



СИЛА ДУХУ

№ 1 (896)

Видається з вересня 2003 року

4 січня 2023 року

Уряд прийняв постанову, спрямовану на підтримку осіб, які потребують реабілітації

Прийнята постанова КМУ «Деякі питання організації реабілітації у сфері охорони здоров'я» покликана спростити та покращити забезпечення медичними виробами, в тому числі допоміжними засобами реабілітації на всіх етапах реабілітації осіб з обмеженнями повсякденного функціонування.

«Через війну в Україні зростає кількість поранених як захисників, так і цивільних, які потребують подальшої реабілітації в медичних закладах. Маємо зробити усе, щоб максимально спростити процес їхньої реабілітації та допомогти їм повернутися до звичайного активного життя. Сьогодні зробили важливий крок - прийняли постанову, метою якої є регулювання надання реабілітаційної допомоги, зокрема забезпечення постраждалих внаслідок збройної агресії росії медичними виробами, допоміжними засобами реабілітації на всіх етапах відновлення, - зазначив міністр охорони здоров'я України Віктор Ляшко. - Постанова забезпечить участь мультидисциплінарної команди та створення індивідуального реабілітаційного плану. На практиці це означає, що непотрібно буде звертатися до різних лікарів, а процес протезування та подальшої реабілітації буде значно спрощений для пацієнта».

Прийнятим рішенням наголошується на:

- забезпеченні надання повноцінної реабілітаційної допомоги громадянам з першого дня звернення з травмою чи захворюванням;
- уніфікації підходів до надання такої допомоги на основі доказових міжнародних практик, відповідних стандартів і протоколів;
- вдосконалення підходів до забезпечення необхідними допоміжними

засобами реабілітації на всіх етапах реабілітації.

«Завдяки рішення уряду зроблено ще один крок у напрямі впровадження безперервного переходу від лікування до реабілітації, яка супроводжуватиметься своєчасним наданням послуг із протезування. Для цього передбачене обов'язкове залучення закладами охорони здоров'я протезистів до роботи у мультидисциплінарних реабілітаційних командах, за договорами про співпрацю. При цьому пацієнти зберігають право на вільний вибір протезиста, який виготовлятиме протез за рахунок коштів держбюджету», - зазначила Оксана Жолнович, міністерка соціальної політики України.

З метою надання реабілітаційної у сфері охорони здоров'я допомоги захисникам України та постраждалим цивільним прийнято постановою затверджується:

1. Державний типовий план реабілітації (далі - План) осіб з обмеженнями повсякденного функціонування - документ, що містить базовий перелік заходів з реабілітації і використовується мультидисциплінарною реабілітаційною командою під час складання індивідуального плану реабілітації особам з обмеженнями повсякденного функціонування протягом гострого, післягострого та довготривалого реабілітаційних періодів.

**Продовження
на наступній сторінці**

Анонс

3 стор.

Психологічна підтримка під час війни

4 стор.

Яка медична допомога безоплатна для ветерана при COVID-19

4 стор.

Коли антибіотики не діють: чим загрожує людству антибіотикорезистентність

5 стор.

Доступність українців до лікарських засобів

6-7 стор.

Що нам готує рік під знаком Чорного Водяного Кролика

**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!



Початок на попередній сторінці

2. Порядок забезпечення осіб з обмеженнями повсякденного функціонування медичними виробами, в тому числі допоміжними засобами реабілітації - документ, що визначає механізм забезпечення протягом усіх реабілітаційних періодів.

3. Положення про індивідуальний реабілітаційний план, порядок його реалізації та фінансування, за допомогою яких на підставі сучасного міжнародного досвіду пропонується здійснювати вчасне забезпечення осіб, які потребують реабілітації, медичними виробами, в тому числі допоміжними засобами реабілітації (далі - ДЗ) та запровадити уніфіковану систему організації та документування, контролю якості та результативності надання реабілітаційної допомоги.

Перелік заходів з реабілітації, передбачений планом, включає, зокрема:

- фізичну та реабілітаційну медицину, фізичну терапію, ерготерапію, психологічну допомогу, протезування-ортезування, надання медвиробів, зо-

крема допоміжних засобів реабілітації (ДЗ, прикріплені до тіла, для підтримки нервово-м'язово-скелетних функцій чи пов'язаних з рухом функцій (ортези) та для заміщення анатомічних структур (протези);

- допоміжні засоби для самообслуговування та особистого догляду (наприклад, ДЗ для користування туалетом);

- допоміжні засоби для активності та участі, пов'язані з особистою мобільністю й транспортуванням (наприклад, ДЗ для ходіння, керовані однією рукою та керовані двома руками, ходунки-рами, ходунки на колесах, крісла колісні з ручним керуванням, крісла-каталки).

Прийнята урядом постанова має суттєве значення для покращення реабілітації наших захисників та постраждалих внаслідок війни цивільних осіб. Зокрема, вона створює:

- можливість забезпечення протезами та ортезами, а також іншими допоміжними засобами реабілітації людини, яка знаходиться в лікарні;

- необхідність участі в такому забезпеченні мультидисциплінарної

команди;

- можливість безоплатного прокату допоміжних засобів для пацієнтів, які виписуються;

- форму індивідуального реабілітаційного плану.

Постанова має вперше в історії України забезпечити нормативне підґрунтя для вчасного забезпечення осіб, які потребують реабілітації, медичними виробами, в тому числі допоміжними засобами реабілітації та запровадження уніфікованої системи організації та документування реабілітаційної допомоги, контролю її якості та результатів, що ґрунтується на моделі Міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я.

Реалізація постанови позитивно вплине на досягнення та підтримку осіб, які потребують реабілітації, у їх середовищі, зменшить кількість осіб зі стійким обмеженням життєдіяльності та збільшить кількість осіб, які повернуться до праці та повноцінного соціального життя.

**Прес-служба Міністерства охорони
здоров'я України**

**ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соціального захисту
населення Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО**

Комплексна програма соціального захисту населення продовжена на 2023 рік з новими напрямами та доповненнями



На засіданні двадцятій позачергової сесії Полтавської обласної ради, яке відбулось 23 грудня 2022 року, депутатами обласної ради підтримано подальшу реалізацію Комплексної програми соціального захисту населення Полтавської області на 2023 рік зі змінами та доповненнями, розробником та виконавцем якої є Департамент соціального захисту населення Полтавської облвійськадміністрації.

Відтак, вже не один рік поспіль в області застосовується комплексний підхід до впровадження засад державної політики соціального захисту на регіональному рівні шляхом реалізації Обласної програми, яка є системним та послідовним інструментом по забезпеченню потреб населення в соціальних гарантіях та послугах.

Головною характерною рисою Програми є те, що вона не дублює, а гармонійно доповнює та розширює державні програми підтримки та дозволяє охопити соціальним захистом понад 36 тисяч мешканців області з числа 11 пільгових категорій в рамках своїх 33 напрямів.

У постійному фокусі й надалі залишаються завдання щодо соціальної підтримки сімей Захисників та Захисниць України, сімей ліквідаторів та постраждалих внаслідок Чорнобильської катастрофи та інших уразливих категорій громадян. Всі виплати проведено 100% від звернень громадян та за наявності технічної можливості без необхідності звернення на наявних інформації в базах даних.

У липні 2022 року, з метою реагування на виклики військового стану та потреби населення, Комплексну Програму доповнено важливими напрямками та розширено категорії отримувачів

матеріальної допомоги, на які спрямовано понад 22 млн. грн (детальна інформація викладена в інфографіці).

На 2023 рік запланований обсяг фінансування з обласного бюджету становить 65,4 млн.грн, що дозволить продовжити реалізацію успішно напрацьованих механізмів соціального захисту населення та охопити нові завдання.

Починаючи з 2023 року сім'ї внутрішньо переміщених осіб, у складі яких є діти з інвалідністю матимуть змогу отримати щорічну разову грошову допомогу за кошти обласного бюджету.

Також на наступний рік збільшено розміри грошових допомог уразливих категорій а саме:

- допомогу на лікування онкохворим дітям становить до 100 тис. грн (було до 50 тис.грн);



- допомогу на лікування дорослим громадянам – до 20 тис.грн (було до 10 тис.грн);

- допомогу особам, які опинились в складних життєвих обставинах – до 10 тис.грн (було до 5 тис.грн);

- розмір щорічних разових допомог для пільгових категорій встановлено на рівні 4 тис.грн (було 3 тис.грн).

На сьогодні Комплексна програма соціального захисту населення Полтавської області є найбільш повним та універсальним інструментом забезпечення місцевих соціальних гарантій.

Департамент соціального захисту населення в подальшому буде підтримувати співробітництво з громадськими організаціями, які опікуються питаннями ветеранів, осіб з інвалідністю та уразливих категорій населення з метою напрацювання додаткових механізмів підтримки осіб, які опинились в складних життєвих обставинах.

Дорогі наші читачі!

Новий 2023 рік є для нас особливим. Ми вже 20-й рік друкуємося, тож маємо своїх постійних читачів, хоча інтернет і займає панівне положення. Та нас надихає те, що ми працюємо для сильних духом людей.

Зараз ми всі проходимо тест на силу духу. Упевнений, що наші читачі в перших рядах борців за наш край і рідну мову. Усі вони доводять, що навіть у важкий воєнний час не хлібом єдиним живе людина, а може бути активним учасником творення нової України - вільної від тяжких наслідків соціальних експериментів минулого.

Бажаю всім міцного здоров'я і ПЕРЕМОГИ, досягнення нових вершин сили духу.

Головний редактор
Сергій ЧУМАК



Психологічна підтримка під час війни

Роз'яснення
НСЗУ



Замість підсумків року ми б хотіли поговорити про психологічну підтримку. Зараз це актуально для кожного українця та українки, де б вони не були. Позаду важкий рік. Попереду - рік переможний - ми у це щиро віримо. Щоб не відбувалося у наступні 12 місяців, наша солідарність і чуйність одне до одного буде потрібна не менше, ніж зараз. Буде потрібна підтримка. Підтримка в усіх сенсах. В тому числі психологічна.

Психологічна підтримка завжди була у Програмі медичних гарантій. Робота в інтересах пацієнта - ключовий принцип для Національної служби здоров'я України.

Ми впроваджуємо в медичній системі пацієнтоцентричний підхід. Він означає повагу та уважність до потреб людини. Не лише фізичних, а й психологічних. Лікування фізіологічних станів дає хороший результат, коли пацієнт отримує також кваліфіковану психологічну підтримку.

Наша мета - зробити підтримку психічного здоров'я доступною для будь-якого пацієнта. Щоби було зрозуміло, де її отримати безоплатно і без бар'єрів.

До запровадження психологічної підтримки НСЗУ застосовує системний підхід - ми намагаємось забезпечити такою допомогою усі етапи лікування пацієнта, весь його клінічний маршрут. У Програмі медичних гарантій у 15 пакетах медичних послуг є вимога, що в закладі має працювати психолог або психотерапевт.

У наступному році звертатися за психологічною допомогою можна буде до сімейного лікаря. Мережа закладів первинної допомоги є широкою і децентралізованою. А для пацієнта лікар, з яким укладена декларація, є першим фахівцем, до якого звертаються по допомогу.

- Тож Програму медичних гарантій розширили на новий пакет - "Супровід і лікування дорослих та дітей з психічними розладами на первинному рівні медичної допомоги".

В межах цього пакету лікар первинної ланки має надати пацієнту базову психологічну допомогу та скласти план ведення і лікування в межах своєї компетенції.

Лікар первинної ланки оцінить стан пацієнта, щоб виявити тривожні стани, депресію чи інші розлади психічного здоров'я. Якщо потрібно, пацієнта направлять на обстеження чи скерують на консультацію до психіатра.

У межах цього пакету сімейні лікарі також надаватимуть психологічну підтримку членам родини, які доглядають за пацієнтом.

Лікарі та медичні сестри первинної ланки проходитимуть спеціальне навчання, щоб кваліфіковано надавати потрібну допомогу з підтримки психічного здоров'я.

Адже фізичне та ментальне здоров'я можна лікувати в одному місці. Це зручніше та ефективніше для пацієнта.

- Психологічну допомогу та консультацію психолога пацієнт може отримати амбулаторно у профільного спеціаліста. Така послуга передбачена у Програмі медичних гарантій і надається в межах амбулаторного пакету.

- З 2021 року доступна також допомога, що надається мобільними психіатричними командами за місцем перебування пацієнта. Основний її напрям – психіатрична допомога. Проте ці ж фахівці так само можуть надавати психологічну підтримку. І пацієнту, і його родині.

Тож бережіть себе, піклуйтеся про ментальне здоров'я і підтримуйте близьких. Пам'ятаймо, що найтепліше світло - це те, що всередині нас.

Дякуємо кожному і кожній за незламність у 2022 році. І вітаємо з новим 2023! Хай буде він переможним для України!



Яка медична допомога безоплатна для ветерана при COVID-19?

Национальная служба здоров'я України та Мінветеранів продовжують серію публікацій для ветеранів про те, як отримати безоплатну медичну допомогу. Сьогодні ми розповідаємо, як ветеранам отримати медичну допомогу при COVID-19?

- Як і раніше, всі дослідження, аналізи, лікування, медикаментозна терапія, медична допомога в умовах інтенсивної терапії, киснева терапія, респіраторна підтримка, знеболення на всіх етапах при COVID-19 - безоплатні.

Перше, що слід зробити при симптомах ГРВІ та COVID-19 – звернутися до сімейного лікаря в закладі, який має договір з НСЗУ. На час війни декларація не обов'язкова. Сімейний лікар або терапевт проведе огляд і при необхідності проведе тест на визначення антигену SARS-CoV-2. Це безоплатно.

При легких симптомах лікар надасть рекомендації щодо самоізоляції, лікування та алгоритму дій у разі погіршення стану. Якщо стан важкий – лікар виклике екстрену медичну допомогу або направить на госпіталізацію на стаціонарне лікування.

- Стаціонарна медична допомога при коронавірусному

захворюванні безоплатна з направленням лікаря, при доставленні бригадою екстреної медичної допомоги, або самозвернення у невідкладному стані.

Отримати медичну допомогу при COVID-19 можна отримати у медзакладах, які мають договір з НСЗУ на один із пакетів:

- "Готовність до надання медичної допомоги в умовах поширення інфекційних захворювань, епідемій та в інших надзвичайних ситуаціях". Договір на цей пакет мають 199 медзакладів по всій країні. Саме до них мають госпіталізовувати пацієнтів з коронавірусом. - "Стаціонарна допомога пацієнтам з COVID-19". Договір на цей напрям має 581 медзаклад по всій країні.

Медзаклади, які уклали договір з НСЗУ за відповідним пакетом, зобов'язані надавати пацієнтам безоплатно весь перелік необхідних для діагностики та лікування медичних послуг. Це:

- первинний огляд та проведення тестування на COVID-19
- усі необхідні лабораторні та інструментальні дослідження: такі як загальні аналізи крові та сечі, бактеріологічні дослідження, біохімічний аналіз крові, ЕКГ, УЗД, рентгенографія та інші;
- медична допомога для лікування коронавірусної хвороби відповідно до галузевих стандартів;
- забезпечення ліками та знеболенням;
- цілодобовий лікарський та медсестринський догляд, а також моніторинг показників життєдіяльності для раннього виявлення ускладнень інфекційних захворювань та своєчасне лікування;
- киснева підтримка, інтенсивна терапія, підключення до апаратів ШВЛ та ЕКМО;
- консультації інших фахівців,
- складання плану реабілітації та реабілітаційного маршруту.

СЬОГОДЕННЯ

Коли антибіотики не діють: чим загрожує людству антибіотикорезистентність

Антибіотикорезистентність - процес набуття бактеріями стійкості до лікування, який прискорюється внаслідок неправильного вживання антибіотиків без призначення та контролю лікаря. З кожним роком унаслідок цього лікувати бактеріальні інфекційні хвороби стає все складніше.

А уже зовсім скоро нераціональне використання антибіотиків може призвести до того, що інфекційні

хвороби, які наразі швидко і без наслідків лікуються антибактеріальними препаратами, можуть стати смертельно небезпечними для великої кількості людей.

Ефективні колись проти небезпечних хвороб ліки стають недовірними надзвичайно швидкими темпами. Цей список не вичерпний, і з часом буде доповнюватися іншими хворобами, якщо продовжувати ігнорувати цю проблему.

Якщо антибіотики перестануть діяти - 3 з 10 випадків пневмонії можуть призвести до смерті, менше ніж 25% людей, які хворіють на туберкульоз, матимуть шанс вилікуватися. Такі хвороби, як менінгіт, ангіна, вухна інфекція, кесарів розтин - можуть стати летальними.

Чи може людство винайти нові антибіотики?

Попри темпи поширення проблеми, розробки нових антибактеріальних препаратів тривають. Однак, це багаторічний процес, який передбачає дослідження, тестування та випробування ліків.

Натомість масштаби поширення стійкості та пристосування бактерій настільки швидкі, що нових розробок також не достатньо, якщо не докласти інших зусиль, крім виробництва нових ліків.

Тому пам'ятайте: антибіотики - лише за рецептом лікаря!

Центр громадського здоров'я МОЗ України



Національна стратегія зі створення безбар'єрного простору в Україні



Наприкінці грудня відбулась велика зустріч з людьми, які дивляться в один бік та мають спільні цілі - підсумкова зустріч з громадськістю щодо внесення доповнень та пропозицій щодо проекту Плану заходів на 2023-2024 роки з реалізації Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 р.

Цей проєкт було складено з урахуванням пропозицій обласних військових адміністрацій, органів місцевого самоврядування, громадських організацій, ініціативних груп та активних громадян. Загалом експерти отримали та проаналізували 199 пропозицій, які стосувались широкого кола питань:

- рівного доступу до інформації, яка є актуальною,
- рівних прав та можливостей для соціального залучення та громадянської участі,
- підвищення рівня здоров'я та забезпечення фізичної активності населення,
- створення об'єктів фізичного оточення та транспортної системи відповідно до сучасних стандартів доступності,
- володіння необхідними знаннями та навичками фахівців

у сфері містобудування, архітектури та транспорту у питаннях норм й стандартів фізичної доступності,

- розвитку цифрової безбар'єрності, цифрових послуг,
- розвитку освіти продовж життя, інклюзивної освіти,
- доступу до здійснення підприємницької діяльності, самозайнятості та працевлаштування.

Найбільшу увагу представники громадянського суспільства звернули на такі важливі питання:

1. Створення на перших поверхах квартир підвищеної зручності для осіб зі стійкими порушеннями функціонування опорно-рухового апарату у новозбудованих будинках для можливості реалізації соціальних програм.
2. Сприяння залученню фахівців з досвідом життя зі стійкими порушеннями функціонування до роботи у сфері будівництва та архітектури, соціальній та медичній сферах від отримання спеціальної освіти до робочого місця
3. Підготовка Закону України про забезпечення цифрової безбар'єрності
4. Забезпечення дієвого контролю за будівництвом і реконструкцією будівель, споруд, доріг та інших об'єктів
5. Доступність публічних послуг для всіх суспільних груп
6. Питання допомоги постраждалим від сексуального насильства і торгівлі людьми на деокупованих територіях
7. Уточнений переклад Конвенції із забезпечення прав осіб з інвалідністю.

Дякуємо за озвучені фахові рекомендації Володимирі Вищевському, Сергію Чумаку, Олександрі Вороні, Ользі Гумен, Марині Вишневіській, Раїсі Кравченко, Денису Сухотіну, Ользі Волковій, Наталі Семчук, Леоніду Корецькому і Миколі Макару!

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

Доступність українців до лікарських засобів: Уряд ухвалив постанову щодо впровадження електронної системи управління запасами «e-Stock»

Кабінет Міністрів України на своєму засіданні ухвалив постанову, якою передбачено впровадження в експериментальному режимі електронної системи управління запасами лікарських засобів та медичних виробів «e-Stock».

Щороку Україна виділяє значні кошти на закупівлю ліків, однак пацієнти не завжди мають інформацію про їх доступність. З іншого боку, відсутність інтегрованої системи, яка б дозволяла відстеження, оцінку закупівель, розподіл та облік лікарських препаратів призводить до прогалин у плануванні. Тож метою впровадження e-Stock є покращення управління запасами лікарських засобів та медичних виробів. Безпосередньо для пацієнтів це означає доступність інформації про ліки.

Експериментальний режим роботи e-Stock надасть змогу виявити ризики, недоліки та виправити їх.

У постанові Кабміну визначається, що координатором експериментального проєкту є МОЗ, а відповідальними – Медичні закупівлі України.



Відповідно Міністерство охорони здоров'я забезпечує координацію заходів щодо його реалізації та має подати до 15 січня 2024 р. уряду звіт про результати та пропозиції щодо повноцінного впровадження електронної системи управління запасами лікарських засобів та медичних виробів e-Stock в обов'язковому порядку.



2023 рік пройде під покровительством Чорного Водяного Кролика (Кота). Що ж чекає на нас у 2023-му? Яким знакам зірки віщують успіх, кохання та кар'єрне зростання, а кому доведеться боротися з проблемами?

Що нам готує рік під знаком Чорного Водяного Кролика



Овен

(21 березня-20 квітня)

Овни можуть сміливо здійснювати свої масштабні бажання та всіляко втілювати в життя свої амбіції – цей рік хоч і буде доволі складним, та все ж принесе свої плоди для працелюбних Овнів. Також варто звернути увагу на особистісний баланс: не варто перенапружуватися та виснажувати себе важкою роботою. Навчіться відпочивати та отримувати задоволення від релаксу. 2023 рік стане вдалим періодом для здобуття освіти, підвищення кваліфікації та підйому кар'єрними сходами.

В особистому житті потрібно бути більш щирими та забути про традиційні хитрощі – останні можуть спровокувати неприємні ситуації. Шукайте внутрішню гармонію. Це найкраща порада для тих Овнів, які мріють зустріти другу половинку. У сім'ях деяких представників знака з'явиться малюк. Овни зможуть покращити свої житлові умови. Однак під час труднощів слід адаптуватися до швидкої зміни обставин.

Телець

(21 квітня-21 травня)

Тельцям доведеться зіткнутися з фінансовими труднощами та кризою на роботі. Важливо грамотно розподіляти свої фінанси. Неприємностей можна буде уникнути за сприяння старих знайомих та давніх друзів, які допоможуть вибратися зі скрутної ситуації. Тельцям потрібно буде зосередитися на великих цілях та не відволікатися на дрібні проблеми. Щоб покращити своє життя у майбутньому, доведеться інколи виходити із зони комфорту. Фортуна усміхатиметься тим, хто діятиме енергійно. Активність буде корисною навіть для здоров'я: побільше рухайтесь та не концентруйтеся на

негативі. У сімейному житті уникнути конфліктів допоможуть гнучкість та дипломатичність, частіше йдіть на компроміс. Наприкінці літа самотні Тельці зможуть зустріти свою другу половинку.

Близнюки

(22 травня-21 червня)

Рік обіцяє бути вдалим – можна сміливо братися за різні авантюри та бути впевненими у їхньому успіху. Близнюки зможуть швидко реалізувати себе у новій сфері та кардинально покращити своє життя. Сміливі зможуть спіймати своє щастя, а решті доведеться чекати кращих часів. Рік Чорного Кролика приготував Близнюкам багато різних сюрпризів – як приємних, так і не дуже. Але з усіма труднощами вони впораться легко і лише загартуються. Позиції на роботі посиляться. Цілісне уявлення про ситуацію дозволить ухвалювати правильні рішення. Тож уже в травні Близнюки відчують зміни на краще. Водночас астрологи радять накопичувати кошти та не витрачати зайвого. Одруженням Близнюкам зірки радять бути менш вимогливими до партнерів, щоб не загострювати стосунки. А самотні представники цього знака матимуть всі шанси знайти своє щастя. Близнюкам в першій половині року варто стежити за здоров'ям та правильним харчуванням.

Рак

(22 червня-22 липня)

2023 рік принесе у життя Раків радикальні зміни. Це ідеальний час для того, щоб узаконити свої стосунки чи розвинути нові. У справах любовних Ракам не буде рівних – зірки сприяють тому, щоб стосунки розвивалися без зайвих драм. Рік Кролика стане для представників знака новим ета-

пом у їхньому житті, і вони зможуть переїхати на нову квартиру, у інше місто, а також багато подорожувати. У фінансовому плані Ракам вдасться змінити своє становище на краще. При вирішенні різних питань слід покладатися на власну інтуїцію. Рік буде вдалим для підприємців. Водночас зірки радять бізнесменам не діяти агресивно, а навпаки, використовувати м'який підхід для пошуку альтернативних шляхів заробітку. Будьте уважними до свого здоров'я: вже влітку ви зможете відчути емоційне спустошення. Не забувайте відпочивати, правильно харчуйтеся та уникайте стресів.

Лев

(23 липня-23 серпня)

Левам варто обережніше добирати слова – зайві конфлікти можуть призвести до розриву стосунків чи проблем на роботі. Представникам цього знаку варто попрацювати над своїми емоціями – похід до психолога буде хорошою інвестицією в майбутнє. Заспокоюватися та тримати себе під контролем допоможуть кохана людина чи друзі. Обставини спонукатимуть представників цього знака більше працювати. Бажання досягнути успіху буде пріоритетним. Також у Левів з'явиться чимало можливостей для зростання доходів та кар'єрного злету. В особистому житті особливо успішною буде друга половина року. Романтичне знайомство обіцяє увінчатися міцними стосунками. Можливе весілля, придбання нерухомості чи переїзд. Однак із витратами варто бути обачними – берегти накопичення та обдумані їх витрачати. Влітку астрологи радять зайнятися самовдосконаленням та поліпшити свої знання іноземної мови. У найближчому майбутньому це стане в пригоді у професійній сфері.



Діва

(24 серпня-23 вересня)

У новому році на представників цього знака чекають значні зміни. Діви наважаться перекроїти своє життя. І в більшості випадків такі перетворення принесуть позитивний результат. Діви можуть успішно змінити роботу та покращити свій фінансовий стан. Грамотна комунікація та непересічні здібності Дів можуть стати запорукою успіху на новому місці, допоможуть влитися в колектив та сприятимуть майбутнім підвищенням. Та не варто забувати і про родину: слід більше уваги приділяти членам сім'ї й проводити більше часу разом. Небажано брати гроші в борг, краще переглянути свої витрати. Часом Дівам доведеться відстоювати свою позицію. Запасіться терпінням. Вже в середині року ви зможете лідирувати та з легкістю виконувати важкі завдання. В рік Кролика добробут Дів буде пов'язаний із особистим життям. Це успішний період для тих, хто шукає себе. Ви зможете знайти справу всього життя. Для поповнення життєвих сил дотримуйтеся правильного харчування та згадайте про заняття спортом, вони точно підуть вам на користь.

Терези

(24 вересня-23 жовтня)

Терезам не варто замахуватися на великі цілі – удача не на вашому боці, тому не треба зайве ризикувати. Найкращим варіантом буде накопичення власних статків та взаємодія з близькими людьми. Серед знайомих Терезів з'являться заздрісники та зрадники, які псуватимуть життя на початку року. Відпустіть їх та не згадуйте. Ви зможете досягти успіху в кар'єрі та улюбленій справі. З фінансами проблем не буде. Щоправда, не слід нехтувати розумним підходом до грошей, а також згадайте про свій дар переконувати. Комунікабельність – це головний козир Терезів, варто скористатися цим для зміцнення авторитету. У житті сімейних пар можливі непорозуміння, часом навіть виникатимуть думки про розлучення. Але зірки радять не поспішати й бути стриманими. Наприкінці року Терези матимуть змогу реалізувати свої амбіції, на допомогу прийдуть друзі.

Скорпіон

(24 жовтня-22 листопада)

Рік сприятливий для всього нового – нових захоплень, місця проживання, роботи. У 2023 році зміни підуть на користь. У фінансовому плані це успішний

рік для Скорпіонів-підприємців. Започаткований бізнес у рік Кролика буде вдалим. Загалом хороший прибуток зірки віщують більшості представників цього зодіакального знака. Та попри професійні успіхи, астрологи радять знаходити баланс між роботою та відпочинком. Скорпіонам треба сконцентруватися на своєму здоров'ї – у найнесподіваніший момент може нагадати про себе хронічна хвороба. Але здоровий спосіб життя та спокій допоможе впоратися. Рік може стати ідеальним для того, щоб почати займатися спортом чи записатися в танцювальний гурток – це допоможе підтримувати себе в тонусі та почуватися добре як фізично, так і морально. В особистому житті буде складний період: самотні розчаруються, а сімейним варто бути обачнішими у висловлюваннях.

Стрілець

(23 листопада-21 грудня)

Початок року передбачається для Стрільців доволі метушливим, та привести все до ладу вдасться максимально швидко. У подальшому варто замислитися про зміни – зірки пророкують зустріч з людиною, яка допоможе впоратися з усіма негараздами та стане надійною опорою. Фінансове питання стане одним із пріоритетних. Настав час завершувати розпочаті раніше справи. Зірки віщують поліпшення фінансової ситуації та кар'єрне зростання. Справжній прорив можливий у квітні та серпні. Рік Кролика по-особливому буде успішним та вдалим для Стрільців-бізнесменів. Велике значення матиме моральний стан – не дозволяйте собі багато нервуватися: стрес та напруга можуть зіграти поганий жарт. Рік принесе Стрільцям багато нових знайомств. Можлива зустріч з майбутнім супутником життя, одруження або придбання нерухомості. Для просунення кар'єрними сходами варто багато часу присвятити навчанню. Щодо здоров'я потрібно звернути увагу на щитоподібну залозу.

Козоріг

(22 грудня-20 січня)

2023 рік буде досить філософським. Цей період спонукатиме до самоаналізу та роздумів. Трудівникам-Козорогам слід змінити спосіб життя та більше часу присвячувати собі та рідним. Спокійний ритм та відсутність завалів на роботі зможуть дати новий поштовх до дій та нових проєктів. Варто більше часу приділяти творчості

та хобі – це не тільки допоможе розслабитися, але і стати новою справою, яка принесе визнання та додаткові гроші. Можливі проблеми зі здоров'ям, які змотивують переглянути свій шалений ритм життя. На роботі зросте навантаження, але варто проявити терпіння і не поспішати змінювати роботу. Вже у червні ситуація значно покращиться. Цього року Козороги зможуть насолодитися розміреним сімейним життям. Щоправда, дрібних суперечок не уникнути. Утім, ви гідно здолаєте всі перешкоди.

Водолій

(21 січня-19 лютого)

Про спокійне життя у новому році можна забути. Обставини вимагатимуть від Водоліїв рішучості та змін. Ви маєте миттєво реагувати на ситуації, що виникатимуть. Рік стане перспективним та успішним. На Водоліїв чекає підвищення та фінансове збагачення. Рік стане ідеальним часом для саморозвитку і роботи над собою – це не тільки допоможе в роботі, але й неабияк зможе підняти самооцінку. Головне – не хизуватися своїми успіхами та не ставитися зверхньо до оточення. Водоліїв очікує інноваційний рік. Вони зможуть розпочати новий проєкт чи влаштуватися на прибутковішу роботу. Самотні Водолії мають всі шанси зустріти свою долю. Вам не бракуватиме любові та уваги від представників протилежної статі. Проте зірки рекомендують звернути увагу на здоров'я. Приділяйте більше часу собі та своєму тілу. Активний відпочинок зовсім не завадить.

Риби

(20 лютого-20 березня)

Це рік втілення в життя видатних задумів. Риби активно використовуватимуть свої таланти, зокрема творчі, для досягнення мети. 2023-й принесе кілька довгострокових проєктів, які стануть вирішальними у майбутньому. Зрештою, вони матимуть і фінансові плоди. Тож проблем із грошовими надходженнями не буде. Більше того, є всі можливості збільшити доходи. Підтримка рідних та друзів у цей період буде дуже важливою. На Риб чекає велика покупка та облаштування свого особистого життя: вони матимуть можливість знайти свою другу половинку та почати серйозні стосунки. Також можливе відновлення старих стосунків. У другій половині року усі плани та поставлені цілі можна буде досягти важкою, проте цікавою працею. Будьте готові до масштабних змін у житті.



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН (21.03-20.04). Цього тижня нові справи, зустрічі та пропозиції підійдуть вчасно, настає сприятливий час для конструктивних змін. Тільки не потрібно приймати важливе рішення самотужки, порадьтеся з сім'єю та друзями. У п'ятницю варто проаналізувати стосунки з оточуючими. Якщо все виглядає не так, як вам того хотілося б, вибачте старі образи і подумайте про нові спільні справи.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Потрібні рішучі дії, а ви все не можете розібратися в собі. Намагайтеся взяти себе в руки. Цього тижня на вас може чекати велика кількість зустрічей та застіль, так що наваряд чи вам вдасться зберегти фігуру. Постарайтеся все ж таки частіше вставати з-за столу і танцювати або гуляти парком. Більше уваги приділяйте творчості, імпровізація може бути набагато кориснішою за точний розрахунок.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Цього тижня ви зможете чудово відпочити, отримати яскраві враження та провести час із коханою людиною. З'явиться можливість підвищити свій соціальний статус. На вас чекають позитивні емоції та романтичні побачення. Мрії про дальню поїздку обіцяють виявитися реальністю. Вас оточать турботою та увагою, завалять подарунками.



РАК (22.06-23.07). Початок тижня сприятливий для поїздок, зустрічей та нових знайомств. Не слухайте радників, які відмовляють вас від того виду відпочинку, який ви собі обрали, ваші плани обіцяють бути оптимальними. У п'ятницю безцеремонна поведінка та негатив мають бути повністю виключені. На кінець тижня нічого не плануйте, живіть за вільним графіком.



ЛЕВ (24.07-23.08). Цей тиждень особливо добрий для творчості в будь-яких її проявах. Ви зможете значно змінити світ довкола себе, якщо, звичайно, захочете цим займатися. Можна почати ремонт або змінити гардероб. Не виключено, що доведеться подумати про те, що, власне, робити з тим становищем якого ви досягли. Можливо, ви зрозумієте, що використовуєте далеко не всі свої можливості.



ДІВА (24.08-23.09). Вам на користь піде дальня подорож. Або хоча б частіше вибирайтеся на прогулянку в історичний центр свого міста, музеї, театри. У четвер ви можете розраховувати на підтримку друзів або коханої людини. Бажано проявити обережність і розсудливість щодо вигідних пропозицій і нових знайомих, не все так просто, як може здатися на перший погляд.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Цього тижня удача буде прихильна до вас, багато справ успішно завершаться на вашу користь. Не уникайте спілкування, не сидіть удома, будь-які контакти зараз вітаються. Хоча не уникайте турбот, але все ж таки вам варто покласти в гості друзів. Не слід показувати оточуючим ступінь вразливості, вашою слабкістю можуть скористатися. В суботу будьте обережні – вас можуть підстерегти спокуса та обман.



СКОРПІОН (24.10-22.11). Цього тижня багато в чому ваше благополуччя залежатиме від вашої готовності йти на компроміс і шукати спільне рішення. Середа злегка спантеличить вас біганиною по невідкладних справах і поїздками містом та за його межами. Зірки впевнені: ваша кохана людина пропонує те, що зробить вас обох щасливими. Навіщо ж відмовлятися від цього лише з упертості?



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12). На цьому тижні у вас може з'явитися привід замислитися про сенс життя. Менше побуту, більше мистецтва та романтики. Стосунки з оточуючими стануть кращими, вам практично у всьому буде супроводжувати успіх. Вівторок та п'ятниця підходять для романтичних зустрічей. Наприкінці тижня з'явиться багато добрих можливостей для реалізації ваших грандіозних задумів.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Запасіться терпінням, від вас усі чогось вимагають і чекають. До того ж, ви можете опинитися в компанії, куди йти вам не дуже хочеться, але треба. Але в середу ви зможете розплутати складну ситуацію в особистому житті, проте спочивати на лаврах буде ніколи. У п'ятницю може випливати те, що бажано було б зберегти в таємниці, тому будьте особливо обачні.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). У першій половині тижня ви активно вчитиметесь новому і спілкуватиметесь з людьми. У середу може змінитися настрій, з'явиться чітке розуміння своїх цілей. Захочеться влаштувати сюрприз, зібрати друзів на святкове гуляння або пікнік за містом. У неділю дратівливість і незадоволеність собою можуть переслідувати вас цілий день, намагайтеся не виявляти гніву і не брати участь у суперечках.



РИБИ (20.02-20.03). На цьому тижні спробуйте чітко з'ясувати, чи влаштовує вас та роль, яку ви виконуєте? Якщо ні, ви досить легко зможете від неї відмовитися. Огляньтеся на всі боки, і без ілюзій подивіться своє життя, оскільки настав переломний момент. Забудьте про сумніви та слухайте своє серце. У п'ятницю на вас чекає доленосна зустріч. Нова людина може змінити все.



**Газета
«Сила духу»**

Реєстраційний № KB 13063-1947 PR
Засновники: ПОО ВО COIU, ВО COIU
Видається за підтримки ВО COIU

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:

ТОВ «Прес Корпорейшн Лімітед»,
21034, м. Вінниця, вул. Чехова, 12а,
Тел.: (0432) 55-63-97, 55-63-98

Підписано до друку: 03.01.2023 р.

Тираж: згідно заявки

Замовлення: № 2312501