

# Eu grito para a minha almofada à noite

Um mês da guerra russa contra a Ucrânia nas palavras de famílias de pessoas com deficiência intelectual

*Testemunhos editados a partir de mensagens que a Inclusion Europe recebeu via e-mail, em aplicações de mensagens, ou de notas tiradas de chamadas telefónicas. Os testemunhos estão organizados por regiões, e são apresentados por ordem cronológica para dar uma imagem de como a situação evoluiu. Os testemunhos de uma cidade ou região podem ser de uma ou de várias pessoas. As fotografias foram fornecidas pelas famílias.*

|   |    |
|---|----|
| Região de Cherkasy.....                   | 2  |
| Região de Chernihiv .....                 | 2  |
| Região de Dnipropetrovsk .....            | 3  |
| Região de Donetsk .....                   | 4  |
| Região de Ivano-Frankivsk .....           | 4  |
| Região de Kharkiv .....                   | 4  |
| Região de Kherson .....                   | 7  |
| Região de Khmelnytskyi.....               | 9  |
| Região de Kirovohrad.....                 | 10 |
| Região de Kiev.....                       | 10 |
| Região de Lviv .....                      | 15 |
| Região de Mykolaiv.....                   | 18 |
| Região de Odesa .....                     | 19 |
| Região de Poltava .....                   | 20 |
| Região de Totais.....                     | 21 |
| Região de Volyn .....                     | 21 |
| Região de Zakarpattia .....               | 22 |
| Região de Zaporizhzhia .....              | 23 |
| Região de Zhytomyr.....                   | 25 |
| Fora da Ucrânia.....                      | 27 |
| Como soubemos destas histórias .....      | 29 |
| Coligação Ucrâniana .....                 | 30 |
| Apoio prestado pela Inclusion Europe..... | 30 |

## **Região de Cherkasy**

### **3 de março, região de Cherkasy**

Desde 24 de fevereiro, os meus filhos e eu vamos muitas vezes para abrigos anti bomba, alguns em caves. Os nossos filhos com deficiências intelectuais e físicas têm medo, têm ataques de pânico. É difícil para as crianças e para os pais!!! Às vezes temos de arrastar os nossos filhos para se esconderem.

Sei que os refugiados de Kharkiv e de outras cidades da Ucrânia começaram a chegar à cidade, que está agora a ser fortemente bombardeada. Estas pessoas precisam de muitas coisas: roupas, cobertores, etc.

## **Região de Chernihiv**

### **3 de março, região de Chernihiv**

Bombardeiam do lado de fora da janela; sentamo-nos em apartamentos com pessoas adultas que não entendem porque não podem ir lá fora, porque não podem ir ao centro. Têm comportamentos problemáticos e convulsões de epilepsia.

Não podemos ir à loja porque não podemos deixar estas pessoas sozinhas. Há filas nas lojas. Nem todos os produtos estão disponíveis, e há longas filas e não há como sobreviver.

Precisamos de comida que possa ser armazenada a longo prazo, medicamentos-anticonvulsivos, anti-inflamatórios, tranquilizantes. Ainda há água, mas não é boa para beber, por isso também precisamos disso.

A maioria das organizações que funcionam visam a assistência voluntária aos que defendem a cidade, isto é o mais importante para todos, a nossa proteção e a nossa vitória. Encontramos vizinhos, amigos ou família que podem ir às lojas por nós.

As necessidades das famílias estão a crescer todos os dias .

Aquecimento e comida estão a acabar. A situação é má.

Há uma grande procura de apoio financeiro. Depois da guerra, teremos de restaurar as instalações que foram danificadas por uma explosão de foguetes.

Tenho um filho com deficiência intelectual, distúrbios de comportamentais e epilepsia, as vidas dos nossos filhos e das suas famílias são muito dolorosas, e para mim também.

## Região de Dnipropetrovsk

**11 de março, região de Dnipropetrovsk**

O chefe da organização está a trabalhar em estreita colaboração com a coligação para organizar a evacuação de todas as crianças e mães. As autoridades ucranianas estão a ajudar-nos a fazê-lo neste momento.



*Rio Chernihiv*

## **Região de Donetsk**

**21 de março, Mariupol** *(depois de vários dias sem comunicação)*

Sou de Mariupol. A situação na cidade é crítica, não houve água durante 25 dias. A cidade é bombardeada por aviões, ninguém está a organizar a evacuação, não há comunicação. Não há bancos.

É um inferno.

Os russos controlam a área e não dão nada para dentro ou para fora. Neste momento, não posso ajudar as pessoas que ficaram.

Mas algumas pessoas da minha organização conseguiram sair. A cidade de Mariupol já não existe.

## **Região de Ivano-Frankivsk**

**17 de março, região de Ivano-Frankivsk**

A minha organização apoia pessoas com deficiência intelectual no oeste da Ucrânia. Atualmente , não existem operações militares ativas no território. No entanto, a situação é difícil.

O acesso a medicamentos que salvam vidas tornou-se mais difícil e o financiamento dos programas educativos e de reabilitação e dos serviços sociais foi reduzido. As pessoas estão em situações de stress devido à perda de sono e paz de espírito.

## **Região de Kharkiv**

**7 março**

Ainda esta semana, famílias com crianças (adultos) com deficiência saíram da cidade sozinhas: via Cáritas, por comboio, carro e por todos os meios disponíveis.

Ou eram muito fortes, ou estúpidos (incluindo eu).

## **8 março**

Não há praticamente nenhum banco aberto em Kharkiv. Se houver, é em áreas que ocasionalmente são bombardeadas.

Em suma, muitas pessoas na nossa cidade têm comida suficiente, e as pessoas partilham. Alguém compra e distribui. As lojas de alguma forma funcionam, embora haja muito poucos bens. A maioria dos pagamentos é em dinheiro.

Os trabalhadores humanitários vêm a algumas áreas com mais frequência e trazem comida. Outros bens, também, tudo é de alguma forma relativamente normal.

As farmácias funcionam tanto em dinheiro como por transferência bancária.

Não podemos sair porque não podemos deixar os nossos familiares em casa ou em qualquer outro lugar. Não há nenhum sistema de ajuda e apoio.

Bombardeamentos constantes, e não há noção do que vai acontecer amanhã. Quem estará vivo. Todas as manhãs fazemos uma chamada, quem está vivo e onde estão, quem partiu. Muitas crianças são retiradas, mas não jovens com deficiência.

## **8 de março, Kharkiv**

Uma das nossas mães tem um filho com síndrome de Down (20 anos). Foram para o oeste da Ucrânia juntamente com a escola e agora estão perto de Lviv. Precisam de dinheiro, porque só têm a pensão da criança e a mãe perdeu o emprego. Começaram a cuidar duma rapariga desta escola e ela tem síndrome de Down. Mas ela é órfã e, pelo que sei, esta rapariga não tem cartão bancário. Ou seja, esta mãe cuidou desta órfã sozinha.

## **8 março**

Sou de Kharkiv, mas parti para 100 km de distância. Não há batalha. Consigo ouvir as explosões de longe.

As pessoas estão chocadas, vieram de lugares diferentes sem nada. Vou ficar com amigos. Estamos 11 na casa.

Mantenho contacto com as 15 famílias com crianças e adultos com deficiência das

organizações, e sei onde estão. Alguns ainda estão em Kharkiv, alguns estão na região, ou foram para o oeste da Ucrânia, mas não para o exterior.

Temos uma situação difícil: a mãe de uma rapariga com síndrome de Down tem cancro, e não há medicação. Temos dificuldades em comunicar, tudo pode congelar.

### **9 março**

Estou na estrada o dia todo. Muitas vezes sem comunicação. Hoje planeio chegar ao destino onde estarei por um tempo. Provavelmente amanhã.

Há famílias abandonadas em Kharkiv.

### **12 de março, Kharkiv** *(durante esta chamada pudemos ouvir bombardeamentos em segundo plano)*

Estou em Kharkiv, há bombas e tiros. Os produtos são mais caros, não há meios suficientes para as famílias, não temos dinheiro. Os bancos funcionam, mas é impossível ir, e tudo acontece com o banco online, não há dinheiro.

Ajudo as famílias com a organização, há 3 organizadores e 15 membros.

A população está constantemente sob fogo, e muitas casas e infraestruturas já foram destruídas.

Nada funciona na nossa cidade há 17 dias, não há ligação de transporte. Há falta de comida, medicamentos e combustível. As organizações de voluntariado tentam organizar assistência a idosos, crianças e pessoas com deficiência.

Quase ninguém trabalha, porque a ameaça à vida é muito elevada. Os alarmes aéreos são constantemente ouvidos, e os ataques são realizados a partir de lança-foguetes, ou aviões. Muitas pessoas ficaram sem casa (as casas foram destruídas, não há aquecimento, luz, água).

As mulheres com filhos que assim o desejam são levadas de Kharkiv para outras cidades ucranianas, ou para o estrangeiro. Muitas famílias com crianças com deficiência permanecem na cidade.

### **15 de março, Kharkiv**

Infelizmente, as minhas famílias não enviaram nenhuma informação. Não consigo passar. Falei com uma mãe há uns dias, e ela teve de ajudar mais alguns de nós.

Aparentemente, tudo está muito mal lá, e não só com a ligação com o exterior.

### **15 de março, Kharkiv**

Temos bombardeamentos, estou escondido num abrigo.

Uma família precisa de entre 450 a 600 euros por mês, dependendo do número de familiares.

Os bancos só funcionam através da Internet.

Nos dias que se seguiram, ficámos proibidos de sair e dar a volta à cidade, porque provavelmente haverá um forte ataque de rocket.

Por conseguinte, receber fundos e distribuí-los só é possível através de cartões bancários.

## **Região de Kherson**

### **9 de março, Kherson**

A situação é má. É muito difícil. Os bancos não funcionam. As lojas ainda funcionam, mas só com dinheiro.

Precisamos de tudo.

Todos ficaram. Há 42 crianças.

### **16 de março, Kherson**

Não há ajuda humanitária, os ocupantes estão por todo o lado, podes ir para a Crimeia se tiveres família lá, mas ninguém quer .



## Região de Khmelnytskyi

### 23 de março, Khmelnytskyi

Vivo na grande cidade de Khmelnytskyi, onde a vida é agitada independentemente da estação. Há sempre muita gente com pressa nas ruas, há muito tráfego nas estradas, as ruas estão cheias de casas. Quando a primavera chega à minha cidade, torna-se verdadeiramente mágica. Numerosas árvores florescem e tornam-se verdes nas ruas e avenidas, em parques e jardins. Há longas ruelas de castanhas e macieiras selvagens, e cerejeiras. Temos um maravilhoso jardim botânico que se transforma num conto de fadas na primavera, e em geral, a nossa cidade torna-se um grande jardim de flores. E não só as árvores florescem, mas também temos canteiros de flores - tulipas, narcisos, peónias, rosas, lilases, entre outros. Oh, como eu amo a minha cidade. Os meus filhos nasceram aqui. Todos os dias saía com a minha rapariga "Especial". Andamos pelas ruas. Mostrei-lhe a beleza da natureza e a forma como falamos de cada estação.

E então este terrível dia negro de 24 de fevereiro veio, que virou tudo do avesso nas nossas vidas. A vida quotidiana monótona para sobreviver começou. Ouvimos sirenes todos os dias na nossa cidade. Assustam não só as crianças, mas também os adultos. Nunca soubemos o que é a guerra antes. Nunca detivemos armas nas nossas mãos. E agora temos este medo diário de uma guerra horrível. Temos de enterrar os patriotas da Ucrânia todos os dias. Os nossos corações doem e sangram.

Apenas orações e palavras a Deus – perdoe e salve a Ucrânia! É como me sinto, é o que penso quando a minha filha tem de correr para uma cave húmida, e ela recusa, não entende o que está a acontecer, nunca entende a palavra "agressor", diz ela: «Um homem é bom, ele não me vai fazer mal».

Fiquei sozinha com a minha dor. Tenho de ir trabalhar com a minha filha para ajudar pessoas deslocadas internamente cujas casas foram destruídas por russos, e agora são sem-abrigo. Faço-o com a minha filha porque ela fica com ninguém a não ser com a mãe. Ela não vai comer, beber ou dormir se a mãe não estiver perto.

Eu grito para a minha almofada à noite, e parece-me que todo o planeta está a tremer de dor, com a minha impotência, que não há nada que eu possa fazer, não posso parar a guerra.

Mas hoje a minha filha perguntou-me: 'Porque estás a chorar?'. Limpei as minhas lágrimas e respondi: «Querida, há uma guerra na rua». E voltou a perguntar: «Dói a guerra?» E não tive resposta!

Desenhou de imediato algumas coisas e entregou-mas: «Leva-as, mãe, não chores».

Notei o medo nestes desenhos, que estava escondido na sua imaginação.

Passámos por muito sofrimento nas nossas vidas, mas tal sofrimento que está a acontecer agora na Ucrânia, é horror, dor constante, lágrimas, desespero, medo. Só a fé em Deus nos dá força!

Já tivemos mortes suficientes: a nação ucraniana está a morrer, pessoas inocentes estão a morrer, crianças inocentes estão a morrer! Acreditamos que chegará a hora, o sol brilhará, e voltaremos a cultivar flores, jardins de plantas e dar à luz crianças. Mas agora precisamos de ajuda, apoio e compreensão!

## **Região de Kirovohrad**

### **3 março, região de Kirovohrad**

Sou o presidente da organização das mães de crianças com deficiência. Na região de Kirovohrad, graças a Deus tudo está calmo.

Hoje, pela primeira vez em 8 dias, não houve alerta aéreo.

Precisamos de medicamentos, fraldas primeiro! Não há nada as farmácias. Os pais escrevem que os filhos não se estão a sentir bem.

## **Região de Kiev**

### **4 março, região de Kiev**

A cidade estava cercada. Estamos no território fronteiriço com a Bielorrússia. Os combates estão a ocorrer nas proximidades das aldeias vizinhas e da cidade de Chernihiv.

Os medicamentos necessários e de que precisamos esgotaram nas farmácias e, em geral, todas as reservas disponíveis nas lojas já estão a ficar sem prateleiras vazias há vários dias. A administração da cidade coze pão, entrega leite da quinta e batatas em mini padarias locais. Há longas filas para estes produtos e nem sempre o suficiente para todos.

Existe um acordo para que o leite e o pão sejam entregues ao Centro. Trabalho como diretor do

Centro e participo ativamente na distribuição de produtos. O Centro é uma instituição municipal. Em 2021, o Centro disponibilizou serviços de reabilitação social para 265 pessoas. [...]

Hoje, os moradores da cidade precisam de comida, medicamentos, água potável, produtos de higiene, fraldas.

Uma vez que os combates ativos estão em curso perto da cidade de Slavutich, sirenes e alertas aéreos tocam diariamente. Neste momento, algumas das pessoas das nossas salas descem para as caves, e algumas ficam em casa (nos corredores ou casas de banho).

### **10 de março, região de Kiev**

Neste momento, um grande número de membros da organização levou temporariamente os seus filhos para o estrangeiro. As famílias que permanecem não têm medicamentos suficientes, ou os medicamentos tornam-se muito caros. Os preços estão a subir todos os dias.

Para os produtos: ainda podemos comprar nas lojas, mas os preços começaram a subir, acho que os pais não terão dinheiro em breve.

Temos uma ligação com alguns dos nossos membros. Aqueles que ficaram na Ucrânia, em Kiev, vivem principalmente em 2-3 distritos próximos da nossa organização.

Na nossa opinião, teremos uma forte necessidade de apoio psicológico aos pais após o fim das hostilidades. A situação é agora muito difícil para as crianças - muitas delas sofreram stress e muitos mais recursos serão gastos a restaurar o seu estado psicológico. Ainda não há recursos para isto. Os nossos alunos adultos vão precisar de mais intervenção dos professores.

### **10 março, região de Kiev**

Tento manter-me em contacto com todos os que posso contactar e vejo que o estado anímico das nossas famílias está a mudar. Nos primeiros dias, estávamos todos chocados. Depois começaram a aprender a viver num estado tão terrível. Agora há cada vez mais dor, porque recebemos notícias de morte e destruição de amigos e parentes nos subúrbios de Kiev e de outras cidades da Ucrânia.

Hoje, as famílias que foram contactadas têm comida e água. Para a medicação, é mais difícil porque são difíceis de comprar. Mas não é crítico.

O mais problemático é que esta situação é instável e pode piorar a qualquer momento.

Acima de tudo, precisamos de ajuda para apoiar e normalizar o dia-a-dia das pessoas com deficiência. Em Kiev, há iniciativas de voluntariado que ajudam com ideias e coisas, as pessoas ajudam-se mutuamente.

Mas a situação é muito diferente na cidade. Depende de onde a família vive geograficamente. O distrito ou a rua importa.

Para fornecer comida e coisas às famílias, a distância é um obstáculo. A cidade é grande, a comunicação entre moradores das margens direita e esquerda é difícil; há falta de combustível para os carros; as distâncias a pé são longas e perigosas.

A principal atividade da nossa organização é apoiar e proporcionar atividades diárias às crianças e jovens com deficiência, em particular às pessoas com deficiências graves e complexas.

Até 20 famílias receberam este apoio. Muitas outras famílias receberam aconselhamento.

Agora muitas famílias foram evacuadas, algumas ficaram em Kiev. Alguns, infelizmente, não contactam.

É necessária ajuda tanto para aqueles que estão em Kiev, como para aqueles que se encontram em toda a Ucrânia em lugares mais seguros.

A cada dia que passa, a ajuda torna-se cada vez mais necessária, porque os problemas se acumulam.

E preocupa-me que, com o fim da guerra, seja muito difícil financeiramente durante algum tempo, porque a maioria deles estará extremamente exausta financeira e intelectualmente.

Os trabalhadores do seu centro, que agora ficaram sem salários, também precisam de ajuda.

### **11 março**

Fundi uma "escola da vida" especial para crianças e jovens com autismo, paralisia cerebral, epilepsia e outras deficiências. A nossa " escola da vida " forma crianças com deficiências graves. As crianças cujas mães trabalham nos turnos da noite ficam nas instalações da "escola da vida" à noite.

Hoje, todas as crianças e adultos estão com as suas mães. [...]

Os professores, os educadores e os assistentes sociais não receberão um salário, porque não somos uma organização governamental, mas uma organização privada.

### **11 de março, região de Kiev**

Devido à falta de eletricidade, comunicações móveis e Internet pararam pelo terceiro dia. [...] A cidade tem uma necessidade urgente de geradores móveis de energia, farinha e equipamento de padaria. Mantenho contacto pessoal com as famílias.

### **11 de março, região de Kiev**

A nossa organização é constituída por 50 famílias com uma criança ou uma pessoa com deficiência. Mantemo-nos em contacto com todos e tentamos ajudar com a comida.

Até hoje, estávamos relativamente calmos, mas a sabotagem e os ataques aéreos já começaram.

Infelizmente, acho que a nossa cidade ainda tem o pior para vir, já que temos na cidade um aeroporto internacional, que os invasores vão definitivamente tentar ocupar.

A situação dos alimentos é atualmente mais ou menos controlada, existem muitas organizações de voluntários locais que ajudam no terreno com comida e água.

Neste momento, o problema está nos medicamentos, uma vez que muitos medicamentos não estão disponíveis nas farmácias, ou não há forma de os comprar por falta de fundos. Isto é algo que é urgentemente necessário, algo que as pessoas têm de assumir diariamente e sem os quais não podem continuar.

### **11 de março, região de Kiev**

Há sobretudo mães solteiras com filhos. A organização está a tentar ajudá-los a deixar o país, levando-os para as fronteiras romena e polaca.

A maioria das famílias está retida em Kiev e incapaz de se deslocar. Ainda podemos organizar ajuda e apoio, os bancos ainda estão a trabalhar.

### **16 de março, região de Kiev**

Neste momento, não há ligação fixa à internet na nossa cidade de Slavutich. As linhas estão danificadas, e não sabemos quando os problemas serão resolvidos. Portanto, os bancos ainda não estão a funcionar.





## Região de Lviv

### 3 de março, Lviv

As pessoas com deficiência e as suas famílias precisam de medicamentos, comida, papel higiênico, etc. que não estão agora disponíveis nas nossas lojas. A maioria dos pais estava desempregado em março. Não terão fundos suficientes para comprar medicamentos, produtos de higiene e alimentos. Eles também precisam de fraldas para adultos (S, M, L, XL).

Há também a necessidade de coisas que são necessárias durante a sua estadia num abrigo anti-bomba (sacos de dormir, lanternas, bancos de energia, água potável, tapetes, cadeiras dobráveis e mesa, garrafa térmica).

O número aproximado de pessoas necessitadas é de 30 (baixo rendimento, com crianças ou pessoas adultas com deficiências moderadas ou complexas).

Também temos famílias de refugiados de outras cidades da Ucrânia na nossa cidade e aldeias próximas.

Há cerca de 400 famílias. Aproximadamente 150 deles realmente precisam de ajuda.

### **3 de março, região de Lviv**

Desde a introdução da lei marcial, os assistentes sociais mudaram para o modo de trabalho online. Estamos constantemente a trabalhar com famílias que criam crianças/jovens com deficiência intelectual - por telefone, grupos de Messenger.

Os colaboradores voluntários de oficinas de costura e culinária começaram a costurar toalhas e a cozer pão de gengibre para as necessidades da nossa comunidade a partir dos materiais que permaneceram na organização.

As famílias estão sempre em casa porque a nossa cidade também foi bombardeada e os alarmes de ataques aéreos são ouvidos constantemente. Os nossos beneficiários são famílias de crianças e jovens com deficiência intelectual (formas severas de autismo, epilepsia, deficiência intelectual).

As famílias estão agora em estado de choque, incompreensão e impotência; as empresas deixaram de trabalhar e os pais não estão a trabalhar. Apenas 2 famílias da nossa lista de membros da organização ficaram (uma no estrangeiro e outra na Ucrânia).

Quase metade das nossas famílias são famílias que vivem em zonas rurais e as oportunidades de comprar as coisas mais necessárias são muito limitadas. Muitas das famílias que vivem na cidade (muitas famílias são de áreas rurais) começaram a aceitar pessoas de Kiev e Odesa. E aqui já são muitos os pedidos de alimentos, medicamentos, produtos de higiene, fraldas para adultos.

### **9 de março, Lviv**

Hoje enfrentamos novos desafios relacionados com a agressão militar da Rússia contra a Ucrânia e a introdução da lei marcial. A situação é extremamente complexa e pouco otimista. Os alarmes soam várias vezes todos os dias, independentemente de ser de dia ou de noite.

A maioria das mães, sem força física, simplesmente ficam em apartamentos com adultos durante ataques aéreos.

Muitas das pessoas das nossas instituições, cerca de 300 pessoas, incluindo crianças e jovens com deficiência e suas famílias, ficaram sem meios básicos de subsistência, sem cuidados médicos e medicamentos.

Este é um momento muito difícil para as crianças da Ucrânia, e temos de fazer tudo o que estiver ao

nosso alcance para os ajudar. As crianças e jovens com deficiência, como todos nós, querem poder satisfazer, pelo menos, as suas necessidades básicas. Sabem que merecem porque todos deviam ter esta oportunidade. Os homens estão agora abandonados e incapazes de serem evacuados devido às suas "necessidades especiais".

Em conjunto, temos de provar que ter uma deficiência não significa ser um problema.

### **9 de março, Lviv**

O Centro opera nesta situação de crise. Prestamos apoio aos nossos 400 clientes e suas famílias que ficam na Ucrânia, e aos refugiados temporariamente instalados que pretendem viajar para o estrangeiro.

Alimentamo-los, os nossos empregados estão de serviço na estação ferroviária e encontram pessoas com deficiência.

### **9 de março, região de Lviv**

A situação na nossa região é mais ou menos calma. A nossa organização está ativa. Antes da guerra, os nossos membros vinham ao nosso Centro para ficar e comunicar, para terem formação por voluntários. Temos uma sala. Precisamos de ajuda com medicamentos, porque as farmácias esgotaram tudo.

Um fardo psicológico muito pesado para pais e familiares.

### **11 de março, Lviv**

Ainda estamos em Lviv a trabalhar com crianças que não andam ou falam, crianças com deficiências graves. Tudo ainda está aberto, mas as pessoas não têm muito dinheiro.

Temos uma situação estável, há muitos refugiados, mais de 200 mil. Temos água, gás, eletricidade.

Em tempos de paz, todas as organizações funcionaram bem, mas agora ficamos em casa com os nossos filhos.

### **16 de março, Lviv**

Somos uma paragem de trânsito para pessoas com deficiência e crianças com deficiência que viajam para o estrangeiro. Ficam connosco de 1 a 7 dias. Temos 20 a 40 famílias por semana.

Existem agora 250 famílias a viver em Lviv e nós apoiamo-las.

### **18 de março, Lviv**

Conseguimos satisfazer as nossas necessidades básicas, mas todo o país está sob muita pressão, mesmo fora das zonas de guerra, devido à escassez e às pessoas deslocadas.

Os tiros foram ouvidos pela primeira vez hoje.

### **18 de março, Lviv**

A situação das famílias com deficiência tornou-se agora mais complicada. Algumas famílias foram para o estrangeiro. Aqueles que ficaram, sofrem das consequências da lei marcial. Algumas famílias não têm a oportunidade de comprar produtos alimentares e de higiene. A maioria das famílias precisa de mais envolvimento, apoio e assistência.

Precisamos de ajuda com comida, pacotes alimentares, medicamentos, produtos de higiene.

### **21 de março, Lviv**

Gostaríamos de informar que, apesar da situação criada pelas ações dos ocupantes- Rússia, a organização continua a implementar programas de reabilitação. Reabilitação de mulheres com cancro da mama, reabilitação de doentes com distúrbios músculo-esqueléticos, aluguer de instalações de reabilitação, reabilitação de jovens com deficiência intelectual e paralisia cerebral.

## **Região de Mykolaiv**

### **8 de março, região de Mykolaiv**

A situação na cidade é difícil. Há bombardeamentos todos os dias, há um alerta aéreo a cada hora. Há cerca de 3 mil crianças e pessoas com deficiência intelectual na cidade.

As famílias têm medo de deixar crianças e idosos para irem lá fora buscar comida e medicamentos

necessários. A situação nas famílias é alarmante. Crianças com autismo tornam-se agressivas. Crianças com síndrome de Down caíram numa depressão profunda.

É muito problemático transportar crianças com paralisia cerebral para bombardear abrigos.

Além disso, há um abrigo para idosos solitários - o centro geriátrico da cidade. E 3 internatos especializados. Todas estas pessoas são cuidadas por voluntários destas fundações.

Temos um quarto para distribuir ajuda humanitária. Mantemos a comunicação 24 horas por dia.

### **16 de março, região de Mykolaiv**

Há 310 famílias com crianças especiais e 350 pessoas deslocadas das áreas afetadas, que estão agora a ser colocadas em internatos .

Devido a interrupções na comunicação e luz, entrarei em contacto consigo mais tarde. Agora, todos os esforços estão focados na organização da evacuação e colocação de pessoas que vêm do abismo, tentando colocar um telhado sobre as suas cabeças.

## **Região de Odesa**

### **9 de março, Odesa**

A organização ajuda pessoas que não conseguiram sair da cidade (20 pessoas). Mas não temos mais dinheiro.

A situação é difícil, as pessoas estão assustadas, muitas delas não receberam os seus pagamentos de pensões. Precisamos de ajuda, temos água. Não entendemos coisas.

### **19 de março, Odesa**

Jovens com deficiência estão a tecer redes de camuflagem para os nossos soldados. Os pais também se juntam.

## **Região de Poltava**

### **10 março**

As sirenes estão sempre a tocar, 8 vezes hoje, mas não há combates, nem russos. Ainda está muito quieto.

Lojas e bancos estão a funcionar. A organização ajuda crianças pequenas com deficiência.

### **11 março**

A nossa instituição não trabalha desde o início da guerra. Como durante a quarentena Covid-19, crianças e pessoas com deficiência estão em casa. O pessoal também deixou de trabalhar. É muito difícil organizar aulas remotas para crianças e pessoas com deficiência intelectual.

Claro que precisamos de ajuda com pacotes de comida e kits de higiene. A ajuda humanitária das organizações de caridade e de voluntariado é prestada principalmente às pessoas deslocadas internamente. São principalmente produtos alimentares e de higiene.

Atualmente, é necessário um apoio social para crianças e pessoas com deficiência, mas dada a ameaça constante de bombardeamentos aéreos (várias vezes por dia) e a incapacidade de nos escondermos rapidamente dos bombardeamentos, não podemos arriscar o pessoal.

### **12 março**

Apesar de milhares de pessoas terem deixado Poltava, as mães com crianças com deficiência intelectual permanecem na cidade. Estas crianças têm dificuldade em lidar com o stress na estrada e estar numa cidade estranha. Tentamos ficar juntos e ficar em casa. Há 114 pessoas.

Não há tropas russas na cidade. A cidade é um ponto de trânsito para refugiados da zona de guerra ativa, por isso há muitas pessoas.

Para as necessidades das pessoas afetadas, os voluntários compram tudo o que precisam nas lojas e farmácias, pelo que se cria uma certa escassez de bens. Lojas, bancos, farmácias e hospitais estão abertos.

O nosso centro educativo e de reabilitação parou temporariamente os programas de reabilitação para crianças. A administração está a funcionar. As instalações da organização estão equipadas com um abrigo anti bomba e um ponto de recolha de ajuda humanitária.

As pessoas estão a ficar sem dinheiro. É impossível comprar certos medicamentos, alimentos dietéticos, produtos de higiene, especialmente fraldas.

Poltava está cheia de cães e gatos que ficaram sem donos. As pessoas fugiram da cidade e abandonaram animais na estação de comboios e nas suas casas. Além disso, muitos animais são transportados por pessoas durante a evacuação. Não se trata apenas de animais individuais, mas também de canis inteiros.

## **Região de Totais**

### **10 de março, região de Sumy**

Agora a nossa cidade está calma, mas há ameaças de bombardeamentos e bombardeamentos aéreos, sirenes soam quase todas as noites, e escondemo-nos em abrigos, todas as estradas estão bloqueadas, a entrega de medicamentos e comida para as lojas é quase inexistente, as prateleiras das lojas estão quase vazias, há longas filas para a comida que está disponível. As crianças têm muito medo.

O sistema de serviços está a funcionar, a água está a funcionar, e a situação dos medicamentos é difícil.

## **Região de Volyn**

### **4 de março, região de Volyn**

Todas as pessoas sofrem por causa das hostilidades, mas as mais vulneráveis são as pessoas com deficiência, as crianças, os idosos.

A nossa ONG ajuda indivíduos com distúrbios intelectuais e suas famílias. Estávamos ativos antes do início da invasão das tropas russas na Ucrânia. Estamos localizados no oeste da Ucrânia, na fronteira com a Polónia e Bielorrússia.

Por enquanto, a nossa cidade não foi alvejada, mas os alarmes aéreos são ouvidos 5 a 7 vezes por dia. Mesmo que no primeiro dia, tenham disparado foguetes no aeródromo. Várias mães e crianças com deficiência saíram para a Polónia.

A nossa organização ajuda 60 famílias que têm filhos e crianças adultas com deficiência.

Normalmente, estas famílias têm uma pequena quantidade de dinheiro porque vivem das pensões das crianças com deficiência. Assim, num futuro próximo, a sua situação financeira irá deteriorar-se.

Muitos ficaram sem suprimentos alimentares. Há uma necessidade de comida, ou de meios para comprar comida.

Nas farmácias, não há medicamentos suficientes, ou os preços não são razoáveis para pessoas com deficiência. É o mesmo para produtos de higiene.

## **Região de Zakarpattia**

### **4 março**

Vivemos no oeste da Ucrânia, e a nossa região está calma até agora...

Mas temos um grande número de refugiados na nossa região. No entanto, as estatísticas não dizem quantas são pessoas com deficiência. As pessoas estão em apartamentos de refugiados, todos os dormitórios já estão cheios, e instalam-se em escolas e jardins-de-infância.

O número de refugiados oficialmente registados era de cerca de 60 mil pessoas (segundo as estatísticas , 7 a 10% são pessoas com deficiência).

Há uma crise: as lojas esgotam os produtos, os medicamentos antiepiléticos são insuficientes, assim como os produtos de higiene.

### **5 março, região de Zakarpattia**

Sou o presidente de uma organização que apoia 60 famílias e adultos com deficiência intelectual.

Na nossa cidade existem 3 internatos psiconeurológicos e um Centro Regional de Reabilitação para pessoas com deficiência.

A situação na cidade é extremamente difícil. Juntámo-nos à ajuda aos refugiados, que agora são maiores em número do que a nossa população, e aos seus filhos. E também apoiamos os militares.

Há necessidade de produtos de armazenamento a longo prazo, alimentos, fraldas, medicamentos, vestuário, cobertores. Ferramentas, água engarrafada , lanternas , etc.

### **11 março, região de Zakarpattia**

Neste momento, temos contactos com famílias que cuidam de crianças e jovens com deficiência. Tivemos workshops sociais, mas estão atualmente fechados, e as famílias estão em choque psicológico dadas as circunstâncias.

### **12 março**

Hoje , às 17h30, houve um alerta aéreo pela primeira vez.

Há sete famílias com pessoas com deficiência. A lista de famílias continuará a expandir-se à medida que as pessoas continuam a chegar em grandes grupos.

### **14 de março, região de Zakarpattia**

Desculpe por ser um pouco caótico, as sirenes constantes tornam impossível concentrar-me.

### **17 de março, região de Zakarpattia**

Sou o presidente de uma organização que tem mais de 200 famílias com crianças com deficiência e jovens com deficiência. Mantemo-nos em contacto com eles. Agora prestamos assistência psicológica .

A cidade está sob ocupação. Não há gás, nem aquecimento, nem luz. Precisamos mesmo de ajuda. Temos um problema com comida, medicamentos, roupas quentes, cobertores, aquecedores. Temos uma ligação com as famílias e poderemos distribuir assistência entre eles.

## **Região de Zaporizhzhia**

### **11 de março, região de Zaporizhzhia**

Por enquanto, a nossa cidade está estável, mas tensa. As sirenes não tocam constantemente, mas muitas empresas fecharam, as pessoas perderam os seus empregos. Muitos deixaram seus apartamentos e foram evacuados para o oeste da Ucrânia, ou para a Polónia, Eslováquia, etc. Os que permanecem estão principalmente envolvidos na criação de fortificações, trabalham como voluntários e ajudam os evacuados dos territórios ocupados.

Em muitas cidades da região, os combates estão a ocorrer, ou estão temporariamente sob o domínio dos invasores. Os pais de crianças com autismo que vivem nestas cidades dizem que não têm calor, o fornecimento de alimentos está a esgotar-se, a eletricidade não está disponível, há problemas com a comunicação móvel e pagamentos com cartão.

Mas o pior é que o ocupante começou a controlar a população com propaganda - eles apreenderam a rádio local e dizem como todos ficarão bem sob a Rússia, tocam música para meditação e dão as notícias usando entoações que são usadas na programação neuro-linguística.

Berdiansk, Orekhov, Pologi, Gulyaipole e Tokmak estão sob ocupação. As pessoas com crianças com autismo não têm a oportunidade de sair, porque os invasores não as deixam passar em bloqueios de estradas.

Ao dia de hoje, na nossa cidade os medicamentos estão esgotados, porque nos primeiros dias da guerra, as pessoas compraram antecipadamente e esgotaram todas as reservas da farmácia.

Os pais das cidades ocupadas da região informaram que as lojas estavam a ficar sem comida e água porque não havia abastecimento, as farmácias naquelas cidades também estavam fechadas porque não havia medicamentos. Os ocupantes não permitem a passagem de abastecimentos humanitários e não tentam assegurar as necessidades das pessoas de uma categoria socialmente desprotegida.

Os primeiros autocarros com evacuados já estão a chegar à nossa cidade, e os voluntários estão a comprar comida e medicamentos às suas próprias custas para ajudar estas pessoas.

Os supermercados estão abertos das 9:00 às 16:00, raramente até às 17:00 – e no final do dia de trabalho as prateleiras estão vazias.

Várias organizações de voluntários trabalham aqui, e as nossas famílias ainda são cuidadas pelo serviço de proteção social.

Agora é difícil dizer quais as necessidades que são prioritárias ou serão necessárias em breve. As nossas famílias enfrentaram uma escolha difícil:

- fiquem em casa e preparem-se para proteger a sua cidade, a sua casa, os seus filhos e a sua família,
- evacuar juntamente com todas as pessoas para o oeste da Ucrânia ou para o exterior com uma clara consciência de que ninguém está à nossa espera e dos nossos filhos e que lá seremos um pesado fardo social.

Poucas das nossas famílias concordam em partir, porque a evacuação pode fazer com que crianças e jovens com autismo se desacomodem e piorem a sua condição.



*Zaporizhzhia*

## Região de Zhytomyr

### 4 de março, região de Zhytomyr

Sou o chefe da organização social empenhada em ajudar crianças e jovens que são socialmente vulneráveis. Temos um centro de dia para jovens com deficiências intelectuais e físicas. Estamos também empenhados na reabilitação física de crianças e jovens com deficiência.

Agora não podemos dar aulas por causa da lei marcial. Mantemos contacto telefónico, visitamos voluntários para ajudar, se necessário.

Mais uns dias de guerra e vamos ficar sem suprimentos alimentares, precisamos de produtos pessoais de higiene.

### **16 de março, região de Zhytomyr**

As pessoas com deficiência e as crianças que podiam, já saíram, apenas os mais deficientes foram deixados para trás por falta de transporte (são necessários veículos especiais para mover pessoas com paralisia cerebral e/ou em cadeiras de rodas).

Os voluntários ajudam o máximo possível, mas precisam de veículos para serem evacuados.

### **16 de março, região de Zhytomyr**

Bombas caíram na nossa cidade ontem. Uma pessoa morreu e três ficaram feridas.

A nossa organização opera, recebemos assistência diretamente através da Coligação, e de um voluntário estrangeiro que recolhe ajuda humanitária para as nossas crianças com deficiência.

Existem centros humanitários onde pessoas com cartão de identidade de criança ou pessoas com deficiência podem pedir o que precisam. Mas não existem em todo o lado e não têm de tudo.

Distribuímos tudo o que recebemos dos benfeitores entre os membros da nossa organização, que conta atualmente com 128 pessoas com deficiência e familiares. (Aqueles que permaneceram na Ucrânia das 202 pessoas que estavam antes da guerra.)

Pessoas que não conhecíamos antes da guerra também vierem até nós.

### **16 março, região de Zhytomyr**

Muitas famílias ficaram na Ucrânia, há quem tenha ido para as aldeias para ficar com os parentes, há aqueles que vivem na cidade. Há 25 famílias na organização, e todas elas precisam de ajuda.

Mesmo aqueles que foram para o estrangeiro têm dificuldades, como habitação, alimentação, reabilitação.

As crianças estão trancadas entre quatro paredes, não têm uma comunicação adequada. Depois das explosões, muitas pessoas têm medo de sair à rua. Todas as nossas conquistas não serviram para nada.

### **17 março, região de Zhytomyr**

A situação é mais ou menos calma.

Sirenes e alarmes estão ligados muitas vezes, dia e noite. A cidade e a região sofrem de ataques de

foguetes e bombas. Alguns foram para a defesa civil. Os nossos defensores defendem adequadamente o céu, só sabemos dos mísseis e aviões abatidos no dia seguinte. Estamos muito gratos aos nossos defensores.

A situação alimentar é normal. Nas lojas e mercados podemos comprar quase tudo o que precisamos.

Há alguns problemas com os medicamentos, mas prometeram fornecer todas as farmácias em breve. Medicamentos e comida podem ser encontrados nos centros de voluntariado da cidade, e há muitos deles agora. O vestuário e os artigos de higiene pessoal também podem ser obtidos a partir destas organizações.

A maioria das famílias fica na cidade, cerca de 40 famílias.

O maior problema que temos é relativo a uma das nossas famílias com duas crianças com deficiência intelectual. Estão agora sem casa depois de uma explosão de rockets. Esta família partiu para a aldeia da região. Não há lugar para voltar, a casa está destruída.

Outros membros da nossa organização vivem em casa. Durante os alarmes, escondem-se em caves ou em casa nas casas de banho.

Deve parecer assustador, mas todos já estão cansados de ter medo. Vivemos um dia de cada vez, e damos graças a Deus.

## **Fora da Ucrânia**

### **23 de março, República Checa**

Estou na República Checa com os meus filhos mais novos. Ainda não consegui emprego, não há inclusão neste país.

As crianças serão levadas para o jardim de infância apenas com um assistente. Infelizmente, não posso ser um. Mas estou a considerar vagas e espero que em breve possa trabalhar.

A sua ajuda permitir-nos-á viver num país estrangeiro durante algum tempo e continuar as nossas aulas online. Muito obrigado. Glória à Ucrânia! Estamos todos ansiosos pela vitória, ansiosos por quando podermos regressar à nossa Ucrânia nativa!

## 23 de março, Polónia

O meu filho está realmente a tentar chegar às outras crianças neste momento, ele está a brincar com crianças vizinhas, mesmo sem conhecerem a língua ucraniana. Aprendemos novas palavras polacas.

Mas há alguns aspetos problemáticos para nós. Estão a procurar uma escola especial ou a um jardim de infância especial para o meu filho. Ele é adaptável, frequentou um jardim de infância regular em Kiev, mas podem surgir algumas perguntas sobre o seu comportamento aqui na Polónia. É por isso que estamos à procura de uma escola especializada aqui. O rapaz tem 6 anos, já pode ir para o primeiro ano. Estamos à procura de uma escola especial para ele, o que é muito difícil de encontrar. Mas primeiro precisamos de encontrar habitação, e a habitação tem de ser alugada por seis meses, pelo menos. Há muito poucas escolas especiais, a maioria para crianças polacas.

Fomos a um jardim de infância pago, eles não eram contra ficarem com ele, mas eles não têm um professor de língua ucraniana, por isso o problema pode estar na interação. Agora estão à procura de mais algumas crianças e um professor, com urgência.

Desde 26 de fevereiro que vivemos com uma família na Polónia, acho que esta família está sobrecarregada por nós. Eles traduzem tudo para nós, resolvem todos os problemas relacionados com a língua polaca para nós.

Enviámos mais de 30 e-mails para tratar da criança. Se eu resolver a questão do meu filho, será um ponto de partida para procurar habitação, para procurar emprego. Não queremos pedir o estatuto de refugiado, e trazer um encargo adicional para a Polónia, está agora muito sobrecarregada com o nosso povo. Mas estamos nesta posição, desistimos, porque se não encontrarmos uma oportunidade para a criança, então também eu ficarei sem a oportunidade de ter um emprego, por isso quero mesmo. Seria ótimo ir para uma escola normal, mas como é que vai gerir todo o stress, também por causa da linguagem...?

A Polónia continua a exigir a tradução de todos os documentos para o polaco, certificado por um notário, tudo isto não é barato, e isso não é feito rapidamente, não tivemos tempo para a comissão, que tivemos de passar no dia 25 de fevereiro, em Kiev. Isto permitir-nos-ia ter um documento sobre as necessidades especiais do meu filho. Foi examinado por especialistas, mas não temos um documento sobre as suas necessidades. Assim, não entendo claramente qual é a instituição que é o melhor lugar para ele, além disso, os polacos também exigem os resultados desta comissão. Pelo menos estamos prontos para passar por esta comissão online. Liguei para as autoridades ucranianas, porque sem isto não posso providenciar, também não posso ter acesso ao emprego.

Quanto a outros aspetos da nossa vida, os polacos são muito de boa índole, não precisamos de nada,

mas eu não quero ser um fardo. Também quero encontrar o meu próprio lugar e viver uma vida na qual possa funcionar plenamente.

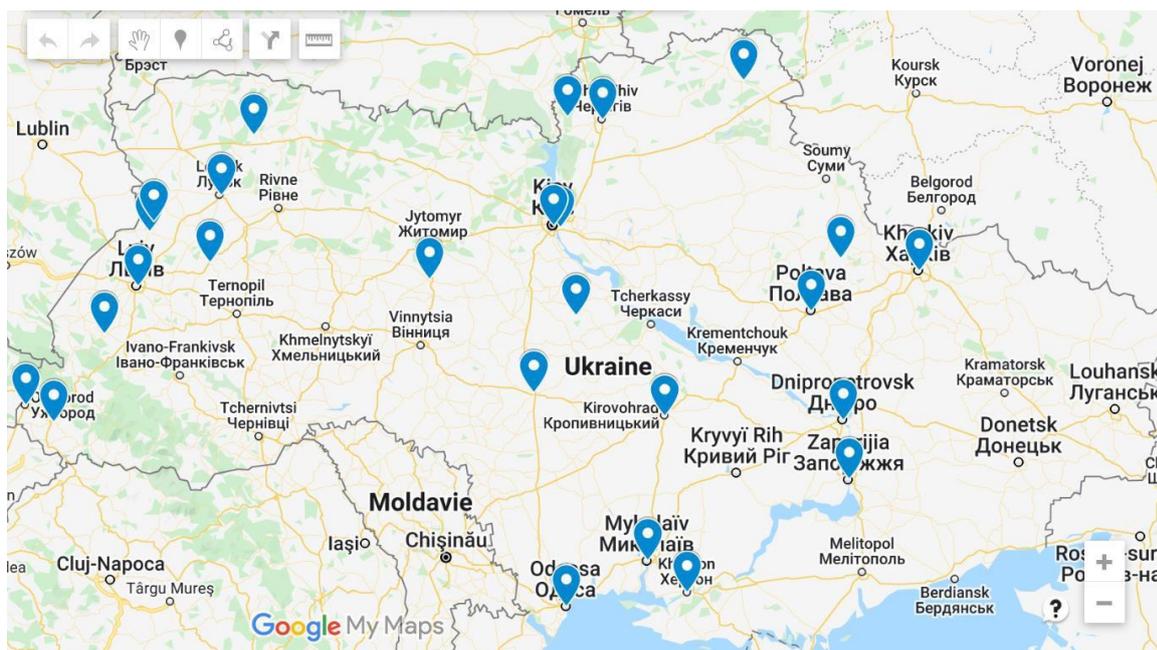
## Como soubemos destas histórias

Antes da guerra, a Coligação contactou a Inclusion Europe, chamando a atenção para a situação das pessoas com deficiência intelectual e suas famílias, e como a situação pré-guerra os estava a afetar.

Quando a guerra começou, a Inclusion Europe manteve-se em estreito contacto com a Coligação.

Também começámos a contactar os membros da Coligação, para termos uma linha direta de comunicação.

Dois pessoas que falam ucraniano e russo contactaram estas organizações por telefone ou aplicações de mensagens. A comunicação era muitas vezes difícil devido à má ligação, às pessoas que se abrigavam, etc.



Mapa com as localizações das organizações na Ucrânia, com as quais a Inclusion Europe falou.

## Coligação Ucrariana

A Coligação reúne 118 organizações locais de toda a Ucrânia.

- Tratam-se, na sua maioria, de organizações de famílias para pessoas com deficiência intelectual.
- Juntos representam 14.000 famílias.
- A Coligação é membro da Inclusion Europe desde 2019.

Nome completo: All-Ukrainian ONG COALITION for Persons with Intellectual Disability

- Diretor: Yulia Klepets
- Presidente: Raisa Kravchenko
- Facebook: [Coligação para proteger os direitos das pessoas com deficiência como resultado de deficiência intelectual](#)
- Sítio Web: [www.intelldisabilities-coalition.com.ua](http://www.intelldisabilities-coalition.com.ua)

Mais sobre a [Coligação e sobre o que precisam.](#)

## Apoio prestado pela Inclusion Europe

A Coligação disse-nos que a melhor forma de ajudar é fazer [uma doação](#). A Inclusion Europe concordou em coordenar esta questão.

Até 24 de março, conseguimos 160.000€ a pessoas com deficiência intelectual e famílias na Ucrânia.

Jyrki Pinomaa, presidente da Inclusion Europe:

Quero agradecer a todos - particulares, associações e organizações, empresários, empresas - que apoiaram a nossa campanha com as vossas generosas doações e, em muitos aspetos, manifestaram apoio às pessoas na Ucrânia.

Gostaria também de agradecer a todos os que puderam prestar ajuda direta às pessoas na Ucrânia e a vós que [ajudaram os refugiados ucranianos](#) na sua dolorosa e pesada viagem para longe da guerra.

Obrigado a todos pela vossa solidariedade para com a Ucrânia!

### **Inclusion Europe**

avenida des arts 3, 1210 Bruxelas, Bélgica\_

[secretariat@inclusion-europe.org](mailto:secretariat@inclusion-europe.org)

[www.inclusion-europe.eu](http://www.inclusion-europe.eu)

A Inclusion Europe é cofinanciada pela União Europeia.

A União Europeia não se responsabiliza pelo conteúdo deste relatório.

