inteuro
професія

ПОСІБНИК УЧАСНИКА

Карта професійного старту в Польщі

Професійний розвиток. Польська мова.
Організації працівників і трудові права.

ТРИ НАПРЯМИ ТВОГО РОЗВИТКУ



ПРОФЕСІЯ | **МОВА** | **ОРГАНІЗАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ**

БЕЗОПЛАТНА ПІДТРИМКА ДЛЯ ІНОЗЕМЦІВ

Проєкт реалізується до 31 грудня 2026 року.

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ

STOWARZYSZENIE INTEGRACJA EUROPA WSCHÓD

«INTEURO Професія - програма професійної та соціальної активізації іноземців»
Фінансується коштом Фонду праці в межах Відомчої програми
активізації іноземців на 2026 рік.

УКРАЇНСЬКА

2026

ДЛЯ КОГО ПРИЗНАЧЕНИЙ INTEURO ПРОФЕСІЯ

Хто може взяти участь?

Проєкт охоплює щонайменше 200 іноземців. Участь у запропонованих заходах підтримки є безоплатною.

- **Ти не маєш польського громадянства.**
- **Тобі виповнилося 15 років.**
- **Ти легально перебуваєш у Польщі.**

Шукаєш роботу, хочеш змінити професію або адаптувати свої навички до ринку праці в Польщі? Цей проєкт для тебе. У ньому також можуть брати участь учні та випускники шкіл, студенти й люди, які ще недостатньо знають польську мову.

Обери свій шлях

01 **Професійний розвиток**

Оцінка компетентностей і план дій	**03**
Курси та професійні заняття	**04-05**
Практика, стрес і культура праці	**06**

02 **Польська мова**

Курси, розмови й підготовка до іспиту	**07**

03 **Організації працівників і громадські організації**

Заняття, консультації, візити та матеріали	**08-09**

ЯК ПОЧАТИ?

Зверніся до Центру INTEURO: контакти та QR-код є на сторінці 10. Разом ви підберете підтримку. Запитай про дати, умови участі та вільні місця.

01 ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК / ОЦІНКА ТА ПЛАН

Почни з того, що вже вмієш

Твоя освіта й досвід роботи - основа для розмови про професійне майбутнє в Польщі. Консультант допоможе обрати напрям.

1.1 РОЗМОВА З КОНСУЛЬТАНТОМ



Дізнайся про свої можливості та обери напрям

Разом із консультантом ти визначиш професійну мету та кроки для її досягнення.

Що ми робимо разом?

- Обговорюємо твою освіту, попередню роботу, навички та інтереси.
- Визначаємо, яке навчання, мовна підтримка чи допомога з формальностями тобі потрібні.
- Аналізуємо іноземні документи, що підтверджують освіту, кваліфікації та досвід.



КОНСУЛЬТАЦІЇ ТА ДОПОМОГА З ПЕРЕКЛАДОМ ДОКУМЕНТІВ

Ти можеш отримати консультацію та допомогу з перекладом окремих документів, що підтверджують освіту, кваліфікації та професійний досвід.

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Індивідуальний план дій з урахуванням твого досвіду та потреб.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Підготуй наявні дипломи, сертифікати та документи про роботу.

01 ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК / НАВЧАННЯ

Обери цифрові навички

У проєкті заплановано два окремі навчальні курси. Разом із командою ти визначиш, який краще відповідає твоїм професійним потребам.

Електронна комерція - це продаж через інтернет.



32

академічні години

1.2.1

Електронна комерція: старт

Основи інтернет-продажів. Курс насамперед для учнів і випускників шкіл та закладів вищої освіти.

- Замовлення та спілкування з клієнтами.
- Пропозиції, каталоги та тексти для продажів.
- Інтернет-маркетинг, цифрові інструменти та штучний інтелект.

ТЕСТ / СЕРТИФІКАТ



60

академічних годин

1.2.2

Обслуговування клієнтів і цифрові процеси

Підготовка до роботи у сфері послуг, торгівлі та в офісі. Для тих, хто шукає роботу або планує змінити професію.

- Спілкування особисто, телефоном та онлайн.
- Документація та організація офісної роботи.
- Інструменти обслуговування клієнтів і підтримка інтернет-продажів.

ТЕСТ / СЕРТИФІКАТ

Виконавець: «МасІнтернет».

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Основи роботи в інтернет-продажах або обслуговуванні клієнтів.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Обери напрям. Запитай про умови участі та дати курсу.

01 ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК / ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Навчайся в майстерні й просто неба

Практичні заняття в Центрі соціальної інтеграції в Кельцях допомагають розвивати навички в майстерні й просто неба.



1.2.3

4 МІСЯЦІ

Швейні заняття

Робота з інструкторами в обладнаній швейній майстерні.

- Робота з машинами, розкрій і шиття.
- Оздоблення одягу, ремонт і переробка.



1.2.4

4 МІСЯЦІ

Озеленення та малі архітектурні форми

Практичні садові, господарські та технічні завдання.

- Садіння, полив, обрізування та догляд за рослинами.
- Робота з інструментами й догляд за малими архітектурними формами.

Заняття проходять у визначені дати, у групах по 10 осіб. Проєкт забезпечує матеріали, інструменти та засоби охорони праці. Після завершення ти отримаєш довідку або підтвердження участі.

ВИКОНАВЕЦЬ: АСОЦІАЦІЯ «НАДІЯ ДЛЯ РОДИНИ»

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Практичні навички, які розвиваєш під час роботи з інструкторами.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Обери майстерню. Обговори дати занять і свої потреби щодо доступності.

01 ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК / ПРАКТИКА ТА КУЛЬТУРА ПРАЦІ

Підготуйся до роботи

До обраного професійного напряму можна додати підтримку, яка допоможе виконувати завдання та працювати з іншими.



1.3

Професійна практика

Для учасників курсу «Електронна комерція: старт»: робота із замовленнями, онлайн-продажами, маркетингом і завданнями команди «МасІнтернет».

У проєкті: 2 місця, щонайменше 80 годин на особу



1.4

Антистресові заняття

Навчишся розпізнавати джерела стресу, справлятися з тиском, відновлювати сили та підтримувати рівновагу між роботою й особистим життям.

8 академічних годин на групу



1.5 КУЛЬТУРА ПРАЦІ

Культура праці

Практикуєш спілкування в польському робочому середовищі, взаємодію в багатокультурній команді та розв’язання складних ситуацій.

8 академічних годин на групу

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Практичний досвід або інструменти для щоденної роботи.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Запитай про практичні заняття.

02 ПОЛЬСЬКА МОВА / НАВЧАННЯ Й РОЗМОВА

Розвивай польську для роботи й життя

Курс і розмовна практика доповнюють одне одного. Форму підтримки добирають з урахуванням твого рівня мови та потреб у щоденних і робочих ситуаціях.



Навчаюся. Спілкуюся. Застосовую на практиці.

2.1 Курси польської мови

Практикуєш повсякденне спілкування, мову для роботи й вирішення справ, а також окремі елементи професійної лексики.

2 курси по 30 академічних годин

2.2 Зустрічі та розмовні клуби

Розвиваєш вільне й упевнене мовлення під час регулярних розмов. Використовуєш мову в життєвих і робочих ситуаціях.

Регулярні зустрічі: 24 тижні × 2 академічні години

2.2 Підтримка в отриманні сертифіката

Можна скористатися підготовкою до іспиту, допомогою в його виборі та організаційною підтримкою для участі в іспиті.

У співпраці з працівниками Центру польської культури та мови Університету Яна Кохановського в Кельцях

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Більшу впевненість у розмові та корисну для роботи лексику.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Розкажи, у яких ситуаціях хочеш краще говорити польською, наприклад на роботі чи в установі. Запитай про групу твого рівня.

03 ОРГАНІЗАЦІЇ / ЗАНЯТТЯ Й КОНСУЛЬТАЦІЇ

Долучайся до організацій

Дізнайся про організації працівників і громадські організації. З’ясуй, як можна долучитися до них, створити спільну ініціативу та діяти на захист прав працівників.



3.1 ОСВІТНІ ЗАНЯТТЯ

Дізнайся про форми об’єднання

Профспілки, галузеві об’єднання, громадські організації та суб’єкти соціальної економіки. Права іноземців і переваги участі.

3.2

Хочу долучитися

Отримаєш допомогу у виборі організації, налагодженні контакту, підготовці заяви та проходженні формальностей.

ІНДИВІДУАЛЬНО АБО В ГРУПІ

3.3

Хочу створювати разом

Скористаєшся консультаціями щодо створення організації: правових засад, документів і процедури реєстрації.

ІНДИВІДУАЛЬНО АБО В ГРУПІ

Консультації доступні польською, українською, англійською та російською. Фахову підтримку надають працівники Університету Комісії національної освіти в Кракові та Фонду «Загальне право» у співпраці з керівником проєкту.

Заняття: 5 груп, по 8 академічних годин. Зустрічі заплановано в Кельцях, Пінчуві, Кракові та Островці-Свентокшиському.

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Знання про організації та допомогу в діяльності на користь працівників.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Обери тему консультації: вступ до організації або власна ініціатива.

03 ОРГАНІЗАЦІЇ / ЗУСТРІЧІ Й МАТЕРІАЛИ

Побач, як діють інші

Візити та зустрічі дають змогу ближче пізнати організації. Матеріали проєкту допомагають повертатися до здобутих знань після занять.

3.4 ОЗНАЙОМЧІ ВІЗИТИ ТА ДНІ ВІДКРИТИХ ДВЕРЕЙ

2

Краків

Візити до Університету Комісії національної освіти в Кракові та зустрічі з представниками організацій працівників.

2

Свентокшиське

Візити до громадських організацій, соціальних кооперативів тощо.

2

Кельці

Дні відкритих дверей у Центрі INTEURO, зустрічі з організаціями та громадою.

Знайомишся з людьми та роботою організацій, ставиш запитання й обмінюєшся досвідом. У проєкті передбачено загалом 6 одноденних заходів для 90 учасників.

3.5 МАТЕРІАЛИ INTEURO ПРОФЕСІЯ

Знання, до яких можна повертатися

Карта старту, зошит учасника, інструкції, контрольні списки та галузеві матеріали. Будуть друковані й цифрові версії польською, українською, англійською та російською.

ЩО МОЖНА ОТРИМАТИ

Контакти, приклади роботи організацій і матеріали для самостійного навчання.

ТВІЙ НАСТУПНИЙ КРОК

Запитай про візит або день відкритих дверей. Інформація: profesja.inteuro.info.

МІЙ ПЛАН / АРКУШ ДЛЯ ЗАПИСІВ

Запиши свій наступний крок

Познач, що тебе цікавить. Візьми цю сторінку на розмову з командою проєкту та запиши домовленості. Можна обрати кілька тем.

- ☐ Оцінка компетентностей і документи
- ☐ Професійні заняття
- ☐ Стрес і культура праці
- ☐ Організації та права працівників
- ☐ Цифрові курси
- ☐ Професійна практика
- ☐ Польська мова
- ☐ Візити та дні відкритих дверей

МОЯ МЕТА: ЧОГО ХОЧУ НАВЧИТИСЯ АБО ЯКУ РОБОТУ ВИКОНУВАТИ?

НАЙБЛИЖЧА ДІЯ

УЗГОДЖЕНА ДАТА

Обрані теми допоможуть дібрати підтримку; участь узгодиш із командою проєкту.

Центр INTEURO
Кельці, вул. Сенкевича, 78A
Інфолінія: **+48 789 051 963**
kontakt@siew.org.pl
profesja.inteuro.info

Скануй код

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ

STOWARZYSZENIE INTEGRACJA EUROPA WSCHÓD

«INTEURO Професія - програма професійної та соціальної активізації іноземців»
Фінансується коштом Фонду праці в межах Відомчої програми
активізації іноземців на 2026 рік.

Керівник: Асоціація «Інтеграція Європа - Схід». Партнери: Університет Комісії національної освіти в Кракові, Фонд «Загальне право», Асоціація «Надія для родини» та «МасІнтернет».

Публікація відображає лише думку її автора. Міністерство сім'ї, праці та соціальної політики не несе відповідальності за використання наведеної в ній інформації.