



Сила духу - не просто слова! Сила духу - це правда жива!



СИЛА ДУХУ

Видається з вересня 2003 року
26 травня 2026 року

Всеукраїнська організація
«СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 21 (1073)

Сучасна реабілітація. Активна. Справжня

Колись слово «реабілітація» в Україні звучало майже як обіцянка відпочинку. Санаторій. Плед. Електрофорез. Перлинні ванни. Кілька процедур між сніданком і прогулянкою алеєю. Ніби людину після травми чи інсульту треба було не повертати до життя — а просто десь «дотримати» до повернення стабільності стану.



ПАЦІЄНТ — НЕ ОБ'ЄКТ ЛІКУВАННЯ

Як працює сучасна реабілітація

Сьогодні країна вчиться іншій реабілітації. Активної. Справжньої.

За даними Міністерства охорони здоров'я України, у 2025 році реабілітаційні відділення по всій країні забезпечують уже 12 тисяч реабілітаційних сеансів на добу. У 2022 році їх було менш ніж 4 тисячі.

Це означає, що система зростає. Що дедалі більше людей після поранень, інсультів, інфарктів, опіків, черепно-мозкових травм чи важких операцій отримують шанс не просто вижити — а повернути собі рух, мову, пам'ять, самозарядність, звичне життя.

Але війна змінює масштаб потреби швидше, ніж система встигає добудовувати себе.

Сотні тисяч людей уже проходять реабілітацію щороку. І все

одно цього недостатньо. Бо реабілітація — це не про комфортний відпочинок. Це про повернення людини до себе.

Найважливіше, що нам усім доведеться переосмислити: реабілітація починається не після лікування. Вона починається разом із ним. Іноді — ще в реанімації.

У момент, коли людину вперше саджають на ліжку.

У момент, коли після важкого ураження вона пробує втримати ложку.

У момент, коли після травми мозку знову вчиться вимовляти слова.

Сьогодні реабілітація майже ніколи не є пасивною. Мозок не відновлює втрачені зв'язки «під магнічними магнітними струмами». Тіло не повертає рух через лежання. Людина заново вчиться жити через вправи, їх повторення, втому, маленькі і великі щоденні зусилля та дуже велику внутрішню роботу.

І ще одна важлива річ: не існує одного чарівного «реабілітолога», чи «масажиста» який усе полагодиць.

Сучасна реабілітація — це команда. Лікар фізичної та реабілітаційної медицини. Фізичний терапевт. Ерготерапевт. Психолог. Терапевт мови та мовлення. Медична сестра з реабілітації. Соціальний працівник. Асистенти. І — сама людина.

Бо пацієнт тут не пасивний спостерігач.

Він не «об'єкт в процедурній кімнаті». Він — учасник процесу. Людина, яка визначає власні цілі: знову ходити. Самостійно їсти. Повернутися до роботи. Обійняти дитину. Вийти на вулицю без страху що не вистачить сил дійти назад.

Чим більше суспільство розумітиме справжній зміст реабілітації, тим швидше ми відійдемо від радянського уявлення про «відновлення через процедури». І тим більше людей матимуть шанс не просто вижити після війни — а жити далі.

Тетяна ЛОМАКІНА, радниця - уповноважена Президента України з безбар'єрності

Анонс

2-3 стор.

«Дніпровські хвили» в Каневі

3 стор.

Гендерна політика ЄС: чому громади втрачають гранти ще на етапі оцінки проєктів

4 стор.

Робоча зустріч із амбасадорами безбар'єрності

5 стор.

Доглядові соціальні послуги: запит, який має зростання та життєву необхідність

6 стор.

Доступ до голосового зв'язку та Інтернету

7 стор.

Створюємо план дій
«Жінки, мир, безпека»

КОЖЕН ПЕРЕДПЛАТНИК Є АКТИВНИМ УЧАСНИКОМ РУХУ ЗА ПРАВА ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ

*Передплата на незалежну
українську газету «Сила духу»
триває протягом всього року!*

Всеукраїнська газета «Сила духу» - друг, порадник та консультант людей з інвалідністю та усіх небайдужих.

На сторінках видання розглядаються питання соціального та юридичного захисту, працевлаштування та освіти, реабілітації та дозвілля людей з інвалідністю. А ще - поради психологів, кухарів, та астрологів.

Будьте з «Силою духу»!

Читайте нас!

Передплачуйте нас!

РАЗОМ МИ СИЛА!



«Дніпровські хвилі» в Каневі

15–16 травня 2026 р. місто Канів стало місцем великого свята творчості, сили духу, людяності та безбар'єрності — тут відбувся XV Всеукраїнський фестиваль творчості людей з інвалідністю «Дніпровські хвилі». Організаторами фестивалю стали громадська організація «Канівська організація осіб з інвалідністю «Відродження».

Цей фестиваль уже 15 років поспіль об'єднує людей з різних куточків України, даруючи учасникам не лише сцену для виступів, а й простір для щирого спілкування, підтримки, нових знайомств і теплих зустрічей зі старими друзями.

Було надзвичайно приємно, що на наш фестиваль завітала перший заступник голови Черкаська обласна державна адміністрація Наталія Кравченко, яка щиро привітала всіх учасників із цим чудовим святом творчості, таланту та єдності.



Це були два дні, наповнені творчістю, емоціями, обіймами, щирими слезами радості та неймовірною атмосферою єдності. Кожен учасник мав можливість показати свій талант і свою душу. Хтось дарував глядачам чарівний вокал, хтось запалював сцену у танці, хтось змушував усміхатися своїм гумором, а хтось вражав красою виробів із глини, паперу та робіт декоративно-прикладного мистецтва.

Це були не просто виступи чи роботи - це були історії сили мрій, натхнення та віри у себе. Саме такі заходи доводять: талант не має обмежень. На фестиваль завітала велика кількість людей з різних областей України, якщо точніше, то 147 осіб учасників. Мабуть, ще ніколи місто Канів не бачило одночасно такої кількості людей з інвалідністю, особливо на кріслах колісних одночасно. І це було справді неймовірно.

Але найголовніше — це було не про жалість. Це було про силу. Про незламність. Про людей, які, попри всі життєві труднощі, виходять на сцену, співають, танцюють, читають вірші, посміхаються та своїм прикладом доводять собі й іншим: вони можуть, вони варті, вони такі ж, як і всі.

Особливо радує, що настав час, коли люди з інвалідністю більше не сидять замкненими у чотирьох стінах. Вони подорожують, знайомляться, відкривають свої таланти, беруть участь у фестивалях, надихають інших та стають активною частиною суспільства. І саме такі заходи дають людям віру у себе, сили жити далі та відчуття того, що вони потрібні.

«Дніпровські хвилі» — це не просто фестиваль. Це місце, де народжується справжня інклюзія. Де стираються бар'єри між людьми. Де кожен може бути почутим, побаченим і прийнятим. Це свято творчості, натхнення, людяності та великих сердець.

І особливо хочеться сказати слова величезної вдячності всім тим людям, установам, організаціям, волонтерам, партнерам, благодійникам і просто небайдужим серцям, без участі яких проведення такого масштабного заходу було б просто неможливим.



Кожен допоміг чим міг - коштами, подарунками, продуктами, солодощами, підтримкою та щирою участю. Завдяки цим неймовірним людям ні один з учасників не залишився без подарунків.

Разом вони сьогодні роблять у місті Каневі справді неймовірні речі. Вони підтримують людей, допомагають тим, хто цього потребує, об'єднують навколо себе добро, щирість і небайдужість. Їхня підтримка — це не просто до-

помога. Це людяність, тепло і віра у людей. Саме завдяки таким людям хочеться рухатися далі, творити та робити цей світ добрішим і безбар'єрним.

Щира вдячність цим людям, які неодноразово підтримують всі заходи, які проводить наша організація. Вони добре знають, з якими труднощами щодня стикаються люди з інвалідністю, і тому ніколи не залишається осторонь наших прохань. Їх підтримка завжди щира, своєчасна і дуже важлива для нас.

Другий день нашого фестивалю був не менш теплим, цікавим і натхненним. Учасники фестивалю побували на легендарній Чернечій горі — місці сили, духовності та пам'яті українського народу.

Саме тут завжди по-особливому красиво: величний Дніпро, тиша, свіже повітря і неймовірна атмосфера, яка торкається серця кожного.

Щиро дякуємо працівникам Шевченківський національний заповідник за дуже змістовну, цікаву та щиру екскурсію. Завдяки вам учасники фестивалю змогли ще глибше відчути велич постаті Тараса Григоровича Шевченка, його силу слова та любов до України.

Кожен мав можливість прогулятися Чернечою горою, помилуватися безкрайніми краєвидами Дніпра, насолодитися красою природи та віддати шану генію українського народу — Кобзарю.

Саме такі моменти об'єднують людей, дарують натхнення, тепло душі та ще раз нагадують: безбар'єрність — це коли можеш. Можеш подорожувати, відкривати нові місця, відчувати красу світу, бути серед людей і торкатися серцем до української історії та культури.

Дякуємо кожному, хто став частиною XV Всеукраїнського фестивалю творчості людей з інвалідністю «Дніпровські хвилі». Саме завдяки таким людям народжується суспільство, у якому немає місця байдужості, а безбар'єрність стає не просто словами, а справжнім стилем життя.

Безбар'єрність — це коли можеш. Можеш жити, творити, мріяти, виступати, надихати та бути почутим, не дивлячись на проблеми та життєві труднощі.

І саме такими були ці два дні у м. Каневі - наповнені життям, емоціями, щирістю та вірою у людину.

«Дніпровські хвилі» ще раз довели всім: коли поруч є підтримка, розуміння та людяність - людина може все!!!

Наталія КАПУСТЯН, голова Канівської організації людей інвалідністю «Відродження»



Гендерна політика ЄС: чому громади втрачають гранти ще на етапі оцінки проєктів

Для багатьох українських громад гендерна політика досі залишається «супровідним блоком» у грантовій заявці - формальною галочкою у розділі про «рівні права». Проте у практиці ЄС підхід принципово інший: gender mainstreaming (наскрізне інтегрування гендерного підходу) є обов'язковою частиною проєктування політик, бюджетування та системи good governance.

У сучасній архітектурі європейського фінансування гендерний компонент - це не про репутацію чи комунікацію. Це прямий індикатор якості вашого управлінського рішення.

- Що фактично означає gender mainstreaming у логіці донорів?

- Цей підхід закріплений у Договорі про ЄС, Хартії фундаментальних прав та Стратегії гендерної рівності Єврокомісії. На практиці оцінювачі проєктів аналізують:

Доступність: Хто реально отримає користь від результатів

проєкту?

Вплив: Як рішення вплине на різні групи населення (вікові, соціальні, гендерні)?

Бар'єри: Чи існують приховані структурні перешкоди для участі людей?

Дані: Чи використовує громада гендерно дезагреговану статистику під час планування?

Важливо: Гендерна рівність у системі ЄС - це не окрема «соціальна тема», а базовий компонент доказового врядування.

- Що бачать оцінювачі проєктів (і чому ставлять низькі бали)?

- Типова помилка громад - обмежуватися фразою: «Жінки і чоловіки матимуть рівний доступ до послуг центру». Для європейських програм цього вже недостатньо. Більше того, «нейтральне» на перший погляд рішення часто оцінюється як таке, що поглиблює нерівність.

Приклад: Якщо громада будує сучасний спортивний хаб, але аналітика не враховує безпеку маршрутів до нього у вечірній час або специфіку секцій, об'єктом користуватиметься лише одна вузька група мешканців. Проєкт стає неефективним, а гроші донорів - витраченими некоректно.

За даними OECD та EIGE, інтеграція гендерного підходу ліквідує такі «сліпі зони» та суттєво підвищує результативність публічних інвестицій. Відсутність такого аналізу донори трактують як інституційну слабкість команди ОМС.

- Що це означає для українських громад?

- Гендерна політика - це не про квоти чи заходи «для галочки». Це про здатність ОМС:

Працювати з якісними локальними даними.

Прогнозувати нерівномірний вплив своїх рішень.

Інтегрувати інклюзивність у цикли планування та бюджетування.

Громади втрачають фінансування не через відсутність «гендерного розділу», а через нездатність довести інклюзивність свого проєкту та продемонструвати нову управлінську логіку, в якій працює цивілізований світ.

Центр Громадянських Ініціатив





Фронт-офіс Центру інтегрованих соціальних послуг

Доступність соціальних послуг визначається тим, чи може людина отримати необхідну підтримку швидко, в одному місці та без зайвих звернень до різних установ. Саме на цьому будується модель інтегрованих соціальних сервісів.



Під час робочого візиту Міністр соціальної політики, сім'ї та єдності України Денис Улютін відвідав фронт-офіс Центру інтегрованих соціальних послуг міста Одеси.

Це один із форматів «єдиного вікна», де в межах одного простору поєднані різні соціальні сервіси — від оформлення державних виплат і статусу ВПО до консультацій від ПФУ, супроводу та підтримки у складних життєвих ситуаціях. Така модель дозволяє скорочувати кількість звернень до установ і надавати усі послуги у комплексі.

Перші такі фронт-офіси були відкриті за підтримки UNICEF Ukraine в Одесі у 2017 році. Згодом аналогічні формати з'явилися в інших районах міста.

Лише у 2025 році фронт-офіси прийняли 120 тисяч людей. Зокрема послугами кейс-менеджменту скористалися понад 23 тисячі українців.

Значну частину відвідувачів становлять ВПО. Для їх підтримки працює муніципальний центр сприяння працевлаштуванню. За час його роботи звернулися понад 6 тисяч людей.

Окремо функціонують Центр допомоги врятованим та Центр життєстійкості. Це сервіси підтримки людей, які постраждали від війни, зокрема тих, хто пережив насильство, полон, а також тих, хто потребує психологічної, соціальної та правової допомоги. У Центрі життєстійкості було проведено 323 індивідуальні консультації та 40 групових занять, до яких були долучені 390 фахівців.

Найважливіше те, що в таких фронт-офісах все починається із запиту людини, а рішення підбирається під її конкретну ситуацію.

Пресслужба Міністерства соціальної політики, сім'ї та єдності України

Школа безбар'єрних маршрутів продовжує свою роботу

11 громад розпочали навчання у Школі безбар'єрних маршрутів — і це дуже важливий крок до системних змін у наших містах і громадах.

Адже безбар'єрність починається не з пандуса і не з окремого об'єкта. Вона починається з розуміння того, як людина насправді рухається містом: від дому до транспорту, лікарні, школи, ЦНАПу чи місця роботи.

Дуже цінно, що дедалі більше громад починають системно працювати над вдосконаленням вуличних просторів і доступністю маршрутів, а не окремих точкових рішень.

Цьогоріч до Школи надійшло 139 заявок з усієї країни. За результатами відбору до навчання долучилися 22 команди громад із різних областей України. Це означає, що запит на безбар'єрність у громадах стає все сильнішим.

Водночас громади, які навчалися минулого року, вже переходять до реалізації своїх проєктів. У 2025 році 15 пілотних громад розробили власні безбар'єрні маршрути, і сьогодні ці рішення поступово стають практичними прикладами для інших міст і громад.

Тетяна ЛОМАКІНА, радниця - уповноважена Президента України з безбар'єрності

Робоча зустріч із амбасадорами безбар'єрності

З 25 по 31 травня в Україні відбудеться Національний тиждень безбар'єрності — ініціатива, покликана привернути увагу до створення доступного середовища для кожного. У Полтавській ОВА відбулася робоча зустріч із амбасадорами безбар'єрності щодо проведення заходів у межах національної кампанії.

Участь взяли директор Департаменту інформаційної діяльності та комунікацій з громадськістю Полтавської ОВА, регіональна координаторка амбасадорів безбар'єрності Вікторія Пилипенко, заступниця начальника управління містобудування і архітектури Департаменту будівництва, містобудування і архітектури, житлово-комунального господарства та енергетики Полтавської ОВА Антоніна Ільїна, амбасадор безбар'єрності, голова Полтавського регіонального осередку Всеукраїнської організації «Союз осіб з інвалідністю України» Сергій Чумак, а також амбасадорка безбар'єрності, керівниця Центру комунікацій та пацієнтських сервісів



КП «Полтавська обласна клінічна лікарня ім. М.В. Скліфосовського ПОР» Ольга Цвігуненко.

Обговорили низку інформаційних та просвітницьких заходів, які планують реалізувати в області. Окрему увагу приділили питанням формування культури безбар'єрності, поширення принципів інклюзивної комунікації і посилення взаємодії між органами влади, громадськістю й амбасадорами безбар'єрності.

Сергій СРІБНИЙ



ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соцзахисту населення
Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО

Доглядові соціальні послуги: запит, який має зростання та життєву необхідність

В певний момент життя мабуть кожен і кожна задумується над питанням, а якою ж буде його старість? З ким та як він чи вона зустріне та проживе свій поважний вік. Безперечно, можливо та потрібно максимально дбати про своє фізичне та ментальне здоров'я, сподіватись на участь та підтримку родини та молодого покоління. Про те життя людини настільки непередбачувана річ, а особливо в період війни, що не можливо достовірно прогнозувати на рік чи п'ять вперед, а не те, що десятиліття.

А що ж робити людям старшого віку, яким догляд потрібен тут і зараз? Дійсно чисельність осіб, особливо одинокі проживаючих, які потребують постійного стороннього догляду зростає і не лише на фоні природних демографічних процесів, а й у наслідок повномасштабного вторгнення.

Тому забезпечення стійкого функціонування системи соціальних послуг доглядового характеру, не просто державний пріоритет, а вимога сьогодення. Послуги мають бути доступні на місцевому рівні, відповідно до потреб мешканців, а організація їх надання – чітко в межах чинного законодавства, максимально ефективною та зрозумілою для мешканців.

Про це говорили на нараді в Департаменті соціального захисту населення ОВА за участі Директорки Людмили Корнієнко з представниками територіальних громад області - органами соціального захисту та надавачами соціальних послуг.

«Спостерігаємо тенденцію щодо значного зростання потреби у соціальних послугах, перш за все доглядових. У пріоритеті безперечно люди поважного віку та з інвалідністю, зокрема, яка зумовлена психічними розладами та невідворотними когнітивними змінами. Якщо говорити про надання послуг за місцем проживання, то ситуація досить прийнятна. Відтак послугою догляду вдома охоплено 17 тис. громадян, ще понад 1,3 тисячі осіб отримують соціальні послуги на професійній та непрофесійній основі через механізми компенсацій з місцевих бюджетів» – зазна-



чила Людмила Корнієнко.

Натомість зросла і потреба в послугах, які вимагають більш професійної та навіть цілодобової допомоги та нагляду – тобто в потугах стаціонарного догляду, які на сьогодні на 90% забезпечуються за рахунок діяльності обласних пансіонатів системи соцзахисту.

Безперечно, за період воєнного стану навантаження на ці 14 закладів значно зросло, адже на місцевому рівні стацвідділення наявні лише в 10 територіальних громадах.

Окремо обговорили ключові аспекти ведення документації та формування громадами пакетів документів осіб, яких направляють на влаштування в обласні заклади, зокрема щодо їх коректності, достовірності та повноти заповнення.

Також під час наради акцентовано увагу на важливості запровадження та розвитку доглядових послуг на місцевому рівні: як за рахунок підвищення виявлення та взяття на обслуговування осіб «на дому», так і створення відділень надання доглядових послуг з проживанням – міні-пансіонатів, або їх проміжного варіанту – відділень підтриманого проживання, якщо такі послуги відповідають рівню мобільності та запиту отримувачів на допомогу.

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

День травматолога

20 травня відзначається День травматолога. Робота цих фахівців найчастіше починається раптово — після невеликого падіння, побутової травми чи ДТП. Від їхніх швидких рішень в ургентних ситуаціях залежить, наскільки повноцінно людина зможе відновитися. Вони вправляють вивихи, збирають складні переломи, проводять операції та супроводжують пацієнтів до початку реабілітації.

Масштаб щоденної роботи ортопедів-травматологів чітко ілюструють дані електронної системи охорони здоров'я. Лише цьогоріч на амбулаторному рівні вже надано:

Понад 2,3 млн рентгенологічних досліджень — базової послуги для точної діагностики.

Понад 1,4 млн послуг з амбулаторної та педіатричної

Продовження на наступній сторінці



РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

Початок на попередній сторінці

хірургії (сюди входить первинна хірургічна обробка ран та зупинка кровотеч).

Понад 36 тисяч зафіксованих звернень через пошкодження кінцівок та інші поверхневі травми в амбулаторіях, коли лікарі накладали гіпс чи пов'язки.

Нагадуємо алгоритм дій та медичні послуги, які пацієнт з травмою отримує безоплатно:

1. Екстрена медична допомога (на місці події) Якщо людина травмувалася, не може рухатися або відчуває різкий біль — потрібно викликати швидку за номером 103. Бригада оцінить стан, надасть першу допомогу та за потреби транспортує до лікарні. Для виклику швидкої чи отримання екстреної допомоги декларація з сімейним лікарем або електронне направлення не потрібні.

2. Невідкладна амбулаторна допомога (травмпункт) Якщо пацієнт з травмою може дістатися до лікарні самостійно, він має звернутися до найближчого закладу, який має договір із НСЗУ на амбулаторну допомогу. Для невідкладної допомоги при гострій травмі електронне направлення також не потрібне. Огляд лікаря, рентген, знеболення, обробка ран та накладання гіпсу є безоплатними.

3. Планові візити до травматолога Якщо після надання

першої допомоги пацієнт потребує планового візиту (наприклад, для контролю зрощення кістки або зняття гіпсу), для цього вже знадобиться електронне направлення. Його може виписати як сімейний лікар, так і травматолог, який надавав першу допомогу.

4. Стаціонарне лікування та оперативне втручання. Якщо травма складна і потребує операції (наприклад, металоостеосинтезу) або госпіталізації, медична допомога надається за пакетами «Хірургічні операції дорослим та дітям у стаціонарних умовах» або «Хірургічні операції дорослим та дітям в умовах стаціонару одного дня». У межах цих пакетів безоплатними є: хірургічна операція, анестезія, всі необхідні обстеження, ліки з Національного переліку, цілодобовий лікарський та медсестринський догляд, а також харчування.

5. Реабілітація. Лікування важких травм не завершується в кабінеті травматолога — далі починається відновлення. За направленням лікуючого лікаря пацієнти отримують безоплатну реабілітацію в стаціонарних або амбулаторних умовах. Цьогоріч за цим напрямом надано вже понад 166 тисяч послуг.

Дякуємо лікарям ортопедів-травматологів за щоденну працю та за кожного пацієнта, який знову може впевнено стояти на ногах!

СЬОГОДЕННЯ

Доступ до голосового зв'язку та Інтернету

Доступ до голосового зв'язку та Інтернету сьогодні — необхідна умова включення громадян в цифрову економіку та цифрове суспільство. У тому числі доступ до електронних цифрових послуг (Е-медицини, Е-освіти), доступ до світових інформаційних ресурсів, тощо. Такі послуги особливо важливі для громадян, що відносяться до вразливих соціальних груп.

Регулятор за останній час отримав значну кількість скарг та звернень громадян з різних питань.

На практиці не всі люди можуть безперешкодно отримати необхідні електронні комунікаційні послуги. Для когось проблема полягає у відсутності можливості підключення, для когось — у складних і дорогих тарифах або необхідності оплачувати додаткові послуги, які не потрібні. Особливо гостро це відчувають люди з інвалідністю, літні люди, мешканці віддалених населених пунктів та інші вразливі категорії населення.

Чинний механізм доступу до універсальної послуги є значною мірою декларативним та потребує свого удосконалення.

Саме тому НКЕК розробила законопроект щодо забезпечення доступності універсальних електронних комунікаційних послуг, який наразі проходить громадські консультації.

Законопроект покликаний зробити право на базові послуги зв'язку та Інтернету реальним, а не лише задекларованим у законі. Зокрема, споживачі отримають додаткові можливості щодо:

- отримання універсальних послуг за наявності електронних комунікаційних мереж;



- отримання універсальних послуг за встановленими граничними тарифами, якщо наявні тарифи є недоступними;

- отримання універсальних послуг окремо, а не лише у складі тарифних планів чи пакетів інших електронних комунікаційних послуг;

- звернення до постачальника послуг або до НКЕК з метою отримання універсальних послуг.

Хаб «Сила духу. Спільнота всеукраїнської організації «Союз осіб з інвалідністю» (очільник Сергій Чумак), яка долучилася до обговорення законопроекту та послідовно відстоює права споживачів, підтримує законодавчі зміни, спрямовані на підвищення доступності електронних комунікаційних послуг.

Адже цифрова доступність — це не лише про технології. Це про можливість кожної людини залишатися на зв'язку, отримувати необхідну інформацію, користуватися державними сервісами, навчатися, працювати та брати повноцінну участь у житті суспільства.

ТОЧКА ЗОРУ

«Досвід має значення»

Днями на ВДНГ говорили про дуже важливу річ — чому досвідчені фахівці й фахівчині 50+ досі стикаються з бар'єрами під час пошуку роботи, навіть тоді, коли ринок гостро потребує людей.

У межах Фестивалю кар'єри відбулася дискусія про запуск національної програми «Досвід має значення», яка покликана допомогти змінити підхід до працевлаштування людей старшого віку.

Сьогодні безбар'єрність у сфері зайнятості — це не лише про фізичний доступ до офісу. Це також про відсутність упереджень, зрозумілу комунікацію, відкриті процеси найму та готовність бачити в людині не вік, а її досвід, навички й мотивацію.

Під час розмови багато говорили про ті бар'єри, які часто залишаються непомітними:

- страх отримати відмову ще до подачі резюме;
- стереотипи щодо “недостатньої гнучкості” чи цифрових навичок;
- формулювання у вакансіях, які сигналізують, що роботодавець шукає “молодість”, а не компетентність.

Саме тому програма пропонує практичні рішення: допомогу з пошуком вакансій через нові цифрові інструменти, супровід Державної служби зайнятості, підтримку під час співбесід та короткі стажування, які дозволяють роботодав-



цю і кандидату краще познайомитися без зайвого стресу.

І це справді важливо. Бо професійний досвід, відповідальність, стійкість і вміння працювати в складних умовах — це великий ресурс для країни.

Це дійсно має бути рухом з двох боків: від роботодавців, які зможуть забезпечити гнучкість графіку і можливість працювати пів дня, якщо людині так зручніше і гнучкість фахівців, яким треба буде десь довчитися, оновити навички, визнати досвід інших.

Україна сьогодні потребує ринку праці, де людина не “стає невидимою” після певного віку. Де є місце для розвитку, нових можливостей і поваги до професійного шляху кожного.

Досвід справді має значення.

Тетяна ЛОМАКІНА, радниця - уповноважена Президента України з безбар'єрності

Створюємо план дій «Жінки, мир, безпека»

22 травня відбулося засідання міжвідомчої робочої групи щодо розроблення у Лубенській територіальній громаді плану дій «Жінки, мир, безпека».

Ця група була створена у зв'язку з актуальними викликами безпеки та необхідністю забезпечення рівної участі жінок і чоловіків у процесах прийняття рішень та з метою підвищення рівня безпеки в громаді, врахування потреб різних груп населення, посилення спроможності громади до реагування на кризові ситуації, на виконання Розпорядження Кабінету Міністрів України від 25.02.2026 р. №214-р «Про затвердження Національного плану дій з виконання резолюції Ради Безпеки ООН 1325 “Жінки, мир, безпека” на період до 2030 р. та плану заходів з його виконання».

Присутні на засіданні працівники Управління соціальної та ветеранської політики Лубенської міськради, відділу сім'ї, молоді та спорту, інших соціальних служб, відділення Національної поліції та громадських організацій, серед яких



і голова ЛРО ВО СОІУ Тетяна Гордієнко, обговорили нагальні потреби, окреслили можливі шляхи їх вирішення та внесли відповідні пропозиції до створюваного документу.

Робота над розробкою плану дій «Жінки, мир, безпека» триває.

Небезпека на тарілці: чим може бути шкідлива картопля

До страв із картоплі звикли всі. З неї роблять пюре, її смажать, запікають, додають у салати. Однак, незважаючи на універсальність коренеплоду, до нього слід ставитися з обережністю, адже іноді картопля може нашкодити.

Склад овочів може стати причиною проблем із травленням, а конкретніше — шлунком. Картопля може містити природну отруту — соланін. У свою чергу, у її складі є глюкоза та соланідин. Якщо ці речовини потрапляють в організм людини, це може спричинити сильний розлад шлунка, симптомами якого є біль, нудота, блювання та відчуття гіркоти в роті. Щоб не потрапити в таку пастку, слід звертати увагу на колір картоплі перед тим, як вживати її в їжу.

Не готуйте страви з позеленілих і пророслих коренеплодів: саме у таких і накопичується отрута. Важливо, що соланін не сприятливий до температури і не руйнується при підвищенні градусів.



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН (21.03-20.04). Для Овнів цей тиждень висвітлює робочі питання, в яких потрібні швидкість і сміливість. Події вимагатимуть вміння не діяти зопалу, особливо там, де легко втягнутися в суперечку або зробити різкий крок на емоціях. Зірки радять стримувати різкість у словах, а також не ризикувати грошима заради миттєвого результату. У стосунках корисно більше слухати, ніж тиснути.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Для Тельців цей тиждень висвітлює стабільність і фінансовий порядок. Зірки радять не затягувати рішення, які давно назріли, а також уважно рахувати витрати й не купувати зайвого за настроєм. У робочих справах найкраще спрацює спокійна послідовність: менше метушні, більше чітких дій і вчасно сказаних слів. Близькі оцінять ваш спокій і надійність, якщо ви говоритимете без повчального тону.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Для Близнюків цей тиждень сприятливий для переговорів, знайомств та нової інформації. Події вимагатимуть уважності до деталей. Зірки радять не хопатися за все одразу, а також тримати під контролем дрібні, але часті витрати. У робочих справах – більше чітких дій і вчасно сказаних слів. У приватному житті варто бути точнішими у формулюваннях і спокійними у спілкуванні.



РАК (22.06-23.07). Для Раків цей тиждень принесе емоційну рівновагу і рішення під впливом інтуїції. Активізуйте вміння не діяти зопалу, особливо там, де легко втягнутися в суперечку або зробити різкий крок на емоціях. Зірки радять не замикатися в собі, а також уникати фінансових рішень під впливом настрою. Теплі і дружні розмови дадуть більше, ніж мовчазне очікування, що вас зрозуміють без зайвих слів.



ЛЕВ (24.07-23.08). Для Левів цей тиждень висвітлює керівні рішення та важливі завдання. Можлива поява нових цікавих завдань. Зірки радять не сперечатися через самолюбство, а також розумно розподіляти ресурси й не витратити показово. На роботі найкраща тактика – спокійна послідовність. Більше уваги до партнера чи родини зараз спрацює краще, ніж красиві обіцянки або гучні жести.



ДІВА (24.08-23.09). Для Дів цей тиждень висвітлює відповідальність і увагу до деталей. Зірки радять підтримувати баланс між роботою і відпочинком, щоб уникнути перевтоми. У фінансах – повернутися до бюджету й прибрати необов'язкові витрати. В особистому житті – це період гармонії, хороший час для приємних моментів з партнером. Родина потребуватиме вашої уваги.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Терезам цього тижня варто збалансувати професійні амбіції та особисте життя і знаходити час для відпочинку. З'явиться шанс налагодити взаємодію з партнерами. Уникайте поспішних рішень – краще ретельно все проаналізувати. У фінансах можливі грошові надходження, пов'язані з дітьми, або отримання подарунків. В особистому житті цей період підійде для важливих розмов з близькими.



СКОРПІОН (24.10-22.11). Для Скорпіонів цей тиждень стане часом підбиття підсумків та глибокого самоаналізу. Хороший період для переговорів з начальством та планування майбутньої діяльності. В особистому житті для самотніх імовірна доленосна зустріч, а для тих, хто у парі, – час для вирішення давніх конфліктів. Знайдіть час для відпочинку та спокійної обстановки, щоб уникнути перевтоми.



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12). Для Стрільців цей тиждень сприятливий для навчання, поїздок і розширення планів. На роботі активно проявляйте ініціативу, у вас з'явиться шанс реалізувати одну з ваших глобальних ідей. У фінансах – будьте уважні до розпорядження коштів і уникайте імпульсивних покупок. В особистому житті на вас чекають приємні сюрпризи – увага з боку оточення буде щирою та теплою.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Для Козерогів цей тиждень сприятливий для кар'єри та довгих практичних цілей. Зірки радять не звалювати все на себе, а знайти час для відпочинку. У фінансах – тримати резерв і не поспішати з великими покупками. У робочих справах найкраще спрацює спокійна послідовність: менше метушні, більше чітких дій. Близькі потребують вашої живої участі та нормальної спокійної розмови.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Тиждень сприятливий для отримання результатів вашої роботи, це час важливих підсумків. Можливе визнання заслуг у професійній діяльності. У фінансах – будьте готові до несподіванок, можливі як витрати, так і приємні фінансові надходження. Ваша особиста енергія зростає: ви можете відчувати потребу змінити щось у житті, керуючись інтуїцією. У родині – ідеальний час для завершення деяких справ.



РИБИ (20.02-20.03). Для Риб цей тиждень висвітлює внутрішні відчуття, творчість і переоцінку пріоритетів. Події вимагатимуть уважності, особливо там, де легко втягнутися в суперечку. Зірки радять не плести за чужими думками, а бережливо ставитися до позик і великих витрат. На роботі спокійний діалог допоможе зняти напругу там, де давно бракувало розуміння у спілкуванні.



**Газета
«Сила духу»**

Ідентифікатор медіа: R30-05272
Засновники: ПОО ВО COIY, ВО COIY
Видається за підтримки ВО COIY

Адреса редакції: 36000,
м. Полтава, вул. Соборності,
45, кімната 105.
тел/факс (0532)56-95-60.

Головний редактор:
Сергій Чумак.

E-mail: sergiy229@ukr.net
gazeta-sd@ukr.net

Редакція не завжди
поділяє точку зору авторів
публікації. Автор несе
повну відповідальність
за достовірність інформації.
Редакція залишає за собою
право скорочувати
і редагувати матеріали.

Підписний індекс: 91664

Віддруковано:

м. Вінниця,
вул. Гетьмана Мазепи, 12-б.
Тел.: (0432) 55-63-97, 55-63-98.

Підписано до друку: 25.05.2026 р.

Тираж: 4570 шт.

Замовлення: № 26 13 21