

ДАЙДЖЕСТ НОВИН СПІЛЬНОТИ

«БІЗНЕС БЕЗ БАР'ЄРІВ»

Випуск №2 | лютий 2024

У традиційному щомісячному випуску – добірка новин спільноти «Бізнес без бар'єрів» за лютий 2024 року.

- ❁ Як матеріалізувати безбар'єрність у послугах та сервісах, втілити її у просторах, і чому це завжди win-win стратегія – про нові безбар'єрні кейси на «Дія.Бізнес» у рубриці «Бізнес без бар'єрів»
- ❁ Як перевірити готовність бізнесу до найму ветеранів та ветеранок: чекліст від учасника спільноти – Work.UA
- ❁ Як отримати компенсацію за облаштування робочого місця для людини з інвалідністю через портал Дія
- ❁ Добірка практичних порад для піклування про ментальне здоров'я та безбар'єрну комунікацію – для поширення всередині компаній
- ❁ Інсайти з прямих ефірів з фахівцями
- ❁ Спільний проєкт Visa та Ощадбанку

«Бізнес без бар'єрів» – спільнота компаній, яка об'єдналася навколо ініціативи першої леді Олени Зеленської «Без бар'єрів»



Олена Зеленська: «Безбар'єрність – це щодня полегшувати життя для кожного»

Перша леді Олена Зеленська відвідала Тернопільську область, щоб ознайомитися з упровадженням Стратегії безбар'єрності та Всеукраїнської програми ментального здоров'я на прикладі конкретних громад.

*«...Практичний досвід важливий саме тому, що враховує реальність, унікальні особливості та суперсили регіону. Безбар'єрність мусить бути не десь там, а тут, поряд, кожного дня спрощуючи життя. І потрібна вона не «комусь іншому», а кожному з нас. Бо можливості потрібні всім», – резюмувала **перша леді**.*

Під час відвідин Тернопільської обласної клінічної психоневрологічної лікарні було презентовано унікальне спеціалізоване видання для керівників клінік – **«Посібник із безбар'єрності для реабілітаційних відділень»**.



**Безбар'єрність –
у фокусі держави**



Лекція про Теорію U для спільноти «Бізнес без бар'єрів» від філософа Олександра Філоненка



Що є трансформаціями та як генерувати дійсно ефективні рішення – дякуємо за занурення в основи Теорії U Олександрю Філоненку, українському філософу, православному теологу, публічному інтелектуалу.



У лютому запрошували в гості на тренінг спільноту «Бізнес без бар'єрів» – представників 25 компаній, які є роботодавцями для майже мільйона людей по всій Україні. Тих, з ким у спільноті намагаємося зрушити суспільні трансформації.



СпільноДіємо

Робоча зустріч зі спільнотою «Бізнес без бар'єрів»

Спільнота представляє різні сфери: ритейл, транспорт, фінанси, ІТ-сектор, транспорт та інфраструктуру, сферу послуг... Тому кожна компанія має власний проєкт для проявлення безбар'єрності. Але в його реалізації звісно ж може покладатися на спільноту, експертизу ГО «Безбар'єрність», бо сильні – разом.

Дякуємо за представлені проєкти «Укрзалізниця», 1+1 media, EPAM Ukraine, ПриватБанку, Mastercard, Visa, Yakaboo, SoftServe Ukraine, Ощадбанку, Asters.

Плануємо презентації інших учасників спільноти, комунікуємо, доопрацьовуємо, щоб якнайшвидше змогли розкрити більше деталей.

СпільноДіємо



Оксана Збітнева під час форуму «Україна. Рік 2024» представила Всеукраїнську програму ментального здоров'я

«Війна – це марафон, дистанція якого нам невідома. Ми маємо інвестувати ресурси у те, що допоможе його пройти з найменшими втратами. Плекаємо індивідуальну та колективну стійкість, – Оксана Збітнева, керівниця Координаційного центру з психічного здоров'я КМУ, голова ГО «Безбар'єрність». – І для України це по суті велика соціальна трансформація».

Відео виступу доступне за [посиланням](#).



Реінтеграція ветеранів у робоче середовище: ГО «Безбар'єрність» взяла участь у дискусії на запрошення АСС

Захід організовано Американською торговельною палатою в Україні як діалог між державою та бізнесом, щоб об'єднати зусилля для гідної зустрічі наших захисників і захисниць вдома, їх комфортного повернення на робочі місця.

«Формула української стійкості проста і складна водночас: це непохитні цінності, соціальні зв'язки і теплі стосунки – взаємовідносини, у які нам варто інвестувати, і бізнесу зокрема», – зазначила Оксана Збітнева, голова громадської організації «Безбар'єрність», керівниця Координаційного центру з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України.

За її словами, своїм досвідом як масштабованих навчань, так і впровадження ветеранських корпоративних політик готова ділитися спільнота «Бізнес без бар'єрів».



Національна стратегія безбар'єрності. Запрацювала Експертна рада з комунікацій безбар'єрності

Серед завдань експертної ради – надання рекомендацій та пропозицій зі стратегічного планування комунікацій з питань створення безбар'єрного середовища, створення якісних інфоприводів у межах реалізації Національної стратегії безбар'єрності, планування та моніторинг державних комунікаційних заходів на тему безбар'єрності для збільшення їхньої ефективності.

До складу Експертної ради увійшли представники Офісу Президента України, фахівці з публічних комунікацій зі сфери медіа та бізнесу, міжнародних та громадських організацій, зокрема й голова ГО «Безбар'єрність» Оксана Збітнєва.



Безбар'єрність під час війни від SoftServe: підтримка ветеранів, реабілітація військових та навчальні курси

ІТ-компанія «прийшла» у спільноту «Бізнес без бар'єрів» торік у грудні, але з уже працюючими кейсами, які спрямовані на безбар'єрність та повагу до різноманіття.

Після повномасштабного вторгнення SoftServe розширила проекти соціальної відповідальності, сфокусувавшись на підтримці українців, і продовжила розвивати безбар'єрні ініціативи, детальніше про які розповідає [у розділі «Бізнес без бар'єрів» на «Дія. Бізнес»](#).



Новий кейс
на «Дія.Бізнес»

Коли йдеться про готовність брати на роботу ветеранів і ветеранок, бізнеси впевнено кажуть «так».

А як насправді?

Зрозуміти реальний стан допоможе універсальний інструмент, який розробили у Work.ua. Компанія є учасником спільноти «Бізнес без бар'єрів», виступає майданчиком для розв'язання проблем на ринку праці та докладає зусиль, аби кожен українець мав гідні можливості для працевлаштування.

Для вибудовування ефективних стратегій найму людей з військовим досвідом та формування культури взаємодії компанія Work.ua запустила проєкт з працевлаштування ветеранів «Назустріч». Розроблений у межах цієї ініціативи чекліст допомагає зрозуміти, наскільки компанія готова взяти на роботу ветеранів та ветеранок.

Детальніше – у кейсі Work.ua на [«Дія.Бізнес»](#) у розділі «Бізнес без бар'єрів».

WORK.ua



Наскільки ви готові брати на роботу ветеранів?

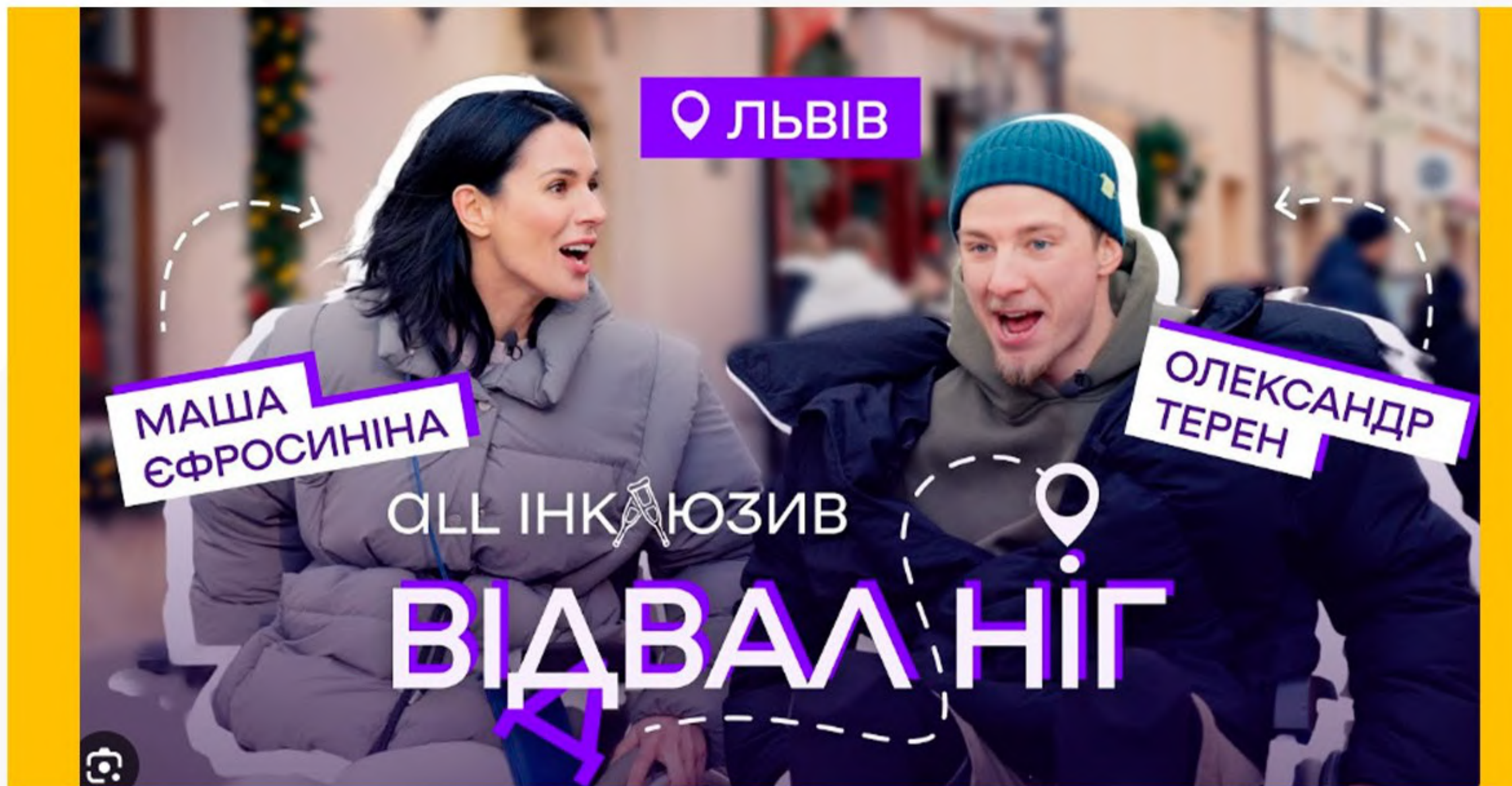
**Новий кейс
на «Дія.Бізнес»**

Відвал ніг або All-інклюзив

Стартувало розважальне шоу, в якому Олександр Терен подорожує Україною та досліджує міста на безбар'єрність разом із медійними друзями – Машою Єфросиніною, Васею Байдаком, Володимиром Дантесом, Сашею Зарицькою та блогером Однією Правою.

YouTube-проект реалізовано за підтримки учасників спільноти «Бізнес без бар'єрів» – Visa та Ощадбанк.

За підтримки
учасників спільноти
«Бізнес без бар'єрів»



Компенсація за облаштування робочого місця особи з інвалідністю через Дію

Відтепер процес подання на фінансову допомогу максимально швидкий, адже оформити все можна онлайн.

Відповідна послуга запрацювала на порталі «Дія».

Тут роботодавці можуть подати заяву про компенсацію за облаштування робочого місця особи з інвалідністю.

Програму реалізують Мінекономіки та Мінцифри, послугу надає Держслужба зайнятості.

Доступна послуга

The screenshot shows the 'Дія' portal interface. At the top, there is a navigation bar with the 'Дія' logo, a search icon, and links for 'Послуги', 'Що таке Дія', 'Новини', 'Питання та відповіді', and 'Ще'. On the right side of the header, there are links for 'Зареєструватися' and 'Увійти до кабінету'. Below the header, there is a breadcrumb link '← На головну' and a utility link 'Роздрукувати інструкцію' with a sub-link 'Відправити на email'. The main heading is 'Компенсація за облаштування робочого місця особи з інвалідністю'. A prominent black button labeled 'Подати заяву' is centered below the heading. Underneath the button, a small note reads: 'Авторизуйтеся, заповніть форму та підпишіть заяву електронним підписом'. The content area is divided into two columns. The left column lists service details: 'Подання заяви: до 5 хвилин', 'Опрацювання: до 13 робочих днів', and 'Вартість: безоплатно'. The right column contains the 'Опис послуги', explaining that employers can apply for compensation for workplace adaptation for persons with disabilities, funded by the State Social Security Fund. It also includes a warning: 'Зверніть увагу. Заяву можна подати лише протягом 90 днів з дня працевлаштування особи з інвалідністю.' Below the description, there are four expandable sections: 'Як отримати послугу', 'Часті питання та відповіді', 'Пов'язані послуги', and 'Пов'язані закони та накази', each with a plus sign to its right. At the bottom of the page, a black banner contains the text: 'Важливо! Заповнити форму на компенсацію можна лише для людей з інвалідністю, які розпочали працювати у компанії протягом останніх 90 днів.'

«Довідник безбар'єрності» – посібник з нової етики спілкування

Більше про спілкування, яке не таврує, читайте в «Довіднику безбар'єрності» – гіді з толерантної комунікації, створеному в межах ініціативи першої леді Олени Зеленської.

Коректна комунікація

Неправильно

- ✗ інвалідний візок
- ✗ візок
- ✗ візочок
- ✗ інвалідне крісло
- ✗ колісне крісло

Правильно

- ✓ крісло колісне

«Довідник безбар'єрності» - твій гід з коректного спілкування

Проект першої леді Олени Зеленської.
Дізнайтесь більше на сайті bf.in.ua



Неправильно

- ✗ інвалід
- ✗ людина з обмеженими можливостями
- ✗ людина з особливостями / особлива людина
- ✗ людина з особливими потребами
- ✗ каліка
- ✗ людина з нюансами
- ✗ неповноцінний
- ✗ неповносправний
- ✗ недієздатний
- ✗ страждає на інвалідність
- ✗ інклюзивна людина

Правильно

- ✓ людина з інвалідністю
- ✓ людина з порушеннями опорно-рухового апарату
- ✓ людина з порушеннями рухової функції

«Довідник безбар'єрності» - твій гід з коректного спілкування

Проект першої леді Олени Зеленської.
Дізнайтесь більше на сайті bf.in.ua



~~«Вам, мабуть, так складно з вашою дитиною...»~~

«Мені, як мамі, теж інколи буває непросто з дитиною»

Як спілкуватися з батьками дітей з інвалідністю

Пам'ятаймо, що батьки дітей з інвалідністю не потребують особливого ставлення чи специфічного спілкування. Вони такі ж батьки, як усі інші.

Рекомендації доступні на сторінках Всеукраїнської програми ментального здоров'я.

~~«У вас сонячна дитина / дитина дощу?»~~

«Чим дитині подобається займатися?»

Аби не ранили батьків дитини з інвалідністю, скажіть...



~~«Така вже ваша доля...»~~

«Гадаю, всі діти різні. Часто вони завдають чимало клопоту, тож нам, батькам, треба мати гарну витримку, аби батьківство не стало тягарем»

Пам'ятайте, що та чи інша дитина на майданчику може мати певні порушення розвитку чи функціонування, тож

- не поспішайте критикувати її поведінку та робити зауваження батькам;
- не встановлюйте дитині діагноз;
- не давайте порад, якщо не просять;
- не пропонуйте «вилікувати дитину», дати якісь ліки чи контакти спеціаліста-чудодійника.

~~«Мда, не пощастило вам...»~~

«Скільки років вашій дитині?
Як його/її звати?
Любить гуляти на свіжому повітрі?»

Коректна комунікація

На «Дія. Безбар'єрність» – 10 нових матеріалів, присвячених темі ментального здоров'я

На порталі Дія у спеціальному розділі, покликаному спростити комунікацію між людиною та державою, з'явилися нові матеріали на тему ментального здоров'я.

Тут зібрані практичні рекомендації про те, як подолати панічні атаки та страх повітряних тривог, як діяти у шоківих станах та допомагати людям поруч. Особлива увага приділена дітям: йдеться про школу та ментальне здоров'я, про захист від стресу та повідомлення поганих новин тощо.



Головна сторінка

Бачу, що близька людина переживає стрес. Як я можу їй допомогти?

Як діяти, якщо стрес переживає близька людина

Стрес є природною реакцією на подразники, яку може переживати кожен. Це нормальна реакція на ненормальну кризову ситуацію.

Під дією стресу ми можемо відчувати сум, страх, роздратування чи агресію. Також на стрес може реагувати тіло: наприклад, боліти голова, зникати апетит, з'являтися надмірна сонливість або ж, навпаки, безсоння.

Унаслідок повномасштабної війни Росії проти України майже 90% українців мають високий або дуже високий рівень стресу. І оскільки фактор стресу – війна – досі триває, це може призводити до виснаження нашої психіки. Багато людей відчувають втому та втрачають віру в себе та щасливе майбутнє. Тривале перебування в стресі може серйозно впливати на якість життя: нам важко концентрувати увагу й виконувати навіть прості завдання, ми відчуваємо розпач і зосереджуємося на поганому.

Як допомогти близькій людині?

Якщо ви помічаєте, що близька людина переживає стрес і їй важко впоратися самотійно, запропонуйте їй допомогу. Розпочніть зі спокійної розмови: запитайте, що вона відчуває, що її тривожить. Надайте людині базову інформацію про стрес та його прояви. Поясніть, що реакції на стрес бувають різними і всі вони нормальні.

1. **Якщо ви бачите, що тривога та надмірне виснаження людини пов'язані з постійним переглядом новин, розкажіть їй про особливості дотримання інформаційної гігієни.** Запропонуйте переглядати новини не щогодини, а кілька разів на день, читати тільки офіційні джерела, намагатися уникати чуток та обговорень, обмежити перегляд чутливих зображень і відео у соцмережах тощо.
2. **Найкращий спосіб підтримки – допомогти людям потурбуватися про самих себе.** Попросіть людину згадати, що допомагало їй в минулому, коли вона переживала схожий стан. Якщо їй важко згадати, можете надати певні підказки: «Чи є хтось, хто може вам допомогти?», «Що приносило задоволення раніше? Чи доступно це зараз?».
3. **Розкажіть людині про техніки самопомоги – прості вправи для самозаспокоєння.** Наприклад, спробуйте техніку [повільного дихання](#) чи вправу для [зменшення напруги в тілі](#). Більше вправ із відеоінструкціями [можна знайти тут](#).

Зміст

- Як діяти, якщо стрес переживає близька людина
- Як допомогти близькій людині?
- Як захистити від стресу дитину?

Які ресурси можуть допомогти подолати тривожний стан?

Про це й не тільки у [прямому ефірі](#) на сторінці ГО «Безбар'єрність» розповіла Маріанна Маркова докторка медичних наук, професорка, завідувачка кафедри сексології, психотерапії та медичної психології Харківського національного медичного університету.

Більше джерел для підтримки себе та людей поруч – [ТУТ](#).

Ресурси, які допоможуть подолати тривожний стан

віра (не тільки релігія)

уява,
творчість,
інтуїція

усвідомлення
емоцій

критичне
мислення

соціальна
активність

фізична
активність

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма
ментального здоров'я

«Наука стійкості» – стартував новий сезон подкасту «Простими словами» від The Village Україна

Ведучі разом із провідними науковцями й практиками розкажуть, як наука й психологія бачать побудову стійкості у складні періоди.

- **Бессел ван дер Колк**, психіатр зі світовим ім'ям, який майже 50 років вивчає травматичний досвід, автор книги «Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому». Як залишатися стійкими навіть у найскладніші часи та як одужати після травматичної події.
- **Мулі Лахад**, ізраїльський психолог і фахівець з вивчення травми, засновник Інституту драматерапії й Міжнародного центру профілактики стресу в місті Кір'ят-Шмона, Ізраїль. Як виникла модель стійкості BASIC Ph, що спільного бачить Мулі Лахад у досвіді України й Ізраїлю і як ми можемо підвищувати життєву стійкість, спираючись на ресурси й навички, які вже є в кожного з нас.

Записи інтерв'ю можна прослухати на всіх подкаст-платформах: Apple Podcasts, Google Podcasts, SoundCloud, Spotify, YouTube.

Сезон «Наука стійкості» виходить у межах ініціативи першої леді Олени Зеленської з впровадження Всеукраїнської програми ментального здоров'я. Проєкт реалізовано у співпраці з Координаційним центром із психічного здоров'я КМУ за підтримки ВООЗ.

The image shows two overlapping podcast cover cards. The top card is dark blue with a yellow vertical bar on the right. It features a portrait of Bessel van der Kolk and a speech bubble with the text 'ПРОСТИМИ СЛОВАМИ'. Below the portrait, the name 'Бессел ван дер Колк' is written in large white letters, and 'ТИ ЯК?' is written in yellow. The bottom card is yellow with a dark blue vertical bar on the left. It features a portrait of Muli Lahad and a speech bubble with the text 'ПРОСТИМИ СЛОВАМИ'. Below the portrait, the name 'Мулі Лахад' is written in large dark blue letters, and 'ТИ ЯК?' is written in white. Both cards have a background of scattered Cyrillic letters.

В Україні зросла довіра до фахового погляду на проблему власного ментального здоров'я – дослідження

В Україні зросла довіра до фахового погляду на проблему власного ментального здоров'я: з 8 до 12 відсоткових пунктів. Про це свідчать результати другої хвилі дослідження, проведеного Gradus Research у межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я – ініціативи першої леді Олени Зеленської.

Також зростає використання позитивних стратегій боротьби зі стресом: порівняно з 2022 роком, респонденти частіше вдаються до, наприклад, прослуховування музики, улюбленої справи чи хобі, проведення часу із близькими.

Водночас серед усіх цільових груп з 71% до 77% зросло відчуття стресу або сильної знервованості. Цей показник найвищий серед молоді віком від 25 до 34 років – 82%.

Серед найпоширеніших причин відчуття стресу або сильної знервованості – повномасштабна війна (72%) та фінансові складнощі – 43%.

Детально ознайомитися із дослідженням можна [тут](#).

Gradus Research
Company

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ТА
СТАВЛЕННЯ УКРАЇНЦІВ ДО
ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІД ЧАС
ВІЙНИ: ХВИЛЯ 2

Аналітичний звіт

ТИ ЯК?

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України

Жовтень 2023

© Gradus Research, 2023

«Досвід ветеранів вартій поваги» – тематична хвиля комунікаційної кампанії «Ти як?»

Стартувала комунікаційна кампанія за участю ветеранів у межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я за ініціативою першої леді Олени Зеленської спільно з USAID та IREX.

Її ціль – показати учасникам війни, що у нелегкому процесі відновлення можна отримати потрібну підтримку, а цивільним нагадати, що суспільство має ставитись з повагою до досвіду військових.

Про важливість підтримки та поваги розповіла перша леді, опублікувавши ролик у своїх соцмережах:
«Ветерани та ветеранки прагнуть продовжувати життя – навчатися, створювати родини, будувати кар'єри. Та воєнний досвід з ними назавжди, і щоб повернутися до життя, їм потрібна повага та розуміння цивільних. Ми ніколи не знаємо, через що пройшла людина, яку зустрічаємо. Пам'ятаймо про це, коли кортить запитати про бойовий досвід і коли просто хочеться сказати «дякую».

Що не варто запитувати у ветерана, як доречно подякувати чи запропонувати допомогу – читайте на [спеціальній сторінці](#) програми.

“~~Ми не сонечки і не герої.~~
Ми воїни, які
виконують обов'язок”

Досвід ветеранів вартій поваги

HowAreU.com

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма
ментального здоров'я
за ініціативою першої леді
Олени Зеленської



Безбар'єрний календар

- 01.03** День «Нуль дискримінації»
- 02.03** Всесвітній день ментального здоров'я підлітків
- 03.03** Всесвітній день слуху
- 04.03** Всесвітній день боротьби з ожирінням
- 08.03** Міжнародний день боротьби за права жінок і міжнародний мир
- 20.03** Міжнародний день щастя
- 21.03** Всесвітній день поширення знань про синдром Дауна
- 21.03** Міжнародний день боротьби за ліквідацію расової дискримінації
- 21.03** Всесвітній день боротьби проти туберкульозу
- 24.03** Міжнародний день права на встановлення істини щодо грубих порушень прав людини і гідності жертв

БЕРЕЗЕНЬ

03

2024

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	НД
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31