

Програма тренінгу для тренерів (ToT)

«Подолання стигми та дискримінації, пов'язаних із ВІЛ, як складова забезпечення якісних та доступних послуг з ВІЛ в закладах охорони здоров'я»

Вид заходу: тренінг

Тренінг проводиться за рахунок коштів уряду Сполучених Штатів Америки (США) та впроваджується організацією PATH.

Дата: 23-27 листопада 2026 року

Місце проведення: Закарпатська область, Ужгородський р-н, село Барвінок, Урочище «Золота гора».

Контактна особа, яка відповідає за реєстрацію заходу: Чабаненко Денис Вікторович, т.067-811-05-54

Контактна особа, яка відповідає за проведення заходу: Бродський Михайло Юрійович, т.050-320-55-21

Тренери:

- **Світлана Леонтєва** - директорка проєкту REACH 95, PATH; майстер-тренер з консультування та тестування на ВІЛ, прихильності до лікування ВІЛ та туберкульозу, національний тренер з питань залежності, ВІЛ та супутніх розладів, Український та Центральнo-Азійський центр обміну технологій у сфері залежностей (АТТС).
- **Олена Кулаковська** – менеджер програм з надання послуг з ВІЛ проєкту REACH 95, PATH; національний тренер з питань залежності, ВІЛ та супутніх розладів, Український та Центральнo-Азійський центр обміну технологій у сфері залежностей (АТТС).
- **Інна Антонюк** – лікарка-епідеміологиня, національна майстер-тренерка з надання послуг з ВІЛ, консультантка проєкту REACH 95, PATH.

Кількість астрономічних годин : 31 година.

Кількість академічних годин: 41 година.

Час	Зміст	Тренер
<u>Перший день.</u> 23 листопада 2026 року		
09:30 - 10:00	Регістрація учасників.	

Час	Зміст	Тренер
10:00-11:00 <i>60 хвилин</i>	Знайомство учасників та тренерів. Представлення мети, завдання та програми тренінгу. Встановлення правил роботи в групі. Очікування учасників від тренінгу.	Леонтьєва С. Кулаковська О.
11:00- 11:30 <i>30 хвилин</i>	Сесія 1. Тренінг як інтерактивний метод навчання. Мета та задачі тренінгу. Структура тренінгу. <i>Презентація.</i>	Антонюк І.
11:30-11:50 <i>20 хвилин</i>	<i>Перерва на каву/чай</i>	
11:50– 12:00 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа. (проводиться майстер-тренером)</i>	Леонтьєва С.
12:00 – 12:30 <i>30 хвилин</i>	Сесія 2. Цикл тренінгу: від аналізу потреб до оцінки результатів. <i>Робота в групах. Презентація.</i>	Леонтьєва С.
12:30 - 13:00 <i>30 хвилин</i>	Практичне заняття 1. Методики інтерактивного тренінгу. <i>Робота в малих групах за методом каруселі.</i>	Антонюк І.
13:00 – 14:00 <i>60 хвилин</i>	<i>Обід</i>	
14:00– 14:10 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа. (проводиться майстер-тренером)</i>	Кулаковська О.
14:10 - 14:40 <i>30 хвилин</i>	Сесія 3. Особливості навчання дорослих. <i>Презентація. Інтерактивне обговорення.</i>	Кулаковська О.
14:40 – 15:20 <i>40 хвилин</i>	Практичне заняття 2. Типи учасників тренінгу та стратегії комунікації з ними». <i>Робота в групах. Демонстрація складного учасника тренінгу.</i>	Леонтьєва С.
15:20 – 15:40 <i>20 хвилин</i>	Сесія 4. Ефективний онлайн-тренінг: критерії підготовки та стандарти проведення. <i>Презентація та інтерактивне обговорення.</i>	Кулаковська О.
15:40 – 16:00 <i>20 хвилин</i>	<i>Перерва на каву/чай</i>	
16:00 – 16:10	<i>Динамічна вправа (проводиться майстер-тренером)</i>	Антонюк І.

Час	Зміст	Тренер
<i>10 хвилин</i>		
16:10 – 16:30 <i>20 хвилин</i>	Практичне заняття 3. Огляд та логіка сценарію тренінгу: «Стигма та дискримінація, пов'язані з ВІЛ в закладах охорони здоров'я». Презентація. <i>Індивідуальна робота. Обговорення.</i>	Антонюк І.
16:30 – 17:00 <i>30 хвилин</i>	Підведення підсумків першого дня тренінгу. 1. Розподіл між учасниками ToT сесій тренінгу за темою: «Стигма та дискримінація, пов'язані з ВІЛ в закладах охорони здоров'я». 2. Розподіл між учасниками ToT динамічних вправ, на 2-5 день тренінгу. Розроблення письмового методичного опису динамічної вправи у форматі MS Word (мета, таймінг, матеріали, покрокова інструкція).	Антонюк І.
17:00 – 18:00 <i>60 хвилин</i>	<i>Самостійна підготовка сесій тренінгу для демонстрації тренінгових сесій учасниками ToT в 3-5 день.</i>	<i>Учасники та всі тренери</i>

Час	Зміст	Тренер
Другий день. 24 листопада 2026 року		
09:30 – 10:00 <i>30 хвилин</i>	Огляд першого дня тренінгу. План роботи на другий день.	Леонтєва С.
10:00 – 10:30 <i>30 хвилин</i>	Сесія 5. Роль тренера: від експерта до фасилітатора. Взаємодія команди тренерів: планування, розподіл ролей, тренерська етика, підтримка, взаємозаміна тренерів. <i>Вправа «Правда та міфи».</i> Обговорення.	Кулаковська О.
10:30 – 11:30 <i>60 хвилин</i>	Практичне заняття 4. Компетенції ефективного тренера та формування індивідуального стилю. <i>Рольова гра.</i> Обговорення.	Антонюк І.
11:30 – 11:50 <i>20 хвилин</i>	<i>Перерва на каву</i>	
11:50 – 12:00 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа (проводиться учасником ToT)</i>	

Час	Зміст	Тренер
12:00 – 13:00 <i>60 хвилин</i>	Сесія 6. Ефективна комунікація як ключовий інструмент у роботі тренера. <i>Інтерактивне обговорення. Практична демонстрація.</i>	Леонтєва С.
13:00 – 14:00	<i>Обід</i>	
14:00– 14:10 <i>10 хвилин</i>	Динамічна вправа (<u>проводиться учасником ToT</u>)	
14:10 – 14:40 <i>30 хвилин</i>	Сесія 7. Навички фасилітації групової дискусії та ефективне використання технічних і мультимедійних засобів навчання. <i>Демонстрація. Обговорення.</i>	Кулаковська О.
14:40 – 15:30 <i>50 хвилин</i>	Практичне заняття 5. Організаційний менеджмент тренінгу: планування, логістичне забезпечення та управління ризиками. Непередбачені ситуації. <i>Аналіз ситуаційних завдань в малих групах.</i>	Антонюк І.
15:30 – 16:00 <i>30 хвилин</i>	Сесія 8. Оцінювання ефективності тренінгу та принципи надання й отримання конструктивного зворотного зв'язку. <i>Інтерактивне обговорення. Демонстрація.</i>	Леонтєва С.
16:00 – 16:20 <i>20 хвилин</i>	<i>Перерва на каву/чай</i>	
16:20 – 16:30 <i>10 хвилин</i>	Динамічна вправа (<u>проводиться учасником ToT</u>)	
16:30 – 17:00 <i>30 хвилин</i>	Практична сесія 6. Виклики в роботі тренера та шляхи їх вирішення: ярмарок тренерських лайфхаків.	Антонюк І.
17:00– 17:10 <i>10 хвилин</i>	Підведення підсумків другого дня тренінгу.	Антонюк І.
17:15 – 18:00 <i>45 хвилин</i>	<i>Самостійна підготовка сесій тренінгу для демонстрації тренінгових сесій учасниками ToT в 3-5 день.</i>	Учасники та всі тренери

Час	Зміст	Тренер
<u>Третій день.</u> 25 листопада 2026 року		

Час	Зміст	Тренер
09:30 – 10:00 <i>30 хвилин</i>	Огляд другого дня тренінгу. План роботи на третій день.	Леонтєва С.
10:00 – 10:50 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Відкриття тренінгу. Привітання та представлення тренерів. Ознайомлення з метою, завданнями й програмою тренінгу. Знайомство учасників, визначення правил роботи та очікувань від тренінгу. <i>Презентація, вправи.</i>	Тренер/со-тренер Ментор ³ підготовки Кулаковська О.
10:50 – 11:10 <i>20 хвилин</i>	<i>Перерва на каву</i>	
11:10 – 11:20 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа. (проводиться учасником ToT)</i>	
11:20 – 12:10 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Сесія 1. Сучасні тенденції епідемії ВІЛ в Україні та світі. Просування до цілей 95-95-95. <i>Презентація, обговорення, позиціонування</i>	Тренер/со-тренер Ментор ³ підготовки Антонюк І.
12:10 – 13:00 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Практична сесія 1. Бар'єри у подоланні епідемії ВІЛ та практичні шляхи їх подолання. <i>Робота в групах.</i>	Тренер/со-тренер Ментор ³ підготовки Кулаковська О.
13:00 – 14:00 <i>60 хвилин</i>	<i>Обід</i>	
14:00 – 14:10 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа (проводиться учасником ToT)</i>	
14:10 – 15:00 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Сесія 2. Стигма і дискримінація – бар'єри у подоланні епідемії ВІЛ. <i>Презентація</i>	Тренер / со-тренер Ментор ³ підготовки Антонюк І.
15:00 - 15:50 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i>	Тренер / со-тренер Ментор ³

Час	Зміст	Тренер
	Практична сесія 2. Прояви сигми та дискримінації в суспільстві <i>Рольова гра «Ярлики»</i>	підготовки Кулаковська О.
15:50 – 16:10 <i>20 хвилин</i>	<i>Перерва на каву/чай</i>	
16:10 – 16:20 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа (проводиться учасником ToT)</i>	
16:20 - 17:10 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Сесія 3. Правові засади протидії стигмі та дискримінації щодо людей, які живуть з ВІЛ, в Україні. <i>Презентація. Вправа.</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Кулаковська О.
17:10 – 17:30 <i>20 хвилин</i>	Підведення підсумків першого дня тренінгу.	Антонюк І.
<u>Четвертий день. 25 листопада 2026 року</u>		
09:30 – 10:00 <i>30 хвилин</i>	Огляд третього дня тренінгу. План роботи на четвертий день.	Кулаковська О.
10:00 – 10:50 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Сесія 4. Стереотипи та упередження як основа стигми, пов'язаної з ВІЛ в медичній практиці. <i>Презентація, вправи</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Антонюк І.
10:50-11:10 <i>20 хвилин</i>	Перерва – кава пауза	
11:10-11:20 <i>10 хвилин</i>	<i>Динамічна вправа (проводиться учасником ToT)</i>	
11:20-12:10 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Практична сесія 3. Розбір клінічних випадків: стигма, дискримінація та порушення прав людей, які живуть з ВІЛ. <i>Робота в малих групах, обговорення</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Кулаковська О.
12:10 – 13:00 <i>50 хвилин</i>	МікрОВикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i>	Тренер / со-тренер Ментор з

Час	Зміст	Тренер
	Сесія 5. Зниження стигми та дискримінації у закладах охорони здоров'я. Індекс стигми ЛЖВ 2.0. в Україні: основні результати п'ятої хвилі дослідження 2023-2024. <i>Презентація з обговоренням</i>	підготовки Антонюк І.
13:00-14:00 <i>60 хвилин</i>	Обід	
14:00-14:10 <i>10 хвилин</i>	Динамічна вправа (<u>проводиться учасником ToT</u>)	
14:10-15:00 <i>50 хвилин</i>	Мікрвикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку</i> . Сесія 6. Методи ефективної комунікації з людьми, які живуть з ВІЛ: як чути й бути почутими. <i>Презентація. Вправа.</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Кулаковська О.
15:00-16:00 <i>50 хвилин</i>	Мікрвикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку</i> . Практична сесія 4. Мова без стигми: етична комунікація з людьми, які живуть з ВІЛ. <i>Презентація. Вправа.</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Антонюк І.
16:00-16:20 <i>20 хвилин</i>	Перерва – кава пауза	
16:20-16:30 <i>10 хвилин</i>	Динамічна вправа (<u>проводиться учасником ToT</u>)	
16:30-17:10 <i>50 хвилин</i>	Мікрвикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку</i> . Сесія 7. Професійна обізнаність як інструмент подолання стигми та дискримінації, пов'язаної з ВІЛ. <i>Презентація. Вправа «Міфи та Правда»</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Кулаковська О.
17:10-17:30 <i>20 хвилин</i>	Мікрвикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку</i> . Підведення підсумків третього дня. Відповіді на питання та обговорення.	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Антонюк І.

Час	Зміст	Тренер
<u>П'ятий день.</u> 27 листопада 2026 року		
09:30 – 10:00 <i>30 хвилин</i>	Огляд четвертого дня тренінгу. План роботи на п'ятий день.	Леонтєва С.

Час	Зміст	Тренер
10:00 – 10:50 50 хвилин	Мікровикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Сесія 8. Основи дотестового інформування та післятестового консультування щодо надання послуг з тестування на ВІЛ. <i>Презентація</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Кулаковська О.
10:50-11:10 20 хвилин	Перерва – кава пауза	
11:10-11:20 10 хвилин	Динамічна вправа (<u>проводиться учасником ToT</u>)	
11:20-12:10 50 хвилин	Мікровикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Практична сесія 5. Консультування пацієнтів щодо надання послуг з тестування на ВІЛ. <i>Рольова гра</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Антонюк І.
12:10-13:00 50 хвилин	Мікровикладання: «Спробуй себе в ролі тренера» - <i>практичне проведення навчальної сесії з отриманням зворотного зв'язку.</i> Практична сесія 6. Клініка без стигми: практичні кроки для створення безпечного середовища. <i>Робота в групах.</i>	Тренер / со-тренер Ментор з підготовки Кулаковська О.
13:00-14:00 60 хвилин	Обід	
14:00-14:10 10 хвилин	Динамічна вправа (<u>проводиться учасником ToT</u>)	
14:10-14:55 45 хвилин	Методологія проведення сесії 9. Жива бібліотека: діалог з людиною, яка живе з ВІЛ.	Антонюк І.
14:55 -15:15 20 хвилин	Вправа «Брейн-ринг»	Антонюк І.
15.15- 15.25 10 хвилин	Заповнення вихідної анкети оцінки знань та анкети оцінки тренінгу	Кулаковська О.
15.25-15.40 15 хвилин	Підведення підсумків тренінгу та закриття тренінгу.	Леонтєва С. Кулаковська О. Антонюк І.
15:40-16:00 20 хвилин	Перерва – кава пауза	
16:00	Від'їзд учасників.	