



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



СИЛА ДУХУ

Видається з вересня 2003 року
17 вересня 2024 року

Всеукраїнська організація
«СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 38 (985)

Київ переміг Париж

Це не тільки про Паралімпійські ігри, де наша збірна зайняла сьоме місце, залишивши збірну Франції на восьмому. У мене була трошки інша місія. В складі міжнародної команди за підтримки німецьких партнерів проводилося дослідження доступності Парижу для людей з інвалідністю на візках як глядачів Паралімпійських ігор.

Ні для кого не новина, що Париж має славу культурної столиці світу й різноманіття представників різних національностей, етносів та рас. Спочатку створює враження, що ви приїхали на фестиваль, карнавал людей, що мають тисячі різних завдань і мотивацій, які жодним разом не торкаються значної спортивної події. І запитати в індуся чи малазійця, корейця чи араба, жителя Африки чи Америки про якісь дані – нічого не варта справа. Бо Париж живе бурхливим життям і черги на мистецькі виставки на багато порядків більші, ніж на спортивні змагання.

Я був вражений тим, що ніде не було конкретної видимої інформації про місця, час, і способи добирання до об'єктів, де проводилися змагання. Художні картинки, що висіли на огороженні вокзалу, були замальовками із зображеннями паралімпійських атлетів в різних позах при змаганні і ніякої інформації, крім естетичної, в собі не мали. Поліція змогла дати тільки приблизну інформацію для нас.

Замість користування громадським транспортом доводилося дуже



багато їздити візками своїм ходом. Мабуть ще й тому, що для людей на кріслах колісних треба платити повну вартість. Це не скарга, бо саме така робота і була нашим завданням. Звичайно, ми знаходили місця і з повною недоступністю, та їх було не так багато, на пальцях однієї руки і зараз, закривши очі, я зможу всі їх відновити у пам'яті, бо ці дні були дуже яскраві та, навіть коли б ти дивився тільки вниз, – тебе чекало постійне різноманіття. Тротуари і стики до вулиць завжди під різними кутами нахилу, покриття плиткове, асфальтове, бетонне, скляне, мозаїчне неймовірно оригінально продовжувало фасади будинків, що вражали архітектурним оздобленням, фігурами античних богів та державних діячів Франції.

*Продовження
на наступній сторінці*

Анонс

3 стор.

Інформує Фонд соціального захисту осіб з інвалідністю

4 стор.

«Гроші ходять за людиною»: Департамент соцзахисту відпрацював з громадами практичні аспекти реалізації ініціативи

5 стор.

Центри позашкільного дозвілля у Франції

6 стор.

Театр для всіх

6-7 стор.

Творча зустріч у Ланні

**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 кон-
сультант людей з інвалідністю
та усіх небайдужих.**

**На сторінках видання розгля-
даються питання соціального
та юридичного захисту, пра-
цевлаштування та освіти,
реабілітації та дозвілля людей
з інвалідністю. А ще - пора-
ди психологів, кухарів, та
астрологів.**

Будьте з «Силою духу»!

Читайте нас!

Передплачуйте нас!

РАЗОМ МИ СИЛА!



Початок на попередній сторінці

Цікаво було спостерігати за балконами цих будинків. Думаю, що, по великому рахунку, там не було двох однакових на різних будовах, бо розмір, візерунки і форми їх були унікальними. Це не менше, а навіть більше варіантів що дає QR код. Добре, що таблички назв вулиць хоч і невеличкі, але все таки були і дозволяли орієнтуватися на місцевості. Та навіть коли ти добирався до місця проведення змагань, що щедро оточувалися поліціантами у строгій темно-синій формі, спецназівцями в формі хакі і оливки в колоритних беретках і на додачу ще й кінною поліцією, то з подивом дізнаєшся, що білетів у касах немає від слова зовсім.

Мабуть, то все зроблено в цілях додаткової безпеки зважаючи на сучасний стан у світі. І коли ви спробуєте також пробитися через всі інтернет-бар'єри до замовлення квитків, вас чекає розчарування, - адже більшість майданчиків для змагань не можуть прийняти людей на кріслах колісних, бо вони або не мають пристосованих місць зовсім, або їх так мало, що вони закуплені іноземними командами для підтримки своїх членів.

Все ж на всі види змагань, що цікавили мене у першу чергу, я потрапив. Боца була для мене не дивиною, та побачене не залишило байдужим. Мені вперше доводилося бачити змагання по бочі на жолобах для м'ячів. Уявіть, що людина має точно розрахувати кут нахилу та висоту жолоба поверх якого помічником виставляється м'яч і тільки тоді спеціальною телескопічною палицею, подібною до палиці для селфі, учасник може головою зіштовхнути м'яч униз. Заворожуюче видовище! Воїстину учасники працюють тільки головою. Обстановка міняється за кожним ударом і треба мати інтуїцію та величезний досвід, щоб вирахувати траєкторію й зіграти потрібний удар.

Пауерліфтинг та волейбол сидячи були більш звичними, але емоції та запал зашкалювали, особливо у команд із південних країн.

Неможливо описати всього побаченого в однім нарисі і розповісти про всі деталі, але скажу про головне — чому я так досконало вивчив паризькі тротуари і балкони, чому їздив автобусами, хоч пільг на них для людей на візках немає зовсім?



Ситуація пояснюється просто — метро Парижа не доступне для людей на візках і ніхто не хоче їх там бачити. Мій візит проходив в той же час, коли й українська делегація в складі поважних людей приїздила на навчання в Париж. Цікаво, чи обговорювали там метрополітен? Не впевнений що хтось сказав, що ми від французів попереду у його використанні. Бо у нас, не зважаючи на перешкоди, працює сервісна служба, що допомагає людям з інвалідністю на візках їх долати. І це дає незрівнянні переваги.

В Києві за один день я маю змогу побувати в 5-6 місцях, а в Парижі 1-2. І це навіть при тій не ідеальній доступності інфраструктури. І при рівних ситуаціях ризику, бо в Парижі часто і пішоходи, і велосипедисти, і навіть машини їдуть на червоний колір. Та нехай ні в кого не складається враження, що це місто залишило для мене неприємний осад. Попри все, воно прекрасне у будь-яку погоду і будь-який час доби, коли ти багато про нього багато знаєш, коли його відчуваєш, і навіть назва його звучить як музика — ле Парі, Париж!

Сергій ЧУМАК, голова ПО ВО СОІУ

3 початку вересня в Україні відкрито вже 17 нових Центрів життєстійкості

Відтепер таких просторів вже 179!

Долати стресові ситуації, відновлюватися після травматичних подій, вирішувати конфлікти - усього цього можна навчитися у Центрі життєстійкості. А ще знайти відповіді на різні соціальні запити.

Особлива увага в них приділяється роботі з сім'ями. Це - індивідуальні та сімейні консультації, навчання за програмою дитячого фонду UNICEF Ukraine - "Батьківство без стресу", а також ряд різних освітніх та терапевтичних заходів для родин.

Міністерка соціальної політики Оксана Жолнович розповідає: "Батьки зустрічаються з величезною кількістю викликів, виховуючи своїх дітей. Держава та громада мають бути для них опорою, коли виникають труднощі. Це можуть бути різні виклики. Зокрема і брак базових знань — як виховувати дитину, як допомогти їй стати впевненою, сформувати стійкість, як навчити її долати перешкоди. І тут ми їм допомагаємо в наших Центрах життєстійкості, формуючи програми підвищення батьківської компетентності".

Прес-служба Міністерства соціальної політики України



ТИ ЯК?

ЖИТТЄ
СТІЙКІСТЬ



**ВІДТЕПЕР ДЛЯ УКРАЇНЦІВ
ПРАЦЮЮТЬ 179
ЦЕНТРІВ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ**

Інформує Фонд соціального захисту осіб з інвалідністю

Допоміжні засоби реабілітації – це асистивні вироби та технології, які допомагають ефективно відновитись або покращити якість життя людям, що в силу різних обставин (травмування, хвороба) мають функціональні обмеження.

Допоміжні засоби реабілітації (ДЗР) покликані змінити або адаптувати середовище навколо людини, якій важливо виконувати бажані дії, попри незворотні або довготривалі зміни здоров'я.

Отримати засоби реабілітації можна безоплатно, згідно з державною програмою, яку адмініструє Фонд соціального захисту осіб з інвалідністю. Доступність засобів є частиною політики безбар'єрності, що держава будує в Україні. Важливо своєчасно звернутися до лікаря та подати відповідні документи для забезпечення виробами.

У інфографіці зібрали для вас приклади ДЗР. Серед усіх цих засобів саме протезно-ортопедичні вироби відіграють якісну роль у поверненні людини до рухової активності, незалежності та впевненості.

У наступних дописах детальніше зупинимось на конкретних видах допоміжних засобів.

ДОПОМІЖНІ ЗАСОБИ РЕАБІЛІТАЦІЇ (ДЗР):
УСЕ, ЩО ТРЕБА ЗНАТИ ОСОБІ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Протезно-ортопедичні вироби



Мінсоцполітики запускає експериментальний проект із запровадження договірної форми послуги раннього втручання

Перші роки життя дитини є визначальними для її подальшого розвитку і суттєво впливають на майбутнє. При цьому вирішальним ресурсом в розвитку маленької дитини є її сім'я. Разом з тим, коли в сім'ї народжується дитина з порушеннями розвитку, її батьки самі потребують значної підтримки у подоланні викликів, що виникли в їх житті.

Згідно із статистикою, у 2023 році в Україні народилось близько 34 тисяч дітей із вродженими порушеннями розвитку та складними станами, що виникають у перинатальному періоді.

Щоб підтримати батьків, чії діти народилися зі складними станами, Міністерство соціальної політики України пропонує послугу раннього втручання. Це послуга, яка поєднує медичну, освітню та соціальну складові, а тому вимагає координації зусиль та дій фахівців різних професій, які об'єднуючись у мультидисциплінарну команду раннього втручання, надають цю послугу.

Наразі в Україні функціонують 47 команд раннього втручання в 16 регіонах. Чисельність отримувачів послуги раннього втручання у 2023 році становила понад 2,9 тис. сімей з дітьми (181 родина – внутрішньо переміщена).

Щоб повноцінно запустити відповідну послугу, Мінсоцполітики започатковує експериментальний проект із запровадження договірної форми надання послуги раннього втручання, яким визначатимуться:

- організаційна модель надання послуги;
- специфікація послуги;
- механізм фінансування послуги
- завдання кожного члена команди раннього втручання;
- вимоги до надавачів цієї послуги.

Раннє втручання максимально збільшує шанси дітей на реалізацію власного потенціалу, дає змогу максимально ефективно використовувати потенціал сім'ї, підсилювати та нарощувати самозарадність батьків.

У 2023 році підготовлено 16 команд раннього втручання (65 спеціалістів і фахівців) з 12 регіонів України. У 2024 році проводиться навчання ще для 36 команд (161 фахівець та спеціаліст) з 11 регіонів України, яке має завершитись у жовтні.

Найбільше команд раннього втручання функціонує в установах соціальної сфери – 56%, в сфері охорони здоров'я – 19,5%, в сфері освіти – 17%, в громадських організаціях – 7,5%.



Шановні друзі! ГО «Доступно.УА» пропонує корисну інформацію, як діяти у випадку, якщо людина з інвалідністю не може купити ліки через недоступність аптеки.

Згідно з чинним законодавством, всі аптечні заклади, які отримали ліцензію, зобов'язані забезпечити безбар'єрний доступ для маломобільних груп населення. Якщо аптека не відповідає цим вимогам, це є підставою для звернення до Держлікслужби.

Що робити?

Зафіксуйте бар'єри на фото:

- Вхідна група (сходи без пандусів, пороги, ненормативні пандуси тощо);

- Торговельна зала, де є порушення доступності.

- Сфотографуйте інформацію в «куточку споживача», яка має містити:

1) Адресу, назву та номер аптеки;

2) Код ЄДРПОУ;

3) Адресу для листування.

Коротко опишіть порушення та надішліть фото на один із каналів зв'язку:

- Google форма: <https://bit.ly/3yP2QCC>

- Лист на пошту: dostupna.apтека@dostupno.ua



- Telegram юриста: <https://t.me/CUMDEON>

Що далі? Юрист ГО «Доступно.УА» подасть скаргу до місцевої Держлікслужби. Після перевірки аптека повинна усунути порушення у найкоротші терміни. Якщо цього не станеться, заклад може втратити ліцензію.

Не залишайтеся осторонь – разом ми зробимо аптеки доступними для всіх!

ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соціального захисту населення
Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО

«Гроші ходять за людиною»: Департамент соцзахисту відпрацював з громадами практичні аспекти реалізації ініціативи

Соціальна послуга підтриманого проживання передбачає ряд заходів спрямованих на посилення навичок самообслуговування та самостійного проживання для осіб, які в силу віку або інвалідності потребують сторонньої допомоги. Тобто надавач соцпослуг не перебирає на себе функцію догляду в повній мірі, а допомагає організовувати побутову сторону життя, водночас надаючи місце для проживання, консультативний супровід та медичний патронаж.



Для підтримки ВПО з числа уразливих категорій Мінсоцполітики запровадило ініціативу за принципом «гроші ходять за людиною», відповідно до якої послуги з підтриманого проживання або стаціонарного догляду ВПО похилого віку і особам з інвалідністю могли отримувати вчасно і в повному обсязі.

В серпні прийнято відповідну постанову (№888 від 06.08.2024) та вже розпочато відпрацювання на обласному та місцевому рівнях.

Зокрема, 12 вересня Департаментом соціального захисту населення ОВА під головуванням Директора Людмили Корнієнко проведено нараду з представниками територіальних громад щодо практичних аспектів реалізації ініціативи.

Участь у нараді взяли працівники структурних підрозділів з питань соціального захисту населення сільських, селищних, міських рад та надавачів соціальних послуг Полтавської, Кременчуцької, Лубенської, Пирятинської, Шишацької, Диканської та Великосорочинської територіальних громад.

Покроковий план дій, алгоритми дій уповноваженого органу та отримувачів послуг, виявлення потенційних отримувачів соціальних послуг, підготовки надавачів соціальних послуг – все це було детально обговорено під час наради.

Нагадаємо, що Фінансування соціальних послуг в межах проекту буде здійснюватися за державний кошт. Так, для надання соціальних послуг понад 2300 особам в державному бюджеті передбачено більше 366,8 млн грн. на 2024 рік.

До вашої уваги всі презентаційні матеріали щодо експерименту доступні для завантаження за посиланням <http://surl.li/qatukb>

Територіальні громади Полтавської області можуть отримати консультацію щодо імплементації Постанови та реалізації проекту в профільному відділі Департаменту за телефоном (0532)681277.

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

Уряд прийняв та направив до Верховної Ради України проєкт бюджету на 2025 рік

Понад 175 млрд грн. передбачено на Програму медичних гарантій-2025. З них - 6,9 млрд грн. на програму реімбурсації «Доступні ліки». Також у 2025 році буде продовжено фінансування пілотного проєкту із зубопротезування та зуболікування для військових та ветеранів, який адмініструє НСЗУ. На нього виділять 750 млн грн.

З 2025 року всі наукові установи Національної академії медичних наук України та Міністерства охорони здоров'я України ввійдуть до єдиного медичного простору та надаватимуть медпослуги за Програмою медичних гарантій.

Загалом, бюджет Програми медгарантій на 2025 рік у порівнянні з 2024 роком збільшено на близько 16 млрд грн.

У наступному році Програма медичних гарантій, як основний інструмент НСЗУ продовжить покривати медичні потреби українців, відновлювати людський капітал та реагувати на виклики спричинені війною.



ТОЧКА ЗОРУ

Центри позашкільного дозвілля у Франції

Успадкована від Української РСР система освіти для дітей з інвалідністю створила химерну та небезпечну ситуацію, коли різні суспільні групи були штучно розділені. Спеціалізовані школи для дітей з порушеннями зору, слуху, інтернати для дітей з ментальними порушеннями... Це призводило до того, що більшість дітей і дорослих людей не бачили людей з інвалідністю, не знали, як з ними комунікувати, не знали, як з ними взаємодіяти.

Зараз система поступово змінюється, але не настільки швидко, як нам би того хотілось, та й наслідки ми ще довго будемо відчувати та намагатися подолати.

І під час візиту до Парижу ми наочно бачили, як може працювати система формування спільнот, де діти з інвалідністю є важливими учасниками.

В Centre de Loisirs à Parité - Центрах позашкільного дозвілля - займаються разом діти з інвалідністю та діти без інвалідності. Центр, з роботою якого ми ознайомилися, відвідують 30 дітей, серед яких є діти, які мають ті чи інші порушення розвитку.

Така кількість дітей дає можливість організувати справді індивідуальний підхід до кожного та кожної, тому що всі програми центру є адаптованими. За потреби долучаються додаткові спеціалісти для підтримки тим, кому це потрібно.

Дітям пропонуються заняття з фізичної активності, творчості, музики, мистецтва та ігри. Всі вони сплановані таким чином, щоб за потреби бути адаптованими для дітей з різними потребами. Тож всі учасники та учасниці можуть знайти щось цікаве для себе.

Ці центри працюють за підтримки місцевих органів влади, і наразі їх в Парижі 8. Відвідувати їх можуть діти у віці



від 3 до 13 років.

Принципи роботи цих центрів зосереджені на тому, щоб створити умови для невимусованого спілкування з однолітками, під час якого діти можуть розвинути свої комунікаційні

навички. В першу чергу це:

- Допомогти дитині познайомитися з іншими та відкрити для себе різноманітність світу.
- Поважати та приймати різноманітність.
- Мати спільні інтереси та діяльності та адаптуватися до них.
- Розділяти повсякденне життя.
- Допомогти дитині знайти своє місце в соціумі.
- Допомогти дитині мати дитинство.

Такий формат роботи, коли можуть співати, малювати, майструвати, займатися спортом, вчитися разом дуже різні діти, допомагає їм отримати той самий безцінний особистий досвід спілкування. І чудово, що відвідати ці центри мали можливість мери та представники самоврядування активних міст.

Сподіваюсь, вони стануть натхненням для розвитку інклюзії в звичайних центрах позашкільної роботи в Україні.

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



СЬОГОДЕННЯ

Театр для всіх

Роками світ театру залишався закритим для великої кількості людей. Величні історичні будівлі - але недоступні для маломобільних людей. Яскраві декорації та костюми, але не чуючи слова та музику, важко зрозуміти, що відбувається. Чарівний спів та музика - але немає розуміння, що відбувається на сцені.

Може здаватися, що доступний театр - це не першочергова задача, що є маса більш важливих напрямків. Але театр - це величезний пласт культури, який також формує нашу ідентичність. І те, що зараз він починається відкриватися для людей з порушеннями зору та слуху - це важлива та радісна справа.

Так, днями в Національній опереті України пройшла презентація голландських мобільних додатків Earcatch і Subcatch, які тепер доступні в Україні. За їх допомоги насолоджуватися виставами зможуть люди з порушеннями зору та слуху.

Національна оперета України стала закладом у Києві, який реалізував доступні вистави для відвідувачів із порушенням зору. Наразі до перегляду доступні наступні вистави: «Летюча миша», «За двома зайцями» та «Звана вечеря з італійцями».

Під час пресконференції ініціатори проекту з організації Доступне Кіно змогли продемонструвати, як це працює, а також зазначили, що готові покращувати налаштування застосунків із урахуванням побажань людей із порушеннями зору і слуху.

«І сьогодні інклюзивність у театрі створює середовище, де мистецтво стає доступним для кожного, сприяючи інтеграції та підвищуючи якість життя людей з інвалідністю. Це не лише дозволяє їм стати частиною культурного простору, а й збагачує сам театр новими ідеями та перспективами», - зазначила Оксана Когут, комерційна директорка Національної оперети України.



Ми мали можливість також обговорити питання фізичної безбар'єрності, зокрема, доступу до приміщень Національної оперети і подивитися розумні пристосування та облаштування санітарних кімнат.

Такі проекти з часом показують свою ефективність, і поступово наявність адаптивних технологій та засобів стане нормою й для інших закладів культури України.

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

ВІСТІ З РЕГІОНІВ

Творча зустріч у Ланні



В громадській організації «Люди з інвалідністю» Ланна Безмежність», що працює на Полтавщині, відбулася гарна подія - фестиваль творчості «Від серця до серця».

Він є першим інклюзивним фестивалем який проводиться в нашій організації. В умовах непростого сьогодення коли військові та цивільне населення втрачають здоров'я, отримують каліцтва, цінність життя набуває особливого значення.

Ми всі переосмислили цінності й почали правильно визначати життєві пріоритети під загрозою постійної небезпеки.

Для людей з інвалідністю виникла ще більша потреба в живому спілкуванні, увазі, повноцінному та активному житті у сучасному суспільстві.

Щоб доброта та доброзичливість йшла від серця до серця, хай пісня летить з любов'ю і ніжністю щастям і миром обійме весь світ і неба блакить.

До нас завітали шановні гості з Лазірок, Лубен, Пирятину, Хоролу, Щербанів, Карлівки та Полтави. Ви, друзі, - прекрасні, талановиті, співочі. Ви - найкращі!!!

Щиро дякую генеральному директору Ланнівських Агропромислових груп - Тимосі Олександровичу Федоровичу, депутату Полтавської обласної Ради - Тимосі Юрію Олександровичу, Ланнівському сільському голові - Удовиченку Костянтину Олександровичу, голові Полтавського регіонального осередку ВО СОІУ - Чумаку Сергію Андрійовичу.

Окремо висловлюємо подяку за допомогу гуманітарному відділу: Сутулі Віталію Степановичу, Дубовик Анні Юріївні, Лисяк Тамарі Миколаївні та працівникам Будинку культури, Кудрявцевій Надії Олександрівні та працівникам шкільної їдальні, директору телекомпанії «Онiкс» - Глуховері Ігорю Петровичу, директору Ланнівського ГСКП - Різніченко Сергію Володимировичу.

Дякую організаторам проведення фестивалю за їх відповідальність та старання.

Все буде добре! Слава Україні! Героям Слава!



Тамара САНЖАРОВСЬКА, голова ГО «Люди з інвалідністю»Ланна Безмежність»

Як привчити дитину мити руки: практичні поради

Миття рук – один із найдоступніших і найпростіших способів захисту дитини від багатьох хвороб, адже через контакт з руками поширюється більшість мікробів. Навчити дитину правильної техніки миття рук вкрай важливо, особливо коли він або вона починають відвідувати садочок чи школу, адже діти зазвичай частіше тягнуть руки до рота, тісніше контактують один з одним тощо, а дорослі не завжди встигають все контролювати.

Нагадуємо прості правила як навчити дитину дотримуватися гігієни рук від Дитячого фонду ООН (UNICEF).

1. Поясніть, чому важливо мити руки

Не вигадуйте «лякалки», проте розкажіть дитині, чому миття рук важливе. Наприклад, поясніть, що видимий бруд може зашкодити, якщо з рук він потрапить до рота чи очей. І навіть якщо руки виглядають чистими, на них все одно можуть бути мікроби.

Наполягайте на тому, що миття рук – це така сама обов'язкова процедура, як і чищення зубів.

2. Навчіть мити руки правильно

Поясніть, що для того, щоби нейтралізувати мікроби, швидкого ополіскування рук водою недостатньо. Обов'язкові супутники якісної гігієни рук – мило і час. Мити руки потрібно щонайменше 20 секунд.

Крок 1. Намочити руки проточною водою.

Крок 2. Нанести достатню кількість мила.

Крок 3. Добряче потерти всі поверхні рук: долоні й кисті, проміжки між пальцями, під нігтями. Щоби дитині було легше мити руки потрібну кількість часу, можна наспівувати якусь пісеньку.

Крок 4. Ретельно помити руки проточною водою.

Крок 5. Витерти руки одноразовим рушником або чистим звичайним.

Якщо мило та вода недоступні, можна використати спиртовмісний дезінфікуювальний засіб (щонайменше 60 %



спирту). Проте використовувати його можна лише під наглядом дорослих.

3. Розкажіть, у яких випадках потрібно мити руки

Що частіше дитина митиме руки, то краще, проте є випадки, коли мити руки треба обов'язково:

- коли руки виглядають брудними;
- після повернення з вулиці;
- перед їдою або приготуванням їжі;
- після відвідування туалету;
- після дотику до тварин;
- після шмаркання, чхання або кашлю.

4. Створіть умови, щоби мити руки було легко

Якщо дитина не дотягується до умивальника – поставте під ним сходинок. Зробіть науку грою – разом мийте руки, співайте, демонструйте правильний приклад усією родиною.

У разі, коли одразу не вийшло, пам'ятайте, що формування звичок потребує часу. Майте терпіння і пояснюйте знову.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН (21.03-20.04). Цілком можливі розчарування Овнів, пов'язані з невдачами в професійному і особистому житті. Зірки припускають появу на вашому шляху невеликих труднощів, особливо якщо ваші задуми або намічені справи належать до розряду ризикованих. Цілком можливо, що Овні-підприємців намагаються заплутати або ошукати. Можливе несподіване погіршення матеріального становища.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Природні недовірливість і обережність перешкоджатимуть успіху Тельця у всіх його починаннях. Багато людей, що народилися під цим знаком, впадуть у стан затяжної депресії. Вірогідні сильні головні болі, нервові зриви через перевтому. Тельцям доведеться потрудитися більш ніж зазвичай, але засмучуватися із цього приводу не варто, оскільки ваші старання будуть помічені та винагороджені.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Тиждень несе подвійну характеристику. Ймовірно, обмани, наклеп або нерозуміння заважатимуть духовному і творчому розвитку Близнюків. Можливо, у них з'являться нові співробітники, які вплинуть на їхній світогляд. Небезпечний тиждень, що обіцяє труднощі в сімейних і професійних відносинах. Сподівання, швидше за все, не виправдаються, а мрії так і залишаться мріями.



РАК (22.06-23.07). Імовірно деяке зниження енергетичного потенціалу. Раків може підвести інтуїція. Деяким Ракам доведеться розлучитися з мрією про подорож. У стосунках з коханою людиною намічається розставання. Раку здасться, що його стосунки з обранцем настільки умовні та поверхневі, що не варто продовжувати їх. У цьому випадку благополуччя залежатиме не тільки від волі і рішення Раків.



ЛЕВ (24.07-23.08). Ви на шляху до досягнення гармонії. Можете укладати плани стосовно роботи і відпочинку. Чекайте приємних сюрпризів, подарунків та вістей. Тиждень пробудження, перетворення внутрішньої енергії, реалізації творчого початку. Перед Левами творчих професій відкриті широкі простори для вільного самовираження. Можливі сумніви, розкавання, тривога.



ДІВА (24.08-23.09). Ймовірно, що цей тиждень Діви проведуть безцільно. У багатьох з них не буде можливості зробити все, що вони хочуть. Тиждень налаштовує на очікування чогось невідомого. Вірогідні дитяча туга за дивом і бажання одержати задоволення від розваг. Для Дів із зруйнованою енергетикою цей тиждень може бути важким. Вірогідні невдачі в любовних справах або конфлікти зі сторонніми людьми.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Тиждень налаштовує на виконання відповідальних завдань, укладення шлюбу. Вірогідний прихід гостей. Багатьом Терезам-чоловікам трапиться нагода показати себе своїй обранці з найкращого боку. Цей тиждень дозволить відчутти бадьорість духу і всю радість життя. Ймовірно, що вам буде дуже важко ухвалити правильне рішення. Деяка нерішучість, сумніви можуть виявитися причиною невдач.



СКОРПІОН (24.10-22.11). Вірогідні вдалі придбання, заступництво і підтримка. Скорпіони продемонструють свою здатність адекватно сприймати будь-які незвичайні явища і ситуації. Багатьом представниками цього знаку може пощастити. Тиждень відновлення втрачених зв'язків, отримання спокою і миру. Скорпіонам належить показати всі свої здібності та проявити творчий підхід до справи.



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12). Активний творчий тиждень, що сприяє зустрічам. Навколишній світ відображатиме внутрішню суть Стрільців. Багатьом представникам цього знаку доведеться безпорадно спостерігати, як вислизатимуть прекрасні можливості. Тиждень припускає зваблювання, цькування, зіткнення з натовпом. Можливі різкі та раптові перепади в настрої, головний біль, інфекційні захворювання.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01). Вірогідні ділові пропозиції. Можливі спокуси плоті. Козероги-жінки можуть відрізнятись підвищеною влюбливістю. Необдумані вчинки можуть призвести до трагедії. Надмірна активність і наполегливість Козерогів можуть примусити їх квапити події. Ймовірні приховані пастки, які розставили їм заздрісники. На вихідних вірогідні сварки у близькому оточенні Водоліїв.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Суперечливий тиждень. У першій половині тижня у Водоліїв зросте життєва енергія, вірогідний підйом творчих сил. Їх інтелектуальний рівень, особиста чарівність і бажання вразити оточуючих послужать успіхом у справах і стосунках з коханою людиною. У другій половині тижня Водоліям доведеться проявити мужність для протистояння негативним подіям у житті.



РИБИ (20.02-20.03). Більшість Риб зможуть досягти успіху в справах. Службові справи вимагатимуть максимальної концентрації, дисципліни та організованості. Можливо, Риб мучитиме неспокій. Вони можуть відчутти апатію і байдужість до всього, що їх нещодавно цікавило. Тиждень припускає розсудливість, зваженість, перемогу над спокусами. Багато Риб відчуватимуть себе на висоті.



**Газета
«Сила духу»**

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

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: 16.09.2024 р.

Тираж: згідно заявки

Замовлення: № 2412538