



ICRC

# Information for affected people in Ukraine

## How can I contact the Red Cross?

**0 800 331 800** To contact the **Ukrainian Red Cross Society** from anywhere in Ukraine.

To contact the **International Committee of the Red Cross (ICRC)** in Ukraine:

**0 800 300 155** Kyiv

**0 800 300 165** Mariupol

**0 800 300 115** Slaviansk

**0 800 331 125** Severodonetsk

**0 800 300 185** Donestsk

**0 800 331 195** Luhansk

To contact us from outside Ukraine:

**+41 227303600** Or send an email to [inquiries@icrc.org](mailto:inquiries@icrc.org)

## → How can I get medical aid?

- ✓ **The emergency line in Ukraine is 112.**
- ✓ **If someone is injured, here is what you can do until more help arrives:**
  - Using a clean piece of cloth, ask the injured person, or proceed yourself, to press directly with the cloth on the wound.
  - Swap out physical pressure with a compressive bandage and wrap it around the wound.
  - If you notice any of the following signs, loosen the bandage immediately: In case of any swelling or cyanosis (skin going blue) around the wound, loosen the band.
  - If blood continues to leak through the bandage: Roll an additional bandage or clean cloth over the first bandage you applied.

## → What shall I take with me in the case of evacuating?

- ✓ **Personal documents:**  
National identity card, passport, family certificates, birth certificate, insurance documents, property documents, etc.
- ✓ **Essential items:**  
Food and drink for 3 days, first aid kit, clothing to keep you warm, your family's essential medication, hand torch with extra batteries, covers or mats if possible.
- ✓ **Make sure your family agrees on a meeting point in case you separate.**
- ✓ **Make sure children know their personal information such as their full names, parents' names, and parents' contacts.**

## → Can you help evacuate me / someone from Ukraine?

Unfortunately, we currently don't have any program or capacity to provide individuals and families with transportation or resources for leaving the country. We recommend you contact the organisations below:

- ✓ The International Organization for Migration (IOM) has hotline numbers for people leaving Ukraine. [You can learn more about IOM services here.](#)
- ✓ The United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR) has information and guidance in neighbouring countries such as Poland, Hungary, Moldova and Romania. [You can find more information here.](#)

## → What can I do in the case of active fighting or shelling?

- ✓ If there's a basement, immediately go there.
- ✓ Stay in a safe zone on lower ground with protective walls.
- ✓ Stay as far as possible from windows.
- ✓ Keep your body as close to the ground as possible.
- ✓ Wait until the shooting is over before you move to a safer shelter.
- ✓ Don't pick up anything you haven't dropped yourself.
- ✓ During conflict, things that may look harmless could potentially be explosive objects.
- ✓ Stay away from unattended objects that do not belong to you.
- ✓ Only take roads that are well known to you.

## → I need mental health support.

- ☎ **0 800 331 800** Our partners of the Ukrainian Red Cross are doing their best to provide psychosocial support. They are currently receiving a large number of calls. Thank you for your patience.

## → How can I share my opinion about a service you provided?

- ☎ **0 800 300 155** It is very important for us to hear your feedback about the work we are doing. We invite you to use the communication channel more convenient for you. You can also send a message to you can send a private message on our [Ukrainian Facebook page.](#)

- ⚠ **Please remember all our services are free of charge.**  
Our teams are working around the clock to help as many people as possible. For updates on the crisis, [visit this page.](#)



МКЧХ

# Корисна інформація для людей, які постраждали від конфлікту в Україні

## 📞 Як зв'язатися з Червоним Хрестом?

**0 800 331 800** Звертатися до Товариства Червоного Хреста України можна з будь-якої точки країни.

### Контактні телефони Міжнародного Комітету Червоного Хреста (МКЧХ):

**0 800 300 155** Київ

**0 800 300 165** Маріуполь

**0 800 300 115** Слов'янськ

**0 800 331 125** Сєвєродонецьк

**0 800 300 185** Донецьк

**0 800 331 195** Луганськ

## ➔ Як я можу отримати медичну допомогу?

📞 **112** Лінія допомоги в Україні у надзвичайних ситуаціях.

✓ **Якщо хтось був поранений, ось що ви можете зробити, щоб надати першу допомогу, чекаючи на додаткову допомогу:**

- Використайте чистий шматок тканини: попросіть потерпілого натиснути безпосередньо на рану через тканину або зробіть це самі.
- Коли буде можливість, замініть тканину на компресійну пов'язку та щільно притисніть її до рани.
- Негайно ослабте пов'язку, якщо помітите будь-які з цих ознак: будь-яке опухання чи посиніння навколо рани. Обов'язково ослабте пов'язку.
- Якщо кров продовжує просочуватися крізь пов'язку: накладіть ще одну пов'язку або чисту тканину поверх першої накладеної пов'язки.

## ➔ Чи можете ви допомогти мені виїхати чи евакуювати когось з України?

На жаль, наразі ми не маємо жодної програми чи можливостей, щоб забезпечити окремих людей та сім'ї транспортом чи ресурсами для виїзду з країни.

- ✓ Міжнародна організація з міграції (МОМ) має телефони гарячої лінії для тих, хто виїжджає з України. [Ви можете дізнатися більше про послуги МОМ тут.](#)
- ✓ Верховний комісар ООН у справах біженців (УВКБ ООН) надає інформацію та рекомендації щодо дій в сусідніх країнах, таких як Польща, Угорщина, Молдова та Румунія. [Ви можете знайти більше інформації тут.](#)

**Ось деякі профілактичні заходи, які ви можете вжити, покидаючи свій будинок, щоб знайти притулок в іншому місці:**

- ✓ **Ваші особисті документи:** У надійній захисній сумці зберігайте копію вашої ID-картки або внутрішнього паспорта, закордонного паспорта, свідоцтва про одруження, свідоцтва про народження, страхових документів, документів на майно тощо.
- ✓ **Перевірте, щоб ваші діти знали:** свою персональну інформацію, зокрема своє повне ім'я, імена батьків та контактні дані батьків.

## → Що робити, якщо тривають бої та обстріли?

- ✓ Якщо є підвал, негайно йдіть туди.
- ✓ Залишайтеся в безпечному місці в заглибленні із захисними стінами.
- ✓ Тримайтеся якомога далі від вікон.
- ✓ Перш ніж перейти до безпечнішого укриття, дочекайтеся завершення обстрілу.

## → Що робити, якщо тривають бої та обстріли?

Якщо ви намагаєтеся знайти притулок в Україні чи в сусідніх країнах, таких як Угорщина, Румунія, Молдова, Словаччина, Польща чи Білорусь, наші партнери з національного Червоного Хреста готові підтримати вас.

- ✓ Волонтери та співробітники Червоного Хреста готуються надати переселенцям житло, предмети першої допомоги та медикаменти. Вони також готові надати першу допомогу та психосоціальну підтримку в разі потреби. Ви можете знайти конкретну [контактну інформацію в цьому каталозі](#).

## → Мені потрібна підтримка з питань психічного здоров'я.

- ☎ **0 800 331 800** Наші партнери з Українського Червоного Хреста роблять усе можливе для надання психосоціальної підтримки. Наразі до них надходить велика кількість дзвінків. Дякуємо вам за терпіння.

## → Як ви можете допомогти мені зв'язатися з членом сім'ї?

Якщо ви намагаєтеся знайти притулок в Україні чи в сусідніх країнах, таких як Угорщина, Румунія, Молдова, Словаччина, Польща чи Білорусь, наші партнери з національного Червоного Хреста готові підтримати вас.

- ☎ **0 800 300 155** Пошукові служби можуть приймати звернення громадян за телефоном.
- ☎ **+380 0 800 300 155** Якщо ви телефонуйте з-за меж України.

Ви також можете надіслати електронний лист на [kyi\\_tracing\\_services@icrc.org](mailto:kyi_tracing_services@icrc.org)

## → Як я могу поділитися своєю думкою про послуги, які надає Червоний Хрест?

- ☎ **0 800 300 155** Ви можете зателефонувати нам або залишити повідомлення за номером чи надіслати нам приватне повідомлення на нашій [українській сторінці у Facebook](#).



**Пам'ятайте, що всі наші послуги безкоштовні.**

Коли умови дозволять, ми будемо оцінювати потреби та реагувати на максимумі наших можливостей.

[Ця сторінка](#) буде часто оновлюватися відповідно до розвитку ситуації.