



Deaconess  
Foundation

# Діяльність проекту «Дружня родина»

(дружба між фінськими та українськими сім'ями)

**Посібник для родин**



## **У ЧОМУ полягає діяльність проекту**

### **«Дружня родина»?**

Дружба з фінськими родинами, що є складовою частиною діяльності фундації Deaconess – це волонтерська діяльність, під час якої українські та фінські родини отримують можливість потоваришувати. Фінськими волонтерами можуть бути родини з дітьми, сімейні пари або особи, що проживають самотійно. Щодо української сім'ї - пріоритет надається родинам з дітьми різного віку. Такий підхід можна пояснити тим, що багато інших організацій проводять волонтерську діяльність та працюють або окремо з батьками, або з дітьми, але не з цілими сім'ями. Ми пропонуємо свою допомогу тим, хто хоче брати участь у проекті саме як родина.

Фінські сім'ї, які бажають долучитися до діяльності, мають пройти навчання та співбесіду з працівниками проекту для подальшої участі у ньому. Українські родини також мають можливість ознайомитися з діяльністю проекту, після чого також проходять співбесіду. На наступному етапі працівники проекту «Дружня родина» організують зустріч родин в офісі проекту. Після знайомства обох родин, вони зможуть самотійно зустрічатися одна з одною (зазвичай, від одного до чотирьох разів на місяць). Зустрічі організуються безпосередньо між родинами у зручний для них обох час. Сім'ї можуть проводити спільний час разом, готувати смачну їжу, ходити на прогулянки до ігрових парків. Жодна зі сторін не отримує винагороди за свою діяльність, а сама діяльність ґрунтується на добровільних

засадах обох сторін та їхньому власному бажанні потоваришувати.

Після зустрічі родин в офісі, команда працівників проекту «Дружня родина» пропонують підтримку родинам через телефонні дзвінки, групи підтримки (наприклад, жіноча група взаємопідтримки) та ін.

У цьому посібнику ми зібрали поради та інформацію, пов'язану з діяльністю проекту «Дружня родина» для кожного з членів сімей.

У разі, якщо у вас виникнуть додаткові запитання, ви також можете зателефонувати працівнику проекту «Дружня родина» **Марині Куликовій** за тел.0503093227 ([maryna.kulykova@hdl.fi](mailto:maryna.kulykova@hdl.fi)) або психологу проекту **Вікторії Івановій** за тел. 0503441094 ([viktoriiia.ivanova@hdl.fi](mailto:viktoriiia.ivanova@hdl.fi)).

**Дякуємо, що ви з нами!**

Більше інформації про проект українською мовою:



## **Особливості проекту «Дружня родина»**

- Стосунки між родинами є унікальними і особливими.
- Діяльність проекту для обох родин базується на волонтерській основі.
- У проекті «Дружня родина» беруть участь громадяни Фінляндії, які виявили бажання проводити час з українськими родинами. За правилами проекту родини матимуть змогу зустрічатися від одного до чотирьох разів на місяць в залежності від зайнятості сімей.
- Для українських родин участь у проекті надає можливість дізнатися більше про повсякденне життя фінів, їх культуру та традиції, практикувати фінську мову з її носіями, дізнатися більше інформації щодо послуг, які надаються родинам з дітьми у Фінляндії.

## **Що потрібно для побудови відносин між родинами?**

- ✓ Обидві родини мають бути достатньо мотивовані для розвитку дружніх відносин.
- ✓ Родини мають час на регулярні зустрічі одна з одною.
- ✓ Сім'ї ставляться з розумінням до ситуацій, коли можуть виникнути проблеми з комунікацією через різні мови, особливо на початку зустрічей.
- ✓ Родини розраховують на довготривалу дружбу.
- ✓ Бажання до взаєморозуміння.
- ✓ Жодна з сімей немає проблем з психічним здоров'ям або зловживанням психоактивними речовинами.
- ✓ Повага до відмінностей в культурі, релігії чи світосприйнятті.

## Складові культури



- Складовими культури є звичаї, цінності, норми та правила, вірування, мова, стиль спілкування, культура харчування, мистецтво та інше.
- На практиці культура стає знайомою та зрозумілою для обох сторін через повсякденне життя. Українські родини матимуть можливість побачити, як фіни проводять свій вільний час та користуються наявними послугами для населення. Водночас, фіни матимуть можливість познайомитися з українською культурою за допомогою різних активностей, наприклад, приготування різноманітних страв або вивчення карти світу, спільні прогулянки на природі, тощо.

## **Правила діяльності проекту «Дружня родина»**

Важливо пам'ятати, що діяльність проекту відбувається на волонтерській основі та взаємних зобов'язаннях для обох сторін. Також важливо дотримуватися конфіденційності, проявляти толерантність, рівноправність та неупередженість під час участі у проекті.

### **Загальні правила для родин:**

- ◎ Приймаюча сім'я не може впливати на процес надання вам притулку або на рішення будь-яких органів влади.
- ◎ Ви не можете переїхати жити на постійне місце проживання до приймаючої родини.
- ◎ Ви маєте поважати приватну інформацію приймаючої сім'ї (дотримуватися конфіденційності).
- ◎ Ви маєте попросити дозволу, якщо маєте бажання сфотографуватися з членами приймаючої сім'ї і не оприлюднювати фото без їх згоди на те, наприклад, у фейсбуці.
- ◎ Ви маєте дотримуватися спільно узгоджених правил.
- ◎ Ви не маєте розповідати іншим про особисті справи приймаючої родини.
- ◎ Ви не можете просити кошти у приймаючої сім'ї, а вони, у свою чергу не можуть надавати будь-які кошти вам.

# **Збереження конфіденційності у волонтерській діяльності**

Усі учасники волонтерської діяльності зобов'язані зберігати конфіденційність. Обов'язок конфіденційності також поширюється на стажерів, допоміжний персонал та волонтерів.

## **Правила дотримання конфіденційності:**

- ❖ Не розповсюджувати інформацію про сім'ю, з якою знайомитеся .
- ❖ Не публікувати будь-яку особисту інформацію про родину або будь-що впізнаване про сім'ю в соціальних мережах (наприклад, у Facebook) без попередньо отриманого дозволу.
- ❖ Повідомити координатора проекту «Дружня родина» у разі, якщо ви більше не хочете брати участь у проекті.
- ❖ Зберігати конфіденційність, навіть після завершення діяльності проекту.

## Емоційна підтримка учасників проекту «Дружня родина»

Постійна підтримка працівника проекту (телефон, електронна пошта та групи підтримки для родин під час заходів) Сімейний працівник надаватиме підтримку, якщо у вас виникли питання щодо:

- нереалістичних очікувань
- порушень ваших особистих кордонів
- недотримання обіцянок
- забагато стресових ситуацій, розчарування
- питань, що виникають під час спілкування з іншими родинами
- закінчення відносин та припинення спілкування з родиною

Також, ми можемо допомогти знайти спеціаліста для отримання індивідуальної психологічної допомоги.



## Як залучити дітей до діяльності проекту?

- Поговоріть з дитиною про можливість дружити з фінською сім'єю до того, як підете на інтерв'ю з працівниками проекту.
- Розкажіть дитині як і чому у вас виникло таке бажання- взяти участь в проекті.
- Поясніть що саме хорошого може статися в проекті для дитини (знайде нових друзів, дізнається багато цікавого про культуру країни, в якій зараз живе, зможе вивчити нові слова, освоїть нові способи проведення дозвілля).
- Якщо дитина відмовляється приймати в цьому участь – не потрібно на неї давити. Зазвичай, дітям потрібно трішки більше часу для налаштування на зміни. Тож, цілком можливо що в процесі дитина змінить своє рішення.
- Якщо ж дитина категорично проти – обговоріть з нею у спокійній і доброзичливій атмосфері, що саме її лякає або що ви можете зробити, щоб дитина почувала себе більш комфортно.

# Як підтримати дітей під час війни

”

Будь зі мною чесним. Поясни як ти розумієш все те, що з нами відбувається, але на доступній мені мові. Це допоможе мені зрозуміти світ.

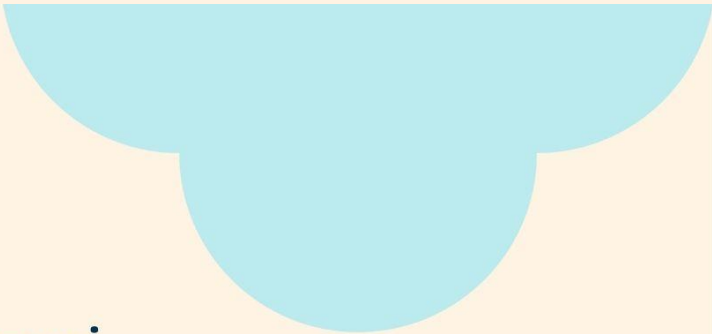
Мені важливо знати, що ми справимось з усім, що нас чекає. Покажи мені те, що є для нас опорою прямо зараз. Це дасть мені відчуття безпеки.

”

”

Попереджай мене про те, що будемо робити найближчим часом. Нехай там буде і те, що ми звикли робити.

Це зменшить мою тривожність.



## Як допомогти дитині проживати непрості почуття

**01.**

Будьте на одному рівні з дитиною, розмовляйте спокійно і впевнено. Зараз ви-опора для дитини.

**02.**

Спробуйте допомогти дитині ідентифікувати її емоції, називаючи їх

**03.**

Проявіть розуміння до причини виникнення цих почуттів і поясніть що відчувати це – нормально. Якщо у вас є схожі емоції- поділіться ними.

**04.**

запропонуйте дитині прожити цей непростий стан разом, запитайте чого б їй зараз хотілось.

**05.**

будьте готові і до відмови. В такому разі попередьте дитину, що ви поряд і зможете підтримати її, коли в неї виникне на це бажання

## Отже, як родини можуть проводити час разом?

- ☆ Практика фінської мови: вивчення нових слів, розмовні вправи.
- ☆ Приготування різноманітних страв, випікання смаколиків, виготовлення прикрас, відпочинок на свіжому повітрі та збирання ягід.
- ☆ Похід до кав'ярні, художньої виставки або кіно.
- ☆ Пошук інформації разом, наприклад, про навчальні місця, роботу та надавані послуги.
- ☆ Знайомство з околицями та центром міста Гельсінкі, одноденна поїздка в Suomenlinna, тощо.
- ☆ Спільні заняття з дітьми: малювання та ігри, лего, читання казок, похід до дитячого майданчику, бібліотеки, музею або візит на ферму.



# Цікаві місця для відвідування з дітьми

## ГЕЛЬСІНКІ

### **Seurasaari**

<https://www.hel.fi/helsinki/fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/ulkoilu/mantereella-helsingissa-espoossa-ja-vihdissa/seurasaari>

### **Mustikkamaan ranta / пляж**

адреса: Mustikkamaanpolku 1, 00570

### **Annantalo (Центр дитячої та юнацької творчості)**

адреса: Annankatu 30, 00100 Helsinki

<https://www.annantalo.fi/>



### **Annalan huvila (Вілла Annala)**

адреса: Hämeentie 154, Waseniuksen puistotie 1, 00560

<https://www.stadissa.fi/paikat/829/annalan-huvila>

### **Lammassaari (чудовий відпочинок на природі)**

адреса: Lammassaari 00560

### **Talvipuutarha (зимовий сад)**

адреса: Hammarsjöldintie 1 A, 00250

<https://www.hel.fi/helsinki/fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/muu-vapaa-aika/seikkaile/talvipuutarha/>

### **Haltialan kotieläntila (ферма)**

адреса: Laamannintie 17, 00690

<https://www.hel.fi/helsinki/fi/kulttuuri-ja-vapaa-aika/muu-vapaa-aika/lemmikki-ja-kotielaimet/haltialan-kotielaintila/>

### **Falkullan kotieläintila (ферма)**

адреса: Malminkaari 24, 00730

<https://nuorten.hel.fi/nuorisotalot/falkulla/>

### **Oodi (Центральна бібліотека)**

адреса: Töölönlahdenkatu 4

<https://oodihelsinki.fi/>

### **Helsinki City Museum's Lasten kaupunki (Дитяче містечко у м.Гельсінкі)**

Дитяче містечко міського музею Гельсінкі

адреса: Aleksanterinkatu 16

<https://www.helsinginkaupunginmuseo.fi/nayttelyt/lasten-kaupunki/>

## ЕСПОО

### **Museo leikki - Музей ігор (Еспоо)**

**адреса:** Ahertajantie 3

<https://museoleikki.fi/>

Біля м. Тапіола (Еспоо), на другому поверсі виставкового центру WeeGee, ви можете знайти музей дитячих мрій, місце, де можна гратися, але разом з тим пропонують огляд історії іграшок. Атмосфера музею також викликає ностальгію у дорослих.

### **Будинок природи Villa Elfvik (Еспоо)**

**адреса:** Elfvikintie 4, 02600

<https://www.espoo.fi/fi/liikunta-ja-luonto/retkelle-luontoon/villa-elfvikin-luontotalo>

Будинок природи Villa Elfvik знаходиться на території природного заповідника Laajalahti і є не лише чудовою віллою у стилі модерн, а й будинком природи міста Еспоо, де проводять різноманітні заходи, наприклад, виставки, екскурсії та навчання для дітей. На ландшафтах Ельфвіка є прості в навігації природні стежки та стежини в очереті, з яких можна спостерігати за птахами, тощо.

## ВАНТАА

**Viherraja – надзвичайно красивий японський сад**

**адреса:** Meiramitie 1, 01510

відкрито з пн-пт, 8-19.00, вих. 9-17.00

**Suomen ilmailumuseo (фінський музей авіації)**

**адреса:** Karhumäentie 12, 01530

<https://ilmailumuseo.fi/>

**Fazer (центр для відвідувачів)**

**адреса:** Fazerintie 6, 01230

<https://www.visitfazer.com/>

**Kuusijärven ulkoilualue (відкритий майданчик)**

**адреса:** Kuusijärventie 3, 01260

<https://www.vantaa.fi/fi/vantaan-kuusijarvi>

**Tammiston luontopolku (заповідник)**

**адреса:** Tammistontie 15 a , 01520

<https://www.vantaa.fi/fi/vapaa-aika-ja-hyvinvointi/liikunta-ja-ulkoilu/retkeile-luonnossa>

**Koiramäen pajutalli (стайня в районі Tuusula)**

**адреса:** Forsreninkuja 10 as 1, 04360

<https://www.koiramaenpajutalli.fi/>

Надзвичайно красивий японський сад у Вантіі.



## Інші варіанти цікавих активностей для проведення спільного часу

- Проведення часу разом на природі / Чи відчуваєте ви вже присмак весни, наприклад, або іншого сезону? Яка природа нас оточує? Чи хотіли б ви сходити до лісу позбирати лохину або просто посидіти на березі одного з водоймів?
- Ігровий вечір (настільні ігри або розвиваючі ігри для дітей).
- Розповідь про свої хобі та уподобання.
- Спільне вивчення карти світу - Звідки ви? Звідки ваші батьки?
- Зробіть разом збірку оповідань і не тільки. Кілька аркушів формату А4 складаються в книжку та скріплюються степлером. Дитина вмикає уяву і створює малюнки та розповідає, що відбувається в її казці. Бажано залишити окреме місце для тексту, щоб дорослі мали можливість записати зміст казки.









