

Підтримка ветеранів і ветеранок

Рекомендований перелік онлайн-курсів



Запоріжжя
2025

Підтримка ветеранів і ветеранок : Рекомендований перелік онлайн-курсів / КЗ «ЗОУНБ» ЗОР, Регіон. консультаційно-тренінг. центр ; [уклад. Г. Мацієвська, Н. Крупій]. – Запоріжжя : [ЗОУНБ], 2025. – 26 с.

Рекомендований список містить добірку безкоштовних онлайн-курсів та ресурсів, спрямованих на підтримку ветеранів і ветеранок, їхніх родин, а також усіх, хто працює або взаємодіє з людьми з бойовим досвідом. Видання охоплює різні аспекти адаптації після повернення з війни: психічне здоров'я, соціальну інтеграцію, працевлаштування, родинну підтримку, юридичні права, чутливу комунікацію та створення дружнього до ветеранів середовища.

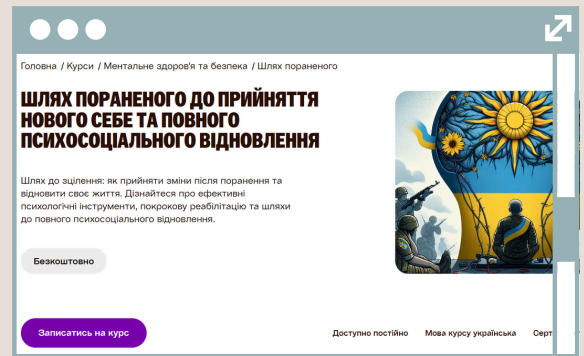
Кожен ресурс супроводжується стислим описом, посиланням на курс або платформу, а також зазначенням цільової аудиторії. Курси розраховані на широкий спектр користувачів — від самих ветеранів і членів їхніх сімей до психологів, соціальних працівників, педагогів, роботодавців, працівників органів влади та громадських організацій.

Список може бути використаний як інформаційно-методичний інструмент під час навчань, тренінгів, консультацій, профорієнтаційної роботи або індивідуального ознайомлення з актуальними освітніми можливостями у сфері підтримки захисників і захисниць України.

Зображення на обкладинці згенероване за допомогою мовної моделі штучного інтелекту.

Шлях пораненого до прийняття нового себе та повного психосоціального відновлення

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/path-to-recovery/>



Дата створення: 2024 р.

Травми війни, на жаль, стали частиною життя українського суспільства. Поранення розбивають людську цілісність та впливають на відчуття самоцінності. Вони можуть роз'єднати людей і змінити життя, розділивши його на «до» та «після».

«Як зміниться моє життя? Чи нормальні такі емоції? Що і хто може допомогти мені прийняти нового себе?», – саме на ці запитання пораненої людини допоможе відповісти цей онлайн-курс.

Адже психосоціальне відновлення людей, які постраждали від війни – це наш шанс на здорове та безпечне майбутнє. Наше суспільство повинно стати для військовослужбовців, які отримали поранення, комфортним, інклюзивним та проінформованим про те, як взаємодіяти.

Головна мета курсу:

- надати відчуття підтримки тим, хто отримав поранення різного ступіня важкості;
- передати покрокові інструкції та дієві психологічні інструменти щодо порядку дій під час реабілітації та на шляху до відновлення;
- допомогти людям, які отримали травми війни, краще зрозуміти свій фізичний та емоційний стан;
- сприяти створенню безпечного середовища та налагодженню екологічних комунікацій у суспільстві.

Під час навчання у зручному онлайн-форматі коротких відеолекцій слухачі отримають знання та базові рекомендації щодо:

- психологічних інструментів прийняття поранення та життєвих змін;
- соціальної адаптації після повернення до цивільного життя.

Курс створила потужна команда авторів, які кожного дня допомагають в реабілітації пораненим військовослужбовцям і військовослужбовицям. Це представники «медичних закладів з людським обличчям». Вони поділяться своїм унікальним досвідом в простій та зрозумілій всім формі.

Проект здійснюється за підтримки Razom. Погляди авторів курсу не обов'язково збігаються з офіційною позицією Організації та Prometheus

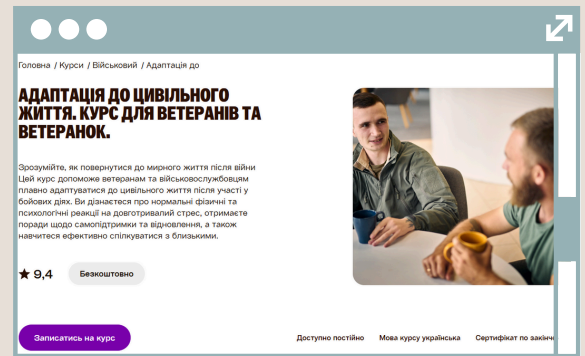


ДИСКЛЕЙМЕР

Prometheus, автори курсу та Razom не несуть відповідальності за можливі наслідки використання інформації, наведеної в курсі.

Адаптація до цивільного життя. Курс для ветеранів та ветеранок

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/veteran-adaptation-to-civilian-life/>



Дата створення: 2024 р.

Війна в Україні триває з 2014 року. Повномасштабне вторгнення, що почалося 24 лютого 2022 року, зачепило всіх громадян України.

На захист українського народу стало безліч людей. Це й ветерани, які вже адаптувалися до цивільного життя після участі у бойових діях. Це добровольці, які брали штурмом двері військових комісаріатів та центрів забезпечення. І мобілізовані громадяни, які отримали повістку та вступили до лав збройних сил України. Вони повернуться або вже повернулися до цивільного життя. А як адаптуватися, знають далеко не всі. Не всі розуміють – те, що відбувається з їхнім тілом та думками, це нормальна реакція на ненормальну ситуацію.

Курс пояснює, що відбувається з ветераном у перший місяць після повернення додому. Надає розуміння, що таке психотерапія, які є міфи та якими методами користуються психотерапевти, як обрати спеціаліста з психічного здоров'я, які можуть бути стосунки з близькими під час адаптації. Курс висвітлює не тільки психологічні та фізичні реакції тіла й розуму на довготривалий стрес, а надає поради щодо відновлення та самопідтримки, спілкування з партнером та дітьми, які можуть допомогти в адаптації до цивільного життя.

Ви отримаєте просте, не наукове пояснення переживань людини, яка була на війні. Дізнаєтеся різницю між психіатром, психотерапевтом та психологом, адже багато людей її не знають.

“Найгірше, що можна спитати — а ще довго?”

Досвід ветеранів вартий поваги

HowAreU.com

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма
ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської



USAID
ВІД АМЕРИКАНСЬКОГО НАРОДУ



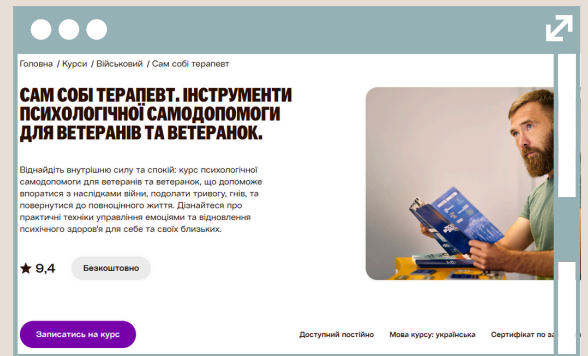
Тематична хвиля «Досвід ветеранів вартий поваги» комунікаційної кампанії «Ти як» Всеукраїнської програми ментального здоров'я за ініціативою Олени Зеленської розроблена спільно з IREX та Державним департаментом США і впроваджується за підтримки Агентства США з міжнародного розвитку (USAID).

Дедалі більше чоловіків і жінок, хлопців і дівчат, які боронили Україну, повертаються додому — хтось після виснажливих бойових дій, хтось після полону. Незалежно від віку — бойовий досвід із ними назавжди. Захисники і захисниці повертаються в середовище цивільних людей, у яких є власний досвід війни. Він інший. Не гірший і не кращий, не легший і не важчий — його не можна порівнювати із досвідом військових. Він просто інший. І кожен ветеран, і кожен цивільний — усі ми — постаємо перед непростою задачею: як нам взаємодіяти одне з одним. Ось про це комунікаційна хвиля «Досвід ветеранів вартий поваги»: про взаємну підтримку і допомогу, про прийняття.

Матеріали для поширення — [завантажити](#)

Сам собі терапевт. Інструменти психологічної самодопомоги для ветеранів та ветеранок

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/self-therapy-tools-for-veterans/>



Дата створення: 2022 р.

Віднайдіть внутрішню силу та спокій: курс психологічної самодопомоги для ветеранів та ветеранок, що допоможе впоратися з наслідками війни, подолати тривогу, гнів, та повернутися до повноцінного життя. Дізнайтеся про практичні техніки управління емоціями та відновлення психічного здоров'я для себе та своїх близьких.

Війна ранить. Не всі рани швидко загоюються. І це стосується не лише нашого тіла, а й душі. Які можуть бути наслідки війни для нашого психічного здоров'я? Як собі дати раду з ними?

У цьому курсі ви знайдете стислі відповіді на ці запитання. Дізнаєтеся про техніки, за допомогою яких можна впоратися з тривогою чи гнівом, приборкати жахливі спогади чи апатію. Ви дізнаєтеся про навички управління внутрішньою напругою та спостереження за власними думками.

Цей курс не панацея – скоріше дороговказ. Він підкаже, куди та як рухатися, щоб відновити якість свого життя. Утім, якщо ви відчуєте складність із будь-якою з технік, представлених у курсі, завжди можна звернутися по фахову допомогу до психотерапевта.

Курс проводиться за підтримки Посольства США в Україні. Погляди авторів курсу не обов'язково збігаються з офіційною позицією уряду США.



Платформа «Це Ок»

Звертайтесь по підтримку після служби — Це Ок

Коли ти повертаєшся у цивільне життя, тобі може потребуватися більше часу та сил на звикання до нового етапу. Аби тобі не доводилося долати емоційні виклики навпомацки і щоби підтримати твоє психічне здоров'я, ми у Veteran Hub створили платформу Це Ок.

Ми підготували матеріали, що підтримають тебе на етапі повернення до цивільного життя. Тут ти дізнаєшся, як керувати своїм психічним станом у перші місяці після звільнення. Знайдеш відповіді, як налагодити контакт з близькими і відновити ролі у родині, як говорити про свій стан з дітьми. Окрім того, зібрали підказки як налагодити сон, налаштувати екран смартфона для твоїх потреб.

Розділ для ветеранів

<https://tseok.com.ua>

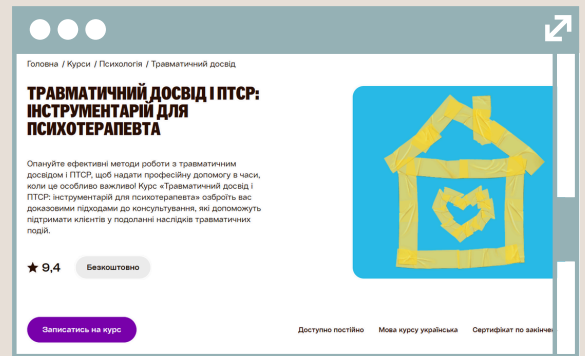
Коли ти повертаєшся у цивільне життя, тобі може потребуватися більше часу та сил на звикання до нового етапу. Аби тобі не доводилося долати емоційні виклики навпомацки і щоби підтримати твоє психічне здоров'я, у Veteran Hub була створена платформа «Це Ок». На якій зібрані корисні структуровані статті та відео про оцінку власного психічного стану та способи піклування про себе й близьких.

Тут є матеріали, що підтримають тебе на етапі повернення до цивільного життя. Тут ти дізнаєшся, як керувати своїм психічним станом у перші місяці після звільнення. Знайдеш відповіді, як налагодити контакт з близькими і відновити ролі у родині, як говорити про свій стан з дітьми. Окрім того, на платформі є безліч корисних підказок як налагодити сон, налаштувати екран смартфона для твоїх потреб тощо.

Коли твоя близька людина звільняється зі служби, ти можеш проживати дуже різні емоції та стани — від радості до нерозуміння, що буде далі. Аби підтримати тебе протягом етапу повернення коханої людини в цивільне життя, на платформі «Це Ок» Veteran Hub підготували поради, що допоможуть тобі справлятися з емоціями й відчуттям невизначеності. Також зібрали когнітивні й тілесні інструменти самопідтримки, які допоможуть попідкуватися про психічне здоров'я та відновити ресурс.

Травматичний досвід і ПТСР: інструментарій для психотерапевта

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/trauma-and-ptsd-tools/>



Дата створення: 2023 р.

Опануйте ефективні методи роботи з травматичним досвідом і ПТСР, щоб надати професійну допомогу в часи, коли це особливо важливо! Курс «Травматичний досвід і ПТСР: інструментарій для психотерапевта» озброїть вас доказовими підходами до консультування, які допоможуть підтримати клієнтів у подоланні наслідків травматичних подій.

Кожен українець або українка зараз, на жаль, мають свій особистий травматичний досвід. Для багатьох звернення за психологічною допомогою стало необхідним кроком для проживання життєвих подій та відновлення рівноваги. Отже, зростає потреба у кваліфікованих спеціалістах-психологах, здатних проводити такі консультації.

Матеріали онлайн-курсу розглядають актуальну для нашої країни проблему психологічної допомоги особам, які зазнали впливу травматичних подій. Описано основні психотерапевтичні підходи до роботи з клієнт(к)ами з таким досвідом, розглянуто доказові методи консультування, що стануть корисними на практиці.

Важливо!



Онлайн-навчання не є комплексною програмою психотерапевтичної підготовки, а отже, потребує додаткового відпрацювання практичних інструментів і професійної сертифікації офлайн. При цьому знайомство з матеріалами саме цього курсу стане ґрунтовною теоретичною базою для подальшого вдосконалення психотерапевтичних навичок.



Застосунки у сфері психічного здоров'я



БАЗА — мобільний застосунок для ветеранів та ветеранок, де зібрані едукативні матеріали про психічне здоров'я, вправи для стабілізації емоційного стану, корисні контакти, а також є чат із психологом.

[Завантажити \(Google Play\).](#)



BetterMe: Mental Health — мобільний застосунок із короткими медитаціями та вправами для стабілізації емоційного стану, техніками для покращення різних аспектів психічного здоров'я, як-от сон, концентрація уваги, зниження тривоги

[Завантажити \(Google Play\).](#)



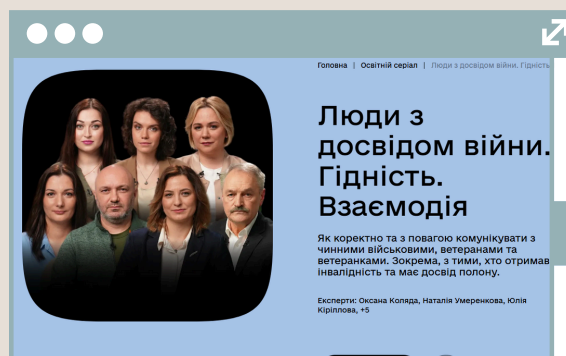
SVITLO — мобільний застосунок із медитаціями, спрямованими на роботу з конкретним станом, як-от обмежувальні переконання, брак любові до себе та самоцінності, відновлення впевненості та віри у власний успіх, подолання конфліктних ситуацій та відновлення гармонії у стосунках

[Завантажити \(Google Play\).](#)



Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія

<https://osvita.diia.gov.ua/courses/people-with-war-experience-dignity-interaction>



Дата створення: 2024 р.

Серіал «Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія» навчає коректній взаємодії з ветеранами й ветеранками, чинними військовими. Упродовж 11 серій ви дізнаєтеся про особливості комунікації в родині, колі друзів та просто в магазині, парку чи публічному місці, а також, що може вирізняти людину з бойовим досвідом, які в неї бувають стани та реакції. Найкращі українські експерти дають рекомендації, як допомогти ветеранам і ветеранкам, військовим звернутися по психологічну допомогу у разі потреби.

Люди з бойовим досвідом відверто розповідають про полон, життя з інвалідністю, ставлення до чорного гумору та чому некоректна пропозиція допомоги може образити. Ви дізнаєтеся, як ввічливо подякувати за службу, не зачепивши особисті кордони людини. Також у серіалі – корисна інформація для роботодавців та громад, які одними з перших зустрічають захисників і захисниць.

Освітній серіал створено за ініціативи Мінцифри у межах тематичної хвилі «Досвід ветеранів вартій поваги» комунікаційної кампанії «Ти як?» Всеукраїнської програми ментального здоров'я — ініціативи першої леді Олени Зеленської за підтримки Координаційного центру з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України, громадської організації «Безбар'єрність» та компанії Visa – учасниці спільноти «Бізнес без бар'єрів» для платформи «Дія.Освіта».

Симулятор жестовою мовою

<https://osvita.diia.gov.ua/simulators/people-with-war-experience-dignity-interaction-sign-language>



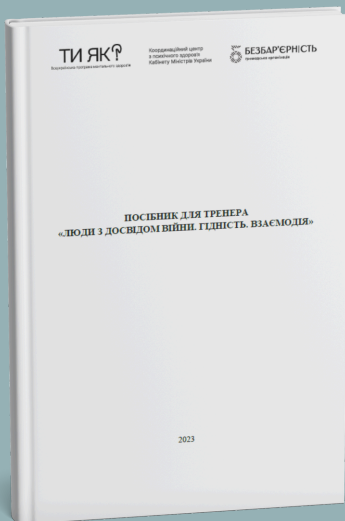
Мануал для тренера «Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія»



Бойовий досвід

Родини військових

Фахова підтримка



Посібник є опорним методичним матеріалом для проведення тренінгу для держслужбовців, роботодавців, працівників соціальних служб, центрів зайнятості, психологів, педагогів, лікарів та усіх, хто дотичний до роботи з людьми, які мають бойовий досвід.

Посібник містить такі розділи:

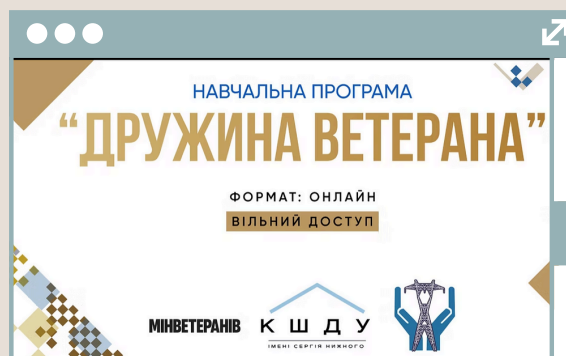
- бойова травма та її вплив на особистість;
- «портрет» українського ветерана та його цінності;
- комунікація з повагою до різного досвіду, зокрема й бойового;
- ненасильницьке спілкування, способи вирішення конфліктів, медіація;
- попередження професійного вигорання фахівця, який працює з ветеранами.

[Завантажити](#)

Посібник для тренера «Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія» створено у межах ініціативи першої леді Олени Зеленської – Всеукраїнської програми ментального здоров'я, за підтримки Всесвітньої організації охорони здоров'я. Авторський колектив: Акименко Ю.Ф., Кириленко М.І., Лахтадир А.М., Одиниця В.В. Проєкт реалізовано Координаційним центром з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України, експертна підтримка – ГО «Безбар'єрність».

Навчальна програма “Дружина ветерана”

<https://www.kspa-ngo.com/platform/veteran-wife>



Онлайн програма "Дружина ветерана", спрямована на зміцнення стійкості сімей ветеранів, формування життєзарадності, економічному та соціальному благополуччю.

Учасниці курсу отримають унікальні знання, інструменти та можливості для особистісного розвитку, самопідтримки і зміцнення родинної стійкості завдяки навчальним блокам, які охоплюють медичну, юридичну, психологічну та економічну підтримку.

Запрошено кращих експертів, щоб цей курс став потужним ресурсом підтримки та розвитку. Особливу увагу приділено ролі партнерок/дружин у процесі реінтеграції військових до мирного життя, сприяння їхній економічній самостійності та активній участі у житті країни, оскільки дружини, часто є тими, хто надає першу підтримку і допомогу, коли військовий повертається додому.

Програма є безоплатною та охоплює наступні блоки: медичний, юридичний, економічний та психологічний.

Кожна лекція розроблена на основі апробованих практик взаємодії з дружинами ветеранів.

Після проходження навчання для учасниць можуть бути організовані зустрічі з експертами проєкту, для того, щоб вони могли отримати відповіді на свої питання.

ПРОГРАМА СТВОРЕНА ДЛЯ ТИХ, ХТО ПРАГНЕ:

- Отримати практичні рекомендації та експертні поради в сфері психологічної, медичної, юридичної, економічної підтримки.
- Отримати доступ до дорожньої карти підтримки для родин ветеранів.
- Сформулювати візію та план дій щодо участі у соціально-політичному житті країни.
- Стати частиною спільноти «Адвокація прав ветеранів».
- Створити осередок підтримки ветеранів та членів їхніх сімей у своїх організаціях/регіонах.

Курс активний до 16 червня

Проект MARTA



MARTA BETA

Діагностика Статті Надавачі послуг Практичні рекомендації

SOS



Психологічна підтримка тут і зараз

Визначте особливості свого стану за допомогою тестування, щоб отримати необхідні пояснення та дієві рекомендації

Практичні рекомендації

Перевірити стан

<https://marta.mva.gov.ua/>

Діагностична система схвалена Мережею Травматичного Стресу Європейського Коледжу Нейропсихофармакології та Всеукраїнською Асоціацією Психосоматичної Медицини. Діагностичні інструменти, представлені на сайті використовуються на регулярній основі для тестування військових НАТО та Всесвітньою організацією охорони здоров'я.

MARTA (Mental Adaptation and Rehabilitation Tools and Analysis з англ. — Інструменти психологічної адаптації та реабілітації та їх аналіз).

Цей ресурс розроблено для захисників, захисниць та членів їх родин. Завдяки проекту користувачі мають можливість самостійно провести перевірку свого психічного здоров'я та отримати рекомендації з його поліпшення тут і зараз.

Чому була створена MARTA?

20%

Ветеранів зазначають, що у майбутньому потребуватимуть допомоги у отриманні психологічної допомоги

47.9%

Ветеранів зіштовхуються з проблемою алкогольної залежності вже зараз

72.8%

Респондентів вважають, що у майбутньому ветерани зіштовхнуться з проблемою зловживання алкоголем

Дані надано в рамках другого анонімного онлайн-опитування серед ветеранів та чинних військовослужбовців проведеного Українським ветеранським фондом (дослідження проведено 6-12 лютого 2023)

Кризовий центр Українського ветеранського фонду - 0 800 33 20 29

Відеокурс «Як спілкуватися чуйно, коли ми проживаємо війну»

<https://ukraine.unfpa.org/uk/videokurs-yak-spilkuvatysia-chuyno>



Дата створення: 2024 р.

Як війна впливає на наше самопочуття та наше спілкування з іншими?
Як правильно розмовляти з військовими? Як підтримати родини, які пережили втрату?
Як нам усім порозумітися, коли в нас є спільний на всіх досвід: війна, і різний для кожного досвід проживання цієї війни?
Та як чуйне спілкування може допомогти нашому суспільству ставати більш міцним, а людям — більш стійкими.

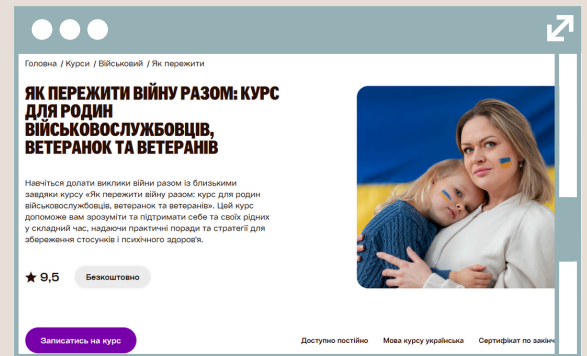
Як коректно спілкуватися з ветеранами та особами з інвалідністю?
Чи усі ми переживаємо посттравматичний стресовий розлад?
Як впоратися з гнівом, нетерплячістю та напругою, які виникають у результаті обставин війни?
Чи впливає війна на психічне здоров'я ваших дітей? Коли про свій психологічний стан потрібно говорити?

Про все це та багато іншого у відеокурсі про чутливе спілкування говорять експертки: Тетяна Трощинська, головна редакторка Громадського радіо, ведуча, тренерка з чутливої комунікації, та Ксенія Возніцина, неврологиня, директорка «Центру психічного здоров'я та реабілітації ветеранів «Лісова поляна» МОЗ України. А також запрошені експерти — Максим Колесніков, ветеран ЗСУ та Олег Симороз, ветеран російсько-української війни, громадсько-політичний діяч.

Цей курс створено для широкого кола українців, зокрема військових/ветеранів та їхніх родин, сімей, які переживають втрату, переміщених українців та родин, які приймають у себе ВПО.

Як пережити війну разом: курс для родин військовослужбовців, ветеранок та ветеранів

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/coping-with-war-for-military-families-and-veterans/>



Дата створення: 2023 р.

Навчіться долати виклики війни разом із близькими завдяки курсу «Як пережити війну разом: курс для родин військовослужбовців, ветеранок та ветеранів». Цей курс допоможе вам зрозуміти та підтримати себе та своїх рідних у складний час, надаючи практичні поради та стратегії для збереження стосунків і психічного здоров'я.

Ми не обирали війну, проте війна вдерлася в наше життя і стала його частиною. Ми не обирали бути родинами військових і ветеранів, але багатьом з нас довелося нашвидкуруч збирати їм рюкзаки та купувати необхідну для війни амуніцію. Перед нами постав виклик, якого ми теж не обирали, і багатьом довелося докорінним чином змінити своє життя.

Сьогодні цей курс актуальний як ніколи, адже багато родин зіткнулися з різючими змінами в житті. Безліч українців пізнали, що таке зміни у стосунках. Тепер без перебільшення мільйони людей знають, що таке тривога, тиск постійного стресу та розгубленість.

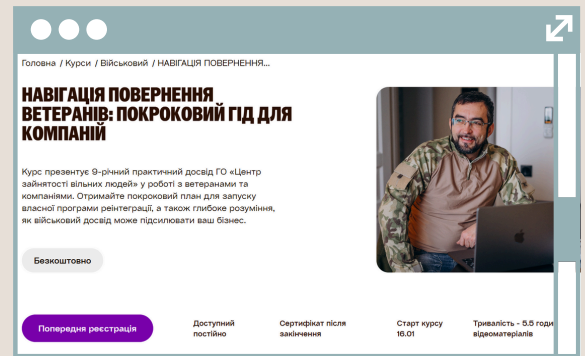
Цей курс створений саме для того, щоб допомогти близьким захисників та захисниць. Ви зможете навчитись усвідомлювати та правильно визначати стани, яких раніше у вашому житті не було. Ви поступово дізнаєтеся, як долати щоденні виклики та навчитесь будувати нормальні стосунки при ненормальних подіях. В курсі докладно пояснено механізми психіки, що включаються у стресових умовах, та окреслено максимально корисні стратегії поведінки. Автори курсу спробували передати вам досвід тих, хто вже проходив цей важкий шлях.

У цьому курсі зібрані досвід терапевтів та клієнтів, які знають, що таке чекати й хвилюватися. Курс побудований не стільки на теорії, скільки на майже дев'ятирічній практиці.

Курс проводиться за підтримки Посольства США в Україні. Погляди авторів курсу не обов'язково збігаються з офіційною позицією уряду США.

НАВІГАЦІЯ ПОВЕРНЕННЯ ВЕТЕРАНІВ: ПОКРОКОВИЙ ГІД ДЛЯ КОМПАНІЙ

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/veterans-navigation/>



Дата створення: 2024 р.

Сьогодні компанії мають можливості завчасно підготуватися до повернення мобілізованих фахівців і фахівчинь та розробити ефективні програми задля їхньої реінтеграції. Важливо вже зараз почати вибудовувати внутрішні процеси, навчати команди та тестувати потенційні рішення.

Такий підхід дасть змогу компаніям ефективно інтегрувати співробітників і співробітниць, які повертаються з війни. А також мінімізувати труднощі для бізнесу, що можуть виникнути через одночасне повернення великої кількості людей із різним досвідом і потребами.

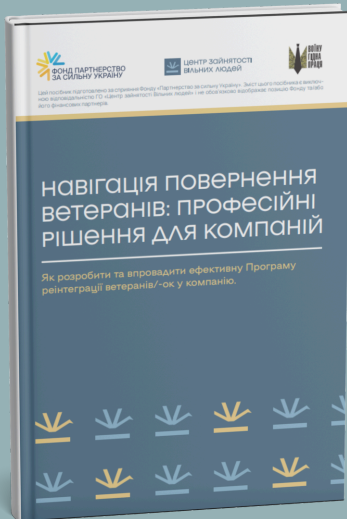
- Понад 6 000 ветеранів та ветеранок отримали консультаційну і менторську підтримку, зокрема 1 100 учасників пройшли комплексну програму «Військовий імунітет у цивільній кар'єрі».
- Понад 300 компаній отримали навчально-консультаційну підтримку, засвоїли ефективні методи комунікації з ветеранами, а також отримали рекомендації щодо створення та впровадження власної програми реінтеграції.
- Понад 1 300 HR-фахівців, керівників та менеджерів уже скористалися цими знаннями, що підтверджує їхню практичну цінність і ефективність.

Онлайн-курс покликаний забезпечити бізнес практичними інструментами для ефективної комунікації з ветеранами, для наймання ветеранів, адаптації військових навичок до цивільних професій, а також підтримки мобілізованих співробітників та їхніх сімей. Підвищити розуміння роботодавців щодо професійної реінтеграції ветеранів і ветеранок.

- Надати алгоритм розроблення Програми реінтеграції ветеранів і ветеранок у компанії.
- Ознайомити з інструментами для ефективної співпраці з ветеранами і ветеранками, зокрема ветеранами і ветеранками з інвалідністю.

Курс презентує 9-річний практичний досвід ГО «Центр зайнятості вільних людей» у роботі з ветеранами та компаніями. Отримайте покроковий план для запуску власної програми реінтеграції, а також глибоке розуміння, як військовий досвід може підсилювати ваш бізнес.

Цей відеокурс став можливим за підтримки Фонду «Партнерство за сильну Україну», який фінансують уряди Великої Британії, Естонії, Канади, Нідерландів, Сполучених Штатів Америки, Фінляндії, Швейцарії та Швеції. Зміст цього відеокурсу є винятковою відповідальністю ГО «Центр зайнятості Вільних людей» і не обов'язково відображає позицію Фонду та/або його фінансових партнерів.

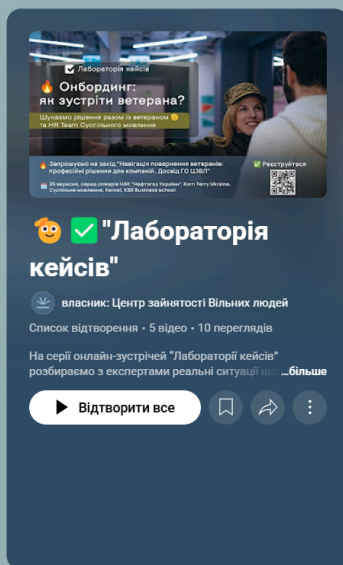


Завантажити

Як розробити та впровадити ефективну програму реінтеграції ветеранів/-ок у компанію

Цей посібник підвищить розуміння роботодавців щодо особливостей професійної реінтеграції ветеранів/-ок, надасть алгоритм розроблення Програми реінтеграції ветеранів/-ок у компанії, інструменти для роботи з ветеранами, які мають інвалідність.

Він буде корисним для HR-спеціалістів/-ок, менеджерів ветеранських проєктів та ініціатив усередині компаній, рекрутерів, працівників відділів кадрів, менеджерів із комунікацій, керівників підрозділів, департаментів, керівників компаній, організацій, установ, у яких працюють ветерани/-ки та які зацікавлені в такій співпраці.



На серії онлайн-зустрічей “Лабораторії кейсів” розбирають з експертами реальні ситуації щодо підтримки та співпраці із військовослужбовцями-співробітниками і/чи ветеранами.

Відео



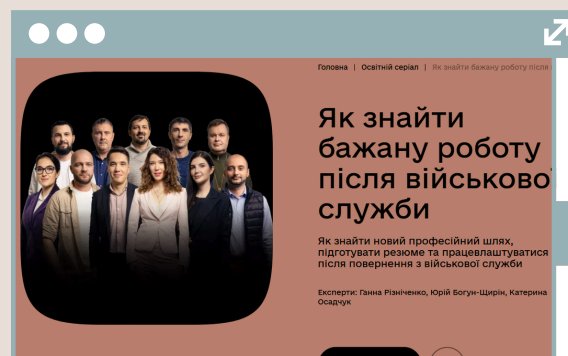
Серія подкастів, щоб сприяти відвертому та щирому діалогу між роботодавцями та ветеранами/ками. Ці подкасти — це унікальна платформа для обміну досвідом представників різних робочих середовищ, обговорення викликів та пошуку спільних рішень.

Відео



Як знайти бажану роботу після військової служби

<https://osvita.diia.gov.ua/courses/find-a-job-after-military-service>

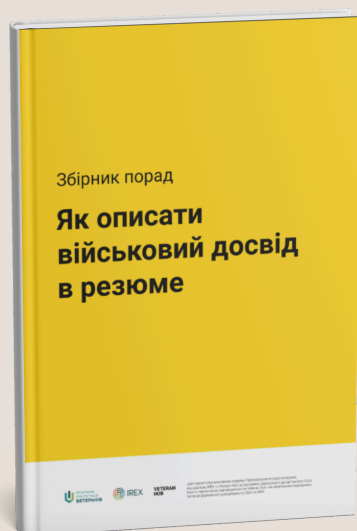


Дата створення: 2024 р.

Розгубитися, де працювати після служби на фронті — нормально. Якщо ви ветеран і не знаєте, як почати новий кар'єрний шлях — перегляньте освітній серіал. Подумайте, яку нову професію ви хотіли б освоїти, підготуйте резюме, знайдіть вакансію, підготуйтеся до співбесіди. Експерти в серіалі будуть розповідати про кожен етап, даючи вам підказки та поради.

Якщо вийде — вітаємо! Якщо ні, спробуйте ще — попереду вас чекає робота мрії!

Освітній серіал створено Громадською організацією «Зелена Смуга» за сприяння Міністерства цифрової трансформації України, Міністерства у справах ветеранів України, компанією INDIGO Tech Recruiters, Work.ua, за підтримки Відділу преси, освіти та культури Посольства Сполучених Штатів Америки в Україні.



ВІЙСЬКОВИЙ ДОСВІД У РЕЗЮМЕ

Збірник порад

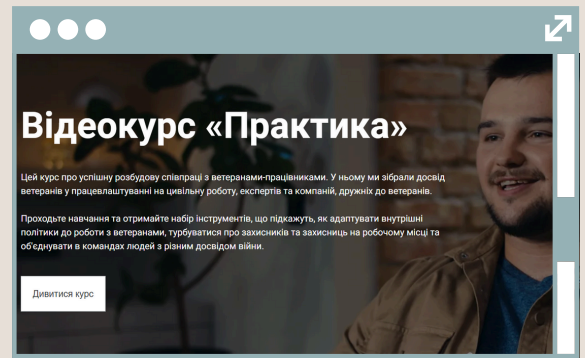
[Завантажити](#)

**VETERAN
HUB**

[Військові посади цивільною мовою](#)

Відеокурс «Практика»

<https://prakyka.veteranhub.com.ua/video-course>



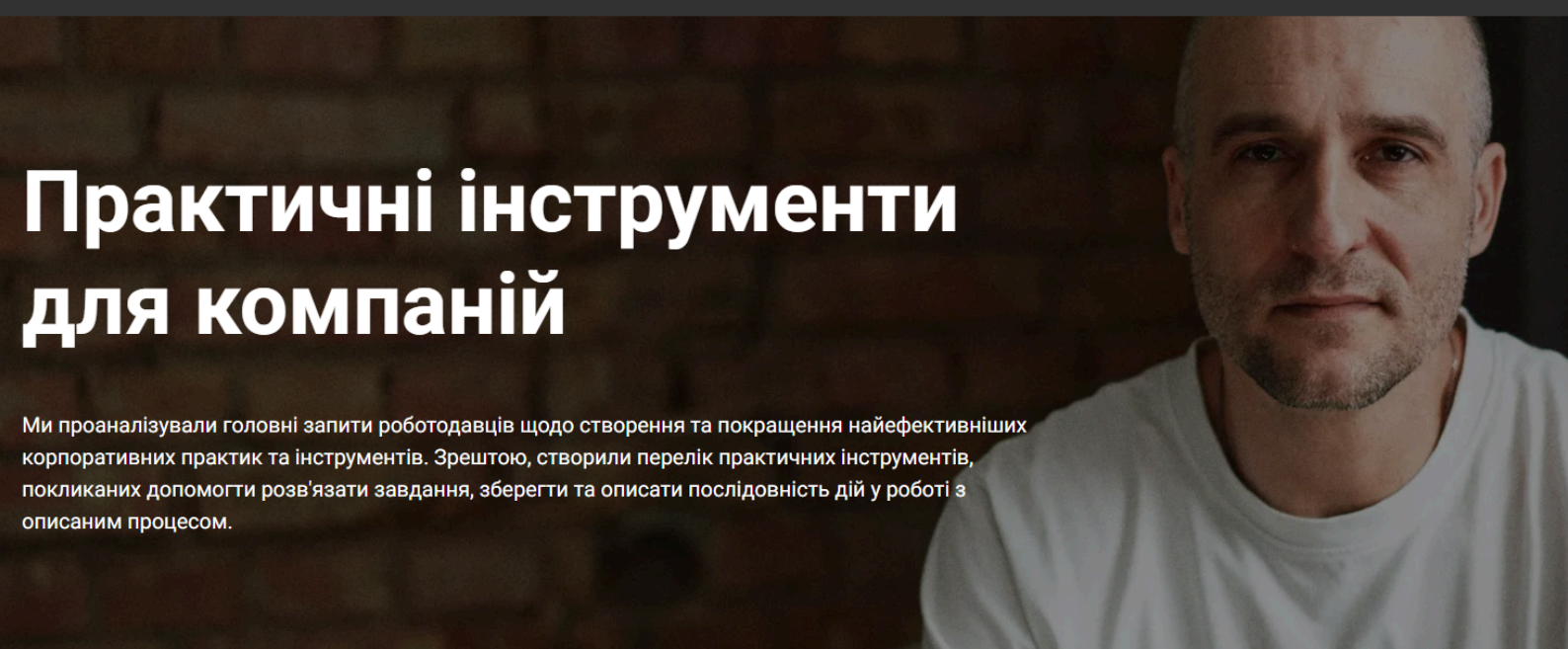
Дата створення: 2023 р.

Цей курс про успішну розбудову співпраці з ветеранами-працівниками. У ньому зібрано досвід ветеранів у працевлаштуванні на цивільну роботу, експертів та компаній, дружніх до ветеранів.

Проходьте навчання та отримайте набір інструментів, що підкажуть, як адаптувати внутрішні політики до роботи з ветеранами, турбуватися про захисників та захисниць на робочому місці та об'єднувати в командах людей з різним досвідом війни.

Що ви дізнаєтесь:

- Як та де шукати кандидатів-ветеранів, проводити підбір, співбесіду та оцінку кандидатів
- Які є юридичні особливості у працевлаштуванні ветеранів/ок
- Як підтримати ветеранів/ок під час повернення у цивільну команду
- Як працювати з людиною, що має бойовий досвід: від прийому на роботу до звільнення
- Як об'єднувати в командах людей з різним досвідом війни
- Про тонкощі дружнього до ветеранів HR-бренду в компанії.



Практичні інструменти для компаній

Ми проаналізували головні запити роботодавців щодо створення та покращення найефективніших корпоративних практик та інструментів. Зрештою, створили перелік практичних інструментів, покликаних допомогти розв'язати завдання, зберегти та описати послідовність дій у роботі з описаним процесом.

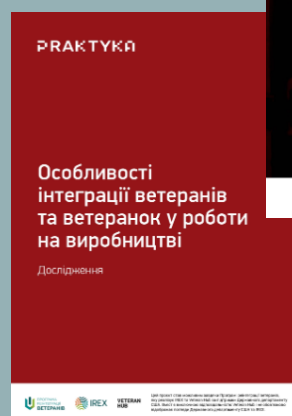
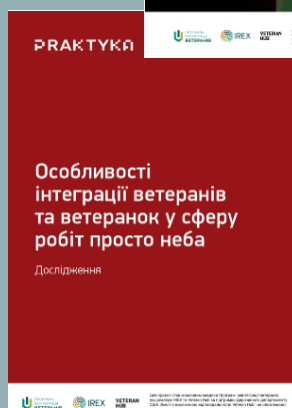
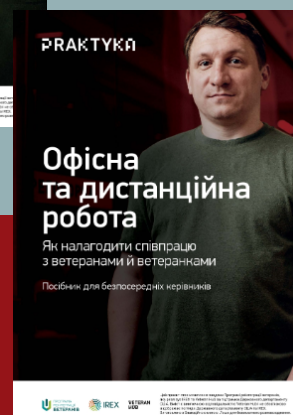
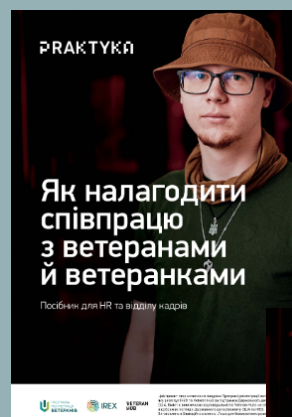
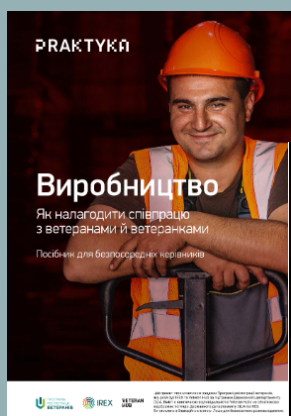
<https://prakyka.veteranhub.com.ua/toolkit>

ПРАКТИКА

Підтримка компаній, які зустрічають ветеранів і ветеранок у командах

<https://praktyka.veteranhub.com.ua>

Проект «Практика» формує у компаній реалістичний образ ветеранів/ок, допомагає зрозуміти їхні потреби, підтримує працедавців у побудові внутрішньої політики та гідної корпоративної культури щодо працівників з військовим досвідом.



Подкасти

Ми створили серію подкастів, щоб сприяти відвертому та щирому діалогу між роботодавцями та ветеранами/ками. Ці подкасти — це унікальна платформа для обміну досвідом представників різних робочих середовищ, обговорення викликів та пошуку спільних рішень. Ми віримо, що відверті розмови та обмін досвідом — це ключ до створення інклюзивнішого робочого середовища для всіх.

Подкасти доступні на платформах:

 [YouTube](#)  [Spotify](#)  [Apple Podcasts](#)

<https://praktyka.veteranhub.com.ua/podcast>



**ПОДКАСТ
ПРАКТУКА**

ПРОГРАМА
ВІТЕРАНІВ
IREX
VETERAN
HUB

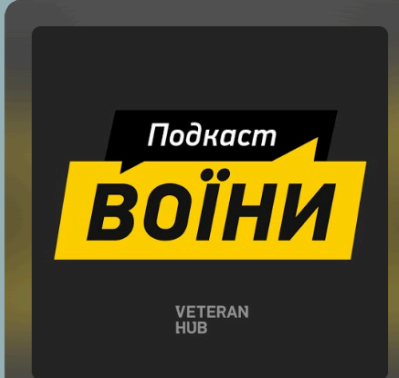
Подкаст Praktyka

 Veteran Hub

Подкаст • 8 серій • Останнє оновлення: 16 лип. 2024р.

Подкаст «Практика» — це майданчик для діалогу ветеранів та компаній без посередників, аби ...[більше](#)

 Відтворити все   



**Подкаст
ВОЇНИ**

VETERAN
HUB

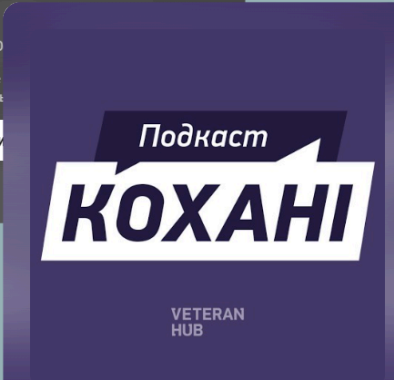
Подкаст Воїни

 Veteran Hub

Подкаст • 14 серій • О

Подкаст «Воїни» — це боронять і звільняють

 Відтворити все



**Подкаст
КОХАНІ**

VETERAN
HUB

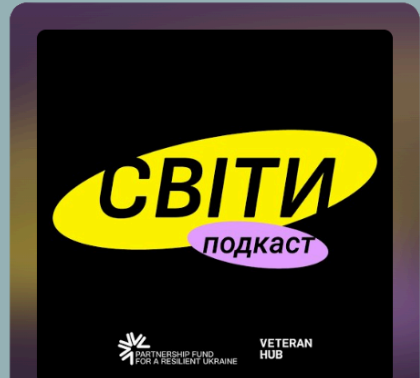
Подкаст Кохані

 Veteran Hub

Подкаст • 13 серій • Останнє оновлення: 7 черв. 2024р.

Подкаст «Кохані» від Veteran Hub — це щирі розмови людей, які чекають або чекали на своїх партнерів ...[більше](#)

 Відтворити все   



**СВІТИ
подкаст**

PARTNERSHIP FUND
FOR A RESILIENT UKRAINE
VETERAN
HUB

Подкаст Світи

 Veteran Hub

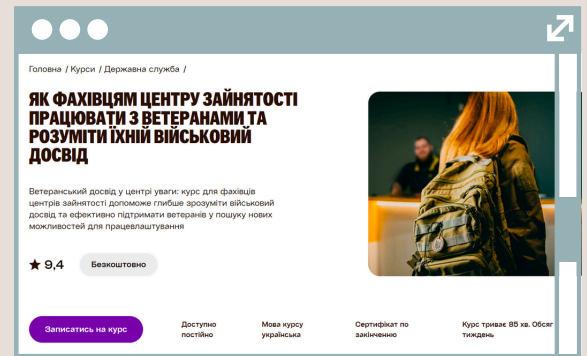
Подкаст • 12 серій • Останнє оновлення: 5 вер. 2024р.

Подкаст «Світи» — розмови воїнів та їхніх коханих людей ...[більше](#)

 Відтворити все   

Як фахівцям центру зайнятості працювати з ветеранами та розуміти їхній військовий досвід

<https://prometheus.org.ua/prometheus-free/working-with-veterans-employment-centers/>



Дата створення: 2024 р.

Ветеранський досвід у центрі уваги: курс для фахівців центрів зайнятості допоможе глибше зрозуміти військовий досвід та ефективно підтримати ветеранів у пошуку нових можливостей для працевлаштування.

Ветерани часто звертаються до центрів зайнятості, коли після служби повертаються до своїх громад і намагаються знайти нове покликання для себе. На цьому етапі повернення до мирного життя їм важливо розуміти, як можна застосувати свій військовий досвід у роботі.

У курсі ви дізнаєтеся:

- як зрозуміти, що перед вами ветеран або ветеранка;
- як спілкуватися етично;
- як зрозуміти реальні потреби ветерана чи ветеранки та допомогти їм перетворити військовий досвід на корисні роботодавцям навички.

У цьому poradniku зібрані роки досвіду роботи Ветеран Хаб з ветеранами АТО/ООС. До роботи над посібником й курсом долучились фахівці Ветеран Хаб, а також HR експертка з досвідом роботи як у громадському, так і корпоративному секторі Анна Шкумат. Курс розроблений за підтримки Програми реінтеграції ветеранів.



ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ ВЕТЕРАНІВ

Посібник

[Завантажити](#)

Як стати роботодавцем, дружнім до ветеранів та ветеранок

Рекомендації, які можуть стати у пригоді
бізнесу та державним інституціям

Бойовий досвід

Родини військових



Зміст матеріалу

Зрозуміти потреби

Хто такі українські ветерани й де
вони працюють

Які переваги та виклики для
роботодавця можуть бути у
працевлаштуванні ветеранів

Як компанії підготуватися до
співпраці з ветеранами

Що варто врахувати під час
співпраці з ветераном / ветеранкою

Як дізнатися готовність компанії до
співпраці з ветераном

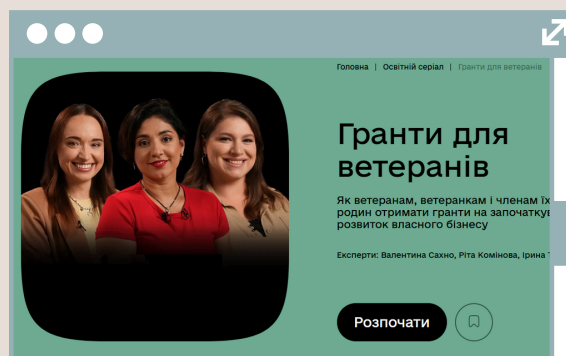
<https://howareu.com/materials/yak-staty-robotodavtsem-druzhnim-do-veteraniv-ta-veteranok#section770>

Майже чверть (24 %) ветеранів АТО/ООС у 2019 році заявляли, що відчували дискримінацію через статус ветерана при пошуку роботи, а 80 % з них взагалі не вказують свій військовий досвід у резюме. Зазвичай військові стикались із нерозумінням їхніх потреб або ж отримували відмову через свій статус.

Наслідки повномасштабного вторгнення впливають на все суспільство: змінюється кількість і статус ветеранів через ширші інформаційні кампанії. Частина продовжить службу в Збройних силах, але будуть і ті, хто захоче повернутися до цивільного життя. У цьому матеріалі ви розберетеся, як роботодавцям підготуватися до роботи з ветеранами та ветеранками та дізнаєтеся про переваги та виклики такої співпраці.

Гранти для ветеранів

<https://osvita.diiia.gov.ua/courses/grants-for-veterans>

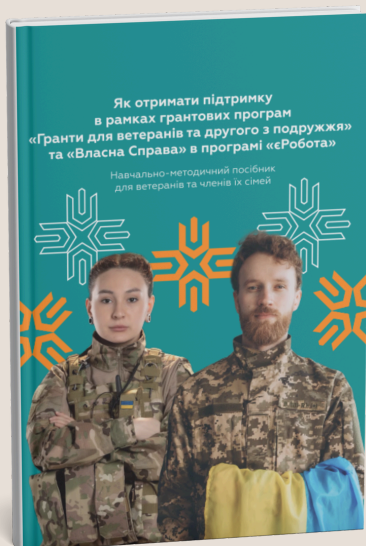


Дата створення: 2024 р.

Цей освітній серіал створено для ветеранів, ветеранок та членів їхніх родин, які хочуть дізнатися, як отримати державні гранти на започаткування чи розвиток бізнесу. Ми розповімо про грантові програми: «Грант для ветеранів та членів їхніх сімей» і «Власна справа». Протягом 11 серій ви навчитеся заповнювати заявки на гранти, створювати бізнес-план, генерувати бізнес-ідеї, формувати кошторис, перевіряти ділову репутацію.

Крім того, експертки пояснять, як визначати свою цільову аудиторію, досліджувати ринок і конкурентів, аналізувати сильні сторони, можливості та загрози для бізнесу. Підприємницька діяльність може бути викликом, але з належною підтримкою та знаннями ви зможете створити й розвинути свій бізнес. Ваші рішучість та наші матеріали допоможуть вам стати успішними підприємцями.

Освітній серіал створено Київською школою економіки (KSE) за сприяння Мінцифри та Дія.Освіта за підтримки Фонду «Партнерство за сильну Україну», який фінансується урядами Великої Британії, Естонії, Канади, Нідерландів, Сполучених Штатів Америки, Фінляндії, Швейцарії та Швеції. Фонд реалізує проекти, спрямовані на посилення стійкості України в умовах російської агресії, зосереджуючись передусім на деокупованих і прифронтових територіях. Навчальні матеріали частково підготовлені на основі посібника Програми реінтеграції ветеранів, яку реалізує IREX за підтримки Державного департаменту США.



Як отримати підтримку в рамках грантових програм «Гранти для ветеранів та другого з подружжя» та «Власна Справа» в програмі «єРобота»

Навчально-методичний посібник для ветеранів та членів їх сімей

[Завантажити](#)

Корисні посилання

Міністерство у справах ветеранів України	<u>Сайт</u>
е-Ветеран Система на базі Єдиного державного реєстру ветеранів війни	<u>Сайт</u>
е-Карта послуг для ветеранів війни в громадах	<u>Сайт</u>
MARTA Інструменти психологічної адаптації та реабілітації та їх аналіз	<u>Сайт</u>
Платформа «Освіта для ветеранів»	<u>Сайт</u>
Соціальні гарантії та пільги для ветеранів	<u>Сайт</u>
Veteran Hub	<u>Сайт</u>
Це Ок Освітня платформа про психічне здоров'я	<u>Сайт</u>
Проект «Практика» Підтримка компаній, які зустрічають ветеранів і ветеранок у командах	<u>Сайт</u>
Центр зайнятості Вільних людей	<u>Сайт</u>

Наші видання



[Завантажити](#)



[Завантажити](#)



[Завантажити](#)



[Завантажити](#)



[Завантажити](#)



[Завантажити](#)

Регіональний консультаційно-тренінговий центр
Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека
м. Запоріжжя, просп. Соборний 142, каб. 69
Тел.: (096) 215-10-90, rctc.zounb@gmail.com
<https://www.facebook.com/groups/rctcZOUNB>