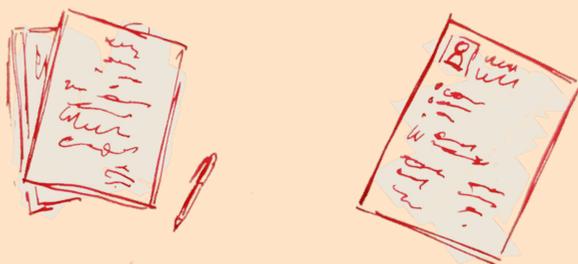
### Миграционный информационный центр (МИС) –

предоставляет информацию, консультации, эмоциональную поддержку, курсы и другие услуги для мигрантов, проживающих в Литве.

Много полезной информации о проживании в Литве и запись на консультации можно найти по адресу <https://micenter.lt/>.

✉ [iomvilniusmic@iom.int](mailto:iomvilniusmic@iom.int)

☎ 0 800 22922



## При возникновении трудностей на работе

### Профсоюзы

**Профсоюз первого мая (аббревиатура GIPS)** является профсоюзом для всех, кто работает. В эту организацию могут вступать люди трудоспособного возраста, независимо от сферы труда, социального статуса или гражданства.

Больше информации: <https://gips.lt/en>

✉ [konsultacijos@gips.lt](mailto:konsultacijos@gips.lt)

☎ литовский, английский, русский. Также работники и работницы прилагают усилия, чтобы помочь людям, говорящим на других языках.

**Конфедерация профсоюзов Литвы (LPSK)** является крупнейшим профсоюзным центром в Литве, объединяющим 24 различных профсоюзных отделения со всей страны. Предоставляют консультации по вопросам трудового права и охраны труда. Союз также проводит дистанционные консультации по трудовому праву по предварительной записи.

Больше информации: <https://www.lpsk.lt/en/home/>

✉ [info@lpsk.lt](mailto:info@lpsk.lt)

☎ литовский, английский, русский

**Альянс профсоюзов Литвы** представляет и защищает профессиональные, трудовые, экономические и социальные права и интересы работников и работниц; оказывает правовую помощь, представляет интересы в индивидуальных и коллективных трудовых спорах; представляет интересы в судах по делам об административных правонарушениях; организует гуманитарную помощь (только для членов Альянса).

Больше информации: <https://aljansas.eu/>

✉ [info@aljansas.eu](mailto:info@aljansas.eu)

☎ литовский, английский, русский

**Национальная инспекция труда** является государственным учреждением, которое предоставляет консультации работникам и работницам, их представителям и представительницам, а также другим лицам по применению и исполнению законов и нормативных актов, касающихся Кодекса законов о труде, безопасности и гигиене труда, и трудовых отношений. Инспекция также расследует жалобы о нарушениях трудовых отношений.

Больше информации: <https://vdi.lrv.lt/lt/?lang=en>

✉ [info@vdi.lt](mailto:info@vdi.lt)

☎ + 370 5 213 9772

☎ литовский, английский, русский

## При столкновении с эксплуатацией или торговлей людьми

### Центр против торговли людьми и эксплуатации (KOPŽI)

это национальная сеть поддержки, предоставляющая социальные, психологические, юридические услуги и услуги безопасного жилья лицам, ставшим жертвами эксплуатации, сексуального насилия или торговли людьми.

Больше информации: <https://anti-trafficking.lt/>

✉ [info@anti-trafficking.lt](mailto:info@anti-trafficking.lt)

☎ +37067961617 (горячая линия скорой помощи, которая доступна 24/7)

+37066242920 (горячая линия для украинцев и украинок)

☰ литовский, английский, русский

## При столкновении с дискриминацией или нарушениями прав человека

Если вы столкнулись с дискриминационной ситуацией на основе вашей гендерной идентичности, сексуальной ориентации, цвета кожи, этнического происхождения, возраста, пола или любой другой характеристики вашей личности, вы можете обратиться в **офис Омбудсмана по равным возможностям**. Офис предоставляет консультации, а также принимает и расследует жалобы, связанные с дискриминацией.

Больше информации <https://lygybe.lt/en/>

✉ [lygybe@lygybe.lt](mailto:lygybe@lygybe.lt)

☎ +370 5 205 0640

☰ литовский, английский, русский

Если вы столкнулись со злоупотреблением должностными обязанностями, бюрократией или другими нарушениями прав и свобод человека в сфере государственного управления, вы можете обратиться к **парламентским омбудсменам Литвы**.

Больше информации <https://www.lrski.lt/en/>

✉ [ombuds@lrski.lt](mailto:ombuds@lrski.lt)

☎ 0 800 22100

☰ литовский, английский, русский



## Если вы пережили домашнее насилие

<https://visureikalas.lt/> – предоставляет информацию о домашнем насилии, как обеспечить свою безопасность и куда обратиться за помощью.

**Литовская ассоциация по реализации прав женщин (LMTJA)** объединяет женские неправительственные организации, управляющие специализированными комплексными центрами помощи (SKPC) по всей Литве.

Услуги, которые оказывает организация:

- ✦ консультации и поддержка по домашнему насилию лично, по телефону и онлайн;
- ✦ предоставление информации, разработка плана действий и инструкций по судебным процессам и гарантированной государством помощи;
- ✦ психологические консультации;
- ✦ юридические консультации по вопросам расторжения брака, возмещения ущерба, выселения, досудебного расследования насилия в семье и по другим вопросам, а также помощь в оформлении правовых документов (исков, справок, запросов, заявлений и т.п.).

Больше информации:

<https://www.specializuotospagalboscentras.lt/>

☎ 870055516

💬 литовский, английский, русский

## Консультации по инфекциям, передающимся половым путем

### Асоціація “Деметра” («Demetra»)

Услуги, которые оказывает организация:

- ✦ бесплатное и анонимное тестирование на ВИЧ, сифилис, гепатиты В и С;
- ✦ консультации по вопросам инфекций, передающихся половым путем (ИППП);
- ✦ для тех, кто не имеет возможности приехать лично, посылаются бесплатные наборы для самотестирования на ВИЧ;
- ✦ направление в учреждения здравоохранения и помощь в получении необходимого лечения лицам, у которых выявлена ВИЧ-инфекция или положительный результат тестирования на ВИЧ;
- ✦ бесплатное распространение презервативов и материалов для снижения вреда: шприцев, игл, воды для инъекций, дезинфицирующих салфеток, средств гигиены и т.д.

Больше информации: <https://www.demetra.lt/>

✉ [demetra@demetra.lt](mailto:demetra@demetra.lt)

☎ +370 687 10655

## ЛГБТК+ организации и инициативы

**Trans Autonomija** – ассоциация прав и взаимоподдержки транс людей, которая организует общественные мероприятия, проводит тренинги и предоставляет информацию.

Чтобы получить больше информации, посетите сайт <https://transautonomija.lt/> или страницы организации в инстаграмме и фейсбуке.

✉ [transautonomija@gmail.com](mailto:transautonomija@gmail.com)

**Национальная организация по правам ЛГБТ (LGL)** – неправительственная организация, представляющая интересы ЛГБТК+ сообщества в Литве. LGL занимается адвокацией и организует общественные мероприятия.

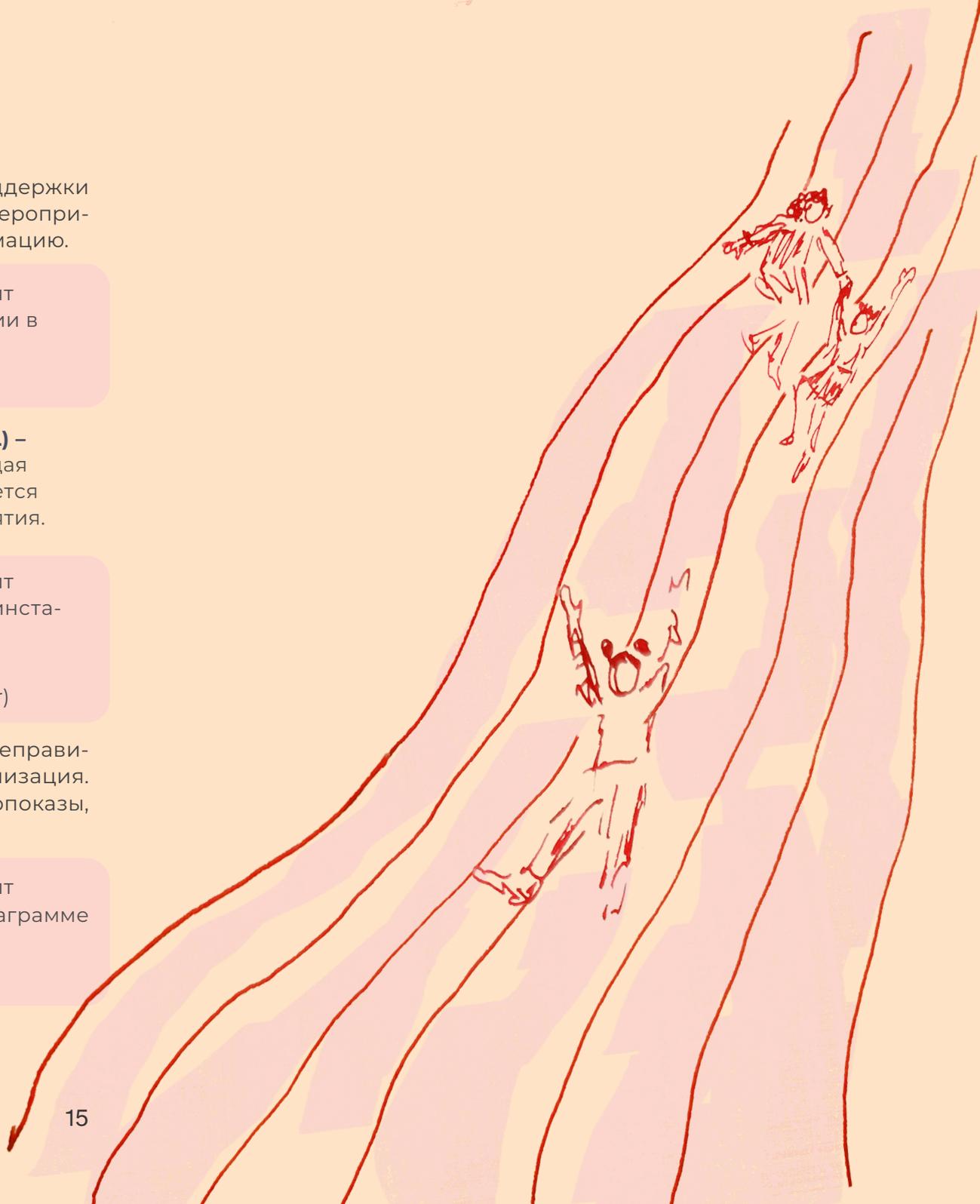
Чтобы получить больше информации, посетите сайт <https://www.lgl.lt/en/> или страницы организации в инстаграмме и фейсбуке.

✉ [office@gay.lt](mailto:office@gay.lt);  
[volunteers@gay.lt](mailto:volunteers@gay.lt) (for those who wish to volunteer)

**Организация толерантной молодежи (TYA)** – неправительственная правозащитная молодежная организация. Ассоциация организует социальные вечера, кинопоказы, дискуссии и другие общественные мероприятия.

Чтобы получить больше информации, посетите сайт <https://en.tja.lt/> или страницы организации в инстаграмме и фейсбуке.

✉ [info@tja.lt](mailto:info@tja.lt)





**Ишгирсти (išgirsti)** – это пространство для квир-социальных и культурных действий. Сферы его деятельности включают квир-культуру, архивирование и психосоциальное благополучие.

Чтобы получить больше информации, посетите сайт <https://isgirsti.lt/> или страницы организации в инстаграмме и фейсбуке.

**Фестиваль Сапфо (Sapfo festival)** – это независимый, некоммерческий, инициированный сообществом фестиваль, который обеспечивает столь необходимую среду для сотрудничества и основу для установки палаток и квир-феминистского сообщества.

Чтобы получить больше информации, посетите сайт <https://sapfofest.lt/en/> или страницы организации в инстаграмме и фейсбуке.

**Вильнюсский квир фестиваль Крейвес (Kreivės)** – это культурная и социальная инициатива, которая организует такие мероприятия как кинопоказы, чтения, выставки и вечеринки.

Чтобы получить больше информации, посетите сайт <https://festivaliskreives.lt/en/> или страницы организации в инстаграмме и фейсбуке.