



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



СИЛА ДУХУ

Видається з вересня 2003 року
16 червня 2026 року

Всеукраїнська організація
«СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 24 (1076)

Три золоті правила етичної комунікації

На перший погляд, кількість слів та фраз, які рекомендують використовувати, щоб нікого не образити може фруструвати. Але насправді все не так складно, якщо розуміти підхід, а не вивчати терміни, як правила з граматики у школі.

А підхід дуже простий: будь-яка людина заслуговує на повагу. А повага до людини – це бачити в ній цілісну особистість, а не лише якийсь один аспект.

Саме тому, коли ми кажемо «інвалід» (епілептик, ампутант) ми робимо найгірше – ігноруємо людину і концентруємось виключно на її стані чи хворобі.

Є три прості правила етичної та необразливої комунікації.

Правило перше: Спочатку людина. На першому місці має бути слово, яке позначає індивіда. Людина, дитина, чоловік, жінка, користувач, користувачка тощо.

Не інвалід, а людина з інвалідністю.

Не ампутант, а людина з ампутованою кінцівкою або людина, яка користується протезом.

Правило друге. Не перебільшуйте. Речі можна і треба називати своїми іменами. Використання евфемізмів – слів, які мають пом'якшити чи приховати якісь явища – варто уникати.

Наприклад, казати «сонячні діти», коли йдеться про людей з синдромом Дауна чи «діти дощу», коли йдеться про людей з аутизмом – це романтизувати деякі стани, а дорослих людей такий підхід інфантилізує. Це нормально визнавати якісь стани чи діагнози. Просто нехай вони не затьмарюють саму людину.

Правило третє: Не узагальнюйте. Уникайте фраз: «Усі люди з інвалідністю» або «Усі люди старшого віку». Всі люди дуже різні й мають різні ситуації. На це варто зважати.

Ці правила важливі не лише, коли йдеться про людей з інвалідністю. Вони помічні, коли необхідно описати абсолютно різні життєві обставини.

- Не самотня мати/батько, а мати/батько, що самостійно виховують дитину.

- Не полонений, а людина, яка пережила полон.

- Не сліпий/глухий, а людина з порушенням зору/слуху тощо.

Так само і про засоби реабілітації, якими користується людина.

Інструменти, які допомагають людині бути незалежною, всього-на-всього інструменти. Головною залишається людина та її особистість.

Тому:

- Людина, яка користується кріслом колісним.

- Людина, яка користується білою тростиною.

- Людина, яка користується милицею/протезом/слуховим апаратом тощо.

TRUE. Реабілітація травм для України

ЯК НІКОГО НЕ ОБРАЗИТИ?

три золоті правила етичної комунікації



Анонс

2 стор.

Реабілітація може починатися ще до того, як пацієнт завершить основне лікування

3 стор.

Крісло колісне це не поразка реабілітації, а інструмент незалежності

4 стор.

Посилення спроможної мережі комунальних надавачів соціальних послуг

6-7 стор.

Про інклюзивну ілюстрацію

7 стор.

Чому варто вже зараз будувати з акцентом на безпеку й доступність?

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!

Реабілітація може починатися ще до того, як пацієнт завершить основне лікування, — іноді вже в операційній

«Такий підхід допомагає лікарям і фахівцям з реабілітації одразу думати не лише про порятунок життя, а й про майбутню рухливість, самостійність і якість життя людини», — розповідає амбасадор безбар'єрності МОЗ України Сергій Худа.

Він уже 11 років працює у реабілітації та нині є фізичним терапевтом і заступником медичного директора з розвитку реабілітаційної служби лікарні «Охматдит» у Львові. За цей час неодноразово працював тоді, коли реабілітація починалася не після завершення лікування, а паралельно з ним — зокрема ще в операційній.

Саме там команда може подбати про те, як людина рухатиметься, відновлюватиметься і повертатиметься до щоденного життя після операції. Один із прикладів такого підходу — лікування пацієнтів із важкими опіками.

«Багато людей вважають, що реабілітація починається після операції. Насправді у випадку важких опіків вона може розпочинатися ще в операційній», — зазначає Сергій Худа.

Під час хірургічного лікування до роботи можуть долучатися фахівці з реабілітації. Їхнє завдання — допомогти зберегти рухливість суглобів, попередити розвиток контрактур і створити умови для подальшого відновлення функцій людини.

Ранній початок реабілітаційних втручань особливо важливий, адже допомагає:

- зменшити ризик формування контрактур та обмежень рухливості;
- виконати частину необхідних втручань під час операції або анестезії, щоб уникнути додаткового болю та стресу для пацієнта;
- забезпечити безперервність між хірургічним лікуванням і реабілітацією;
- швидше розпочати відновлення та покращити функціональні результати.

Розвиток реабілітаційної допомоги є флагманським проектом МОЗ у межах Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні. Один із його ключових принципів - забезпечити людині безперервний маршрут від лікування до відновлення та повернення до активного життя.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України



КМУ схвалив розроблену Мінсоцполітики Стратегію державної політики щодо внутрішнього переміщення на період до 2030 року

«Раніше в Україні не було єдиного маршруту підтримки внутрішньо переміщених осіб — окремі рішення допомагали закривати певні потреби, але це не були об'єднані в цілісну систему. Стратегія до 2030 року вперше визначає такий маршрут: від моменту переміщення до інтеграції в громаду або добровільного повернення додому», — сказав Міністр соціальної політики, сім'ї та єдності Денис Улютін.

Документ визначає єдиний підхід до підтримки ВПО — від моменту вимушеного переїзду до адаптації в новій громаді або добровільного повернення додому.



Серед ключових напрямів Стратегії:

- розвиток персонального маршруту підтримки для ВПО та їхніх родин;
- посилення допомоги громадам, які приймають ВПО;
- розвиток житлових рішень та можливостей для працевлаштування та економічної самостійності;
- запуск єдиної цифрової платформи підтримки ВПО, через яку люди зможуть отримувати необхідну інформацію, а держава — зворотний зв'язок ВПО;
- посилення роботи мультидисциплінарних команд у транзитних центрах для швидкого надання допомоги після переміщення.

Стратегію розроблено за підтримки міжнародних партнерів UNHCR Ukraine - Агентство ООН у справах біженців в Україні, Council of Europe, з урахуванням пропозицій народних депутатів, громад, Рад ВПО та громадських організацій, зокрема ГО «ВПО України».

Пресслужба Міністерства соціальної політики, сім'ї та єдності України



Як людині з інвалідністю отримати послуги юриста вдома?

Якщо людина, за станом здоров'я, не може самостійно звернутись до бюро чи консультаційного пункту — юристи можуть надати адресну правничу допомогу.

Юристи виїжджають у віддалені населені пункти, військові госпіталі та будинки-інтернати для осіб похилого віку та осіб з інвалідністю.

З якими питаннями звертаються клієнти:

- отримання одноразової грошової допомоги у зв'язку з пораненням, направлення на ВЛК, виплати під час лікування
- скасування судового наказу про стягнення боргу за комунальні послуги
- представництва інтересів у суді
- видачі обмежувального припису.

З початку року юристи надали послуги адресно 108 разів.

Як отримати такий вид допомоги. Щоб отримати такий вид допомоги, потрібно залишити заявку за номером - 0 800 213 103 (єдиний контактний номер телефону системи надання безоплатної правничої допомоги).

Наші фахівці зафіксують звернення та повідомлять про дату і час можливого візиту. Юрист/ка в узгоджений час прийде за місцем проживання або перебування людини (додому, у лікарню, геріатричний пансіонат тощо), щоб надати правничу допомогу.

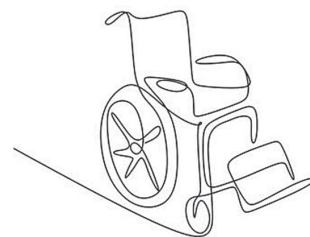


Безоплатна правнича допомога



УКРАЇНСЬКА
АСОЦІАЦІЯ
ФІЗИЧНОЇ
ТЕРАПІЇ

Крісло колісне це не поразка реабілітації, а інструмент незалежності



У суспільстві досі часто існує хибне уявлення: якщо людині потрібне крісло колісне, значить реабілітація «не спрацювала».

Але це не так. Мета фізичної терапії не змусити людину будь-якою ціною ходити. Мета фізичної терапії допомогти людині бути максимально незалежною, безпечною та активною у своєму житті.

І якщо для цього на певному етапі або на постійній основі потрібне крісло колісне це не крок назад. Це крок до більшої

й: «Як вона реально пересувається у своєму повсякденному житті?» Для когось найкращим рішенням буде хода без допоміжних засобів. Для когось хода з допоміжними засобами. Для когось поєднання ходи та крісла колісного. А для когось саме крісло колісне стане ключем до незалежності.

Тут важливо розуміти: фізичний терапевт не просто «садить у крісло». Він оцінює функціональні потреби людини, безпеку, витривалість, можливості пересування, середовище, цілі та щоденні завдання.

Крісло колісне може бути не символом втрати, а засобом, який дозволяє людині:

- самостійно пересуватись;
- економити сили;
- безпечніше долати великі відстані;
- повернутись до навчання, роботи чи соціального життя;
- виходити з дому не «раз на місяць», а тоді, коли вона цього хоче;
- зменшити залежність від родичів або доглядальників.

Іноді пацієнт може пройти кілька метрів у залі. Але це ще не означає, що він здатний безпечно й ефективно пересуватись у реальному житті: вдома, на вулиці, у лікарні, в магазині чи на роботі.

Саме тому сучасна реабілітація ставить запитання не лише:

«Чи може людина ходити?» а

Бо правильно підібране й доречно використане крісло колісне може означати:

- більше участі в житті;
- менше виснаження;
- вищу безпеку;
- більше автономії;
- кращу якість життя.

Найгірше рішення не те, коли людина користується кріслом колісним. Найгірше рішення коли через упередження їй не дають інструмент, який міг би повернути їй мобільність і незалежність.

Крісло колісне це не поразка реабілітації.

Поразка це коли ми оцінюємо успіх лише тим, чи людина пішла, і забуваємо запитати, чи стала вона вільнішою у власному житті.

Українська Асоціація фізичної терапії



ОМБУДСМАН: КСУ визнав неконституційним обмеження оплачуваних відпусток для неповнолітніх та людей з інвалідністю

Уповноважений Верховної Ради з прав людини Дмитро Лубінець повідомив, що Конституційний суд України визнав неконституційними положення закону про організацію трудових відносин в умовах воєнного стану, які дозволяють обмежувати або не оплачувати частину щорічної відпустки неповнолітнім та особам з інвалідністю.

«За моїм конституційним поданням захищено право на оплачувані відпустки для дітей та людей з інвалідністю. Конституційний Суд України детально перевірів ці норми та дійшов однозначного висновку: вони суперечать Конституції України», – повідомив омбудсман у Телеграм.

За словами Лубінця, оскаржувані положення закону «Про організацію трудових відносин в умовах воєнного стану» дозволяли роботодавцям обмежувати або не оплачувати частину щорічної відпустки для неповнолітніх та осіб з інвалідністю.

Омбудсман додав, що окремо велика палата КСУ підкреслила, що надання гарантованої законом відпустки без збереження заробітної плати не відповідає принципам гідної праці та нівелює саму сутність соціальної держави.

У результаті розгляду подання уповноваженого спірні положення закону були визнані неконституційними та втратили чинність з дня ухвалення рішення.

«Це рішення – надзвичайно важливий крок у захисті трудових прав громадян і ще одне підтвердження того, що навіть під час воєнного стану держава не може звужувати права тих, хто потребує особливого соціального захисту», – пояснив він.

**ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соцзахисту населення
Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО**

Посилення спроможної мережі комунальних надавачів соціальних послуг

Протягом минулого робочого тижня мала змогу відвідати всі райони області та поспілкуватись з керівниками та представниками територіальних громад. Говорили про нагальні проблемні та бар'єрні питання в реалізації соціальної політики на місцевому рівні, а також про потреби уразливих категорій мешканців.



Акцентувала увагу на посиленні спроможної мережі комунальних надавачів соціальних послуг, зокрема створення таких установ у Мачухівській, Коломацькій, Ланнівській, Ромоданівській та Новогалячинській громадах. Адже соціальні послуги мають бути не лише якісними, а й доступними для мешканців за місцем проживання.

Не менш важливим є і розвиток самих послуг: масштабування діючих інструментів та запровадження нових сервісів.

Відтак, враховуючи ряд реформ, наскрізним питанням є створення можливостей для надання доглядових послуг: стаціонарного та денного догляду, підтриманого проживання та притулку в громадах. Це обумовлено як демографічним дисбалансом та наслідками війни, так і, в першу чергу, потребами мешканців, які мають бути задоволені зі збереженням їх соціальної включеності в життя громади.

Окремо проговорили і пріоритети щодо розвитку сімейно орієнтованих послуг та наявності достатньої кількості фахівців із соціальної роботи, які мають працювати із

сім'ями на всіх етапах супроводу та виведення із складних життєвих обставин.

Такі послуги як раннє втручання, супровід під час інклюзивного навчання (асистент дитини), денний догляд та тимчасових відпочинків для батьків, які виховують дітей з інвалідністю, вже надаються сотням родин в Полтавській області та є дієвим доповненням до реабілітаційних та інших заходів підтримки.

Тому кожна громада, яка прагне інвестувати час та ресурси в людський розвиток, повинна працювати над запровадженням таких сервісів, в тому числі через механізми соціального замовлення та міжмуніципальної співпраці.

Під час обговорення відмітила позитивну динаміку щодо збільшення кількості громад, які беруть участь в ініціативі з формування життєстійкості в межах Всеукраїнської програми підтримки ментального здоров'я #тижак.

В поточному році до загального переліку учасників вже додалися 5 громад: Диканська Чутівська, Білоцерківська, Білицька, Ромаданівська і відтепер в області діятимуть 17 центрів життєстійкості.

Натомість до 23 червня ще триває черговий конкурсний відбір територіальних громад від Фонду соціального захисту осіб з інвалідністю на запровадження цієї послуги, тому закликає громади до участі.

Враховуючи, що 2026 рік – офіційно Рік вшанування учасників ліквідації наслідків аварії на Чорнобильській АЕС, зосередила увагу учасників на важливості посилення підтримки чорнобильців в межах заходів місцевих цільових програм, а також більш ефективного використання коштів з обласного бюджету на забезпечення рецептурними ліками та зубопротезуванням.

Працюємо далі в спільному діалозі задля посилення спроможності громад забезпечувати соцзахист населення.

Більше інформації про найдешевші ліки у пам'ятці до е-Рецепта

МОЗ запускає другий етап ініціативи, що дає можливість пацієнту самостійно перевірити ліки за найвигіднішою ціною. Відтепер пацієнти, отримавши е-Рецепт, можуть переглянути у Національному каталозі цін найбільш вигідні пропозиції для усіх однокомпонентних рецептурних ліків (окрім наркотичних лікарських засобів).

Що змінилося?

Раніше через QR-код у пам'ятці до е-Рецепта можна було порівняти ціни лише на таблетки та капсули. Відтепер функція доступна для всіх лікарських форм.

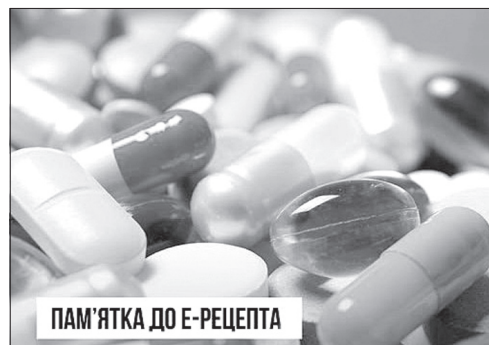
Це означає, що ви можете перевірити найвигідніші ціни на:

- сиропи та суспензії;
- краплі (очні, вушні тощо);
- мазі, гелі та креми;
- розчини для ін'єкцій.

Як перевірити ціни на ліки?

1. Отримуючи е-Рецепт, попросіть лікаря надрукувати пам'ятку до нього.

2. Відскануйте QR-код з пам'ятки камерою вашого смартфона.



3. Система покаже перелік з трьох найдешевших ліків з такою ж діючою речовиною, дозуванням та формою випуску. Оберіть найкращий для себе варіант.

Принаймні один із трьох препаратів із найнижчою ціною за відповідною діючою речовиною обов'язково має бути в наявності в аптеці.

Сервіс працює для рецептурних ліків, які пацієнт купує за власні кошти (які не входять до програми «Доступні ліки» та не відшкодовуються місцевими програмами).

З лютого цього року під час першого етапу ініціативи лікарі та пацієнти понад мільйон разів скористалися можливістю переглянути мінімальні ціни на лікарські засоби в Національному каталозі.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

Укус павука: які симптоми не можна ігнорувати?

Улітку під час відпочинку на природі, роботи в саду чи на городі люди частіше контактують із павуками. Більшість видів, які живуть в Україні, не становлять серйозної небезпеки для людини.

Водночас укуси окремих павуків можуть викликати сильний біль, набряк, підвищення температури, нудоту або алергічну реакцію. Особливо уважними варто бути людям, схильним до алергій, а також батькам маленьких дітей.

Найнебезпечнішим павуком в Україні вважається каракурт («чорна вдова»). Його укус може спочатку бути майже непомітним, однак згодом з'являється сильний пекучий біль, який поширюється тілом, судоми, слабкість, нудота, задишка та підвищення температури.

У таких випадках людині необхідна невідкладна медична допомога, спостереження лікарів та введення препаратів для зменшення інтоксикації й симптомів отруєння.

За даними ЕСОЗ, у 2025 році через токсичну дію контакту з отруйними павуками та укуси отруйних павуків по медичну допомогу звернулися 20 пацієнтів. Найбільше таких звернень зареєстровано у літні місяці — з червня по серпень, зокрема у Дніпропетровській, Одеській та Миколаївській областях.

Що робити, якщо вкисив павук?

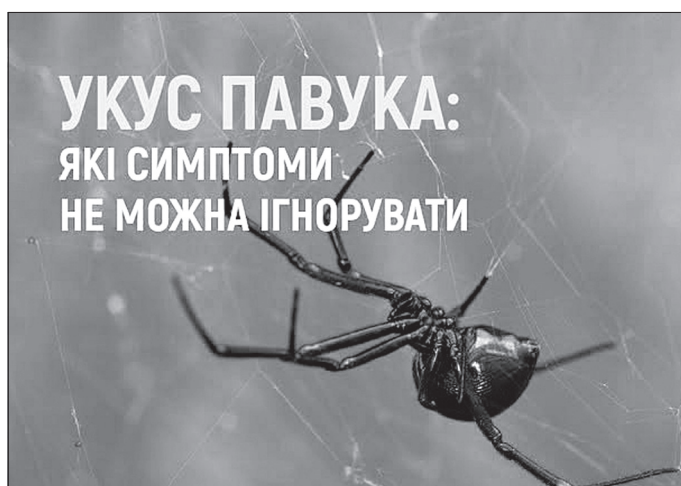
- Промийте місце укусу водою з милом.
- Обробіть шкіру антисептиком.
- Прикладіть холодний компрес через тканину.
- Не розчісуйте місце укусу.
- Пийте достатньо води.
- Не можна видавлювати чи відсмоктувати отруту — це не допоможе та може погіршити стан.

Якщо після укусу з'явилися сильний набряк, підвищення температури, нудота, судоми, утруднене дихання, різка слабкість або інші симптоми погіршення самопочуття — негайно зверніться по медичну допомогу або викликайте 103.

І навіть, якщо на ваш погляд симптоми не викликають занепокоєння, після укусу павука все ж варто відвідати сімейного лікаря, терапевта, особливо дітям — педіатра. Лікар оцінить стан, надасть рекомендації та за потреби призначить лікування чи направить на консультацію фахівця за профілем.

Під час перебування на природі, роботи біля кущів, каміння чи дров варто носити закритий одяг і взуття та бути уважними, коли берете до рук речі або сідаєте на траву.

Бережіть себе та будьте уважними, щоб літо справді було безпечним



РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

14 червня - Всесвітній день донора крові

Запаси крові в медичних закладах - це питання життєздатності всієї системи охорони здоров'я. Щодня українські лікарні потребують безперервного постачання донорської крові для допомоги пораненим на фронті та цивільним у тилу, для планових операцій та екстрених втручань. Цей ресурс постійно вичерпується, тому його регулярне поповнення є обов'язковою умовою для того, щоб лікарі могли виконувати свою роботу та своєчасно надавати медичну допомогу.

У межах Програми медичних гарантій забезпечення пацієнта донорською кров'ю та її компонентами під час стаціонарного лікування є безоплатним. Коли медичний заклад підписує договір з НСЗУ, він бере на себе зобов'язання забезпечити пацієнта всім необхідним для лікування, включаючи доступ до компонентів крові у цілодобовому режимі. Ці витрати вже повністю покриті державою в межах відповідного пакету послуг.

Отже, вимога до пацієнта самостійно шукати донорів чи купувати кров — це порушення умов договору з боку закладу. Ми нагадуємо про це, щоб кожен пацієнт міг захистити свої права. Якщо ви зіткнулися з такою ситуацією:

- Зверніться до керівництва лікарні.
- Якщо питання не вирішено - телефонуйте до контактного центру НСЗУ за номером 16-77.
- Або подайте офіційну скаргу через онлайн-форму на сайті НСЗУ: <https://nszu.gov.ua/.../zvorotnii-zviazok-tut-vi-mozete...>



Аби медичні працівники могли фахово й доступно говорити про донорство, Академія НСЗУ та Національна служба здоров'я України спільно з платформою ДонорUA створили онлайн-курс «Донорство крові: як і навіщо лікарям його популяризувати».

Завдяки цьому навчанню медичні фахівці зможуть глибше зрозуміти сучасні підходи до залучення донорів, усвідомлюють свою роль у формуванні культури донорства, а також навчаться впевнено розвіювати поширені міфи та коректно відповідати на запитання пацієнтів.

Донорство - це не лише благородний вчинок, а й наша спільна відповідальність. Ми безмежно дякуємо кожному, хто регулярно ділиться своєю кров'ю та допомагає тримати медичний тил. Ваш внесок - безцінний.

СЬОГОДЕННЯ

Про інклюзивну ілюстрацію

Наші уявлення про світ відображаються у книжковій ілюстрації та часто ми навіть не помічаємо власних стереотипів. Просте практичне завдання показало: коли ми створюємо персонажа, то нерідко несвідомо відтворюємо звичні для себе образи, а багатьох людей і досвідів у наших малюнках просто не з'являється.

Саме тому розмова про інклюзивну ілюстрацію сьогодні

така важлива. Адже безбар'єрність — це не лише про доступ до простору чи послуг. Це також про видимість, представлення та право кожної людини впізнати себе у книжках, медіа та культурі.

Про це говорили на XIV Міжнародному фестивалі «Книжковий Арсенал», де відбувся воркшоп «Інклюзивна книжкова ілюстрація» для ілюстраторів, дизайнерів і всіх, хто працює з візуальними образами та історіями.



Практичний воркшоп провела експертка ГО «Безбар'єрність» Світлана Гнатюк та ілюстраторка Женья Полосіна. Разом з учасниками вони обговорили, як створювати ілюстрації, які відображають реальне різноманіття суспільства та водночас залишаються доступними для людей з різними потребами.

Окрему увагу приділили принципам інформаційної доступності. Йшлося про речі, які можуть здаватися технічними деталями, але насправді визначають, чи зможе

СЬОГОДЕННЯ

людина повноцінно сприйняти інформацію. Учасникам й учасницям радили обирати прості й читабельні шрифти без зайвих декоративних елементів, дбати про достатню контрастність між текстом і фоном та не використовувати колір як єдиний спосіб передати важливий зміст.

Окремий блок був присвячений альтернативним текстовим описам до зображень. Саме вони допомагають людям із порушеннями зору зрозуміти зміст ілюстрації. Спікерки наголосили: хороший альтернативний текст має передавати не лише те, що зображено, а й сенс, який несе зображення. Водночас він має бути лаконічним, зрозумілим і враховувати контекст, у якому використовується ілюстрація.

Не менш важливою стала розмова про репрезентацію.

Учасники й учасниці обговорювали, як показувати різність природно й без штампів. Персонажі мають мати власні інтереси, професії, характер і взаємодіяти між собою, а не існувати в кадрі лише для формального представлення певної групи людей.

Так само важливо уникати крайнощів — не зображати людей з інвалідністю виключно через призму труднощів, жалю та надмірної героїзації. Допоміжні засоби, як-от крісло колісне, протез чи слуховий апарат, є частиною повсякденного життя людини, а не її єдиною характеристикою.

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

ТОЧКА ЗОРУ

Чому варто вже зараз будувати з акцентом на безпеку й доступність? Чи готові люди платити за це більше? І звідки на це мають братися кошти?

Зараз ми всі поступово доходимо до розуміння, що безбар'єрність і безпека — не додаткові опції та не предмет розкоші, а базові характеристики якісного житла.

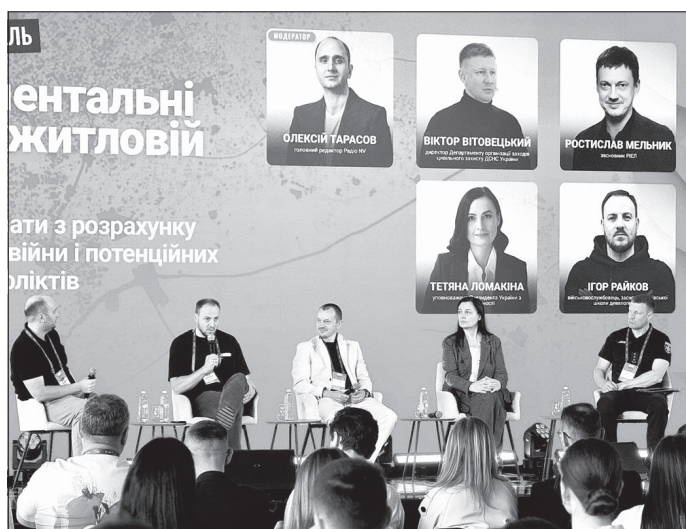
Днями відбулася дуже відверта розмова з представниками будівельного бізнесу на конференції LUN Місто 2026, де ми й обговорювали ці питання. На зустрічі було близько 600 людей — девелопери, архітектори, урбаністи, представники громадського сектору та органів влади. Говорили про те, якими мають бути українські міста й житло в умовах тривалої війни та майбутніх викликів.

Ми говорили про небезпечну звичку ділити людей на «спроможних» і «неспроможних». Насправді набагато важливіше бачити в кожній людині її потенціал, а не шукати причини, чому вона нібито чогось не може. Саме такий підхід допомагає створювати середовище, яке працює для всіх.

Банальний приклад: якщо ми подивимося, хто користується пандусом, то це будуть не тільки люди на кріслі колісному. Пандусом буде підніматися жінка з маленькою дитиною. Дитина постарше на самокаті. Родина з малюком у візочку. Їхня бабуся, якій важко йти сходами. Чоловік, який відновлюється після травм. Хлопець із валізою. Так, вони можуть піднятися й сходами. Але нерідко обирають пандус, бо це зручніше.

Ми маємо чітко розуміти, що за роки війни змінився портрет українського суспільства. Сьогодні серед нас понад 3,5 мільйона людей з інвалідністю, понад 8,5 мільйона людей старшого віку, і водночас народжується дедалі менше дітей. Це означає, що змінюються й вимоги до житла, громадських просторів та інфраструктури.

Ми не знаємо, коли закінчиться війна і якою буде безпечна ситуація в майбутньому. Саме тому підземні школи, дитячі садки та надійні укриття вже не виглядають фантастикою — для багатьох громад України це повсякденна реальність.



Окремо говорили про відповідальність за доступність укриттів. Якщо будинок перебуває у спільній власності мешканців, то і підвал чи укриття також є їхньою спільною відповідальністю. Не варто чекати, що хтось інший прийде й зробить його доступним. Адаптація таких просторів потрібна насамперед самим людям, які ними користуватимуться.

Безбар'єрність — це не про абстрактні стандарти. Це про рішення, які ми ухвалюємо сьогодні, щоб завтра кожен міг безпечно жити, навчатися, працювати й отримувати допомогу незалежно від віку, стану здоров'я чи життєвих обставин.

Дякую всім учасникам і учасницям за чесну дискусію та готовність говорити про складні питання без простих відповідей.

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



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН (21.03-20.04). Тиждень несе зміни, усвідомлення та можливість зміцнити фундамент свого життя. Важливо зберігати чіткість мислення, уникати поспішних рішень та довіряти перевіреним джерелам інформації. Для багатьох представників знака стартує новий етап: хтось займеться будівництвом, ремонтом або іншими важливими господарськими завданнями.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Тиждень вимагає більше уваги до деталей та відчуттів. Краще зупинитися, видихнути, переоцінити цілі. Це важлива точка внутрішньої перебудови. Труднощі виникають через старі розбіжності з держорганами або складнощі з оформленням нерухомості. Проте шанс урегулювати ці питання дуже високий, якщо не поспішати та заручитися підтримкою фахівця.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Нові перспективи відкриваються у спілкуванні з партнерами з інших міст чи країн. Ділові поїздки будуть вдалим, як і відновлення колишніх контактів. Ті, хто думає про розширення бізнесу за межами рідного міста, можуть почати розглядати купівлю нерухомості. Настає період рішень: чи змінити місце роботи, чи піти у вільне плавання.



РАК (22.06-23.07). Фінансове тло — нерівномірне. Доходи будуть, але й витрати зростуть — особливо на поїздки, дітей та побутові витрати. Змінюється і ваше сприйняття справ: з'являється бажання оновлення та розширення. Також можливі незаплановані витрати, пов'язані зі справами чи нерухомістю. Проте гроші надходитимуть стабільно, і серйозних провалів не очікується.



ЛЕВ (24.07-23.08). Ситуація з фінансами зараз не надто рівна, і врегулювати її цього тижня навряд чи вдасться. Витрати будуть високими, як у роботі, так і у сім'ї, особливо у другій половині тижня. Однак ви не залишитеся без доходу — ваші професійні зусилля дають стабільний результат. На особистому фронті — рідкісний спокій. Взаємини у закоханих та подружжя стабільні.



ДІВА (24.08-23.09). Тиждень обіцяє бути насиченим, проте події можуть розгортатися не за планом. У підприємців та керівників можуть загостритися стосунки із зарубіжними чи віддаленими партнерами. Можливі претензії з обох сторін, особливо якщо справа стосується невиконаних домовленостей чи питань щодо майна. Порозуміння з ріднею зростає, старі конфлікти, здається, залишилися у минулому.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Для закоханих місяць непростий — зовнішні обставини можуть вплинути на емоційне тло. Але якщо почуття міцні, цей період лише зміцнить союз. Діти, як і раніше, вимагають турботи — як емоційної, так і фінансової. До того ж чим вони старші, тим більше участі від вас буде потрібно. Можливо, саме діти та онуки допоможуть зберегти душевну рівновагу у сім'ї.



СКОРПІОН (24.10-22.11). Особисте життя виходить на перший план, і тут все добре. У міцних пар буде шанс вирішити складні питання спільно, спираючись на підтримку та взаєморозуміння. Але у сфері професійної діяльності та ділових зв'язків висока ймовірність зіткнення з низкою проблем. Однак ви можете розраховувати на допомогу з боку та нові пропозиції щодо роботи.



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12). Можливі перспективи підвищення чи переходу до привабливішої компанії — нехай не зараз, але протягом літа це стане реальним. Для найманих співробітників це гарний час подумати про кар'єрні зміни. У тих, чиї стосунки у сім'ї переживають труднощі, можуть виникнути спірні теми, що особливо стосуються житла чи власності.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Тиждень обіцяє бути яскравим, незвичайним і повним можливостей. Головне не боятися нестандартних рішень: саме вони відкриють перед вами шлях до успіху. Переговори минуть продуктивно. Однак не все буде гладко: з деякими партнерами стосунки можуть. Це не завадить вам рухатися вперед, але вимагатиме дипломатії та витримки.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Підприємці розпочнуть реалізацію нових проєктів. Тиждень відкриває перспективний етап, особливо для тих, хто давно виношував амбітні ідеї. Гарний момент для модернізації бізнесу. Службовці отримають шанс просунутися кар'єрними сходами. Хтось знайде цікаву вакансію в іншій компанії, а когось буде підвищено на поточному місці.



РИБИ (20.02-20.03). Для зайнятих кар'єрою особисте життя тимчасово відходить на другий план. Проте для тих, хто цінує стосунки та сім'ю, тиждень може виявитися випробуванням. Гроші можуть піти на розвиток бізнесу чи задоволення прохань з боку впливових людей. Але доходи продовжать надходити стабільно, і загалом грошова ситуація залишається позитивною.



**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: 15.06.2026 р.

Тираж: 4570 шт.

Замовлення: № 26 13 24