

ՁԵՐ

ՈՒՂԵՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆԸ

ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ ԱՆՎՏԱՆԳ ՄԻԳՐԱՅԻԱՅԻ
ՎԵՐԱԲԵՐՅԱԼ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ



International Organization for Migration (IOM)
Organisation Internationale pour les Migrations (OIM)
Organización Internacional para las Migraciones (OIM)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ջեռնարկը հրատարակվել է Շվեյցարիայի զարգացման և համագործակցության գործակալության ֆինանսավորմամբ ՄՄԿ-ի կողմից իրականացվող «Հայաստանում, Վրաստանում և Ադրբեջանում կրթության միջոցով թրաֆիինգի վերաբերյալ իրազեկման ամբաղորդում» ծրագրի շրջանակներում:

Սույն հրատարակությունում արտահայտված կարծիքները կարող են չհամընկնել Շվեյցարիայի զարգացման և համագործակցության գործակալության դաեոնական սեսակեոների հեո:

Սույն հրատարակությունում արտահայտված կարծիքները դաեոկանում են հեղինակներին և կարող են չհամընկնել ՄՄԿ-ի սեսակեոների հեո: Ջեկույցում ներկայացված նյութը և կիրառված նեանները չեն ենթադրում ՄՄԿ-ի կողմից որևէ կարծիքի արտահայտում կաղված այս կամ այն երկրի, եարածքի, քաղաքի կամ երանի կամ դրանց դեկակար մարմինների և սահմանների իրավական կարգավիճակի հեո:

ՄՄԿ-ը հավասարիմ է այն սկզբունքին, որ մարդասիրական և կանոնավոր միգրացիան եահեկան է միգրանեոների և հասարակության համար: Որդես միջկառավարական կազմակերդություն, ՄՄԿ-ը համագործակցում է իր միջազգային գործընկերների հեո՝ միգրացիոն մարտահրավերների հաղթահարմանն աջակցելու, միգրացիոն խնդիրների մասին ընկալումն առաջխաղացնելու, միգրացիան սոցիալ-սնեսական զարգացմանը ծառայեցնելու և միգրանեոների մարդկային արծանադասվությունն ու բարորությունը դաեոդանելու ուղղություններով:



Հրատարակիչ՝

Միգրացիայի միջազգային կազմակերդություն

Հայաստանի առաքելություն
Հայաստան, Երևան 0010, ՄՄԿ-ի գրասենյակ,
Պեոոս Ադամյան փողոց 14
Հեռ.՝ (+374 10) 58 56 92
Հեռադասճեն՝ (+374 10) 54 33 65
Էլ. փոստ՝ IOMArmenia@iom.int
Կայք՝ <http://www.iom.int/armenia>

Հրատարակության դասրասեց՝

Հայաստանում ՄՄԿ-ի ծրագրերի մեակման և իրականացման բաժինը

© 2013 Միգրացիայի միջազգային կազմակերդություն (ՄՄԿ)

Հեղինակային իրավունքը դաեոդանված է: Սույն հրատարակության ոչ մի մաս չի կարող վերաբարվել, դաեոդանվել որոնողական համակարգում կամ փոխանցվել էլեկոոնային, մեխանիկական, դասճենհահանման, ձայնագրման կամ այլ եղանակով առանց հրատարակչի նախնական գրավոր թույլսվության:

ՁԵՐ ՈՒՂԵՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆԸ

ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ
ԱՆՎՏԱՆԳ ՄԻԳՐԱՑԻԱՅԻ
ՎԵՐԱԲԵՐՅԱԼ
ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Կարդացե՛ք այս գրքույկը

Միլիոնավոր մարդիկ ամբողջ աշխարհում ապրում են իրենց երկրից դուրս ուսման, աշխատանքի կամ այլ նպատակներով: Հնարավոր է, որ դուք նույնպես հետևեք նրանց օրինակին և արտերկիր մեկնեք: Այնուամենայնիվ, որոշում կայացնելուց առաջ, հարկավոր է լավ մտածել և ծանոթանալ հուսալի աղբյուրներից ստացված տեղեկություններին, քանի որ հաճախ դուք կլսեք մտացածին կամ նույնիսկ կեղծ պատմություններ:

Արտերկրում միգրանտները կարող են կանգնել բազում խնդիրների առջև, հատկապես երբ նրանք այնտեղ ապրում են ապօրինաբար: Հապճեպ կայացրած որոշումները հաճախ ափսոսանքի խոսքեր են առաջացնում անհաջողակ միգրանտների շրջանում: Նրանք ասում են. «Եթե նախապես իմանայի...»

Ուստի, նման իրավիճակը կանխելու համար, դուք պետք է լիովին հասկանաք, թե ինչ է հարկավոր ձեռնարկել մեկնելուց և արտասահմանյան երկիր ժամանելուց առաջ: Սույն գրքույկը մշակվել է այս խնդիրներին անդրադառնալու համար: Այն կօգնի Ձեզ պահպանել Ձեր անվտանգությունը և բարգավաճել արտերկրում:

**Միգրացիայի միջազգային կազմակերպությունը
Ձեզ ցանկանում է հաջողություն:**

«Սփյուռքում հայկական համայնքի և Ռուսաստանի Լիպեցկի շրջանի գործատուների հետ հաստատված աշխատանքային հարաբերությունների շնորհիվ՝ ինձ հաջողվեց օրինական աշխատանքի անցնել ռուսաստանյան շինարարական մի կազմակերպությունում...»:

«Ես մասնագիտությամբ բժիշկ եմ: Ես օրինական ճանապարհով մեկնեցի Քուվեյթ և այնտեղ երեք տարի աշխատեցի մասնավոր բժշկական կենտրոնում որպես մաշկաբան: Այնուհետև ես վերադարձա Հայաստան և բացեցի իմ սեփական կլինիկան...»:

Մեր հայրենակիցներից շատերի պես Չեզ նույնպես կարող է բախտ վիճակվել աշխատանք գտնել և բարելավելով Չեր ֆինանսական վիճակը՝ վերադառնալ հայրենիք:

Այդուհանդերձ, ամեն ինչ կարող է այլ կերպ ընթանալ

«Ես վեց հոգու հետ կիսում էի մի փոքր սենյակ, որտեղ չկային տարրական կենցաղային հարմարություններ: Մենք գրեթե միշտ տառապում էինք սովից. լինում էին օրեր, երբ մենք չոր հացից կամ կաղամբակոթերից բացի այլ բան չէինք ուտում, իսկ երբեմն էլ մենք նույնիսկ դա չէինք ստանում: Նման պայմաններում ութ ամիս աշխատելուց հետո մենք իմացանք, որ պրն. Ա-ն ոչ մի լումա չի փոխանցել մեր ընտանիքներին...»:

«Տեղ ժամանելուն պես ես հայտնաբերեցի, որ այնտեղ երեխաներ չկան:

- Մենք կատակ ենք արել: Այս տանը ես միակ երեխան եմ, ում մասին դու պետք է հոգ տանես,- ասաց կեղծ «հայրը» և հայտարարեց, որ ես պետք է զբաղվեմ մարմնավաճառությամբ...»:

«2 000 ԱՄՆ դոլար գործակալությանը վճարելուց հետո մենք մեկնեցինք Իսպանիա: Այնտեղ մեզ տեղավորեցին մի տանը, որտեղ չկար ո՛չ հոսանք, ո՛չ ջուր, ո՛չ էլ կահույք: Յուրաքանչյուր առավոտ մենք ժամը վեցից սկսում էինք միրգ հավաքել և աշխատանքից վերադառնում էինք միայն կեսգիշերին: Մեր վաստակած գումարը միայն բավարար էր մի քիչ կերակուր և ջուր գնելու համար...»:



ՌՎ Է համարվում անկանոն միգրանտ

Բոլոր պետությունները սահմանում են արտասահմանցիների մուտքի և կացության դրույթներն ու պայմանները: Անկանոն միգրանտ են համարվում նրանք, ովքեր խախտում են հաստատված կանոնները, օրինակ.

- ➔ Նրանք, ովքեր երկիր են ներթափանցում ապօրինաբար հատելով պետական սահմանը:
- ➔ Նրանք, ովքեր երկիր են ներթափանցում և գտնվում են այնտեղ առանց համապատասխան փաստաթղթերի:
- ➔ Նրանք, ովքեր երկիր են ներթափանցում օրինական ճանապարհով, սակայն գերազանցելով կացության թույլատրելի տևողությունը, մնում են այնտեղ առանց օրինական թույլտվության:
- ➔ Նրանք, ովքեր աշխատում են առանց աշխատանքի թույլտվության կամ առանց աշխատանքային մուտքի արտոնագրի:



Որո՞նք են **առօրինի միգրացիայի** հետ կապված վտանգները:

- ➔ Հիասթափություն
- ➔ Դրամի կորուստ
- ➔ Ոչ պատշաճ աշխատանքային և կանցության պայմաններ
- ➔ Վտանգ առողջության համար
- ➔ Ցածր աշխատավարձ
- ➔ Թրաֆիքինգ
- ➔ Արտաքսում երկրի տարածքից

Հարկավոր է նկատի ունենալ.

Միգրանտ կանայք և երեխաները շատ ավելի խոցելի են, քան արական սեռի աշխատանքային միգրանտները, քանի որ նրանք կարող են բազմաբնույթ խտրականությունների զոհ դառնալ:

Կանայք զրկված են պաշտպանությունից, քանի որ նրանք հիմնականում աշխատում են մասնավոր հատվածում որպես տնային աշխատողներ կամ խնամում են հիվանդներին, տարեցներին կամ երեխաներին՝ այսպիսով գտնվելով հասարակությունից մեկուսացված պայմաններում: Երբեմն, այս մեկուսացումը կարող է ստեղծել վտանգավոր պայմաններ, որոնք աշխատանքային կամ սեռական խտրականության են բերում և ներկայացնում են ավելի լուրջ ֆիզիկական և հոգեբանական վտանգ:

Արդյո՞ք

Ձեզ աշխատանք են առաջարկել արժանատի և անհամարժեք:

Ձեզ կարող է վտանգ սպառնալ, եթե

- Ձեզ ստիպում են մեկնելու վերաբերյալ հապճեպ որոշում կայացնել,
- Ձեզ առաջարկում են արտասահմանյան երկիր մուտք գործել տուրիստական կամ անձնական այցելության մուտքի արտոնագրով, կամ էլ առհասարակ առանց մուտքի արտոնագրի,
- Ձեզ հավաստիացնում են, որ նպատակակետ երկրի լեզվի իմացությունն անհրաժեշտ չէ, ոչ էլ հարկավոր է մասնագիտական պատրաստվածություն կամ աշխատանքային փորձ ունենալ,
- Ձեզ խոսք են տալիս, որ գործատուի հետ պաշտոնական պայմանագիր կկնքվի արտասահմանյան երկիր Ձեր ժամանելուն պես,
- Ձեզ խորհուրդ են տալիս օգտագործել կեղծ փաստաթղթեր կամ Ձեզ ասում են, որ թույլ կտան վճարել Ձեր փաստաթղթերի պատրաստման և ճանապարհաձախսերի դիմաց Ձեր սպազա աշխատավարձից,
- Ձեզանից վերցնում են Ձեր անձնագիրը:

Խուսափե՛ք

վճանգից և հաստատե՛ք ստացված առաջարկի հավաստիությունը

- ➔ Ստուգեք տվյալ ընկերության կամ միջնորդ գործակալության գործունեության օրինականությունը:
- ➔ Ստուգեք արտերկրում գործընկեր կազմակերպության առկայությունը: Ձեռք բերեք այդ կազմակերպության կոնտակտային տվյալները և կրկին համոզվեք, որ Ձեզ սպասում են:
- ➔ Մեկնելուց առաջ համոզվեք, որ ձեզ հետ կնքվել է համաձայնագիր / պայմանագիր, որտեղ ամրագրված է պաշտոնական հրավերը գործատուից:
- ➔ Մի կնքեք պայմանագիր, որը կազմված է Ձեզ համար անհայտ լեզվով. պահանջեք թարգմանություն:
- ➔ Նախքան պայմանագիրը ստորագրելը խորհրդակցեք իրավաբանի հետ:

Հարկավոր է հիշել.

- Աշխատանքային մուտքի արտոնագիր ձեռք բերելու համար արտասահմանցի գործատուն պետք է իր երկրի համապատասխան գերատեսչությունից աշխատանքի թույլտվություն ստանա և նախապես ուղարկի այն Ձեզ:
- Որպես կանոն, Դուք կարող եք արտերկրում օրինական հիմքերով աշխատել, եթե մուտք եք գործում տվյալ երկիր աշխատանքային մուտքի արտոնագրով:
- Աշխատանքային մուտքի արտոնագիր ստանալու գործընթացը երկարատև է: Աշխատանքային մուտքի արտոնագիր ձեռք բերելու համար դուք պետք է այցելեք/ներկայանաք նպատակակետ երկրի հյուպատոսարան:
- Տուրիստական կամ այցելությունների մուտքի արտոնագիրը ձեզ օրինական աշխատանքի իրավունք չի տալիս: Նման պարագայում Դուք ամբողջությամբ կախված կլինեք գործատուից: Հնարավոր է, որ Դուք գրկվեք բժշկական ապահովագրությունից և աշխատավարձից, կամ էլ ձերբակալվեք և վտարվեք երկրի տարածքից:
- Հարկավոր է տանը թողնել Ձեր անձնագրի և բոլոր փաստաթղթերի պատճենները: Խորհուրդ է տրվում կապ պահպանել Ձեր ընտանիքի անդամների հետ և հայտնել նրանց Ձեր գտնվելու վայրը: Միշտ Ձեզ մոտ պահեք Ձեր անձնագիրը և ունեցեք բավականաչափ գումար:



Չարկավոր է նկատի ունենալ.

Աշխատանքային մուտքի արտոնագիր է պահանջվում այն երկրներում աշխատելու համար, որոնց հետ Հայաստանը հաստատել է ազատ վիզային ռեժիմ (օրինակ՝ Ռուսաստանի Դաշնություն, Վրաստան, Ուկրաինա, Բելառուս, Գազախստան և այլն):

Մի դարձեք ապօրինի միգրանտ. ապօրինի միգրանտներին որևէ տեղ գրկաբաց չեն սպասում:

Հայաստանի քաղաքացիների համար գոյություն ունեն որոշակի, թերևս սահմանափակ, հնարավորություններ արտերկրում ապրելու և աշխատելու համար, օրինակ, Եվրոպայի Միության տարածքում Դուրկարող եք.

- ➔ գտնել սեզոնային աշխատանք,
- ➔ մասնակցել բարձր որակավորում ունեցող մասնագետների համար նախատեսված ծրագրերին,
- ➔ որպես ուսանող մասնակցել երիտասարդների համար նախատեսված ծրագրերին:



Նախքան արտասահմանում հիմնվելու համար ապօրինի միջոցների դիմելը խնդրում ենք ծանոթանալ ստորև նշված կայքէջերում ներկայացված տեղեկություններին:

- ՀՀ աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարության «Զբաղվածության պետական ծառայություն» գործակալության Միգրացիոն ռեսուրս կենտրոն
<http://employment.am/am/75/free.html>
- ՀՀ տարածքային կառավարման նախարարության Պետական միգրացիոն ծառայություն
www.smsmta.am or <http://www.backtoarmenia.am/?l=eng>
- Արտաքին գործերի նախարարություն
www.mfa.am

Գտե՛ք և ուսումնասիրե՛ք հետևյալ տեղեկությունները.

- Օգտակար տեղեկություններ արտասահմանում աշխատել ցանկացողների համար
- Օգտակար տեղեկություններ վերադարձողների համար
- Հայաստանի դեսպանություններ/հյուպատոսարաններ արտասահմանում
- Օտար պետությունների դեսպանություններ/հյուպատոսարաններ Հայաստանում

Նպատակակետ երկրների վերաբերյալ տեղեկությունները կարելի է գտնել Միգրացիոն ռեսուրս կենտրոնում (ՄՌԿ):

ՄՌԿ, ք. Երևան

Գտնվում է Երևան քաղաքի Էրեբունի և Նուբարաշեն համայնքների Ջբաղվածության կենտրոնում՝ Խորենացի պողոտա 213 Ա հասցեով:
(+374) 0 (10) 57 46 80; 57 47 80

ՄՌԿ, ք. Աշտարակ

Գտնվում է Աշտարակ քաղաքի Ջբաղվածության կենտրոնում հետևյալ հասցեով՝ ք. Աշտարակ Ներսես Աշտարակեցու փողոց 7, Արագածոտնի մարզ, 0201:
(+374) 0 (232) 35233; 35293

ՄՌԿ, ք. Իջևան

Գտնվում է Իջևան քաղաքի Ջբաղվածության կենտրոնում հետևյալ հասցեով՝ ք. Իջևան, Վասիլյան փողոց, Տավուշի մարզ:
(+374) 0 (263) 31567; 31139

ՄՌԿ-ները զբաղվում են աշխատանքային միգրանտների իրազեկմամբ, ուղղորդմամբ և ուսուցմամբ՝ ղախաբեկում նրանց արտերկրում ապրելուն և աշխատելուն, ինչպես նաև աղաչվում են հայրենի վերադարձած միգրանտների վերաինտեգրումը:

ՄՌԿ-ները սեղեկավարում են սրամադրում.

- (i) **նղասակակետ երկրների և դրանց միգրացիոն և աշխատանքային օրենսդրության վերաբերյալ**
- (ii) **արտասահման մեկնելու և այնտեղ բնակվելու հետ կապված ընթացակարգերի վերաբերյալ**
- (iii) **կանոնավոր միգրացիայի հնարավորությունների և անկանոն միգրացիայի հնարավորությունների վերաբերյալ**

ՄՌԿ-ները նաև սեղեկավարում են սրամադրում թափուր աշխատանքի վերաբերյալ ինչպես Հայաստանում, այնպես էլ այն օտար երկրներում, որոնց հետ ՀՀ աշխատանքի նախարարությունն ունի աշխատանքային ղայմանավորվածություններ կամ երկկողմ/բազմակողմ աշխատանքային համաձայնագրեր:

Հայաստանում առաջին ՄՌԿ-ն ստեղծվել է Միգրացիայի միջազգային կազմակերպության կողմից և հետագայում հանձնվել է Ջբաղվածության ղեսական ծառայությանը:



**Եթե արժեքներդ
Ղուխ հայտնվում եմ բարդ իրավիճակում,
օրինակ, երբ**

- Ձեր անձնագիրը վերցրել են,
- Ձեր տեղաշարժվելու ազատությունը սահմանափակվել է,
- Ձեզ արգելում են հեռախոսով խոսել Ձեր ընտանիքի անդամների հետ,
- Ձեր աշխատանքը չի վարձատրվում,
- Ձեզ սպառնում կամ նվաստացնում են,
- Ձեզ ստիպում են անել ինչ-որ բան Ձեր կամքին հակառակ,
- Ձեր գործատուն սպառնում է, որ կհանձնի Ձեզ տեղի իրավապահ մարմիններին վիզային ռեժիմը խախտելու համար:

Քարկ է **հիշել.**

- ➔ Չի կարելի հանդուրժել Ձեր մարդկային արժանապատվությունը նվաստացնող պայմանները:
- ➔ Օգնության համար, նախ և առաջ, դիմեք Ձեր երկրի դեսպանություն/հյուպատոսարան:
- ➔ Անհրաժեշտության դեպքում դիմեք տեղի պետական մարմիններին, ոստիկանությանը, եկեղեցական կամ հասարակական կազմակերպություններին:

Արտասահմանում ներկայացված Ձեր երկրի դեսպանությունները, միջկառավարական և հասարակական կազմակերպությունները կարող են պաշտպանել Ձեր իրավունքները: Բազում երկրներում Միգրացիայի միջազգային կազմակերպությունն աջակցում է կամավոր իրենց հայրենիք վերադարձող միգրանտներին:



Եթե դուք մարդկանց թրաֆիքինգի գոհ եք դարձել, ապա մի վստահեք նրանց, ով Ձեզ սպառնում է՝ ասելով, որ Դուք եք ամեն ինչում մեղավոր, և ոչ ոք Ձեզ չի օգնի: Խիզախություն դրսևորեք և օգնության դիմեք:

Ձեր երկրում և արտասահմանում գործող բազում կազմակերպություններ պատրաստ են օգնել Ձեզ:

Բարձրաձայնե՛ք ձեր խնդիրը:

Հայաստանում զոհերի նույնականացման և ուղղորդման ողջ գործընթացը կարգավորվում է **Մարդկանց շահագործման (թրաֆիֆինգի)**

ենթարկված անձանց ազգային

ուղղորդման կարգով (ԱՌԿ):

ԱՌԿ-ի շրջանակներում թրաֆիֆինգի զոհերին առաջարկվում են որոշ ծառայություններ, այդ թվում՝ կացարանի, բժշկական և հոգեբանական աջակցության սրամադրում, ինչդեպ նաև կրթական և ուսուցողական հնարավորություններ:

**ՊԵՏԱԿԱՆ ՄԱՐՄԻՆՆԵՐԸ ԵՎ ՀԱՄԱԳՈՐԾԱԿՑՈՂ
ՀԱՍԱՐԱԿԱԿԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ, ՈՐՈՆՔ
ԼԻԱԶՈՐՎԱԾ ԵՆ ՈՒՂՂՈՐԳԵԼ ԹՐԱՖԻԲԻՆԳԻ ԶՈՀԵՐԻՆ
ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ**

I. ՊԵՏԱԿԱՆ ՄԱՐՄԻՆՆԵՐ

ՀՀ աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարություն

Հայաստան, 0010, ք. Երևան, Հանրապետության հրպ.,
Կառավարական տուն 3
Հեռ.՝ + (374 10) 52 68 31
Կայքէջ՝ <http://www.mss.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ hasmik.khachatryan@mss.am

ՀՀ արտաքին գործերի նախարարություն

Հայաստան, 0010, ք. Երևան, Հանրապետության հրպ.,
Կառավարական տուն 2
Հեռ.՝ (060) 62 00 00, (374 10) 54 40 41, (374 10) 52 35 31
Ֆաքս՝ (060) 62 00 62
Կայքէջ՝ <http://www.mfa.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ info@mfa.am

ՀՀ Առողջապահության նախարարություն

Հայաստան, 0010, ք. Երևան, Հանրապետության հրպ.,
Կառավարական տուն 3
Հեռ.՝ + (374 10) 58 24 13
Կայքէջ՝ <http://www.moh.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ info@moh.am

ՀՀ տարածքային կառավարման նախարարություն

Հայաստան, 0010, ք. Երևան, Հանրապետության հրպ.,
Կառավարական տուն 2
Հեռ.՝ + (374 10) 52 52 74, + (374 10) 51 13 02
Կայքէջ՝ <http://www.mta.gov.am/>
Էլեկտրոնային փոստ՝ mta@mta.gov.am

ՀՀ ազգային անվտանգության ծառայություն

ք. Երևան, 0001, Նալբանդյան փող. 104
Հեռ.՝ + (374 10) 54 81 33
Կայք էջ՝ <http://www.sns.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ sns@sns.am

ՀՀ ոստիկանություն

ք. Երևան, 0025, Նալբանդյան փող. 130
Հեռ.՝ + (374 10) 52 43 02; + (374 10) 52 16 82
Կայքէջ՝ <http://www.police.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ press@police.am

II. ՀԱՍԱՐԱԿԱԿԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

ԱՄՔՈՐ Հայաստան

ք. Երևան, Կարապետ Ուլնեցու փող. 14
Հեռ.՝ + (374 10) 24 81 41, 28 29 77
Ֆաքս՝ + (374 10) 24 92 15
Կայքէջ՝ <http://www.umcor.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ umcor@umcor.am

«Հույս և օգնություն» ՀԿ

ք. Երևան 0002, Պուշկինի փող. 37, բն. 5
Հեռ.՝ + (374 10) 53 48 34
Ֆաքս՝ + (374 10) 53 17 70
Կայքէջ՝ <http://hopehelp.am>
Էլեկտրոնային փոստ՝ info@hopehelp.am

III. ԹԵԺ ԳԾԵՐ

Անվճար զանգեր Հայաստանում՝

(+374 10) 800 50 550, ՀՀ ոստիկանություն
(+374 10) 800 80 801 «Հույս և օգնություն» ՀԿ
(+374 10) 800 50 558 ԱՄՔՈՐ, ՀԿ

Վճարովի զանգեր արտասահմանից՝

(+374 10) 538 511 «Հույս և օգնություն» ՀԿ
(+374 10) 286 879 ԱՄՔՈՐ, ՀԿ

Ի՞նչ է հարկավոր իմանալ հայրենիքում և արտերկրում առողջ մնալու համար

Արտասահման մեկնելիս և հայրենիք վերադառնալիս հիշեք, որ հարկավոր է հոգ տանել Ձեր և Ձեզ շրջապատող անձանց առողջության մասին:

1980-ական թվականներից ի վեր՝ ողջ աշխարհում պայքար է մղվում ՄԻԱՎ-ի (Մարդու իմունային անբավարարության վիրուսի) դեմ, որը հաճախ հիշատակվում է որպես ՄԻԱՎ/ՉԻԱՀ:

ՄԻԱՎ-ը կարող է մարդու օրգանիզմում երկար ժամանակ գտնվել նախքան ՉԻԱՀ-ի (Չեռքբերովի իմունային անբավարարության համախտանիշ) վերածվելը: ՄԻԱՎ-ը կարող է փոխանցվել սեռական ճանապարհով, օգտագործված ներարկային ասեղների համատեղ օգտագործման պատճառով, վարակված արյան փոխներարկման հետևանքով, ինչպես նաև կարող է փոխանցվել մորից մանկան հղիության, ծննդաբերության կամ կրծքով կերակրելու ընթացքում:

Մարդու օրգանիզմի կենսաբանական հեղուկները, ինչպիսիք են՝ թուրքը, արցունքը, քրտինքը, կղկղանքը և մեզը վարակիչ չեն: Այսպիսով, ՄԻԱՎ-ը չի կարող փոխանցվել առօրյա գործողությունների կամ կենցաղային շփման արդյունքում: ՄԻԱՎ վարակակրին դիպչելը, նրա ձեռքը սեղմելը, նրան համբուրելը, նրա հետ գրկախառնվելը, նրա հետ նույն լողասենյակից և գուգարանից օգտվելը կամ նույն լողավազան հաճախելը, ինչպես նաև նույն պարագաներն օգտագործելը վարակիչ չէ: ՄԻԱՎ-ը չի փոխանցվում կենդանիների կծելուց (տնային կենդանիներ, օձեր, մոծակներ կամ այլ միջատներ) կամ ՄԻԱՎ վարակակիր հիվանդին խնամելու ընթացքում:

Սա նաև վերաբերում է սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդություններին, ինչպիսիք են՝ գոնորեան, խլամիդիոզը և տրիխոմոնիազը:

Ինչդե՞ս է փոխանցվում ՁԻԱՀ-ը

ՁԻԱՀ-ի պատճառը ՄԻԱՎ-ն է: ՄԻԱՎ-ը տարածվում է հետևյալ ճանապարհներով.

- ➔ չպաշտպանված սեռական հարաբերության արդյունքում,
- ➔ ՄԻԱՎ վարակակրի հետ նույն ներարկային ասեղից օգտվելու հետևանքով,
- ➔ վարակված մորից երեխային հղիության կամ ծննդաբերության ժամանակ,
- ➔ ՄԻԱՎ-ով վարակված կնոջ կողմից կրծքով կերակրելու ժամանակ:

Եթե Դուք կարծում եք, որ կարող եք սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդության կամ ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի վարակակիր լինել, Հաստատանում և արտասահմանում գործում են բժշկական հաստատություններ, որտեղ Դուք կարող եք խորհրդատվություն ստանալ կամ հետազոտություն անցնել՝ Ձեզ և այլոց պաշտպանելու նպատակով: Ծիշտ բուժում ստանալու դեպքում՝ սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդությունները կարող են բուժվել: Ցավոք, դեռևս պատվաստանյութ գոյություն չունի Ձեզ ՄԻԱՎ-ից պաշտպանելու համար, միայն զգուշությունն է, որ կարող է պաշտպանել Ձեր առողջությունը: Այնուամենայնիվ, գոյություն ունեն դեղամիջոցներ, որոնք կարող են երկարացնել ՁԻԱՀ ունեցող մարդու կյանքը:



Որտեղի՞ց կարելի է անհրաժեշտ Տեղեկություններ ստանալ

ՀՀ առողջապահության նախարարության ՁԻԱՀ-ի կանխարգելման հանրապետական կենտրոնը (ԿՀԿ) հանդիսանում է ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի կանխարգելմանն ուղղված գործունեության հիմնական իրականացնողն ու համակարգողը Հայաստանի Հանրապետությունում: Կենտրոնում կատարվում են ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի անվճար կլինիկական և լաբորատոր հետազոտություններ: Կենտրոնում ՄԻԱՎ և ՁԻԱՀ ունեցող հիվանդներին տրվում է հակառետրովիրուսային բուժում՝ հետազա վարակները կանխելու և բուժելու նպատակով, ինչպես նաև ապահովվում է մասնագիտացված բժշկական խնամք:

**«ՉԻԱՀ-ի կանխարգելման հանրապետական կենտրոն»
պետական ոչ առևտրային կազմակերպություն**

Հասցե՝ ք. Երևան 0040, Աճառյան 2

Հեռ.՝ (+374 10) 610730; 617107

Ֆաքս՝ (+374 10) 615746

Կայքէջ՝ <http://www.armaids.am>

Էլեկտրոնային փոստ՝ <mailto:armaids@armaids.am>

**ՄԻԱՎ/ՉԻԱՀ-ի վերաբերյալ բժշկական և հոգեբանական
խորհրդատվության համար կարող եք դիմել.**

**«Առաքելություն Արեվելք» մարդասիրական օգնության
կազմակերպություն**

Հասցե՝ ք. Երևան 0002, Սարյան փող. 4, բն. 8

Հեռախոս՝ (+374 10) 524510; (+374 10) 585582; (+374 10) 540920

Ֆաքս՝ (+374 10) 545628

Կայքէջ՝ <http://www.misceast.org>

Էլեկտրոնային փոստ՝ missioncast@missioncast.am

Վորդ Վիժն Հայաստան

Հասցե՝ ք. Երևան 0065, Ռոմանոս Մելիքյան 1,

Մալաթիա-Սեբաստիա

Հեռախոս՝ (+374 10) 749118; (+374 10) 749119

Ֆաքս՝ (+374 10) 749148

Կայքէջ՝ <http://www.wvarmenia.am>

Էլեկտրոնային փոստ՝ wvarmenia@wvi.org

Ցուցաբերե՛ք զգոնություն:

Թարգմանիչ՝ Արմեն Այվազյան
Ձևավորումը՝ Արամ Ուռուսյանի

Տղազրվել է «Տիգրան Մեծ» հրատարակչության տղարանում

Շաղիկի 4-րդ էջի և գրի 18-րդ էջի նկարները սրամադրվել են ՄՄԿ-ի կողմից:
Մնացած նկարները սրամադրվել են ձևավորողի կողմից:

ՄԻԳՐԱՑԻԱՅԻ ՄԻՋԱԶԳԱՅԻՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒԹՅՈՒՆ (ՄՄԿ)

Հայաստանի առաքելություն
Հայաստան, Երևան 0010, ՄԱԿ-ի գրասենյակ,
Պետրոս Ադամյան փողոց 14
Հեռ.՝ (+374 10) 58 56 92
Հեռադասձեռն՝ (+374 10) 54 33 65
Էլ. փոստ՝ IOMArmenia@iom.int
Կայք՝ <http://www.iom.int/armenia>

ՁԵՐ

ՈՒՂԵՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆԸ



International Organization for Migration (IOM)
Organisation Internationale pour les Migrations (OIM)
Organización Internacional para las Migraciones (OIM)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra