



ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

ДІЯЛЬНІСТЬ ЕКОСИСТЕМИ ПРОЄКТІВ "ТИХА ВАТРА"

за 2025 рік



<https://www.golaguz.org/tyha-vatra>



ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

1. ВСТУП. ЗАГАЛЬНИЙ КОНТЕКСТ

2025 рік став ключовим етапом становлення екосистеми проєктів **«Тиха Ватра»** як цілісної моделі психологічного відновлення людей, постраждалих внаслідок війни в Україні.

Ініціатива була сформована у відповідь на системні виклики, з якими стикаються ветерани, їхні близькі та спеціалісти допомагаючих професій, а саме: хронічне психоемоційне та тілесне виснаження; перевантаження класичних психологічних і реабілітаційних підходів; дефіцит безпечних просторів для відновлення без тиску, діагностування та стигматизації; потребу в роботі з нервовою системою, тілесною присутністю та внутрішньою опорою.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

2. МІСІЯ, ЦІЛІ ТА ЦІННОСТІ

Місія екосистеми «Тиха Ватра» полягає у сприянні глибокому психологічному відновленню людини через тишу, присутність і живий контакт, створюючи безпечні умови для повернення внутрішньої опори без застосування примусу чи нав'язаних ролей.

Основними цінностями є:

- людяність понад методи;
- присутність замість контролю;
- фокус на відновленні ресурсу;
- добровільність і конфіденційність;
- етичність взаємодії.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

3. СТРУКТУРА ЕКОСИСТЕМИ «ТИХА ВАТРА»

У **2025** році сформовано чотири взаємопов'язані напрями: «Тиха Ватра» (базова реабілітаційна програма), «Тиха війна» (мобільні групи стабілізації), «Тиха спільнота» (післяреабілітаційне середовище підтримки) та «ТВ Онлайн» (цифровий формат супроводу).

Усі напрями утворюють єдину безперервну логіку підтримки людини.



«ТИХА ВАТРА»

базова реабілітаційна
програма



«ТИХА ВІЙНА»

мобільні групи
стабілізації



«ТИХА СПІЛЬНОТА»

післяреабілітаційне середовище
підтримки



«ТВ ОНЛАЙН»

цифровий формат
супроводу





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

4. ПРОЄКТ «ТИХА ВАТРА»

Проект реалізується у форматі триденних офлайн-реабілітаційних заїздів у природному середовищі для груп до **12** осіб.

У **2025** році проведено пілотні заїзди, у яких взяли участь ветерани, їхні партнери та спеціалісти допомагаючих професій. За результатами участі зафіксовано зниження рівня тривожності, відновлення тілесної чутливості та формування внутрішньої опори.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

5. ПРОЄКТ «ТИХА ВІЙНА»

Напрям передбачає роботу мобільних груп з 2–3 фасилітаторів, які проводять короткі стабілізаційні практики (10–20 хвилин) у польових умовах.

У **2025** році розроблено концепцію та методичну рамку проєкту, підготовлено опис формату для командирів підрозділів.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

6. ПРОЄКТ «ТИХА СПІЛЬНОТА»

Метою проєкту є утримання результатів відновлення та зниження ризику повторного виснаження учасників.

У **2025** році сформовано ядро спільноти та проведено серію офлайн-зустрічей і групових форматів підтримки.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

7. ПРОЄКТ «ТВ ОНЛАЙН»



Онлайн-напря́м створений для забезпечення безперервності процесу відновлення між офлайн-заїздами.



У **2025** році сформовано концепцію та визначено етичні та безпекові межі використання цифрових інструментів і ШІ.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

8. ПАРТНЕРСТВА ТА ПУБЛІЧНЕ ВИЗНАННЯ

Проект **«Тиха Ватра»** було представлено на національних форумах з відновлення України. Отримано позитивні експертні відгуки та розпочато формування міжнародних партнерств.

9. ПІДСУМКИ 2025 РОКУ

У **2025** році здійснено 6 заїздів по 18 осіб, сформовано життєздатну екосистему психологічного відновлення, яка підтвердила ефективність у пілотних форматах та має потенціал до масштабування.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

10. ПРІОРИТЕТИ НА 2026 РІК

Ключовими пріоритетами є регулярне проведення заїздів **«Тиха Ватра»**, запуск **«ТВ Онлайн»**, пілотування мобільних груп **«Тиха війна»**, навчання фасилітаторів та залучення стабільного фінансування.





ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ «ЛАГУЗ»

11. БЮДЖЕТ ОДНОГО ЗАЇЗДУ

120 000 грн



Проживання



Харчування



Трансфер



Матеріали



Додаткові витрати



Організатори, фасилітатор, психотерапевт — волонтерство



Хата Майстерня
с.Бабин, Косівський район



<https://www.golaguz.org/tyha-vatra>