nickelodeon™

JAK BYĆ OBYWATELEM ŚWIATA: POMOC UKRAINIE

Być może słyszeliście, jak ktoś rozmawiał o wojnie w Ukrainie, albo oglądaliście wiadomości na ten temat. Wojna jest czymś przerażającym, ale istnieją sposoby, aby dzieci mogły nieść nadzieję i wspierać tych, którzy potrzebują pomocy. Ten artykuł tłumaczy, co to znaczy być obywatelem świata oraz jak wy i wasze rodziny możecie przyczynić się do tego, aby świat stał się lepszym i spokojniejszym miejscem.

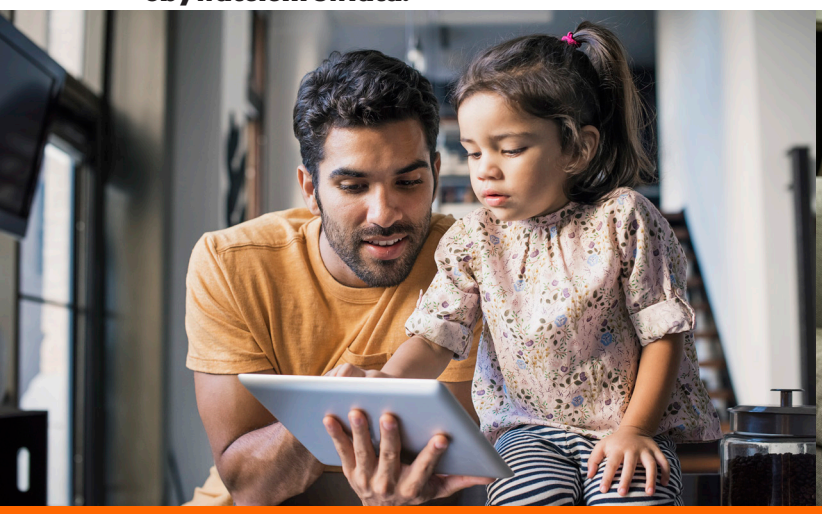
GARŚĆ WIEDZY

Ukraina leży w Europie Wschodniej i ma 43 miliony mieszkańców. Na wschodzie Ukraina graniczy z Rosją, w której mieszkają 144 miliony osób. W lutym 2022 r. rosyjskie siły wojskowe najechały Ukrainę.

Prezydentem Rosji jest Władimir Putin, który chce przejąć władzę w Ukrainie. Ale Ukraina chce pozostać wolnym krajem. Jej prezydent, Wołodymyr Zełenski, wzywa do przywrócenia pokoju i prosi innych światowych przywódców o pomoc. Wiele krajów wspiera Ukrainę poprzez ograniczenie handlu z Rosją. Tego rodzaju działania nazywa się sankcjami. Ludzie w wielu krajach, również w Rosji, protestują przeciwko wojnie i wykorzystują swój głos by wspierać Ukrainę.

Ponad 2 miliony osób uciekło z Ukrainy, szukając bezpieczeństwa w innych krajach. Ludzie zmuszeni do opuszczenia swoich domów z powodu wojny i przemocy nazywani są uchodźcami. Tak samo jak uchodźcy z Ukrainy, również mieszkańcy Syrii, Wenezueli, Afganistanu i Południowego Sudanu musieli porzucić swoje domy, ponieważ w ich własnych krajach groziło im niebezpieczeństwo. Dla uchodźców każdy dzień jest trudny, ponieważ ich przyszłość jest niepewna. To od innych ludzi zależy, czy poczują się bezpieczni, czy otrzymają wsparcie i szacunek.

Zdobywanie wiedzy o świecie i myślenie o doświadczeniach innych ludzi stanowi istotną część bycia obywatelem świata.



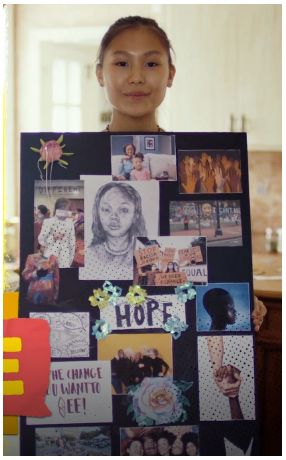
ZRÓB COŚ

Jest wiele prostych, ale istotnych działań, które można podejmować, aby być prawdziwym obywatelem świata. Można szerzyć nadzieję i zmieniać świat nawet nie wychodząc z domu. Wystarczy, że będziesz robić następujące rzeczy:

1. **Ucz się o świecie.** Sięgaj do wiarygodnych źródeł informacji, aby mieć aktualną wiedzę o tym, co dzieje się na całym świecie.

2. **Bądź empatyczna_y.** Ucz się rozumieć, co czują i przez co przechodzą inni ludzie. Możesz w tym celu czytać lub słuchać historii odmiennych od twojej własnej. Zacznij od książek opowiadających historie uchodźców. Możesz poprosić o radę w bibliotece lub księgarni, albo poszukać ciekawych referencji w internecie.

3. **Okazuj solidarność z innymi.** Aby wyrazić wsparcie dla ukraińskich rodzin przygotuj symbol, flagę lub plakat, który wywiesisz w swoim oknie. Daj się ponieść kreatywności i wykorzystaj pozytywne przesłania oraz symbole miłości, akceptacji i nadziei.



4. **Buduj jaśniejszą przyszłość.** Potrafisz wyobrazić sobie przyszłość, w której każde dziecko czuje się bezpieczne i kochane? Posłuchaj pewnej dziewczynki, której marzeniem jest wspieranie innych i pomaganie im w rozwoju. Podziel się swoją wizją jaśniejszej przyszłości tworząc tablicę marzeń. Rozmawiając o swojej wizji przyszłości dzieci inspirują innych (nawet dorosłych!) do tego, by zmieniać świat tak, by stawał się coraz bardziej sprawiedliwy, uczciwy i dobry. Poproś rodzinę i przyjaciół, aby

podzielili się z tobą swoją wizją. Tablica marzeń to świetny sposób, aby w trudnych chwilach przypominać sobie o tym, co dobre.

5. **Poznaj organizacje, które pomagają innym.** Porozmawiaj z rodziną o tym, jak możecie pomóc organizacjom, które zajmują się uchodźcami z Ukrainy i innych krajów. Szukaj organizacji, które zapewniają im mieszkanie, jedzenie i inne potrzebne rzeczy. Zapytaj rodziców, czy wasza rodzina może w jakiś sposób wesprzeć te organizacje.

Organizacje PAH (Polska Akcja Humanitarna), Unicef, czy Polska Misja Medyczna pomagają dostarczać niezbędną pomoc humanitarną oraz medyczną. Dostarczają również zagrożonym dzieciom i rodzinom w Ukrainie oraz krajach ościennych bezpośrednią pomoc w postaci jedzenia, wody, środków higienicznych, wsparcia psychologicznego i finansowego.

World Central Kitchen pomaga dostarczać posiłki do miejsc, w których panuje kryzys humanitarny, klimatyczny i wspólnotowy. Organizacja ta działa w Ukrainie i innych krajach, w których każdego dnia karmi tysiące rodzin uchodźców.

Jest wiele sposobów, aby pomagać, również bliżej własnego domu. Razem ze swoją rodziną możesz na przykład zgłosić się na wolontariat, podarować jedzenie, ubrania, inne niezbędne przedmioty lub pieniądze albo pomóc przy zbiórce rzeczy dla rodzin w potrzebie.

DLA RODZICÓW, NAUCZYCIELI I OPIEKUNÓW

Rozmowa o wojnie i problemach świata może być trudna, również dla dorosłych. Przygotowując się do rozmowy z dziećmi o wydarzeniach, które mają miejsce w Ukrainie możesz sięgnąć do wielu fantastycznych źródeł, które pomogą ci zaplanować ją tak, aby pozwoliła dzieciom jak najbardziej poszerzyć wiedzę, a jednocześnie, aby dzieci w jej trakcie czuły się wysłuchane, bezpieczne i wzmocnione.

*Na początek zapytaj dzieci, co już wiedzą i czy chcą o tym porozmawiać. Czy mają pytania i jak się z tym wszystkim czują. – **Carol Sutton Lewis, Ground Control Parenting***

Oto lista źródeł zawierających więcej porad, które pomogą w przeprowadzeniu trudnej rozmowy:

Porozmawiajmy o wojnie – Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

Pomaganie dzieciom w trudnych czasach. Relacyjna i emocjonalna pierwsza pomoc – FDDS

Jak rozmawiać z dziećmi o konflikcie i wojnie? – Unicef Polska

Jak rozmawiać z dziećmi o przemocy – Miasto Dzieci

PODZIĘKOWANIA!

Nickelodeon kieruje podziękowania do wszystkich organizacji wspomagających ludzi (a w szczególności dzieci) dotkniętych wojną w Ukrainie.