



КЕЙСБУК ІСТОРІЇ ЗМІН

“Офіс підтримки родин
військових”



Наші контакти:

+38 068 260 68 15

opr.v.lviv@gmail.com

2025

ПРО НАС

Офіс підтримки родин військових - це простір, створений для допомоги родинам військовослужбовців та ветеранів. Ми працюємо, щоб кожна сім'я Захисника та Захисниці **мала доступ до необхідних ресурсів, підтримки та можливостей для розвитку.**



5.000+

Звернень отримано

95+

Заходів організовано

30+

Виїздів у громади

5.500+

Годин роботи

100+

Волонтерів залучено

54+

Партнерів інтегровано



ЗМІСТ

**ПОДІЇ НА ЧЕСТЬ
ГЕРОЇВ**

01

ПОДІЇ ДЛЯ ЖІНОК

02

**НАВЧАННЯ ТА
РОЗВИТОК**

03

ПОДІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ

04

ПОДІЇ ДЛЯ МОЛОДІ

05

ПОДІЇ НА ЧЕСТЬ ГЕРОЇВ





ПОДІЇ ДЛЯ ЖІНОК



ІСТОРІЯ ОЛЬГИ



«Я ЗНОВУ ПОЧАЛА ЗВУЧАТИ І ГОВОРИТИ!»

Ольга Кохан, дружина безвісти зниклого Захисника. Коли Оля вперше прийшла на співочий ретрит, вона дуже тихо розмовляла, їй було важко спілкуватися з іншими. Оля є мамою чудового хлопчика. Вона шукала ресурс для себе і для того, щоб мати сили дбати про сина. Після відвідин співочих ретритів, Оля **знайшла однодумців, підтримку, яка допомогла їй знову відчувати себе та землю під ногами.** "Я знову почала звучати і говорити! І це не лише про силу голосу. Це про моє вміння відстоювати себе і досягати мети.

Я отримала великий ресурс, силу! І чекаю кожної зустрічі з нетерпінням. Для мене співочі ретрити, як зарядка, **джерело моїх сил.** Спів допомагає стабілізуватися. А спілкування з жінками - знову відчувати опору і віру", - ділиться Оля.

ІСТОРИЯ ОКСАНИ



**«ТУТ Я ЗНАЙШЛА ДРУЗІВ. ПІДТРИМКУ ТА НАСТАВНИЦЬ.
ТУТ Я ЧЕРПАЮ ЕНЕРГІЙ»**

Оксана Ткачик, мама безвісти зниклого Захисника.

"Через 7 днів після операції на спині, я сказала лікарям: відпускайте мене! Мене чекають дівчата на співах і я ні за яких обставин не пропущу цю зустріч!", - пригадує пані Оксана.

Вона прийшла на співочі ретрити за рекомендацією психологині з Офісу підтримки. Спочатку пані Оксана була дуже скептично налаштована. Вона не хотіла ні з ким спілкуватися і мала велику недовіру до світу. За її словами, її світ рухнув і вже ніколи не відновиться. Вже після першого ретриту ця жінка **вперше за довгий час посміхнулася**. Вона **знайшла тут друзів**, з якими вони утворили міцну спільноту. Її світ знову наповнився світлом і вона найпершою реєструється на кожен співочий ретрит.

ІСТОРІЯ ЄВГЕНІЇ



«ЯКА ЗМІНИЛАСЯ ПІСЛЯ КУРСУ? ЦЕ БУЛО ТАК, НІБИ МЕНЕ ПОВЕРНУЛИ У ТОЙ ЧАС, КОЛИ ЩЕ НЕ БУЛО ВІЙНИ»

Євгенія Волгіна — мама полеглого Захисника, яка зуміла знайти сили, щоб продовжити жити після важкої втрати. Понад два роки тому вона поховала сина, і разом із ним загинула частина її душі.

Коли Євгенії запропонували долучитися до авторського курсу “**Терапія письмом**” для жінок з родин військових, розробленого Офісом підтримки родин військових, вона спершу ставилася до цього скептично. Проте завдяки підтримці наставниць і психологині, заняття допомогли їй поступово **відновити внутрішню силу**, повернутися до суспільного життя та взяти відповідальність за своє відновлення.

Сьогодні Євгенія відчуває віру в себе і ділиться досвідом, надихаючи інших знаходити шлях до нового початку навіть після великої втрати.



«ТЕРАПІЯ ПИСЬМОМ – ЦЕ ТИША, У ЯКІЙ ТЕБЕ НАРЕШТІ ЧУЮТЬ»

Марія Борсук довго жила з болем і самотністю після втрати свого чоловіка на війні. Вона закрилася в собі, ставала мовчазною та виснаженою, а всі емоції — сум, тривога, образа — залишалися всередині, не знаходячи виходу.

Коли Марія дізналася про курс **“Терапія письмом”**, вона вирішила спробувати, адже шукала простір, де можна бути чесною з собою без осуду.

Письмо стало для неї безпечним способом випустити спогади, сльози, провину й біль. Курс допоміг Марії поступово відновити зв'язок із собою, прийняти власні почуття і відчути, що можна дозволити собі проживати всі емоції.



НАВЧАННЯ ТА РОЗВИТОК



ІСТОРІЯ ОЛЕНИ



«МИ ВІДНОВИЛИ СІМЕЙНИЙ БІЗНЕС І БУДЕМО ТРИМАТИ ВИСОКУ ПЛАНКУ В ЧЕСТЬ ТА ПАМ'ЯТЬ ПРО "КРИМА"»

Олена Озерова — жінка, яка втратила чоловіка на війні, але зуміла знайти в собі сили почати все заново. Раніше подружжя разом вели квіткову крамницю в Дрогобичі, та після втрати Олена закрила бізнес і переїхала до Стрия.

Попри біль, вона не полишила улюблену справу — створювала букети для постійних клієнтів. Новий етап почався, коли Олена **долучилася до бізнес-навчання** для жінок з родин військових, що відбувалося в межах проєкту, який реалізовував Офіс підтримки родин військових. Саме там вона відчула віру в себе і силу діяти.

Після завершення курсу Олена **відкрила у Стрию нову квіткову крамницю**, а згодом **отримала грант** на розвиток бізнесу — закупила необхідне обладнання й упевнено продовжує справу, яку колись вони будували разом із чоловіком.

ІСТОРІЯ ЗОРЯНИ



«РАНИШЕ Я ШУКАЛА ПІДТРИМКУ, А ТЕПЕР САМА СТАЛА ТІЄЮ, ХТО ПІДТРИМУЄ»

Зоряна Колодна — дружина військовослужбовця, яка довго відчувала, що перебуває «в тіні» чоловіка. Вона прагнула робити щось суспільно важливе, об'єднувати дружин військових у справжнє сестринство. Коли з'явилася можливість долучитися до «**Академії жіночого лідерства**», що відбулося в межах в межах проекту, який реалізовував Офіс підтримки родин військових, Зоряна спершу вагалася. Та навчання стало для неї точкою опори — воно допомогло відкрити власний голос і повірити у свої лідерські якості.

Після завершення програми вона **отримала грант і заснувала громадську організацію «Його тил»**, яка підтримує дружин військових та розвиває сталу спільноту.



ПОДІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ



ІСТОРІЯ КАТРУСИ



«ВИ ОГОРНУЛИ ДИТИНУ ТЕПЛОМ І ДОВІРОЮ, А ХІБУКІ СТАВ ДЛЯ НЕЇ СПРАВЖНІМ ДРУГОМ»

Катруся — весела і чуйна семирічна дівчинка. Три роки тому вона втратила тата, який загинув на війні, і ця втрата стала великим потрясінням для родини, а також для Катрусі.

Долучившись до проєкту «Хібукі-терапія», Катруся **навчилася долати свої страхи** — зокрема, страх павуків. Хібукі став для неї справжнім другом і оберегом: дівчинка бере його у подорожі, під час тривоги і на змагання, піклується про нього, як про живу істоту.

Мама Катрусі зазначає:

«Я дуже тішуся, що ця терапія допомогла їй подолати страх. **Наш Хібукі став ще одним членом сім'ї.** Безмежно вдячні вам за можливість долучитися до проєкту. Ви огорнули дитину теплом і довірою і стали для неї справжнім другом».



ПОДІЇ ДЛЯ МОЛОДІ



ІСТОРІЯ МАКСИМА



«Я НЕ ВІРИВ, ЩО ЛЮДИ ЗМІНЮЮТЬСЯ, АЛЕ ЗАРАЗ СТВЕРДЖУЮ ЗВОРОТНЄ - Я ЗМІНИВСЯ. ДЯКУЮ, ЩО ДОЛУЧИЛИСЬ ДО ЦИХ ЗМІН»

Максим Пришляк — син безвісти зниклого та учасник молодіжної спільноти нашого проєкту. Він важко переживав події, пов'язані з батьком, закрився від близьких і не знав, як справлятися з емоціями.

Долучившись до спільноти, Максим **знайшов однодумців** і безпечне середовище для спілкування та підтримки. Нещодавно йому виповнилося 25 років, і на своє свято він запросив лише представників Офісу та молодь із спільноти — це показує, наскільки близькими стали для нього ці люди. Максим також **проходив курс SMM**, що допоміг йому у професійній роботі та розвитку нових навичок.

За його словами:

«Хочу виокремити @orgv.lviv — організація і люди, які в ній працюють, просто неймовірні. Вони з'явилися у моєму житті у найскладніший час, надали новий погляд та бачення. Я дуже вдячний за все, що ви робите».

ІСТОРІЯ ЛІДІЇ



«Я ЗНОВУ ХОЧУ БУТИ КОРИСНОЮ ТИМ, ХТО ЗАРАЗ ПОРУЧ»

Лідія Федюк звернулася до Офісу підтримки по психологічну допомогу через важкий емоційний стан після зникнення чоловіка. Вона відчувала сильну тривожність, панічні атаки та безпорадність, і спершу була дуже боязкою та не готовою долучатися до чогось нового. Під час консультацій з психологом Лідія **дізналася про молодіжну спільноту** і наважилася долучитися.

У спільноті Лідія **знайшла друзів і безпечне середовище** для спілкування та підтримки, що значно допомогло їй відновити емоційну стабільність і внутрішню опору. Психотерапія разом із підтримкою спільноти допомогли їй знизити тривожність, відновити життєву мотивацію та повернути бажання діяти.

Зараз Лідія активно **займається волонтерством**, відновила діяльність у фотозйомці та бере участь у заходах Офісу підтримки.

ІСТОРІЯ ДАВИДА



«Я ХОТІВ, ЩОБ ПРО ЦЕ ОСВІДЧЕННЯ ДІЗНАЛАСЯ ВСЯ УКРАЇНА»

Давид Прадченко — морпіх і оборонець Маріуполя, який провів 1104 дні в російському полоні. Після звільнення він повертався до життя поступово, крок за кроком. Але була одна подія, яку він мріяв здійснити ще там, у неволі — **освідчитися своїй коханій Оксані.**

Коли Давид звернувся до Офісу підтримки родин військових, ми зрозуміли, наскільки важливо для нього зробити цей момент особливим. Разом ми створили простір, де поруч були близькі, побратими, волонтери й журналісти.

У цій щирій, світлій події — освідченні після полону — **було стільки любові, сили й надії**, що вона стала символом відродження і віри в життя після темряви.

ІСТОРІЯ РОСТИКА



«МИ ВТРАТИЛИ ДІМ, АЛЕ ВІДНАЙШЛИ ВІРУ В ЛЮДЕЙ»

Ростик — син військового, який разом із мамою та молодшою сестричкою проживає в селі. Однієї ночі, коли родина спала, у їхньому будинку раптово спалахнула пожежа. За кілька хвилин полум'я охопило все житло. На щастя, усім вдалося врятуватися, але **дім згорів дощенту**. Після трагедії сім'я залишилася без даху над головою.

На заклик Офіс підтримки родин військових вдалося зробити, здавалося б, неможливе: **відбудувати будинок**, облаштувати його меблями, провести сантехніку й створити простір, у якому знову звучить дитячий сміх.

Для Ростика та його родини цей дім став не просто новими стінами — це символ підтримки, любові та віри, що навіть після втрат завжди можна почати спочатку.

ІСТОРІЯ РОДИНИ



**«ПІСЛЯ ВСЬОГО, ЩО СТАЛОСЯ, НАМ ВПЕРШЕ ЗНОВУ
СТАЛО СПОКІЙНО»**

Після втрати батька-захисника родина Андрія Савенка зі Слов'янська — мама Олена та п'ятеро дітей — залишилася без дому та підтримки. Вони пережили втрату, переїзд і невизначеність, але не втратили віри.

Щоб допомогти родині, Офіс підтримки родин військових спільно з партнерами організував **благодійний футбольний турнір**, під час якого вдалося зібрати 70 тисяч гривень, за які родина змогла **орендувати житло** й відчувати стабільність.

Сьогодні діти продовжують займатися з нашими **психологами**, а **адвокати** Офісу супроводжують родину у всіх юридичних питаннях. Для них це не просто допомога — це підтримка, що дає відчуття захищеності, турботи й віри в те, що вони не самі.

ІСТОРІЯ РОДИНИ



**«ПІСЛЯ ВСЬОГО, ЩО СТАЛОСЯ, НАМ ВПЕРШЕ ЗНОВУ
СТАЛО СПОКІЙНО»**

Це сім'я полеглого Героя ЗСУ Андрія Савенка зі Слов'янська — його мама Олена та п'ятеро дітей. Після втрати батька й переїзду зі зруйнованого рідного міста родина опинилася в складних умовах: без постійного житла, з безліччю юридичних і психологічних викликів.

Дізнавшись про їхню історію, Офіс підтримки родин військових об'єднав партнерів і організував **благодійний футбольний турнір**. Спільними зусиллями вдалося зібрати **70 тисяч гривень**, за які родина змогла орендувати житло й нарешті відчутти стабільність.

Сьогодні діти продовжують займатися з нашими **психологами**, а **адвокати** Офісу супроводжують родину у всіх юридичних питаннях. Для них це не просто допомога — це підтримка, що дає відчуття захищеності, турботи й віри в те, що вони не самі.



Підтримка - змінює світ

Ми поруч у всіх життєвих
обставинах

+38 068 260 68 15

opr.v.lviv@gmail.com

м. Львів, вул. Січових Стрільців 21



Більше за QR-кодом