



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



СИЛА ДУХУ

Видається з вересня 2003 року
15 жовтня 2024 року

Всеукраїнська організація
«СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 42 (989)

Реформа МСЕК – нагальна потреба для суспільства

Робота над реформою розпочалася не вчора. МОЗ системно працює над змінами, які стосуються медичної частини експертизи.

Наразі наша команда фіналізує законопроект, який пропонує дуже конкретні зміни для вдосконалення процесу:

1. Реформування експертизи – один із ключових етапів змін. Людина не повинна бігати за «підтвердженням» важкого діагнозу – критерії для направлення на експертизу повинні бути чіткими й прозорими.

2. Паралельним є процес системних змін самого процесу медико-соціальної експертизи. Зокрема, у ході розробки пакета змін було запропоновано перенести експертизу в кластерні й надкластерні лікарні, що забезпечить доступність проходження для людини та покращить кадровий компонент комісії.

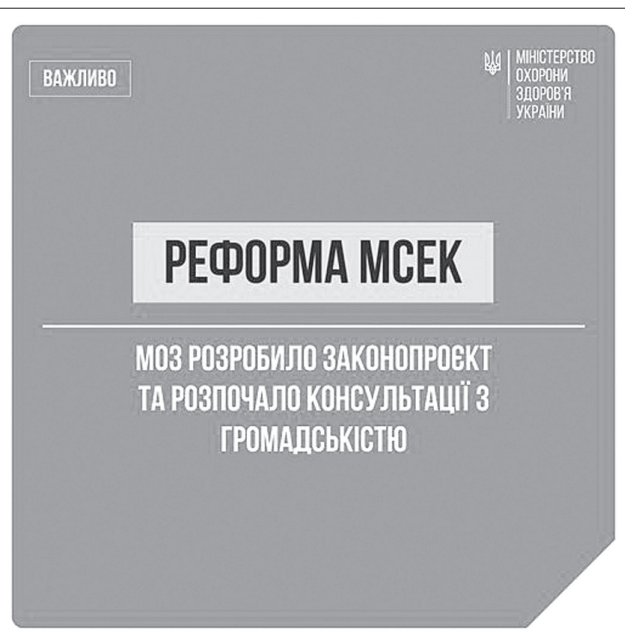
3. Особливу увагу приділено цифровізації МСЕК при проходженні експертизи. Обов'язковість використання ЕСОЗ для прийняття рішень – один з антикорупційних запобіжників. Це дозволить зробити процес більш прозорим, і таким, що базується на вже наявних історичних медичних даних.

Загалом наразі запропоновані такі зміни:

- проводити експертизу в кластерних та надкластерних лікарнях, де на місці є всі необхідні спеціалісти й можливість проводити додаткові обстеження;
- направлення на експертизу буде відбуватися на підставі чітких критеріїв, з підтвердженням їх через електронну систему охорони здоров'я; передбачено запровадження електронного направлення для проходження експертизи;
- сімейний або лікуючий лікар зможуть направляти на експертизу самостійно, без залучення лікарсько-консультативної комісії;
- при прийнятті рішення комісією та для визначення потреб людини будуть враховувати дані, внесені під час реабілітації, сама комісія може направляти й на дообстеження;
- буде створений окремий інструментарій оцінки потреб людини, який надалі використовуватиметься і в інших сферах;
- пропонується змінити порядок фінансування оновленої експертизи – кошти з окремої бюджетної програми будуть сплачувати НСЗУ за проведення кожного оцінювання.

Зміни НЕ будуть стосуватися статусу особи з інвалідністю з визначенням відповідної групи, НЕ змінюють соціальних гарантій для осіб з інвалідністю та процес проведення медико-соціальної експертизи для дітей.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України



Анонс

2 стор.

977 українок скористалися
безоплатною державною
послугою лікування безпліддя

3 стор.

Театр на Подолі продовжує
рух до безбар'єрності

4 стор.

16-77: на зв'язку Національна
служба здоров'я України

6-7 стор.

Громадські експерти
про безбар'єрність

7 стор.

В Одесі впроваджено
«Соціальне таксі» для людей
з інвалідністю: спецавтомобілі
повинні запрацювати
наступного тижня

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!



ВРУ ухвалила в першому читанні законопроект, який вдосконалює контроль за харчовими доповнювачами (дієтичними добавками, які в побуті називають БАДами)

Урядовий законопроект, ініційований МОЗ, посилює відповідальність за виробництво та реалізацію таких добавок, якщо вони не відповідають вимогам законодавства.



«Людина, купуючи той чи інший засіб, має чітко розуміти, що саме вона купує. Водночас ми бачимо випадки, коли виробники реєструють ліки під виглядом БАДів. Це вводить в оману споживачів, ставить під загрозу їхнє здоров'я, а також є проявом недобросовісності, адже регулювання обігу БАДів значно відрізняється від регулювання обігу лікарських засобів. Біологічно активні добавки - це не ліки й не чарівні пігулки. Їхнє призначення може бути допоміжним, проте визначати потребу в них може тільки лікар», – говорить міністр Віктор Ляшко.

Яких порушень найчастіше припускаються виробники та реалізатори БАДів?

- наявність складників, які можна використовувати виключно для виготовлення ліків (у тому числі рецептурних);
- відсутність у складі заявлених білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, мінеральних речовин або інших речовин з поживним або фізіологічним ефектом;
- невідповідність маркування вимогам, зокрема зазначення, що вони мають лікувальний ефект.

Документ визначає чіткі механізми введення в обіг харчових доповнювачів, а також вимог до речовин, що можуть використовуватися для їхнього виробництва. Він також дозволяє МОЗ затвердити перелік таких речовин і дози, дозволені до застосування у харчових доповнювачах.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України

977 українок скористалися безоплатною державною послугою лікування безпліддя

Згідно зі статистикою, кількість безплідних пар у світі та Україні стабільно зростає. Для того, щоб наблизити доступ до послуг з відновлення репродуктивного здоров'я, що є одним із основних способів отримати високі шанси стати батьками, у 2024 році в Програмі медичних гарантій було додано новий пакет - «Лікування безпліддя за допомогою допоміжних репродуктивних технологій (запліднення in vitro)». Цей крок став відповіддю держави на складну демографічну ситуацію та зростання кількості жінок та чоловіків, яким діагностують «безпліддя».

Від початку року безоплатною медичною послугою за пакетом «Лікування безпліддя за допомогою допоміжних репродуктивних технологій (запліднення in vitro)» скористалися 977 українок. 368 жінок, за даними Національної служби здоров'я України (далі - НСЗУ), завагітніли після отримання даних послуг.

Наразі 18 медзакладів країни, з них - 13 приватних клінік, 3 комунальні та 2 державні лікарні, уклали договори з НСЗУ. Пацієнти можуть безоплатно отримати послуги з лікування безпліддя в будь-якому законтрактованому закладі, незалежно від місця реєстрації проживання.

Нагадаємо: тариф на лікування безпліддя збільшено. Відповідне рішення Кабінет Міністрів України ухвалив у

серпні цього року. Тепер за один повний цикл штучного запліднення НСЗУ сплачуватиме 84 826 гривень. Раніше тариф становив 60 324 гривні.

Також було розширено перелік необхідних послуг для лікування:

- послуги криозаморозки статевих клітин (ооцитів, яйцеклітин, ембріонів);
- криозберігання статевих клітин (ооцитів, яйцеклітин, ембріонів);
- доїмплантаційний генетичний скринінг;
- доповнено 25 новими позиціями перелік лікарських засобів, необхідних для лікування безпліддя.

Вік пацієнтки на момент початку циклу має бути не більше ніж 40 років. Безоплатно в межах пакета «Лікування безпліддя за допомогою допоміжних репродуктивних технологій (запліднення in vitro)» жінка може отримати один повний цикл на рік - у разі настання вагітності, при цьому у разі народження здорової дитини наступні цикли допоміжних репродуктивних технологій не оплачуються. Якщо перший цикл ДРТ не призвів до бажаного результату, протягом року можливо повторити цикл (повний або неповний).

Що необхідно для того, щоб скористатися послугою?

- електронне направлення від медичного закладу, де



створено спеціальний мультидисциплінарний консиліум, який скеровує повнолітніх на лікування безпліддя за допомогою допоміжних репродуктивних технологій за Програмою медичних гарантій;

- встановлений діагноз «Жіноче безпліддя», «Чоловіче безпліддя»;

- звернення для лікування безпліддя в той медичний заклад, який надає ці послуги за договором із НСЗУ.

Лікування можливо як амбулаторно, так і на умовах денного чи звичайного стаціонару — залежно від призначень лікаря.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України

Театр на Подолі продовжує рух до безбар'єрності

В Театрі на Подолі презентували нову виставу з аудіотранскрипцією – комедію «Вільні стосунки» Даріо Фо та Франкі Раме.

Це вже не перша вистава у театрі, яку можуть відвідати люди із порушеннями зору. Відзначимо, що доступний репертуар розширюється. Наступна вистава з аудіодискрипцією відбудеться 31 жовтня о 18:00, нею стане «Сніг у квітні» за Теннессі Вільямсом, а вистава з титруванням запланована на 8 листопада – «Шановані безумці» Жана Жироу, тому що Театрі на Подолі працює система титрування для глядачів, які не можуть почути спектакль.

Сподіваюсь, колись подібні речі не будуть новинами. Але поки що ми щиро радіємо кожній події, яка розширює простір рівних можливостей.

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



373 органні трансплантації провели українські лікарі за 9 місяців 2024 року

За дев'ять місяців 2024 року у 26 українських центрах трансплантації здійснили 373 пересадки органів, із них 238 (або 64 %) – від посмертного донора. Пересаджено 250 нирок, 73 печінки й 50 сердець. Такі дані наводить Український центр трансплант-координації.

Найбільше трансплантацій – 106 – виконали у Першому медичному об'єднанні Львова, ще 62 – у Національному науковому центрі хірургії та трансплантології імені О. О. Шалімова та 37 – в Інституті серця МОЗ України.

Зараз у національному листі очікування перебувають 3 438 пацієнтів. 2 021 із них потребує пересадки нирки, 564 – печінки, 550 – серця, 51 – легень, 27 – комплексу «нирки-підшлункова», 8 – печінка-спліт (частини печінки), ще 37 пацієнтам потрібна пересадка комплексу «серце-легені».

На 15 % більше трансплантацій гемопоетичних стовбурових клітин провели за дев'ять місяців 2024 року,

ніж за аналогічний період минулого. Йдеться про 290 трансплантацій, із них 48 – дітям.

У трійці закладів, які проводять найбільше таких трансплантацій, – Національна дитяча спеціалізована лікарня «Охматдит» (54), Черкаський клінічний онкологічний центр (53), Київський міський центр нефрології та діалізу (52). До проведення таких трансплантацій приєднався ще один заклад – Національний науковий центр радіаційної медицини НАМН України. Загалом трансплантації гемопоетичних стовбурових клітин в Україні проводять 11 медичних центрів.

У Національному інституті раку виконали першу алогенну трансплантацію гемопоетичних клітин (пересадку кровотворних клітин від донора), і тепер такі, найскладніші, пересадки проводять уже в чотирьох медичних закладах України.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України

Понад 16,4 тисяч консультацій: в Україні діє Лінія психологічної підтримки для чоловіків

Чому саме для чоловіків? Оскільки вони об'єктивно потребують психологічної підтримки. Проте через гендерні стереотипи не зізнаються собі у цій потребі.

За майже 2 роки роботи фахівці й фахівчині Лінії підтримки для чоловіків провели понад 16400 консультацій та змінили життя 9345 чоловіків.

Психологічну підтримку та допомогу можна отримати з будь-яких питань: напади паніки, почуття тривоги, негаразди в стосунках, некерований гнів чи подолання залежності.

Гаряча лінія є безкоштовною, анонімною та працює цілодобово. Для клієнтів доступні відразу декілька варіантів звернень - телефоном чи в чат-боті.





ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соціального захисту населення
Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО

На Полтавщині 70 членів родин загиблих військових скористалися послугою “соціальна адаптація”

За підтримки Міністерства соціальної політики України громадська організація “Коліщата” запровадила на Полтавщині програму відновлення за Державним стандартом соціальної послуги - соціальна адаптація ветеранів, ветеранок війни та членів їхніх сімей.



Завдяки програмі вже 70 осіб (серед них 19 дітей) - членів сімей загиблих військовослужбовців пройшли семи-денний курс соціального відновлення. Він включає в себе фізіотерапевтичну, психосоціальну та рекреаційну складову.

Учасники програми вказали, що їхній психоемоційний стан покращився у 85% випадків. На питання “чи підтвердилися ваші очікування від 7-денної програми?” 99 % опитуваних відповіли позитивно. Єдине побажання було, щоб програма тривала більше 7 днів.

Після завершення програми, кожному учаснику пропонують долучатися в подальшому до групових заходів в центрі життєстійкості, індивідуальних консультацій, а також розповідають про можливості соціальної інфраструктури громади.

Проект втілили за сприяння Програми розвитку ООН (ПРООН) в Україні за фінансової підтримки Європейського Союзу, наданої в межах проєкту «EU4Recovery – Розширення можливостей громад в Україні».

Варто зазначити, що наразі послугою соціальна адаптація ветеранів та членів їхніх родин охопила майже 900 осіб. Надання соціальної послуги успішно реалізовано у Полтавській, Черкаській області, Вінницькій та Хмельницькій областях.

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

16-77: на зв'язку Національна служба здоров'я України

Шість років тому, 8 жовтня 2018 року, розпочав роботу контакт-центр Національної служби здоров'я України. На той момент це була перша в країні подібна інформаційно-довідкова служба, яка консультувала та збирала зворотній зв'язок від пацієнтів, лікарів та керівників закладів охорони здоров'я.

За цей час на 16-77 надійшло 2 млн 400 тис. 067 дзвінків. Станом на сьогодні 12 операторів відповідають на питання, що входять в сферу компетенцій НСЗУ. Найчастіше вони стосуються первинної медичної допомоги - це 47% від усіх звернень, спеціалізованої медичної допомоги - 39% та програми реімбурсації - 9%.

Найбільше звернень надходить з Києва, Дніпропетровської області, Одеської, Київської та Харківської. Найменше - з Херсонської, Донецької, Закарпатської, Тернопільської та Чернівецької областей.

Здебільшого нам телефонують пацієнти - 60% від всіх звернень. А також лікарі - на них припадає 30% дзвінків. Решта - це керівники закладів охорони здоров'я (майже 9 %) та небагато військових (менше 1%).

Нагадаємо, наші оператори відповідають на дзвінки у



робочі дні з 9:00 до 18:00, але в п'ятницю до 16:45. В інший час - працює автовідповідач, який надає інформацію на поширені питання. Усі дзвінки безкоштовні з мобільних та стаціонарних телефонів.

Жоден запит не залишається без уваги.

Чи може роботодавець відмовити особі з інвалідністю у працевлаштуванні?

В Україні трудові відносини між працівником та роботодавцем регулюються відповідним законодавством. Люди з інвалідністю, відповідно до Конституції та інших законодавчих актів, мають певні права. Фахівці Південно-Східного міжрегіонального управління Державної служби з питань праці розповіли, в якому випадку особі з інвалідністю може бути відмовлено у працевлаштуванні.

У Держпраці зазначили, що відповідно до статті 17 закону «Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні», у деяких випадках інвалідам можуть відмовити у влаштуванні на роботу.

Так, відмова в укладенні трудового договору або в просуванні по службі, звільнення за ініціативою адміністрації, переведення особи з інвалідністю на іншу роботу без її згоди з мотивів інвалідності не допускається, за винятком випадків, коли за висновком медико-соціальної експертизи стан її здоров'я перешкоджає виконанню професійних обов'язків, загрожує здоров'ю і безпеці праці інших осіб, або продовження трудової діяльності чи зміна її характеру та обсягу загрожує погіршенню здоров'я осіб з інвалідністю.

СЬОГОДЕННЯ

10-го жовтня за рішенням Всесвітньої федерації психічного здоров'я відзначається Всесвітній день психічного здоров'я

Цей день - можливість привернути увагу до цієї теми та інформувати про важливість підтримки психічного здоров'я. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, кожна четверта людина у світі протягом життя може мати психічний розлад.

Важлива правильна діагностика та розуміння ситуації, з цим вам можуть допомогти спеціалісти у сфері психічного здоров'я: психолог, психіатр, психотерапевт. Відповідно до ситуації вам буде запропонована допомога - психологічна консультація, психотерапія, медикаментозна підтримка.

Сьогодні поговоримо про червоні прапорці, які вказують нам на те, що потрібно більше уваги звернути на своє ментальне здоров'я та про те, як впоратись з наслідками стресу.

«Червоні прапорці»:

- нерозуміння куди рухатися далі;
- погане самопочуття;
- зниження концентрації уваги;
- зменшення продуктивності;
- сонливість або навпаки гіперактивність тощо.

Ментальне здоров'я - це про любов та турботу до себе.

Про бажання бути відкритими чи більш замкнутими, коли у цьому відчувається потреба. Про прийняття емоцій, хороших чи не дуже.

Коли щось небезпечно відбувається навколо, нормальною реакцією тіла може бути замирання. Це одна з інстинктивних реакцій і вона проявляється в тілі, в рухах, та поведінці: м'язи напружуються, дихання стає поверхневим, голова намагається дуже уважно прислуховуватися і приділятися до навколишнього середовища і наперед продумати рятівні дії. Дуже гарний природний механізм, що допомагає вижити.

Але важливо, щоб наше тіло не застрягло у цій реакції, та не вибрало цю поведінку як постійну навіть тоді, коли небезпеки немає.

Ось декілька пропозицій, як допомогти організму впоратись із замиранням як наслідком стресу:

- Дихати. Дихання можна змінити і в цьому є його велика сила, тому що зі зміною дихання змінюється і наше самопочуття. Може допомогти тривалий видих, коли ми видихаємо в 3-4 рази довше ніж вдихаємо.



Всесвітній день психічного здоров'я

- Працювати з м'язовим напруженням. Спробуйте напружити все тіло на декілька секунд, а потім розслабити з видихом, і цю просту вправу повторити кілька разів. Важливо регулювати силу напруження залежно від сили емоції.

- Рухатися. Можна потруситися, пострибати, походити, потанцювати, чи навіть просто слідувати за власною позою і час від часу змінювати положення на більш зручне.

- Звучати. Це може бути будь-який звук, який захочеться видати, або ваша улюблена пісня, а, можливо, навіть вдасться долучити до цього тих, хто поруч. Щоб разом долати стрес та знаходити в собі та один в одному те, що дає сили.

Турбуйтеся про себе та один про одного.

Звертайтеся за допомогою, не соромтеся її просити.

Нам всім потрібно жити, боротися з новими викликами, відновлювати свій ресурс, разом відбудовувати країну і виховувати молоде покоління українців.

Матеріал підготовлений командою психологинь ГО "ГО Бачити серцем"

ТОЧКА ЗОРУ

Громадські експерти про безбар'єрність

Олена Іванова, координаторка проєктів Програми розвитку ООН, понад 10 років займається питаннями універсального дизайну, зокрема дизайну інформації, проводила тренінги з інформаційної доступності.

Як експертка пані Олена була долучена до створення Національної стратегії безбар'єрності та розробки попереднього Плану заходів. Її ініціативою було включення інформаційної безбар'єрності як окремого напрямку, формування його принципів та цілей до виконання. Зараз вона є координаторкою експертної групи, що працюють над пропозиціями до заходів з реалізації Національної стратегії безбар'єрності України на 2025-2026 роки за напрямом «Інформаційна безбар'єрність».



“Коли ми говоримо про доступність у сфері інформації, маємо розуміти, що йдеться про доступність інформації для людей із різними комунікаційними можливостями. Тобто потрібно враховувати, що у людей може бути різна здатність бачити та чути, різний рівень володіння українською мовою, а також різні когнітивні можливості.”, - пояснює пані Олена.

Порівнюючи виклики інформаційної безбар'єрності 4 роки тому та зараз, пані Олена відзначає, що вони досі актуальні та потребують системного втручання. За цей час прийнята низка стандартів та законодавчих актів, які значно просунули інформаційну безбар'єрність в Україні. У 2023 році Кабінет Міністрів схвалив Рекомендації щодо викладення інформації суб'єктами владних повноважень у форматах, які забезпечують доступність її сприйняття. Тобто у форматах простої мови та легкого читання.

“На жаль, подекуди інформація на сайтах органів владних повноважень подається все ж з порушенням норм доступності, попри постанову. І це не через те, що люди свідомо порушують рекомендації. Вони недостатньо з ними знайомі чи не розуміють, як використовувати їх на практиці. Тому важливо проводити навчання принципів доступної інформації для всіх, хто пов'язаний із комунікаціями та роз-

повсюдження інформації”, — наголошує експертка.

Тому у пропозиції до Плану заходів із реалізації Національної стратегії безбар'єрності закладено проведення навчальних заходів. Адже всі дотичні до розповсюдження інформації спеціалісти мають отримати чітке розуміння що таке інформаційна доступність і як її втілювати у своїй роботі

Зміни у вимогах подачі контенту стосуються не лише органів влади. Міністерством культури і стратегічних комунікацій розроблено проєкт документа про доступність в медіа, триває робота з експертами та представниками спільноти. Головне завдання — забезпечити можливість людям отримувати важливу інформацію вчасно та в комфортний для себе спосіб.

“Подання інформації в альтернативних форматах - це те, що має бути за замовчуванням. Якщо певна інформація подається у вигляді фото чи відео, наприклад інфографіка, схема, інструкція тощо - ця сама інформація має бути подана і в іншому форматі. Для картинки це має бути текст заміщення, для відео — аудіо опис. Поки що немає чітких прийнятих критеріїв, які відео мають бути озвучені, але в пропозиціях до Плану заходів передбачена їхня розробка”, - зазначає експертка.

Завдяки потужному суспільному запиту та системній державній політиці жестова мова вже стає чимось звичним та супроводжує велику кількість офіційних, культурних та розважальних заходів. Хоча в цьому напрямі також ще є простір для покращення.

Слід брати до уваги, що для людей із порушеннями зору зараз є менше можливостей донесення інформації. Наприклад, такий розповсюджений формат як інфографіка передає велику кількість інформації, але він є абсолютно недоступним для людей з порушеннями зору, тож завжди потребує альтернативного способу передачі інформації. А для просування доступності заходів в культурній та спортивній сфері корисними були б аудіоописові коментарі.

“Все це актуально не лише для людей, у яких повністю відсутній зір, а й для тих, в кого він послаблений через вроджені, набуті чи вікові захворювання. Щоб такі люди могли сприймати інформацію, важливо використовувати великий розмір шрифту, такого дизайну, що забезпечує зрозумілість літер. Важливо дотримуватися контрастного співвідношення кольорів тексту і не розташовувати текст на фото чи малюнках. Ці правила мають застосовуватися як в інтернеті, так і для друкованих видань та інших випадків. Наприклад, дуже часто на товарах інформація про склад та термін придатності друкується на малюнках і є недоступною не тільки для людей з порушеннями зору, а й для всіх”, - додає Олена Іванова.

На сьогодні важливою задачею є не просто розробка та затвердження стандартів чи положень, що унормовують, як має подаватися інформація в різних сферах, а й визначення, яким документом це має регулюватися, щоб стати обов'язковим для медіа всіх форм власності та інших надавачів інформації.

Особливо актуальним питання надання інформації в доступний для всіх спосіб стало сьогодні.

“Нещодавно проводилось дослідження ПРООН щодо інформування та оповіщення в умовах кризових ситуацій.



ТОЧКА ЗОРУ

Воно підсвітило цілу низку проблем в якості передачі життєво важливої інформації та привернуло увагу до необхідності покращення комунікації та впровадження альтернативних форматів. Коли люди в стресі, то вони погано сприймають складні повідомлення, тож важливо дотримуватися простої мови», - додає експертка.

Пропозиції до Плану заходів охоплюють всі напрями інформаційної доступності. Результати роботи експертної групи, яку координувала пані Олена Іванова, обов'язково будуть опубліковані для перегляду та додаткового обговорення.

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

ВІСТІ З РЕГІОНІВ

В Одесі впроваджено «Соціальне таксі» для людей з інвалідністю: спецавтомобілі повинні запрацювати наступного тижня

Рішенням виконкому від 26 вересня в Одесі з метою забезпечення доступності, сприятливих умов життєдіяльності, вільного пересування та безперешкодного користування транспортними послугами особами з інвалідністю запроваджена служба «Соціальне таксі». В службі запевняють, що наступного тижня «таксі» для людей з інвалідністю буде доступно. Про це повідомляє Одеська міська рада.

Послуга «Соціальне таксі» передбачається для проїзду територією міста людей з інвалідністю з місця їхнього проживання до державних органів та установ, судів, медзакладів, санаторно-оздоровчих чи реабілітаційних установ, банків, соціальних, культурних, освітніх закладів та установ, протезно-ортопедичних підприємств, авто- та залізничних вокзалів, підприємств, що надають житлово-комунальні послуги населенню, та у зворотному напрямку (за потреби). Таксі працюватиме в робочі дні з 08.30 до 17.30.

Час очікування особи спецавтомобілем у разі проїзду у

зворотному напрямку не повинен перевищувати 2 години. Про скасування замовлення потрібно повідомити не пізніше ніж за 2 години до визначеного часу замовлення. У разі відмови від послуги після подачі спецавтомобіля до місця замовлення послуга вважається використаною.

На сайті міської ради зазначено, що таксі буде доступне для:

- людей з інвалідністю I та II груп;
- дітей з інвалідністю з порушенням опорно-рухового апарату;
- осіб з інвалідністю по зору I та II груп.

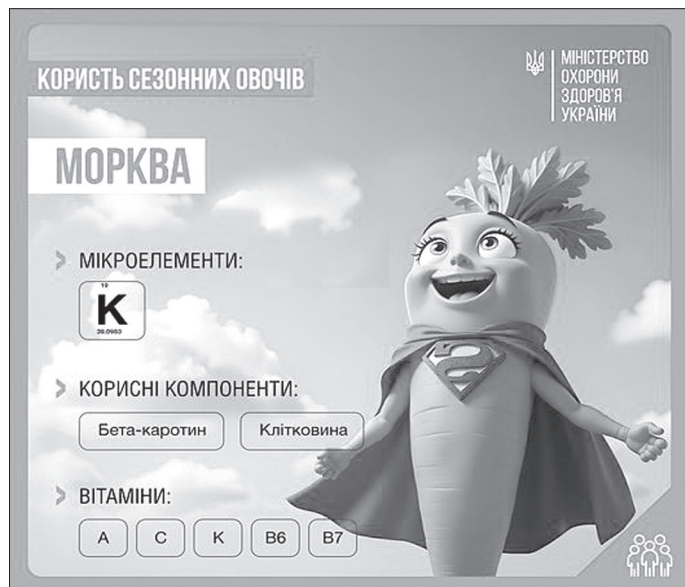
Протягом місяця людина може скористатися цими послугами до 10 разів, але за потреби це число можна збільшити.

Замовити сервіс можна буде онлайн або телефоном 15-01.

За офіційними даними, станом на 1 жовтня в Одесі проживають 63 тисячі осіб з інвалідністю, серед них понад 4,5 тисячі з порушенням опорно-рухового апарату, 5 229 дітей з інвалідністю та майже 1000 осіб з інвалідністю по зору.

Про користь сезонних овочів: поговоримо про моркву

Корисні вітаміни та мікроелементи, які містяться в моркві, підтримують здоров'я шкіри, серця та покращують травлення. Як і буряк, морква – чудова альтернатива нездоровим снекам для перекусів.



Вітаміни:

- Вітамін А у формі бета-каротину, який підтримує здоров'я органу зору, шкіри та слизових оболонок.

- Вітамін С (аскорбінова кислота) – зміцнює імунну систему, підтримує здоров'я слизових оболонок і шкіри.

- Вітамін К – необхідний для згортання крові та здоров'я кісток.

- Вітаміни В6 і В7 – відіграють важливу роль у метаболізмі жирів і білків, здоров'ї нервової системи.

Мікроелементи:

- Калій – регулює водно-сольовий баланс, підтримує здоров'я серця, сприяє забезпеченню нормального серцевого ритму та артеріального тиску та допомагає нормальній роботі м'язів.

Інші корисні компоненти:

- Бета-каротин – основний антиоксидант у моркві, який перетворюється в організмі на вітамін А.

- Рослинні харчові волокна (клітковина) – корисні для травної системи, забезпечують оптимальну композицію бактерію у кишківнику, сприяють зниженню рівня холестерину, покращенню обміну речовин.

Всесвітня організація охорони здоров'я рекомендує споживати понад 400 грамів фруктів і овочів на день. Разом зі здоровою дієтою з низьким вмістом жирів, цукру і солі це допоможе поліпшити загальний стан здоров'я і знизити ризик деяких неінфекційних захворювань.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН (21.03-20.04). Неприятливе розташування зірок. Особливо це стосується чоловіків-Овнів. Можливі марні надії на розуміння і почуття у відповідь. Вірогідні проблеми через нездатність Овнів контролювати свої бажання, пориви, прагнення. Сторонній вплив призведе до негативних результатів. Овни можуть відчути болі в шлунку, загострення хронічних захворювань.



ТЕЛЕЦЬ (21.04-21.05). Тиждень може виявитися для Тельців нелегким. Цілком імовірно, що обставини життя або сімейні потреби примусять їх зайнятися складанням довгострокових планів або кардинально змінити сферу діяльності. Неспокійний спосіб життя, великий обсяг роботи можуть значно понизити життєвий тонус Тельців. Можна планувати відпустку.



БЛИЗНЮКИ (22.05-21.06). Активний творчий тиждень символізує любов і прощення. Ймовірно, Близнюків чекають ділові й особисті побачення, а також оформлення важливих паперів. Настає прекрасний час для роздумів про перехід до нового етапу життя, для відновлення і зміцнення старих зв'язків або надання допомоги близьким. Подумайте про нове джерело прибутку.



РАК (22.06-23.07). Тиждень пізнання істин, отримання знань, активізації прихованого потенціалу. Інтелектуальне життя Раків буде живим і конкретним, заснованим на спостереженнях. Але раптовий неспокій і тривога можуть повністю оволодіти Раками. Багато хто втратить сенс своєї діяльності та активної позиції в житті. Їм необхідний повноцінний і тривалий відпочинок.



ЛЕВ (24.07-23.08). Можливо, що відносини з оточуючими вимагатимуть від вас максимальної концентрації, дисципліни та організованості. Шлях до досягнення мети у багатьох Левів проходить зигзагами, вони просуватимуться по ньому методом проб і помилок. Нудьга і смуток через нездатність ухвалити правильне рішення можуть супроводжувати вас весь тиждень.



ДІВА (24.08-23.09). Тиждень характеризується як позитивними, так і негативними тенденціями в особистому житті. Дів-жінок чекає знайомство, яке може стати початком любовного роману. Ймовірно зміцнення будь-яких контактів. Сприятливі зв'язки із зарубіжними партнерами, далекими родичами. Найкращий день для таких цілей – середа.



ТЕРЕЗИ (24.09-23.10). Цей тиждень сприятливий для відновлення дружніх відносин. Період характеризується подвійністю, суперечностями. Деяка розкиданість, метушливість і небажання зосередитися на одній справі можуть створити проблеми у професійній діяльності та особистому житті. Вам необхідні повноцінний відпочинок і нові враження. Огляньтеся, раптом комусь із вашого оточення потрібна ваша допомога.



СКОРПІОН (24.10-22.11). Успіх супроводжуватиме тих Скорпіонів, які зможуть поєднати в собі впевненість з хорошою інтуїцією і глибоким розумінням людської суті. Сприятливий період для осмислення досягнень і проблем у житті. Можливий візит гостей, родичів, що не буде для Скорпіонів дуже обтяжливим. Настає час продемонструвати свої таланти, можливо, оточення перегляне ставлення до вас.



СТРІЛЕЦЬ (23.11-21.12). Неприятливий тиждень, пов'язаний з обманами в партнерських відносинах, конфліктами з родичами і дітьми, а також з погіршенням самопочуття. Цілком можливо, що Стрільцям доведеться трохи змінити свої плани і загальну тактику подальших дій. Молоді люди можуть відчувати важкі психологічні навантаження, пов'язані з навчанням.



КОЗЕРІГ (22.12-20.01). у першій половині тижня ймовірна залишкова дія негативних тенденцій минулого тижня. Конфлікти або непорозуміння віднімуть частину вашої енергії, проте врешті-решт все повинно скластися вдало. Цей період припускає накопичення майна, початок будівництва. Вдалий час для пошуку зниклих речей, людей, тварин.



ВОДОЛІЙ (21.01-19.02). Тиждень змін і несподіваних поворотів долі. Водолії можуть опинитися в хиткому становищі. Все залежатиме від ступеня їх впевненості в собі і сили волі. Можливі неприємні пригоди, катастрофи, хвороба. У другій половині тижня вірогідний несподіваний успіх. Спробуйте використати цей момент для зміцнення власного становища.



РИБИ (20.02-20.03). Тиждень може піднести Рибам несподівані можливості для нового життя. Самотніх людей чекає романтична зустріч, а сімейні Риб можуть відчути оновлення почуттів. Цього тижня ви маєте шанс закласти основи нової справи або провести вигідні переговори. Вихідні принесуть вам нові враження, життя почне набирати оберти.



**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: 14.10.2024 р.

Тираж: згідно заявки

Замовлення: № 2412542