





КОСТЯНТИН ГЕРАСИМОВ

Shelter & WASH координатор ADRA Ukraine

Вода, тепло, відновлені школи та укриття: як ADRA Ukraine змінює життя громад

Під час війни відновлення інфраструктури стає питанням не лише комфорту, а й виживання. Вода, тепло, безпечні школи, лікарні, які мають доступ до безперебійного водопостачання — це базові речі, без яких громади не можуть функціонувати. Про те, як реалізуються проекти відновлення, з якими викликами стикаються інженери та що насправді стоїть за словами «гуманітарна допомога», розповідає Shelter & WASH координатор [ADRA Ukraine](#) Костянтин Герасимов.

— Костянтіне, розкажіть трохи про себе та свій професійний шлях. Як Ви прийшли до роботи в ADRA Ukraine?

— Я маю технічну освіту у сфері будівництва, а також освіту за спеціальністю «Менеджмент». Понад десять років працюю в інженерії та управлінні проектами. З початком повномасштабної війни з'явилося чітке розуміння, що свої знання потрібно застосовувати там, де вони можуть принести найбільшу користь людям.

ADRA Ukraine стала для мене місцем, де професія поєднується з покликанням — допомагати громадам відновлювати житло, інфраструктуру та базові умови життя.

— Яка Ваша роль у проектах ADRA і за що ви відповідаєте щодня?

— Я працюю у напрямках Shelter та WASH, і моя зона відповідальності — це технічна частина проектів. Щодня моя робота включає кілька компонентів. Це, насамперед, технічні оцінки об'єктів у пікові часи — потрібно зрозуміти реальний стан і потреби на місці. Проводжу зустрічі із проєктними менеджерами, інженерами, координую їх, адже від злагодженої роботи команди залежить, наскільки швидко і якісно ми зможемо реалізувати рішення. Розробляю та коригую СОП (Стандартні операційні процедури).

У процесі часто доводиться розробляти індивідуальні підходи до окремих кейсів, особливо коли йдеться про ремонтні роботи в складних умовах. Паралельно я складаю графіки робіт для різних компонентів проєктів, щоб усе рухалося чітко і без затримок.

Важлива частина роботи — постійна взаємодія з громадами та місцевою владою, адже без цього неможливо врахувати всі нюанси і потреби людей. І, звісно, я контролюю, щоб усі рішення відповідали як українським будівельним нормам, так і міжнародним гуманітарним стандартам.

Окремо хочу сказати про нашу команду інженерів-будівельників. Це сильні фахівці та справжні одностудці, які працюють із повною віддачею. Ми мислимо однаково в питаннях якості, безпеки та відповідальності перед людьми. Саме завдяки командній роботі ми можемо реалізовувати складні проєкти навіть у найважчих умовах. Коли поруч такі професіонали — розумієш, що разом можна рухати гори.

Фактично, наше завдання — зробити так, щоб допомога була не лише швидкою, а й якісною, своєчасною та довготривалою.



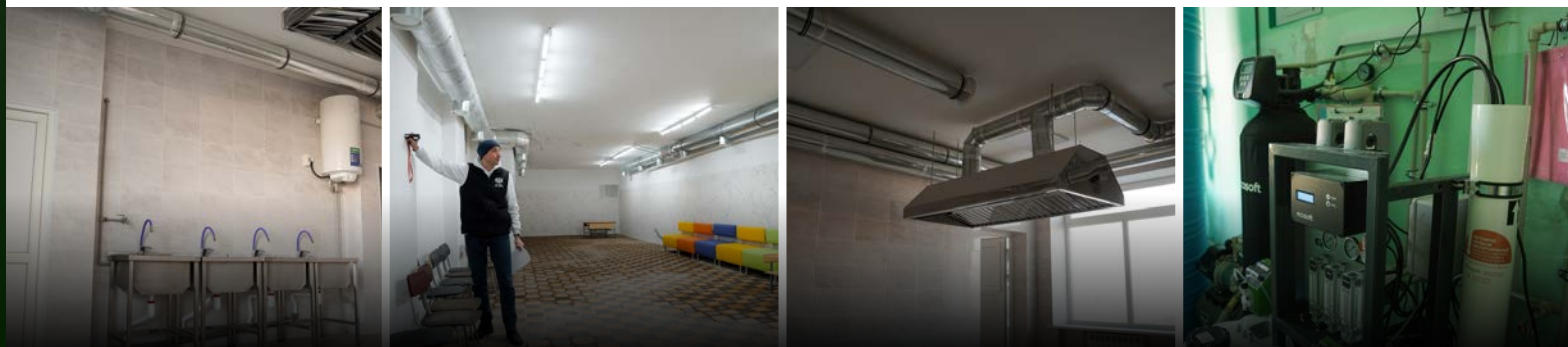
Злагоджена командна робота дозволяє реалізовувати складні проєкти

— Які об'єкти відновлює ADRA Ukraine найчастіше?

Починаючи з 2024 року, ми активно працюємо над відновленням освітньої інфраструктури в Миколаївській області. Це важливий елемент раннього відновлення поряд з іншими критичними напрямками, адже освітні заклади відіграють ключову роль у відновленні громад і поверненні людей до нормального життя.

Найчастіше ми працюємо зі школами та дитячими садками — ремонтуємо будівлі, облаштовуємо укриття, відновлюємо опалення та водопостачання, покращуємо умови санітарії. Усе це спрямовано на те, щоб діти могли повернутися до очного навчання в безпечних умовах, адже це важливо не лише для освітнього процесу, а й для їхнього психоемоційного стану. Працюємо і з соціальними об'єктами, підтримуючи базову інфраструктуру громад. Часто доводиться відновлювати елементи водної інфраструктури — це про доступ до води, який не можна відкладати.

І, звісно, займаємося критичною інфраструктурою — наприклад, ремонтом котелень, від яких залежить функціонування цілих населених пунктів.



Відновлення приміщень освітніх закладів

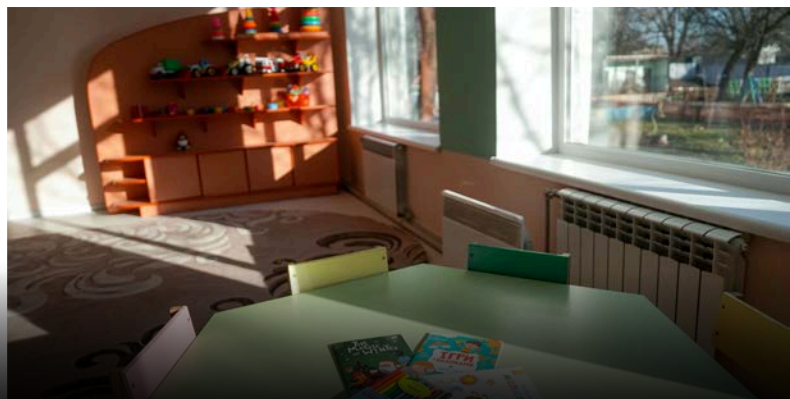
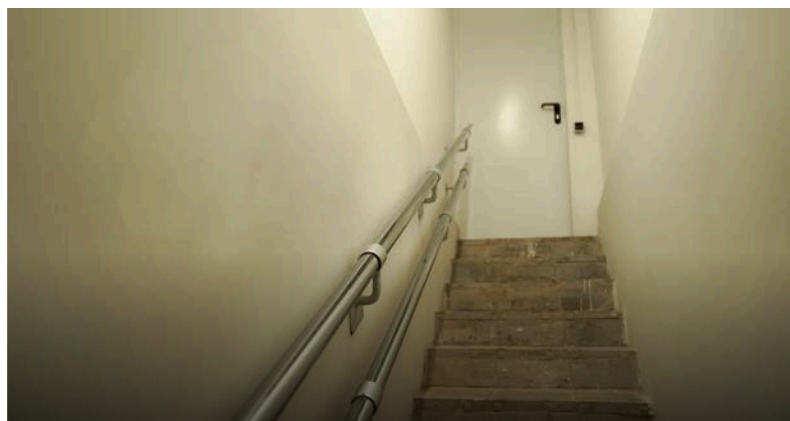
— Що входить у відновлення освітніх закладів?

Це завжди комплекс робіт, який залежить від стану конкретного об'єкта. У межах проєкту з відновлення соціальної інфраструктури, який ми реалізуємо у Миколаївській області, ми підходимо до відновлення системно.

Насамперед працюємо з базовими речами: ремонтуємо покрівлі, замінюємо вікна — щоб будівля була захищена, енергоефективна і придатна до використання. Паралельно відновлюємо системи опалення та вентиляції, адже без цього неможливо створити нормальні умови для навчання.

Також обов'язково ремонтуємо санвузли, проводимо електромонтажні роботи, щоб забезпечити безпеку і відповідність будівель сучасним вимогам. Окремий пріоритет — це облаштування укріплень, адже сьогодні це безпосередньо питання безпеки дітей і можливості відновлення офлайн-навчання.

Також, ми приділяємо увагу забезпеченню архітектурної доступності будівель — зокрема, облаштовуємо пандуси та інші елементи безбар'єрного середовища. Наша мета — не просто відремонтувати об'єкт, а створити безпечне, комфортне та доступне освітнє середовище, у якому діти можуть навчатися, розвиватись, соціалізуватись і почуватися захищено.



Відновлення приміщень освітніх закладів

— Як Ви контролюєте якість робіт?

— Ми підходимо до цього системно, бо від якості залежить і безпека, і довговічність результату. Регулярно виїжджаємо на об'єкти, щоб особисто перевірити, як просуваються роботи і чи все виконується належним чином.

Обов'язково ведемо фото- та відеофіксацію — це допомагає відслідковувати процес і фіксувати ключові етапи. Самі роботи приймаємо поетапно, щоб на кожному кроці переконатися, що все зроблено правильно.

Також контролюємо матеріали і фактичні обсяги виконаних робіт — це важливо і з технічної, і з прозорої управлінської точки зору. І, звісно, всі рішення і процеси мають відповідати українським будівельним нормам і стандартам — ДБН, ДСТУ, ПУЕ та іншим вимогам.



Встановлення водонапірної башти в селищі Первомайське Миколаївської області

— Які WASH-проекти зараз реалізує ADRA Ukraine?

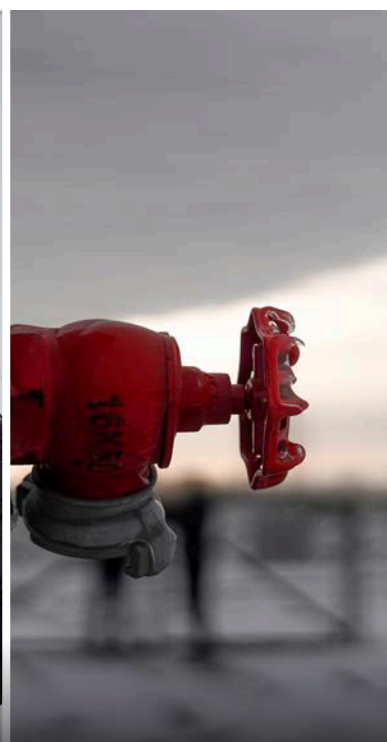
— Ми працюємо над відновленням доступу до води в громадах, які постраждали від війни або мають обмежені ресурси, зокрема у Миколаївській та Дніпропетровській областях. Це також цілий комплекс робіт. Зокрема, ми ремонтуємо або встановлюємо водонапірні башти Рожновського — вони забезпечують водою школи, лікарні та мешканців громад. Там, де це необхідно, буримо нові свердловини і встановлюємо насосне обладнання, щоб вода була доступною постійно.

Окремий напрям — відновлення водопровідних мереж, адже навіть за наявності джерела вода не завжди доходить до людей. Також впроваджуємо системи очищення води, щоб вона була безпечною для споживання.

І не менш важливо — ремонтуємо системи очищення стічних вод, зокрема септики, щоб забезпечити повний цикл водокористування і зменшити навантаження на довкілля. Наш новий напрям — це встановлення сучасних систем очищення стічних вод BIOTAL та BioSeptik для закладів освіти.

Також намагаємось допомогти громадам встановлювати станції з очистки питної води на основі зворотнього осмосу у лікарнях, школах, дитячих садочках.

У межах нашої діяльності ми часто дотримуємося комплексного підходу: встановлення свердловин доповнюється системами очищення води, що дозволяє установам освіти та медичним установам підвищити рівень автономності та забезпечити повне покриття їхніх поточних потреб у водопостачанні.



— Чому поточний ремонт башт Рожновського залишається актуальним рішенням?

— Насправді це досить ефективне і водночас практичне рішення для багатьох громад. Такі башти допомагають стабілізувати тиск у водопровідній системі, що особливо важливо в умовах нестабільної інфраструктури.

Вони також дозволяють накопичувати запас води, а отже — забезпечувати людей навіть у ситуаціях, коли виникають перебої з електропостачанням. Це критично для сіл, де альтернативних рішень часто просто немає.

Крім того, башти значно підвищують автономність як соціальних закладів, так і всієї громади — школи, лікарні та домогосподарства можуть функціонувати стабільніше навіть у складних умовах.

Тому для багатьох населених пунктів це не просто елемент інфраструктури, а фактично базова умова нормального життя.

— З якими викликами Ви стикаєтесь?

— Викликів насправді чимало, і більшість із них пов'язані з умовами, в яких доводиться працювати. Часто це зруйнована або сильно застаріла інфраструктура, яку потрібно не просто відремонтувати, а фактично відновлювати з нуля.

Додає складності й нестабільне електропостачання — воно впливає і на сам процес робіт, і на подальшу експлуатацію об'єктів. У прифронтових регіонах окрема проблема — логістика: дістатися до населених пунктів іноді непросто і небезпечно.

Також постійно відчувається обмеженість ресурсів, тому доводиться шукати баланс між можливостями і реальними потребами людей. І водночас важливо діяти швидко — але так, щоб не втрачати якість, адже мова йде про безпеку і базові умови життя.



Наслідки війни в селищі Первомайське Миколаївської області

— Як ви визначаєте пріоритети?

— ADRA Ukraine є постійним учасником національних кластерів — Shelter, WASH, Education та інших. На зустрічах у цих кластерах надається інформація про потреби громад. Також до ADRA надходить багато запитів безпосередньо від громад.

Маючи інформацію з кластеру та лист-запит, ми виїжджаємо на локацію, проводимо технічний огляд, після чого дані аналізуються кількома відділами. Оцінюються потреби, ризики та можливості ADRA. Після цього ухвалюється рішення щодо надання допомоги.

Ми аналізуємо:

1. кількість населення;
2. наявність альтернативних джерел води;
3. стан інфраструктури;
4. ризики для здоров'я;
5. запити громад.

Пріоритет — там, де відсутність води створює критичну гуманітарну загрозу.



— Який проєкт Вам запам'ятався найбільше?

— Найсильніші емоції викликають проєкти, де результат видно одразу в очах людей. Наприклад, коли після відновлення школи діти повертаються до навчання, а батьки говорять, що тепер відчувають безпеку — це момент, який нагадує, заради чого ми працюємо. Такі опції підсилюють стійкість громад у воєнний час.



Відкритий урок у відновленому приміщенні школи в селі Павлівка Миколаївської області

— Коли Ви відчуваєте, що Ваша робота справді змінює життя?

— Напевно, в ті моменти, коли бачиш реальний результат для людей. Коли громада вперше отримує стабільну воду — і це вже не проблема, а звична частина життя. Коли в будинках з'являється тепло, і люди можуть видихнути з полегшенням.

Дуже відчутно це і тоді, коли діти повертаються до навчання — у безпечні, відновлені школи. Або коли люди самі кажуть: «тепер стало легше жити» — це, мабуть, найпростіший і найточніший показник. І особливо — коли люди починають повертатися у свої домівки, у свої громади. У такі моменти розумієш, що це не просто про відновлення інфраструктури. Це про гідність, про відчуття дому і про надію.

— Що Вас мотивує?

— Мене мотивує розуміння, що наша робота має реальний вплив. Адже це, по суті, служіння для людей.

Кожен об'єкт для мене — це не просто виконане завдання. Це про безпеку, про доступ до базових умов для всіх учасників освітнього процесу, про нормальне повсякденне життя, яке ми допомагаємо відновити. Це також про підтримку людей у складний час, коли навіть найпростіші речі мають велике значення.

І ще одна важлива складова — це команда. Люди, які працюють не формально, а справді з серцем, і саме це робить нашу спільну роботу живою і змістовною.

І, звісно, усі наші проєкти і активності були б неможливі без підтримки наших партнерів, а саме:

[Міністерство закордонних справ Данії \(DANIDA\)](#)

[European Commission](#)

[Aktion Deutschland Hilft](#)

[ADRA Denmark](#)

[ADRA Germany](#)

[ADRA Czech Republic](#)

[DanChurchAid & Norwegian Church Aid in Ukraine](#)

[Церква Ісуса Христа Святих Останніх Днів](#)

Ми дуже цінуємо їхню підтримку і вдячні за можливість разом робити цю роботу для людей.

СТАТИСТИКА НАДАНОЇ ДОПОМОГИ

Березень 2026

Напря́м діяльності	Кількі́сть бенефі́ціарів	Кількі́сть допо́моги	Ре́гіон допо́моги	Ім'я до́нора
Продовольча допомо́га	174 979 бенефі́ціарів	81 858 продукто́вих наборі́в, 5 481 набі́р консерві́в, 322 418 бухано́к хліба́, 6 500 АТБ-ваучері́в, продукти харчува́ння для 2 прихисткі́в	Харківська, Миколаївська, Херсонська, Одеська, Львівська, Дніпропетровська, Київська, Чернівецька, Черкаська, Вінницька, Чернігівська, Донецька області	Всесвітня продовольча програ́ма ООН & ADRA Швейцарі́я, ADRA Німеччи́на & ADRA Чехі́я & Aktion Deutschland Hilft, Церква Ісуса Христа Святи́х останні́х днів, ADRA Франці́я & ADRA Украї́на
Юри́дична допо́мога	60 бенефі́ціарів	-	Чернігівська, Житоми́рська, Київська, Дніпропетровська області	ADRA Німеччи́на & ADRA Чехі́я & Aktion Deutschland Hilft
Психоло́гічна допо́мога	2 883 бенефі́ціари: індивідуальні заняття - 1 553 особи, групові заняття - 548 осіб, тренінги - 802 особи	-	Вся Украї́на	ADRA Німеччи́на & ADRA Чехі́я & Aktion Deutschland Hilft, Уряд Канади & ADRA Канада, ООН & Асоціа́ція сапе́рів Украї́ни, ADRA Япо́нія & Japan Platform
Центри захисту та підтримки	1 100 бенефі́ціарів	6 центрів захисту	Чернігівська, Харківська, Дніпропетровська, Миколаївська, Сумська області	Уряд Канади & ADRA Канада
Гуманітарні перевезення	2 618 бенефі́ціарів	124 рейси	Дніпропетровська, Запорізька, Донецька, Херсонська області	ADRA Німеччи́на & ADRA Чехі́я & Aktion Deutschland Hilft
Грошова допо́мога	159 бенефі́ціарів (102 домогосподарства)	1 717 200 ₪ (39 172 \$)	Вінницька, Харківська, Дніпропетровська, Запорізька, Донецька області	ADRA Япо́нія & Japan Platform
Осві́та	113 бенефі́ціарів	Співфінансува́ння навча́ння у 3 навч. закладах, творчі гуртки, програ́ма профорієнта́ції	Київська, Вінницька, Дніпропетровська, Херсонська, Львівська, Чернівецька, Закарпатська області	Німе́цька Школа Schulzentrum Marienhöhe & ADRA Німеччи́на, ADRA Австралі́я
Осві́та: психосоці́альна допо́мога	421 бенефі́ціар: індивідуальні заняття - 131 особа, групові заняття - 290 осіб	-	Київська, Вінницька, Дніпропетровська, Херсонська, Львівська області	ADRA Австралі́я
Непродовольча допо́мога: генера́тори	-	8 генера́торів	Київська, Одеська області	ADRA Слова́ччина
Захист: подарунки дітям	45 дітей	45 подарунків	Чернігівська область	ADRA Ukraine (ADRA Kids)



У ФОКУСІ

У ЦАРИЧАНСЬКІЙ ГРОМАДІ ADRA UKRAINE ОНОВИЛА ВОДОНАПІРНУ БАШТУ: СТАБІЛЬНЕ ВОДОПОСТАЧАННЯ ДЛЯ ЖИТЕЛІВ І ЛІКАРЕНЬ

ADRA Ukraine продовжує зміцнювати та модернізувати критичну інфраструктуру в громадах Дніпропетровської області, щоб навіть у складні часи люди мали найважливіше: воду, доступ до медичних послуг і відчуття стабільності у своїй громаді.

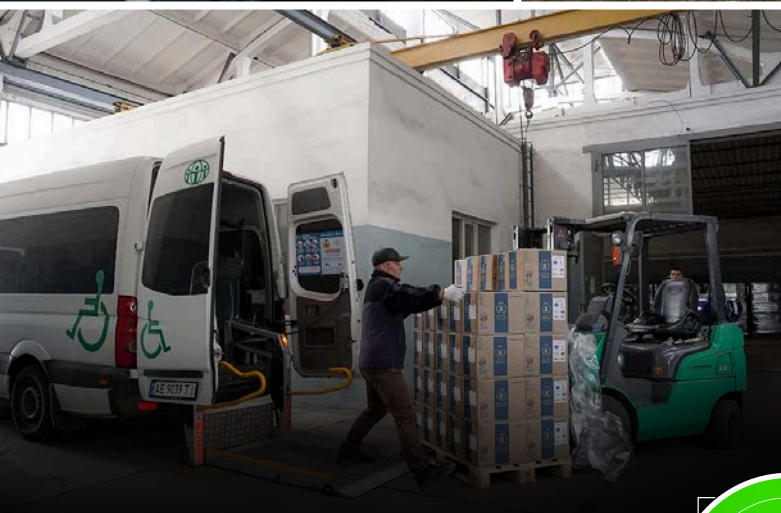
У с. Царичанка Царичанської громади Дніпровського району в березні було завершено повну заміну старої непридатної водонапірної башти на нову — сучасну та надійну конструкцію, яка забезпечить стабільний тиск у мережі та безперебійну подачу води для місцевих жителів.

Оновлення цього об'єкта має велике значення не лише для домогосподарств, а й для важливих соціальних установ громади. Завдяки новій водонапірній башті стабільне водопостачання отримають [КНП «Царичанський центр первинної медико-санітарної допомоги»](#) Царичанської селищної ради та КП [«Царичанська центральна лікарня»](#) Царичанської селищної ради. У нинішніх умовах це не просто інфраструктурне покращення, а внесок у безпеку, здоров'я та щоденну стійкість громади.

Реалізація цієї ініціативи стала можливою завдяки підтримці міжнародних партнерів: [Aktion Deutschland Hilft](#), [ADRA Czech Republic](#) та [ADRA Germany](#) в межах проєкту WMTW Ukraine «Безпечна вода, психологічний спокій, соціальний транспорт та підтримка в зимовий період для українців, які постраждали від конфлікту».

Якісна вода та надійна інфраструктура — це базові потреби, від яких залежать комфорт, здоров'я та гідне життя людей. Саме тому ADRA Ukraine і надалі підтримує громади України, допомагаючи відновлювати критично важливу інфраструктуру та посилювати їхню стійкість там, де це найбільш потрібно.

Опубліковано: 27.03.2026



У ФОКУСІ

ПОПРИ ЗАГРОЗУ БПЛА У ГРОМАДІ НА ХЕРСОНЩИНІ ВИДАЛИ 56 ПРОДУКТОВИХ НАБОРІВ ВІД ВПП ООН

17 березня мобільна команда працівників ADRA Ukraine в проєкті [Всесвітньої продовольчої програми ООН](#) в Херсонській області здійснила виїзд до одного з сіл Новоолександрівської громади. Через процес дедуплікації частина мешканців, які отримували грошову допомогу, не підпадали під видачу продуктивних наборів від ВПП ООН, тому їх змогли отримати 56 людей. Ця допомога надається за підтримки [ADRA Switzerland](#).

На початку розвантаження до місця прибули голова громади та староста з проханням терміново залишити відкриту ділянку через загрозу БПЛА. Команда оперативно розвантажила продукцію, перемістила транспорт у безпечніше місце та швидко організувала видачу допомоги у приміщенні.

У результаті всі 56 продуктивних наборів від ВПП ООН були успішно видані, після чого команда оперативно покинула населений пункт. Безпекова ситуація в громаді залишається напруженою і навіть погіршується, однак гуманітарна допомога населенню надається на регулярній основі щомісяця.

Опубліковано: 18.03.2026



У ФОКУСІ

ДІТИ З РОДИН ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ТА ВЕТЕРАНІВ НА ЧЕРНІГІВЩИНІ ВІДВІДАЛИ СВЯТКОВИЙ ЗАХІД ADRA KIDS І ОТРИМАЛИ ПОДАРУНКИ

8 березня в селі Авдіївка Чернігівської області (Понорницька територіальна громада) команда ADRA Ukraine в межах проєкту [ADRA Kids](#) провела захід для підтримки 45 дітей із родин внутрішньо переміщених осіб та дітей ветеранів*. Для їхніх батьків команда психологів провела лекцію і майстер-клас, розкривши тему виховання дітей в умовах війни. Діти отримали подарунки, придбані завдяки фінансовій підтримці [ADRA Latvia](#), а в цілому програма відбулася завдяки пожертвам, зібраним через сайт ADRA Ukraine.

Через часті повітряні тривоги захід довелося проводити в укритті [Авдіївського ліцею](#). Однак навіть у таких умовах вдалося створити атмосферу радості, турботи та підтримки. Діти із захопленням брали участь в активностях, спілкувалися, сміялися та щиро раділи можливості провести час разом.

Особливим моментом свята стало вручення подарунків. Радість в очах дітей, їхні посмішки та щирі емоції стали найкращою подякою для команди проєкту. Поки діти брали участь у програмі, для батьків команда психологів провела лекцію на тему виховання дітей у складних умовах сьогодення, а також організувала творчий майстер-клас. Дорослі отримали підтримку, нові знання та трохи часу для натхнення. Команда ADRA Ukraine щиро дякує ADRA Latvia, а також усім небайдужим людям з відкритими серцями, які долучаються до збору коштів на проєкт ADRA Kids. Саме завдяки вашій підтримці ми можемо дарувати дітям турботу, радість і відчуття, що вони не залишені наодинці зі складнощами.

Благодійна організація планує і в подальшому проводити подібні програми для дітей у населених пунктах, наближених до прифронтової зони. Долучитися до збору коштів на проєкт ADRA Kids можна [за посиланням](#).

* Термін «ветеран» використовується виключно щодо осіб, звільнених з військової служби.



Тетяна Тарасова
м. Куп'янськ Харківської області

«Ми приїхали з пекла. Якби не ви, нам було б дуже тяжко виживати»

Тетяна та її родина змушені були покинути свій дім у місті Куп'янську на Харківщині. Вони вклали так багато зусиль, щоб мати цей власний куточок. Але 2022 рік змінив їхнє життя назавжди. Радісні будні раптово перетворилися на боротьбу за виживання, а кожен день був сповнений страху й небезпеки.

«Ми приїхали з пекла. У нас будинок розбили, туди прилетів снаряд», — пригадує Тетяна ті страшні миті, коли довелося схопити сумки й виїжджати, навіть попри небезпеку навколо.

Спершу вони переїхали до сусіднього села, неподалік від дому, де, здавалося, нарешті можна було відпочити. Але це лише здавалося. Незабаром вибухи, сирени та уламки снарядів знову нагадали, що безпека — тимчасова.

«Був приліт у наш будинок. Чоловіка поранило, мене поранило. Уламки були всюди. Ми знову все схопили й почали тікати», — пригадує жінка. Вони двічі пережили пекло, і цих митей не хочеться навіть уявляти.

Зараз вони проживають у прихистку в Харкові. Починати життя в новому місці було важко: **«У нас пенсії маленькі»**. Усі кошти йдуть на їжу, навіть відкласти на одяг не завжди вдається. Тому будь-яка підтримка, навіть найменша, стає справжнім порятунком.

[Japan Platform](#) та [ADRA Japan](#) разом із [ADRA Ukraine](#) змогли надати допомогу переселенцям. Тетяні та іншим передали фінансову підтримку, щоб придбати необхідне для життя.

«Ми дуже вдячні ADRA. Ми й раніше отримували допомогу від вас, ви нас завжди дуже підтримували», — говорить Тетяна. **«Якби не ви, нам було б дуже тяжко виживати»**.

Завдяки цій підтримці вона та її родина змогли відчувати трохи спокою й надії навіть у найскладніші часи.

МНWP

ПРОЄКТ ДОПОМОГИ
ЗА ПІДТРИМКИ УРЯДУ КАНАДИ

ПОКРАЩЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я
ДОПОМОГА З ПІДГОТОВКОЮ ДО ЗИМИ
ЗАХИСТ ВРАЗЛИВОГО НАСЕЛЕННЯ



Валентина Дудкіна
м. Кривий Ріг Дніпропетровської області



«Я тут отримую психологічне перезавантаження... від воєнних дій, від смутку»

Валентина все своє життя віддала іншим. Вона була тією вчителькою, до якої тягнулися діти — не лише за знаннями, а й за теплом. Вона викладала фізику, але вміла пояснювати складне просто, зрозуміло, по-людськи. Її слухали, їй довіряли, до неї приходили за підтримкою. Але сьогодні підтримка знадобилася вже їй самій.

Життя в Кривому Розі змінилося. Постійні обстріли, тривоги, напруга, яка не відпускає ні вдень, ні вночі. Страх за життя став звичним відчуттям, а думки — важкими й тривожними. У такій реальності складно залишатися собою. Саме тому, коли Валентина дізналася про психологічні тренінги, вона відчула щось, про що давно забула, — надію.

«Златочка проводить з нами різні заняття... Сьогодні ми ліпили з пластиліну», — з легкою усмішкою розповідає вона. Здавалося б, проста річ. Але саме в цих моментах — спокій. Після занять Валентина знову відчуває в собі сили. З'являється бажання жити, щось робити, виходити на вулицю, спілкуватися.

«Я тут отримую психологічне перезавантаження... від воєнних дій, від смутку», — ділиться вона. Ці зустрічі стали для неї більшими, ніж просто тренінги. Це місце, де її чують. Де поруч люди, які розуміють. Де можна хоча б на кілька годин відпустити страх.

Такі зустрічі з психологом стали можливими завдяки підтримці Уряду Канади та [ADRA Canada](#) (проєкт МНWP). Реалізуючи цей проєкт, команда [ADRA Ukraine](#) змогла підтримати людей, які переживають складні часи.

Завдяки психологам і груповій терапії Валентина знову відчуває всередині себе радість. Вона хоче гуляти, бачити рідних, будувати плани — навіть якщо маленькі, але свої... **«Велика подяка за турботу!»** — з теплом каже жінка. Для неї це не просто тренінги, це можливість знову відчути себе людиною — зі своїми мріями, планами на майбутнє та щастям усередині.



Тетяна Гашицька
м. Кривий Ріг Дніпропетровської області

«Ночами ми майже не спимо»

Тетяна із села Петропавлівка, що на Херсонщині, разом із чоловіком та дітьми пережила довгі місяці в умовах повної невизначеності. Без світла, води та належних умов життя кожен день був випробуванням для всієї родини.

«Ми жили 8 місяців без світла, без води. Взагалі без нічого», — пригадує Тетяна ті важкі часи, коли навіть прості речі здавалися недосяжними. Ночі минали без сну: будь-який звук змушував їх напружуватися й боятися.

«Ночами ми майже не спимо, бо чітко чуємо всі звуки», — додає вона. Тепер вони розрізняють, як звучить той чи інший снаряд, далеко він летить чи близько. Це страшно, але тепер така реальність для мешканців України. Коли життя почало поступово відновлюватися — з'явилися магазини, інтернет, вода та світло — відчуття небезпеки не зникло.

«Ось нещодавно стало трохи легше, спокійніше, але напруга знову зростає», — розповідає Тетяна. Люди виснажені й не можуть по-справжньому розслабитися. Навіть гарні новини приносять мало радості, бо поруч у стрічці новин завжди є тривожні повідомлення, які навіюють страх і відчай. Раніше родина тримала худобу, тепер же вони не впевнені в завтрашньому дні. «Зараз і не знаєш, чи є сенс заводити її, бо небезпечно й немає стабільності», — каже Тетяна.

Завдяки проєкту [Всесвітньої продовольчої програми ООН \(the UN WFP\)](#) та підтримці [ADRA Switzerland](#) Тетяна та її сім'я отримують продуктові набори, які привозить та розповсюджує команда [ADRA Ukraine](#). Набори містять консерви, крупи, олію, цукор та інші продукти харчування. Ці набори допомагають родинам прифронтових територій пережити складні часи та забезпечити життя без голоду.

«Це велика допомога, вона дуже важлива для нас», — ділиться Тетяна, відчуваючи надію та підтримку, яка дає родині сили рухатися далі.





БІЛЬШЕ НОВИН

[«Пластилінова гармонія»: у Кривому Розі для людей літнього віку провели арттерапевтичне заняття](#)

Опубліковано: 05.03.2026

[Коли лідерство означає бути поруч: жінки ADRA Ukraine про роботу під час війни](#)

Опубліковано: 08.03.2026

[ADRA Ukraine надала жителям Дмитрівської громади психологічну та юридичну підтримку](#)

Опубліковано: 25.03.2026

[Жителі Святогірської громади отримали продуктові набори від ВПП ООН](#)

Опубліковано: 25.03.2026

КОНТАКТИ



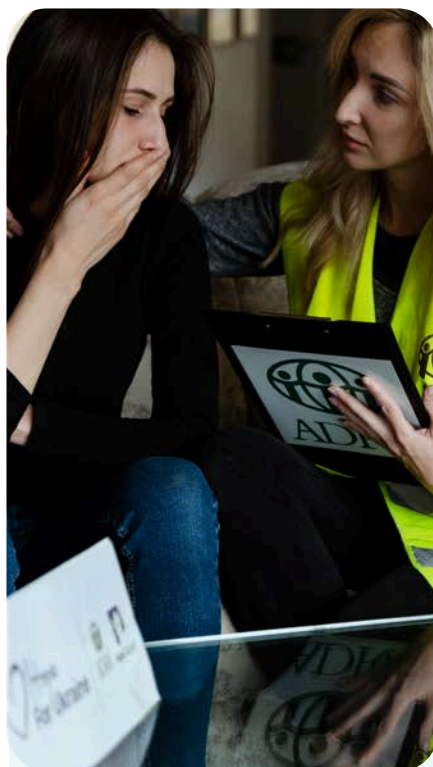
КОНТАКТ-ЦЕНТР

0 800 20 13 30

Неділя - четвер: 08:00 - 20:00

П'ятниця: 08:00 - 14:00

Субота: вихідний



ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА

+380 95 407 87 86

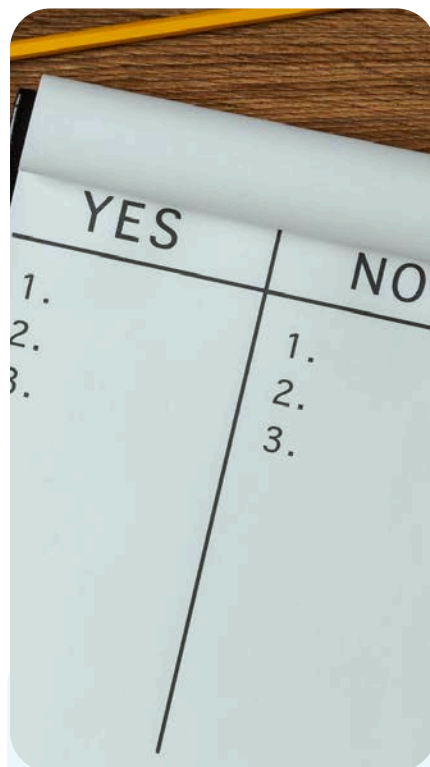
+380 95 407 88 16

+380 95 407 88 42

Понеділок – четвер: 09:00 – 17:00

П'ятниця: 09:00 - 14:00

Субота, неділя: вихідні



СКАРГИ ТА ПРОПОЗИЦІЇ

+380 73 170 72 71

Неділя - четвер: 08:00 - 20:00

П'ятниця: 08:00 - 14:00

Субота: вихідний



@adra_ukraine



@ADRA.Ukraine



www.adra.ua



**Ви можете долучитися до
благочинності,
підтримавши проекти
ADRA Ukraine!**



ПІДТРИМАТИ

**Допоможіть повернути
дитинство дітям України.
Підтримайте ADRA Kids.**



підтримати

