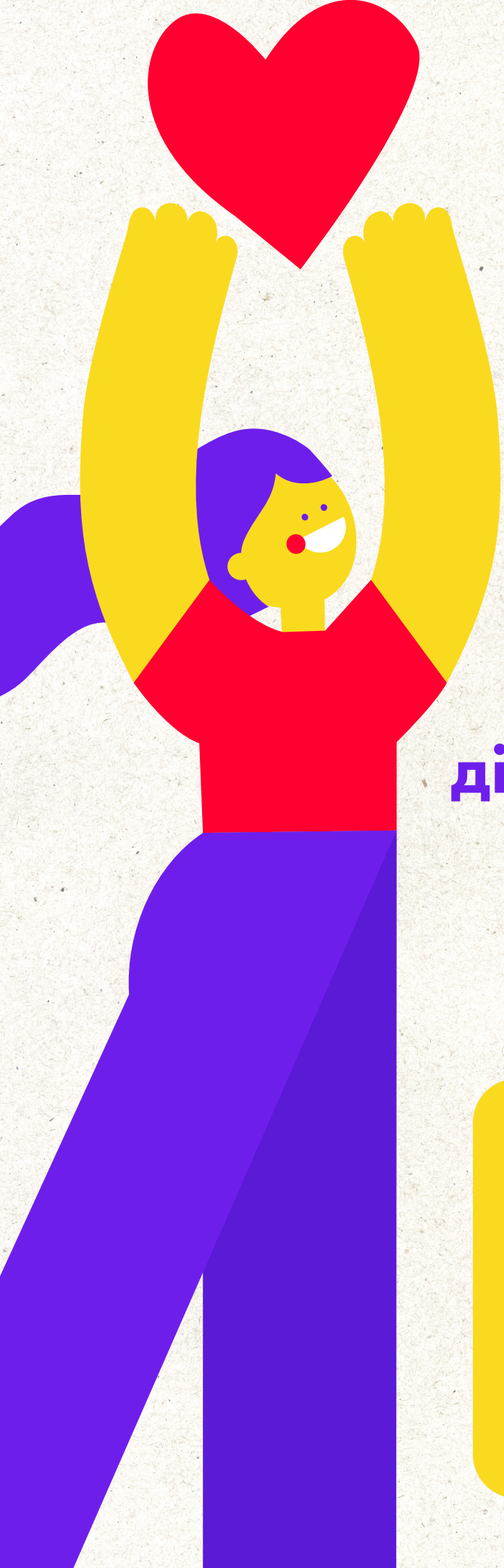




Українська  
Волонтерська  
Служба



# Як підтримати дітей під час війни?

## Поради та ресурси допомоги дітям

Життя понад 7 мільйонів українських дітей змінилося назавжди. Сьогодні їм необхідно більше підтримки, ніж раніше. Українська Волонтерська Служба разом з Клубом Добродіїв зібрали декілька простих порад від психологині Наталії Пашко, а також зібрали підбірку організацій та фондів, які зараз активно допомагають дітям.



# Поради, як підтримати дітей під час війни



Будьте поруч, приділяючи дітям більше часу та уваги. Для початку, будьте з ними, коли вони займаються своїми звичними справами, можете, наприклад, допомогти їм у побуті чи навчанні.



Постарайтеся надати відчуття стабільності, навіть коли навколо все постійно змінюється.



Проговорюйте та формуйте послідовність вашого дня. Прокидаємося, снідаємо, займаємося, ідемо на певну локацію, під час тривоги переходимо в укриття.



За можливості виконуйте звичні процедури і дотримуйтеся режиму та розпорядку дня.



Навіть якщо протягом дня з'являється незапланована дія — обов'язково озвучте та проговоріть її.



Більше тактильності та обійм. Можете створити нові сімейні ритуали та традиції, де б ви не знаходилися. Повторювані щодня дії та слова допоможуть стабілізувати стан дитини, коли навколо є тільки вимушені зміни.





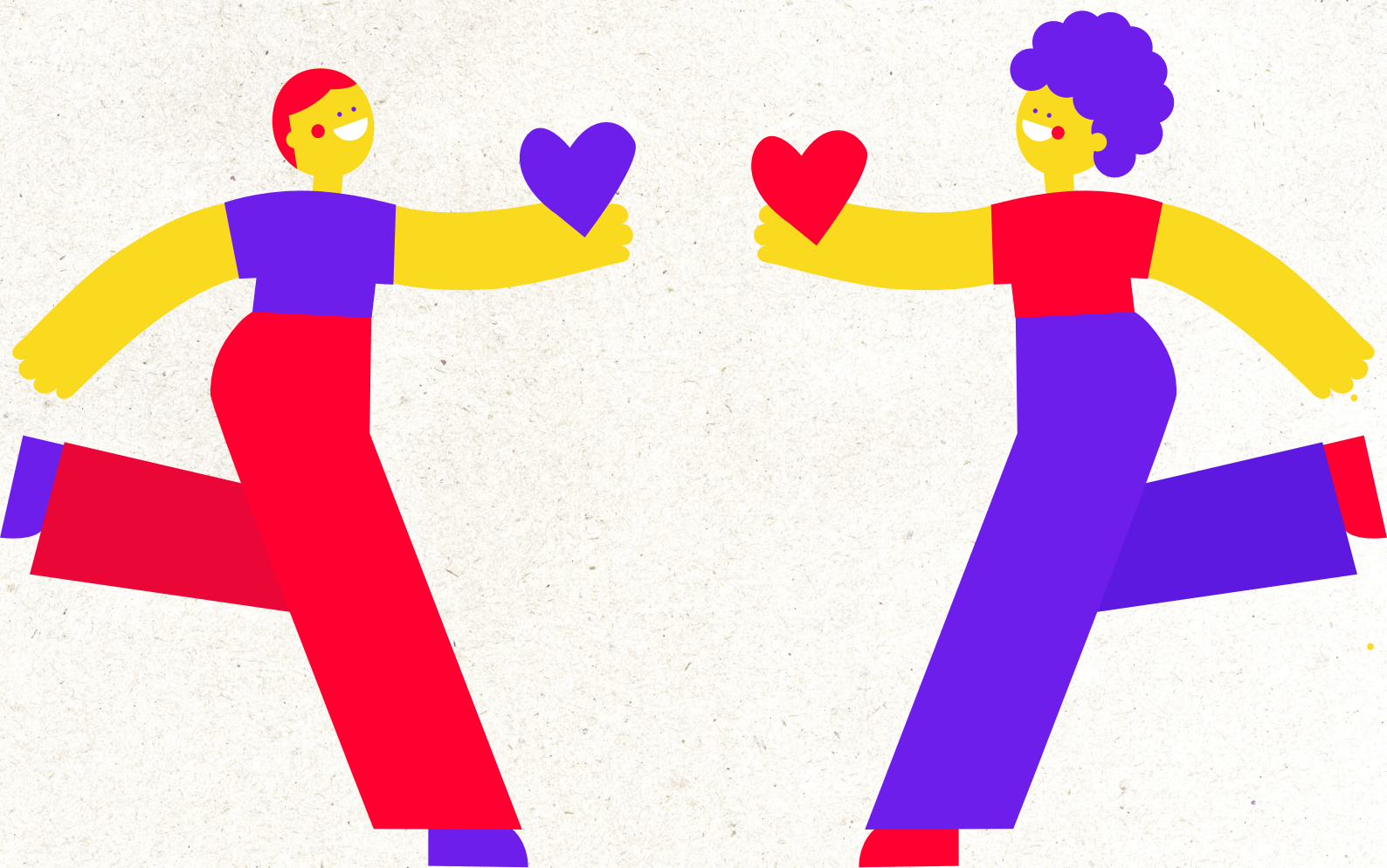
Намагайтеся відмовитися від традиційних заспокійливих фраз, на кшталт «не переживай», «все буде добре». Вони навпаки можуть стати своєрідною бомбою уповільненої дії для дитини. Саме проживаючи разом цей етап, ми управляємо емоціями і, відповідно, можемо надати необхідну підтримку.



За можливості, створіть умови для відпочинку та ігор. Можна відвідувати заняття, які покликані відволікти та перемкнути увагу на творчість.



Захищайте дітей від трагічних видовищ або жахливих розповідей очевидців. Та водночас доступно відповідайте на запитання про події, без страшних подробиць. Якщо дитина не розуміє реального трагізму ситуації, уникайте деталей та спробуйте знайти нейтральні пояснення того, що відбувається.





# Про Клуб Добродіїв

Клуб Добродіїв понад 10 років допомагає українським дітям у складних життєвих обставинах забезпечити базові потреби, отримати освіту та необхідну підтримку для успішного майбутнього.

За час повномасштабної війни Клуб Добродіїв допоміг майже 15 тисячам дітей з усіх куточків України. Кожна дитина отримала пакунок з продуктами харчування, засобами гігієни та наборами для творчості. Крім того, фонд допоміг облаштувати комфортні спальні місця у шелтерах Івано-Франківська, Львова, Луцька, Кривого Рогу, підтримав прихисток у Полтавській області. Клуб Добродіїв також оплатив пальне для евакуаційних автобусів, щоб з-під ворожих куль вивести родини в більш безпечні місця.

Наразі фонд разом з ЮНІСЕФ активно займається організацією дозвілля для дітей та підлітків Києва в рамках проекту «Спільно. Точки зустрічі». Проект спрямований на підтримку підлітків та їхніх родин, які наразі перебувають в Києві.

Долучитися до допомоги можна фінансово, наразі саме триває збір на підтримку родин, які рятуються від війни.



Приєднатися до Клубу Добродіїв можна і волонтерством. Наразі у Києві тривають творчі заняття для дітей та підлітків, їх вже понад 3 тижні проводять волонтери, які потребують підсилення. Тож якщо любите проводити час з дітьми, вмієте працювати з ними та готові стати частиною команди змінотворців — заповнюйте форму.

Важливо! Фізично потрібно знаходитися в Києві.

Більше про діяльність фонду дізнайтеся за посиланням.



# Благодійні фонди та проєкти допомоги дітям



## Фонд «Голоси дітей»

Фонд «Голоси дітей» надає психологічну та психосоціальну підтримку дітям, які постраждали від війни. Детальніше — у [Telegram-каналі «Ми поруч»](#). Також фонд надає адресну допомогу сім'ям із дітьми усім необхідним під час війни. Щоб отримати гуманітарну допомогу, заповніть [форму](#).



## Благодійний фонд «Твоя опора»

Фонд «Твоя опора» підтримує дітей із вадами серця, а під час війни також активно підтримує сім'ї з дітьми гуманітарною та медичною допомогою. Підтримати фонд можна [за посиланням](#), а також фонду потрібні волонтери, реєстрація у формі [за посиланням](#).



## Благодійний фонд «Kiddo»

Фонд «Kiddo» збирає кошти на підтримку дітей зі складними діагнозами, а також під час війни організовує збір коштів на комплектування тактичних аптечок. Підтримати фонд [за посиланням](#).





## Благодійний фонд «Запорука»

Фонд «Запорука» продовжує роботу під час війни, зокрема, вивозить пацієнтів за кордон. Також фонд організував гарячу лінію психологічної підтримки 24\7 по Україні: 080 040 00 23. Ви також можете підтримати фонд фінансово [за посиланням](#).



## Благодійний фонд «Таблеточки»

Фонд «Таблеточки» продовжує допомагати онкохворим дітям та онкоцентрам України. Якщо вам потрібна допомога, [заповніть форму](#). Якщо ви бажаєте допомогти — станьте добродійцем [за посиланням](#).



## СпівДія заради дітей

Всеукраїнський проект [«СпівДія заради дітей»](#) платформи «СпівДія», займаються адаптацією, організацією дозвілля евакуйованих дітей віком від 5 до 12 років. Міста: Чернівці, Івано-Франківськ, Тернопіль, Львів, Хмельницький, Ужгород, Рівне, Луцьк, Вінниця.



## EdEra для школярів

Онлайн-ресурс курсів, освітніх трендів та ефективного навчання. На платформі також наявна інформація про те, як бути в безпеці під час війни.





## Всеукраїнська школа онлайн

Платформа містить відеоуроки, конспекти, тестові завдання, а також Кабінет вчителя, який допомагає залишатися на зв'язку з учнями. Для зручності розроблено мобільний застосунок, а Youtube-канал МОН містить інформацію, що може стати у пригоді. Також МОН спільно з компанією Google Україна створили Всеукраїнський онлайн-розклад для учнів 1-11 класів.



## Навчання без меж

Спільний освітній проєкт Міністерства освіти і науки України, Міністерства культури та інформаційної політики, українських телеканалів. Розклад прямих ефірів доступний за посиланням.



## Дитина не сама

Telegram-бот «Дитина не сама», де можна знайти інформацію про те, як прихистити дитину, що робити у випадку, якщо вона загубилася або ви її знайшли. Крім того, у боті є контакти гарячої лінії підтримки дітей, сімей та соціальних працівників.

Посилання: @dytyna\_ne\_sama\_bot



## Дитячий лікар на війні

Telegram-бот з безоплатною онлайн-допомогою від дитячих лікарів з усієї України:


@childrens\_doctor\_at\_war\_bot.





## Підтримай дитину

Telegram-канал «Підтримай дитину» (за підтримки МОН) розповідає про корисні ігри, вправи та поради, які допоможуть підтримати дітей під час війни: <https://t.me/pidtrumaidutuny>



Більше ресурсів для допомоги, навчання та дозвілля дітей під час війни знайдете [за посиланням](#).

Також користуйтеся платформою [Паляниця.Інфо](#) для швидкого пошуку допомоги в Україні.

