

# ПЛАН ЗАХОДІВ МОЛОДІЖНОЇ РАДИ ОБУХІВСЬКОЇ ТГ

## ПРОТЯГОМ РОКУ – ДЕНЬ НАСТІЛЬНИХ ІГОР

**Ідея заходу:** згуртування молоді, можливість знайомитися у неформальній атмосфері

**Цільова група:** молодь віком 14–25 років, члени молодіжної ради, активна молодь громади, підлітки та студенти, які зацікавлені в спілкуванні, командних активностях та змістовному дозвіллі

**Що реалізується під час заходу:**

- створення безпечного простору для живого спілкування
- розвиток логічного мислення та командної взаємодії
- підтримка психоемоційного стану молоді в умовах воєнного стану
- популяризація офлайн-дозвілля

**Чому це важливо:**

Настільні ігри – це простий, але ефективний інструмент неформальної освіти та соціалізації. Захід сприяє згуртуванню молоді, розвитку критичного мислення, взаємоповаги та активної громадянської позиції, а також підсилює роль молодіжної ради як ініціатора корисних і доступних подій для громади

## ПРОТЯГОМ РОКУ – ІНТЕРВ'Ю З ДЕПУТАТАМИ

**Ідея заходу:** проведення серії інтерв'ю з депутатами Обухівської громади у форматі відкритого діалогу. Молодь матиме можливість поставити запитання щодо розвитку громади, роботи місцевого самоврядування та актуальних питань, що турбують мешканців. Інтерв'ю можуть бути записані у відео форматі для подальшого поширення в соціальних мережах молодіжної ради

**Цільова група:** молодь віком 14–30 років Обухівської громади, члени молодіжної ради, активні мешканці громади, зацікавлені у громадянській участі та місцевій політиці

**Що реалізується під час заходу:**

- розвиток громадянської свідомості та політичної культури молоді
- налагодження діалогу між молоддю та представниками місцевої влади
- підвищення прозорості діяльності органів місцевого самоврядування
- залучення молоді до обговорення важливих для громади питань

**Чому це важливо:**

Інтерв'ю з депутатами сприяє відкритості та прозорості місцевої влади, допомагає мешканцям громади краще розуміти діяльність обраних представників і рішення, які впливають на їхнє життя. Такий формат налагоджує діалог між владою та громадою, підвищує рівень довіри, громадянської свідомості та заохочує людей до активної участі в житті громади.

## **ПРОТЯГОМ ЛІТНЬОГО ПЕРІОДУ – КІНОПОКАЗ**

**Ідея заходу:** організація спільного перегляду фільму просто неба. Захід має на меті створення затишної атмосфери для відпочинку, спілкування та культурного дозвілля

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- створення безпечного простору для відпочинку та емоційного відновлення
- популяризація культурного дозвілля та спільного проведення часу
- згуртування громади через спільні події

**Чому це важливо:**

У період воєнного стану особливо важливо створювати можливості для відпочинку, які допомагають знизити рівень стресу та відновити внутрішній ресурс. Подібні заходи формують відчуття єдності, створюють спільні спогади та роблять культурний відпочинок доступним для всіх.

## **МИТЬ ЛЮБОВІ**

**Ідея заходу:** створити затишний романтичний простір для пар, де вони зможуть відволіктися від повсякденних справ, провести якісний час разом, відчувати турботу, ніжність і зміцнити свій емоційний зв'язок через спільні активності.

**Цільова аудиторія:** пари, які перебувають у стосунках та прагнуть провести особливий вечір удвох у теплій і комфортній атмосфері.

**Що реалізується під час заходу:**

- романтична атмосфера та тематичне оформлення простору
- спільний перегляд фільму
- інтерактивні ігри та невеликі завдання для пар, що сприяють кращому взаєморозумінню
- можливість отримати нові спільні емоції та приємні враження

### **Чому це важливо:**

Такий формат заходу сприяє зміцненню емоційного зв'язку між партнерами, розвитку довіри та підтримки у стосунках. Проведення якісного часу разом допомагає формувати здорові взаємини, покращує комунікацію та дарує позитивні спогади.

## **ТРЕНІНГ ЩОДО ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКА**

**Ідея заходу:** проведення практичного тренінгу для підлітків з обраної теми, наприклад: «Як справлятися зі стресом та тривожністю». Учасники отримують знання про психічне здоров'я, навчаються технік саморегуляції, емоційної підтримки та способів збереження внутрішньої рівноваги в школі, сім'ї та соціальному середовищі

**Цільова група:** молодь 14+, педагоги та батьки, зацікавлені у розвитку навичок підтримки психічного здоров'я

### **Що реалізується під час заходу:**

- підвищення обізнаності підлітків про власне психічне здоров'я
- розвиток практичних навичок боротьби зі стресом і тривожністю
- створення безпечного простору для обговорення проблем та емоцій
- правильно реагувати на психологічні виклики, підтримувати один одного та формувати здорові звички

### **Чому це важливо:**

Підлітковий вік супроводжується високим рівнем емоційного та соціального навантаження. Тренінг допомагає своєчасно розпізнавати ознаки стресу та тривожності, підтримує формування емоційної стійкості, знижує ризик психологічних проблем та сприяє розвитку здорового, усвідомленого підлітка. Подібні ініціативи зміцнюють громаду, створюючи свідоме ставлення до психічного здоров'я серед молоді.

## **ДЕНЬ ЩАСТЯ**

**Ідея заходу:** проведення добродійної вуличної акції, під час якої представники молоді роздають перехожим листівки з надихаючими побажаннями, добрими словами, цитатами про щастя та короткими позитивними меседжами. Акція відбувається у громадських місцях громади (центр міста/селища, парки, площі), у відкритому та дружньому форматі.

**Цільова група:** усі мешканці громади

### **Що реалізується під час заходу:**

- популяризація позитивного мислення та емоційного благополуччя

- залучення молоді до спільних активностей та соціальної взаємодії
- поширення позитивних меседжів через листівки з побажаннями

**Чому це важливо:**

У сучасних умовах підвищеного стресу, тривожності та емоційного виснаження навіть невеликий прояв уваги може суттєво вплинути на настрій людини. Такі ініціативи допомагають створювати атмосферу підтримки, згуртованості та взаємної поваги у громаді. Вони нагадують про цінність простих людських емоцій, зміцнюють соціальні зв'язки та сприяють формуванню культури доброти й взаємопідтримки.

## **ТРЕНІНГ З ПЕРШОЇ ДОПОМОГИ ТА МІННОЇ БЕЗПЕКИ**

**Ідея заходу:** проведення навчального тренінгу з першої домедичної допомоги та мінної безпеки для молоді Обухівської громади. Захід включає теоретичну частину, практичні відпрацювання та інтерактивний елемент – використання VR-окулярів для моделювання небезпечних ситуацій та безпечного алгоритму дій

**Цільова група:** члени молодіжної ради, активна молодь, зацікавлена у підвищенні рівня обізнаності з питань безпеки та збереження життя

**Що реалізується під час заходу:**

- набуття практичних навичок надання першої домедичної допомоги
- підвищення обізнаності щодо мінної та вибухонебезпечної безпеки
- формування правильних алгоритмів дій у небезпечних ситуаціях
- використання сучасних технологій (VR) у неформальній освіті
- підготовка молоді до дій в умовах воєнного стану

**Чому це важливо:**

В умовах воєнного стану знання з першої допомоги та мінної безпеки є життєво необхідними. Інтерактивний формат з використанням VR-технологій підвищує ефективність навчання, допомагає краще засвоїти матеріал і сформувати усвідомлене ставлення до власної безпеки. Захід сприяє формуванню відповідальної та підготовленої молоді Обухівської громади.

## **ЕКСКУРСІЯ В МУЗЕЙ**

**Ідея заходу:** організація пізнавальної екскурсії до музею для мешканців громади з метою ознайомлення з історією, культурною спадщиною та визначними подіями рідного краю

**Цільова група:** молодь, школярі, студенти та всі зацікавлені мешканці громади

### **Що реалізується під час заходу:**

- неформальна освіта та культурний розвиток учасників
- популяризація музейної справи
- підвищення інтересу до історії та культури
- розвиток пізнавальної активності

### **Чому важливо:**

Екскурсія в музей допомагає зберегти історичну пам'ять, формує національну свідомість і повагу до минулого. Вона сприяє духовному розвитку, розширює світогляд та допомагає краще усвідомити цінність культурної спадщини, що є основою для формування свідомої та відповідальної громади.

## **ПОСАДКА ДЕРЕВ ДО МІЖНАРОДНОГО ДНЯ ЗЕМЛІ**

**Ідея заходу:** проведення екологічної акції з посадки дерев, приуроченої до Міжнародного дня Землі. Для реалізації заходу планується залучення благодійного або екологічного фонду з метою отримання саджанців дерев

**Цільова група:** всі охочі долучитися до екологічних ініціатив

### **Що реалізується під час заходу:**

- формування екологічної свідомості та відповідального ставлення до довкілля
- залучення молоді до волонтерської діяльності
- озеленення території Обухівської громади
- розвиток партнерства із благодійними та екологічними організаціями
- згуртування громади навколо спільно корисної справи

### **Чому це важливо:**

У складних умовах воєнного стану турбота про довкілля залишається важливою складовою сталого розвитку громади. Посадка дерев є символом відновлення, надії та відповідальності за майбутнє. Захід сприяє формуванню активної громадянської позиції молоді та підкреслює роль молодіжної ради як ініціатора позитивних змін в Обухівській громаді.

## **ФОТО-DAY**

**Ідея заходу:** проведення безкоштовної фотосесії для мешканців громади на алеї сакур у період їх цвітіння. Усі охочі можуть зробити світлини на тлі сакур, зберігши теплі емоції та приємні спогади

**Цільова група:** всі мешканці громади

### **Що реалізується під час заходу:**

- створення позитивної та дружньої атмосфери для громади
- збереження теплих моментів і спогадів
- підвищення соціальної взаємодії між поколіннями
- формування позитивного іміджу громади через візуальний контент

**Чому це важливо:**

Фотографії є важливою частиною збереження особистих та сімейних спогадів, особливо у складні часи. Такий захід підвищує емоційний стан мешканців, формує відчуття єдності та гордості за свою громаду, сприяє розвитку культурного життя та підтримує позитивний імідж громади як відкритої, дружньої й орієнтованої на людей.

## OLYMPIC DAY

**Ідея заходу:** проведення спортивно-ознайомчого заходу Olympic Day, який надає можливість мешканцям спробувати себе у різних гуртках та секціях (спорт, танці, бойові мистецтва, фітнес, активні ігри тощо)

**Цільова група:** всі мешканці громади, а також керівники гуртків та спортивних секцій

**Що реалізується під час заходу:**

- популяризація фізичної активності та здорового способу життя
- ознайомлення мешканців громади з можливостями гуртків і секцій
- залучення дітей та молоді до регулярних занять спортом
- створення простору для активного сімейного дозвілля

**Чому це важливо:**

В умовах воєнного стану фізична активність є важливим чинником підтримки здоров'я та психологічної стійкості. Захід Olympic Day сприяє залученню мешканців Обухівської громади до активного способу життя, допомагає знайти нові захоплення та зміцнює взаємодію між громадою, гуртками та молодіжною радою.

## ФОТО-DAY ДО ДНЯ ВИШИВАНКИ

**Ідея заходу:** проведення безкоштовної фотосесії для мешканців громади до дня вишиванки. Усі охочі можуть зробити світлини, зберігши теплі емоції та приємні спогади

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- популяризація українських традицій та культурної спадщини

- зміцнення національної ідентичності та патріотизму
- створення позитивного емоційного простору для громади
- збереження пам'ятних моментів у форматі фото

#### **Чому це важливо:**

Фотографії є важливою частиною збереження особистих та сімейних спогадів, особливо у складні часи. Такий захід підвищує емоційний стан мешканців, формує відчуття єдності та гордості за свою громаду, сприяє розвитку культурного життя та підтримує позитивний імідж громади як відкритої, дружньої й орієнтованої на людей.

## **DOG DAY**

**Ідея заходу:** створити святковий, дружній для людей і собак простір, де власники чотириногих друзів можуть разом відпочити, поспілкуватися, взяти участь у розважальних активностях та зробити цей день особливим для своїх улюбленців

**Цільова група:** власники собак, любителі тварин, сім'ї та всі, хто хоче провести час на свіжому повітрі у дружньому середовищі разом зі своїми улюбленицями

#### **Що реалізується під час заходу:**

- популяризація відповідального ставлення до домашніх тварин та культури pet-friendly середовища
- підтримка ментального здоров'я через спілкування з тваринами (позитивний емоційний вплив, зниження рівня стресу)
- формування культури турботи про фізичне та психологічне благополуччя
- об'єднання молоді та сімей навколо спільних цінностей — любові до тварин та активного дозвілля

#### **Чому це важливо:**

Такі заходи сприяють розвитку культури pet-friendly спільноти, підвищенню усвідомлення про потреби тварин та важливість відповідального догляду. Крім того, це можливість для соціалізації людей і їхніх улюбленців у позитивній атмосфері, зміцнення зв'язків у громаді та підтримки місцевих ініціатив, присвячених тваринам.

## **ЙОГА НА ПЕДИНІ**

**Ідея заходу:** Проведення відкритого заняття з йоги на свіжому повітрі на горі Педина. Захід поєднує легку фізичну активність, дихальні практики та релаксацію в природному просторі.

**Цільова група:** молодь 14–35 років, люди, що піклуються про психічне здоров'я

**Що реалізується під час заходу:**

- популяризація здорового способу життя серед різних вікових груп
- підтримка ментального здоров'я та зниження рівня стресу
- створення безпечного простору для відновлення та відпочинку
- формування культури турботи про власне здоров'я

**Чому це важливо:**

У сучасних умовах постійного стресу та емоційного навантаження турбота про психічне й фізичне здоров'я є надзвичайно актуальною. Йога на свіжому повітрі допомагає знизити рівень тривожності, покращити самопочуття та відновити внутрішню рівновагу. Проведення заходу в природному середовищі посилює позитивний вплив практик, сприяє усвідомленому відпочинку та формує у молоді відповідальне ставлення до власного здоров'я.

## СВЯТО ІВАНА КУПАЛА

**Ідея заходу:** проведення традиційного українського свята Івана Купала у безпечному форматі. Захід передбачає знайомство з народними традиціями та символікою свята: плетіння вінків, тематичні ігри, майстер-класи, обрядові елементи та спільне дозвілля.

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- популяризація українських народних традицій та культурної спадщини
- згуртування громади через спільні культурні активності;
- створення безпечного та сімейного простору для дозвілля;
- підтримка національної ідентичності та морального духу;
- залучення молоді до організації та проведення культурних заходів.

**Чому це важливо:**

Свято Івана Купала є важливою складовою української культурної ідентичності. Його проведення сприяє передачі традицій від покоління до покоління, формує повагу до історії та звичаїв, зміцнює соціальні зв'язки та підтримує культурну тяглість, що особливо важливо для згуртованості та духовної сили громади.

## ДЕНЬ РОДИНИ

**Ідея заходу:** організація родинного свята з інтерактивними локаціями, іграми, майстер-класами та спільними активностями для дітей і батьків. У межах заходу проводиться акція «Що значить сім'я», під час якої учасникам пропонується поділитися власним розумінням сім'ї у словах, малюнках або коротких повідомленнях на спеціальній дошці чи інсталяції

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- зміцнення сімейних цінностей
- створення безпечного простору для спільного сімейного відпочинку
- підтримка психоемоційного стану родин
- згуртування громади навколо сімейних цінностей

**Чому це важливо:**

Родина є основою формування особистості та моральних цінностей. Проведення Дня родини разом з акцією «Що значить сім'я» допомагає кожному замислитися над значенням сімейних зв'язків, підсилює відчуття єдності та взаємоповаги, зміцнює соціальні зв'язки в громаді та сприяє формуванню здорового й згуртованого суспільства.

## ДЕНЬ МОЛОДІ

**Ідея заходу:** організувати масштабне святкування Дня молоді з можливістю для самореалізації, творчого самовираження та активного дозвілля. Захід поєднує талант-шоу (виступи учасників у різних номінаціях - спорт, музика, танці, творчість тощо) та інтерактивну розважальну програму (інтерактивні ігри, конкурси, концертна програма) для згуртування молоді громади

**Цільова аудиторія:** молодь громади, творчі колективи, активні мешканці, які бажають проявити свої здібності або долучитися до святкування

**Що реалізується під час заходу:**

- розвиток комунікативних навичок та культури спілкування
- формування навичок командної роботи та співпраці
- розвиток лідерських якостей та ініціативності.
- підвищення рівня соціальної активності молоді
- розкриття творчого потенціалу учасників

**Чому це важливо:**

Свято сприяє розвитку талантів, підтримці молодіжних ініціатив та формуванню активної, творчої спільноти. Захід допомагає молоді відчутти

свою цінність, об'єднує громаду та створює позитивний імідж молодіжного середовища.

## CHILL DAY

**Ідея заходу:** організувати день відпочинку для молоді на свіжому повітрі, де можна розслабитися, поспілкуватися та провести час у невимушеній атмосфері (настільні ігри, музична програма, зона з їжею та напоями, перегляд фільму)

**Цільова група:** молодь громади, яка прагне активного та водночас спокійного дозвілля в компанії однолітків

**Що реалізується під час заходу:**

- створення простору для відпочинку та соціальної взаємодії
- підтримка психоемоційного стану молоді та громади
- популяризація здорового та усвідомленого відпочинку
- згуртування мешканців громади

**Чому це важливо:**

Чіл-дей допомагає молоді відпочити від навчання або роботи, знизити рівень стресу, розвивати комунікативні навички та соціальну активність. Подібні заходи формують згуртовану молодіжну спільноту, створюють позитивні емоції та підтримують здоровий і активний спосіб життя.

## КІНОПОКАЗ ДО ДНЯ УКРАЇНСЬКОГО КІНО

**Ідея заходу:** проведення тематичного кінопоказу українських фільмів з нагоди Дня українського кіно просто неба. Учасники матимуть можливість переглянути українське кіно, ознайомитися з культурними цінностями та традиціями, а також долучитися до коротких обговорень після перегляду

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- популяризація українського кіно та культурної спадщини
- створення безпечного простору для культурного відпочинку
- згуртування громади через спільне культурне дозвілля

**Чому це важливо:**

Кінопокази просто неба допомагають громадам поєднувати дозвілля з культурним розвитком, підтримують українських митців та популяризують національне кіно. У період воєнного стану підтримка національної культури та українського кіно є важливою для збереження ідентичності, зміцнення

морального духу громади та об'єднання мешканців навколо спільних цінностей.

## **ФЕСТИВАЛЬ УКРАЇНСЬКОЇ МУЗИКИ ТА КУХНІ**

**Ідея заходу:** проведення двохденного фестивалю, присвяченого українській культурі, з акцентом на музичні виступи, народні та сучасні мелодії, а також презентацію національної кухні. У межах заходу відбуваються дегустація традиційних страв, виставки місцевих виробників та інтерактивні розваги для відвідувачів.

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- популяризація української музики, культури та гастрономічної спадщини
- створення безпечного простору для сімейного та культурного відпочинку
- залучення місцевих талантів та підприємців
- згуртування громади через спільні культурні активності

**Чому це важливо:**

Фестиваль сприяє збереженню та поширенню національних традицій, формує почуття гордості за українську культуру, зміцнює соціальні зв'язки та об'єднує громаду. Подібні заходи підтримують культурну ідентичність, стимулюють економічну активність через локальний бізнес і дарують учасникам позитивні емоції та нові враження.

## **ВСЕСВІТНІЙ ДЕНЬ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я**

**Ідея:** організація тематичного дня з акцентом на психічне та емоційне здоров'я через арт-терапію. Учасники можуть відвідувати різні локації з творчими практиками: малювання мандал, створення малюнків кавою, робота з клубком ниток та іншими матеріалами для релаксації та самовираження.

**Цільова група:** молодь 16+ років, дорослі мешканці громади, всі охочі піклуватися про своє психічне здоров'я та розвивати творчі навички

**Що реалізується:**

- створення безпечного простору для емоційного відновлення та самовираження через творчість
- підвищення обізнаності про психічне здоров'я, навчання технік зниження стресу та розвиток навичок емоційної регуляції

- учасники отримують можливість відчувати терапевтичний ефект арт-активностей та знайти підтримку у спілкуванні з іншими

#### **Чому важливо:**

Всесвітній день психічного здоров'я підкреслює важливість турботи про внутрішній стан людини. Арт-терапія допомагає знизити рівень тривожності, покращує настрій та загальний психологічний стан, формує у громаді культуру турботи про себе та інших, а також сприяє зміцненню соціальних зв'язків через спільну творчість.

### **ХЕЛЛОВІН + «МАФІЯ»**

**Ідея заходу:** проведення святкування Хелловіну з інтерактивною вечіркою для молоді та всіх охочих, де головною розважальною активністю є гра «Мафія» (у тематичних костюмах). Захід включає музичний супровід, декорації, фотозону та невеликі солодкі сюрпризи для учасників.

**Цільова група:** молодь віком 14+, члени молодіжної ради та всі охочі до інтерактивного святкування Хелловіна

#### **Що реалізується під час заходу:**

- створення безпечного та веселого простору для святкування Хелловіна
- популяризація інтелектуальних ігор та командної взаємодії
- розвиток комунікативних навичок та стратегічного мислення через гру «Мафія»

#### **Чому це важливо:**

Подібні заходи допомагають молоді відпочити, розвивати соціальні та інтелектуальні навички, формують почуття командної взаємодії та згуртованості. Гра у поєднанні з тематичним святом дарує позитивні емоції, зміцнює соціальні зв'язки та створює яскраві спільні спогади, підтримуючи активне та здорове дозвілля молоді.

### **ДО ДНЯ СТУДЕНТІВ: «СЛОБІДКА ДВІЖ»**

**Ідея заходу:** проведення яскравої студентської дискотеки з сучасною музикою, світловими ефектами та інтерактивними розвагами. Захід створений для живого спілкування, веселого відпочинку та прояву креативності студентів у святковій атмосфері.

**Цільова група:** молодь віком 14–30 років, студенти навчальних закладів, члени молодіжної ради та всі охочі долучитися до святкування

#### **Що реалізується під час заходу:**

- створення безпечного простору для студентів та молоді
- популяризація активного та культурного дозвілля
- розвиток комунікативних та організаторських навичок молоді
- згуртування молоді громади через спільні активності

**Чому це важливо:**

Святкування Дня студентів у форматі «Слобідка Двіж» допомагає зміцнити дружні зв'язки серед студентів, формує почуття належності до спільноти, сприяє зниженню стресу та дарує яскраві емоції. Подібні заходи підтримують активний спосіб життя, підвищують мотивацію до навчання та розвитку, а також створюють позитивний імідж студентського середовища в громаді.

## 26 ГРУДНЯ – СВЯТВЕЧІР

**Ідея заходу:** організація святкового заходу до Святвечора з елементами українських різдвяних традицій: традиційні страви, вечір колядок, тематичні майстер-класи для дітей та дорослих, культурно-розважальна програма. Захід створює атмосферу затишку, тепла та родинного спілкування.

**Цільова група:** всі мешканці громади

**Що реалізується під час заходу:**

- створення безпечного та дружнього простору для святкування
- популяризація культурних та сімейних традицій
- підтримка емоційного та психологічного стану громади
- згуртування мешканців навколо спільної святкової активності

**Чому це важливо:**

Святвечір допомагає зберігати культурну та релігійну спадщину, формує повагу до традицій та духовних цінностей. Проведення заходу зміцнює соціальні зв'язки в громаді, підтримує відчуття єдності та приналежності до колективу, дарує позитивні емоції та сприяє розвитку культурного життя.

Секретар Молодіжної ради — \_\_\_\_\_ Анна ЖИГАЛЮК

Голова Молодіжної ради — \_\_\_\_\_ Нонна МУСИКЯН