



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

СИЛА ДУХУ



Видається з вересня 2003 року
15 липня 2025 року

Всеукраїнська організація
«СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 29 (1028)

Безбар'єрність



починається з парковки:

Чому доступні
вибори неможливі
без зручного паркування
для людей з інвалідністю

У травні – червні команда нашого проекту провела моніторинг виборчих дільниць у шести областях України: Житомирській, Закарпатській, Миколаївській, Одеській, Полтавській та Рівненській. І, на жаль, у всіх цих регіонах ми побачили одне й те саме: перед виборчими дільницями відсутні спеціально позначені паркувальні місця для людей з інвалідністю. Така ситуація є типовою не лише для виборчої інфраструктури, а й для більшості громадських місць в Україні.

Безбар'єрність - це не тільки пандуси

Коли ми говоримо про доступні вибори, слід пам'ятати: безбар'єрність — це не лише пандус на вході до дільниці, а й можливість безпечно дістатися до неї. І для багатьох людей з інвалідністю це можливо лише за умови наявності спеціального паркувального місця. Якщо людина не може залишити авто поряд із дільницею, вона просто не зможе реалізувати своє право голосу. В таких умовах участь у виборах стає привілеєм, а не гарантованим правом.

Спроби змінити ситуацію: чи допоможе новий штраф? Держава намагається реагувати на проблему. Зокрема, у 2025 році планується запровадження нового штрафу - 300 неоподаткованих мінімумів (це 51 000 гривень) - за незаконне паркування на місцях для людей з інвалідністю. Детальніше про ці зміни ми писали на сайті COIY.

Проте в самій спільноті людей з інвалідністю ця ініціатива викликала неоднозначну реакцію. У коментарях до публікацій - буря емоцій: одні вважають, що такий штраф буде справді стримуючим фактором, інші

- що це чергове ускладнення. Адже тепер, щоб уникнути покарання, власник авто повинен мати не тільки знак інвалідності, а й персональний QR-код, який ідентифікує особу з інвалідністю. А отже, якщо водій везе людину з інвалідністю, але немає відповідних документів - ризикує отримати штраф. Це створює додаткові бар'єри для родичів, волонтерів і помічників.

Закордонний досвід: як це працює в Німеччині, Польщі та США

У Німеччині система паркування для людей з інвалідністю є чіткою, зрозумілою і жорстко контрольованою. Спеціальне паркувальне місце доступне лише:

- водію з інвалідністю, який самостійно керує авто;
- особі з інвалідністю, за наявності спеціального паперового дозволу (Behindertenparkausweis) та індивідуального коду, що видається місцевою владою.

Штраф за порушення - від 50 євро, а місцева поліція регулярно проводить перевірки. Усі дозволи - персоналізовані та уніфіковані по всій країні.

Продовження
на наступній сторінці

Анонс

3 стор.

Центр «Донбас-Прикарпаття»: від релокації до розвитку якісних реабілітаційних послуг для людей з інвалідністю

5-6 стор.

Гроші ходять за людиною: представники ДСЗН відвідали Диканський територіальний центр соціального обслуговування

6 стор.

Безбар'єрна автошкола у Кропивницькому запрошує на навчання людей з інвалідністю!

7 стор.

Догляд за куксою у спеку

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

У Польщі подібна система: для використання паркувального місця потрібен «Картка Parkingowa», що видається не авто, а людині. Автомобіль має бути пристосованим до її потреб. Штраф - до 800 злотих (7 500 грн).

У США, залежно від штату, використовуються паркувальні таблички з унікальним номером, які прив'язані до особи, а не до авто. Їх можна повісити на дзеркало заднього виду, і це - єдиний законний спосіб стоянки на спеціалізованому місці. За порушення - штраф до 1 000 доларів і евакуація авто.

Типові проблеми в Україні. Незважаючи на спроби законодавчих змін, в Україні досі спостерігаємо:

- відсутність розмітки і знаків «Паркування для осіб з інвалідністю»;
- використання таких місць іншими водіями (особливо біля ТРЦ, аптек, лікарень і виборчих дільниць);
- низький рівень контролю з боку поліції та інспекцій;
- нестача пандусів або занадто круті заїзди від паркувального місця до входу;
- відсутність стандартів при облаштуванні таких місць - часто вони знаходяться не ближче до входу, а взагалі в незручному місці.

Що каже закон? Закон України «Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю» (ст. 26) гарантує право осіб з інвалідністю на безперешкодний доступ до об'єктів інфраструктури, включаючи паркування.

Постанова КМУ № 1306 від 10.10.2001 (зі змінами) визначає правила дорожнього руху, згідно з якими місця для паркування осіб з інвалідністю мають бути відведені на кожній стоянці у кількості не менше 10% загальних місць.



Законопроект № 5655 (у редакціях 2023–2024 років) розглядає можливість автоматизованого контролю таких місць - через QR-коди, електронні реєстри та відеофіксацію.

Що пропонують експерти? За словами транспортного аналітика ГО «Інститут доступності» Сергія Гриненка: «Варто розмежувати права водіїв і пасажирів з інвалідністю. Паркувальні місця - це ресурс, і він має бути чітко регульований. Без уніфікованих дозволів, єдиної бази й автоматизованої перевірки ми не зможемо гарантувати доступність у жодному місті України»

Висновок. Паркувальні місця для людей з інвалідністю - це не привілей, а елемент базової інфраструктури, без якого неможлива участь у суспільному житті, включаючи доступ до виборчих дільниць. Якщо ми справді хочемо будувати безбар'єрне суспільство, то маємо почати з простих речей: зробити паркування доступним, контроль - ефективним, а закон - справедливим.

Доступні вибори починаються з доступного паркування, адже паркувальне місце - це точка поваги, розуміння й рівності.

Сергій ЧУМАК

Всі виплати соціальних допомог будуть здійснені вчасно - в строки, визначені законодавством

Починаючи з 1 липня, адміністрування соціальних виплат, що здійснюються за державний кошт, було передано Пенсійному фонду України - раніше ці функції виконували органи соціального захисту населення. Передача функцій відбулася відповідно до трьох постанов Кабінету Міністрів України (№ 695, 765, 766).

Звертаємо увагу, що під час передання функцій Урядом були чітко визначені строки для кожного етапу: коли мають бути сформовані виплатні відомості і коли мають бути здійснені самі виплати.

Зокрема, відповідно до Постанови Уряду № 695, яка регулює виплату державної соціальної допомоги особам, які не мають права на пенсію, та особам з інвалідністю, для осіб з інвалідністю, державної соціальної допомоги на догляд, державної соціальної допомоги особам з інвалідністю з дитинства та дітям з інвалідністю, Пенсійний фонд розраховує щомісяця до 8 числа суми соціальної допомоги та формує потребу у бюджетних коштах на ці виплати.

Після цього:

1. Пенсійний фонд протягом двох днів подає потребу в бюджетних коштах до Міністерства соціальної політики.

2. Мінсоцполітики, своєю чергою, передає документи до Державної казначейської служби.

3. Казначейство протягом кількох днів перераховує кошти на рахунки ПФУ для подальшого перерахування отримувачам.

Звертаємо увагу, що усі етапи здійснення операцій відбуваються суворо відповідно до строків, визначених в нормативній базі.

Так, станом на 8 липня ПФУ вже надав заявки на потребу в коштах, а Мінсоцполітики вже відкрило асигнування на ці кошти. Таким чином, у найближчі дні гроші будуть перераховані Держказначейством на рахунки ПФУ для подальшого надсилення отримувачам.

Тобто до кінця тижня усі отримувачі допомог осіб з інвалідністю та діти з інвалідністю мають отримати свої кошти на рахунок.

Отримувачі інших державних соціальних виплат також можуть бути впевненими - нарахування будуть здійснені вчасно відповідно до зазначених постанов. Пенсійний фонд наразі здійснює усі заходи для проведення виплат.

Отже, жодних є підстав для занепокоєння немає:

- У державному бюджеті передбачено достатньо коштів.

- Відомості передаються вчасно.

- Усі органи діють у межах встановленого Урядом регламенту.

Прес-служба Міністерства соціальної політики України

Україна та Бельгія: партнерство для інклюзивного розвитку

Безбар'єрне відновлення - це коли інфраструктура відбудовується з думкою про кожного. І Україна отримала стратегічного партнера в цій справі.

Україна та Бельгія уклали потужне партнерство для інклюзивного розвитку. На Конференції з відновлення України URC 2025 у Римі підписано Меморандум про взаєморозуміння між Міністерством розвитку громад та територій України, Enabel (Бельгійське агентство з розвитку) та його Представництвом в Україні.

Документ визначає інклюзивне відновлення як один з пріоритетів, зокрема - підтримку проекту «Рух без бар'єрів», спрямовану на створення доступної інфраструктури, саме в Чернігівській та Київській області. Окрім усього співпраця буде проходити в наступних напрямках:

- інклюзивна та безбар'єрна інфраструктура;
- зелене та енергоефективне відновлення;
- розвиток професійної освіти та створення Центрив інклюзивної компетентності;
- сприяння сталому відновленню громад;
- посилення партнерств між українськими та бельгійськими



організаціями.

Разом з нашим міжнародним партнером ми будемо крокувати до справедливої безбар'єрної України.

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

Центр «Донбас-Прикарпаття»: від релокації до розвитку якісних реабілітаційних послуг для людей з інвалідністю

Майже 360 людей з інвалідністю з початку року пройшли реабілітацію у державній реабілітаційній установі «Центрі комплексної реабілітації для осіб з інвалідністю «Донбас-Прикарпаття» на Івано-Франківщині.

Ще в березні 2022 року за підтримки Мінсоцполітики, міжнародних партнерів та органів місцевого самоврядування установа була терміново релокована з Краматорська. Це зберегло життя пацієнтів, персоналу та дало можливість продовжити надавати якісні реабілітаційні послуги дорослим та дітям з інвалідністю.

Сьогодні Центр «Донбас-Прикарпаття» працює не лише в Івано-Франківську, а й має філію у селі Угринів. Люди з інвалідністю, серед яких ветерани та члени їхніх родин, отримують тут послуги медичної, фізичної, спортивної та соціально-психологічної реабілітації.

Заступник Міністра соціальної політики України Володи-

мир Василенко та генеральний директор Фонду соціального захисту осіб з інвалідністю Віталій Музиченко відвідали Центр «Донбас-Прикарпаття» та філію в Угринові. Тут нещодавно відкрили новий корпус, також триває будівництво сучасного безбар'єрного басейну для дітей і дорослих з інвалідністю.

Візит відбувся в межах візиту на Прикарпаття членів парламентського Комітету з питань соціальної політики та захисту прав ветеранів.

«До релокації «Донбасу» на Прикарпатті не було подібних реабілітаційних установ. Відповідно, місцеві жителі, які потребували якісної реабілітації, не мали змоги її отримати. Ми вдячні команді Центру, яка сьогодні надає таку допомогу людям з інвалідністю, а також партнерам, які свого часу допомогли релокувати установу. Міністерство соціальної політики України системно підтримує мережу державних реабілітаційних установ та працює над розширенням доступу людей з інвалідністю до якісних реабілітаційних послуг», - зазначив заступник Міністра соціальної політики України Володимир Василенко.

Центр «Донбас-Прикарпаття» є прикладом того, як попри вимушену релокацію, державній установі вдалося повністю відновити свої функції, розширити можливості надання комплексної реабілітації для людей з інвалідністю та стати унікальним центром на Прикарпатті.

«Донбас-Прикарпаття» не лише зберіг свою славу, а й розширив перелік послуг.

Продовження на наступній сторінці





Початок на попередній сторінці

Сьогодні люди тут можуть не лише відновитися фізично, а й отримати комплексну психо-соціальну реабілітацію. За перше півріччя 2025 року послуги Центру отримали вже 360 осіб, серед яких 116 дітей. Одночасно центр може прийняти до 30 людей з різних регіонів України. Усім, хто приїжджає з інших міст, забезпечується проживання та харчування. Попри всі труднощі, яких зазнала установа і наша команда, — ми розвиваємося. Наше завдання — не просто «вилікувати». Ми допомагаємо людині повернути себе. І кожна така історія — це велика перемога над болем, над відчаєм, над обставинами», — розповіла керівниця Центру

Світлана Фоміна.

Щоб отримати послуги в реабілітаційному центрі «Донбас-Прикарпаття» необхідно звернутися до виконавчого органу сільської, селищної чи міської ради або до місцевого управління соціального захисту населення. Подати заяву щодо отримання комплексних реабілітаційних послуг може людина з інвалідністю або її законний представник.

Адреса розташування реабілітаційного центру «Донбас-Прикарпаття»: м. Івано-Франківськ, вул Героїв УПА, 1.

Адреса філії центру в Івано-Франківській області: селище Угринів, вул. Незалежності, 438.

Прес-служба Міністерства соціальної політики України

ПИТАННЯ – ВІДПОВІДІ

Платити менший ЄСВ. Який саме документ підтверджує інвалідність працівника та чи треба засвідчувати електронний витяг?

З 2025 року в Україні запрацювала нова система встановлення інвалідності, і разом із нею - нові правила для роботодавців, які працевлаштовують осіб з інвалідністю. Йдеться не про зміну правового статусу людей з інвалідністю, а про конкретний бюрократичний механізм, який дозволяє роботодавцю платити менший ЄСВ - 8,41% замість звичних 22%.



Однак саме тут виникло найбільше плутанини: старі довідки МСЕК, нові витяги ЕКОПФО, електронні документи, перехідний період... Розбираємось, що подає працівник, що приймає роботодавець - і хто що засвідчує.

Що змінилось? Почнемо з головного. Із січня 2025 року в Україні припинили роботу МСЕК - комісії, які роками встановлювали групу інвалідності. На заміну їм прийшли експертні команди з оцінювання повсякденного функціонування особи (ЕКОПФО).

Відтепер саме ці команди ухвалюють рішення про встановлення інвалідності, і підтвердженням такого рішення є витяг із рішення експертної команди з оцінювання повсякденного функціонування особи. Для роботодавця, для застосування пільгової ставки нарахування ЄСВ працівника з інвалідністю, це не довідка, не пенсійне посвідчення, не щось інше - лише витяг з рішення команди.

Втім, держава передбачила перехідний період для тих, хто вже мав документи МСЕК. І ось тут - увага. Цей період закінчився 30 червня 2025 року!

Працівникам з інвалідністю треба було оновити свої документи і отримати витяг у першому півріччі 2025 року. Щоправда, це оновлення не стосувалось тих, хто має безстроковий статус (тобто інвалідність встановлено пожиттєво) — їм

проходити оцінювання не було потрібно. Особи з таким статусом можуть продовжувати використовувати копію довідки МСЕК, яка була видана їм раніше. Ще раз наголошуємо, що пенсійне посвідчення не є достатнім для застосування пільгової ставки ЄСВ — потрібна саме довідка МСЕК або витяг (якщо інвалідність встановлювалася після 2025 року).

Якщо працівник має довідку МСЕК - що з нею? Якщо довідка видана до 1 січня 2025 року - її можна було використовувати до 30 червня 2025 року для обґрунтування пільгової ставки ЄСВ. У деяких випадках - навіть довше, якщо інвалідність встановлено безстроково.

Але якщо довідка була строковою і вже втратила чинність - або якщо працівник пройшов нове оцінювання у 2025 році - використовувати стару довідку вже не можна.

Який документ потрібен тепер? Замість довідки подається витяг із рішення ЕКОПФО. Його можна отримати як в електронному форматі (PDF з електронною печаткою МОЗ), так і у паперовому вигляді.

І ось тут ще один нюанс: відповідно до Інструкції №449 (у редакції наказу Мінфіну №231 від 05.05.2025), роботодавець має зберігати належним чином засвідчену копію такого витягу. Навіть якщо документ надісланий працівником в електронному вигляді.

Тобто - треба роздрукувати, підписати, засвідчити. І не сперечатись із цим, навіть якщо в листі податкової від 4 липня написано, що достатньо електронного варіанту. Бо лист - не нормативний акт.

А коли пільга починає діяти? З дати, коли роботодавець отримав документ - не з моменту встановлення інвалідності, не з моменту, коли документ надіслали поштою, а саме коли він фактично опинився у бухгалтерії.

Висновок. Пільгова ставка ЄСВ - важливий інструмент для підтримки працевлаштування людей з інвалідністю. Але щоб не втратити це право (і не мати проблем під час перевірок), варто не плутати поняття: **довідка МСЕК** - дійсна лише тимчасово, якщо видана до 01.01.2025 і ще чинна (виняток — коли інвалідність встановлена пожиттєво); **витяг ЕКОПФО** - нова основа для пільг з 2025 року, електронний або паперовий, обов'язково зберігається у вигляді копії;

Оригінали електронною поштою - добре, але засвідчена копія - краще.

Денис СУХОТІН, юрист, голова ВП ГО ВО СОІУ «Закарпатське обласне товариство осіб з інвалідністю»

Операції з видалення катаракти та імплантацією кришталіка – безоплатні в межах Програми медичних гарантій

В Україні пацієнти з катарактою можуть отримати повний пакет медичної допомоги безоплатно, у межах Програми медичних гарантій. До нього входить не лише саме оперативне втручання, а й встановлення штучного кришталіка (інтраокулярної лінзи). Усе – за кошт держави.

Загальна вартість послуги – від 28 441 гривні, залежно від медичних коефіцієнтів. Проте пацієнт не має оплачувати жодного з етапів лікування: усі витрати медзакладу компенсує Національна служба здоров'я України.

Програма медичних гарантій – це інструмент, за допомогою якого держава забезпечує громадянам України безоплатний доступ до визначеного переліку медичних послуг та лікарських засобів. Фінансування цих послуг здійснюється Національною службою здоров'я України безпосередньо закладам охорони здоров'я, які уклали відповідний договір.

У межах Програми кожен громадянин, незалежно від місця проживання, реєстрації, соціального статусу чи рівня доходів, має гарантоване право на однаковий обсяг медичної допомоги. Послуги надаються за принципами універсальності – для всіх – та екстериторіальності – у будь-якому регіоні країни, де є контрактowana лікарня.

“Зір – це базове відчуття, без якого якість життя суттєво знижується. Катаракта – не просто вікове ускладнення, а реальна причина втрати зору. Операція з її видалення – ефективне й доступне рішення. Саме тому ми зробили все, щоб українці могли отримати цю допомогу безоплатно. Без додаткових витрат – у межах Програми медичних гарантій”, –

зазначає міністр охорони здоров'я України Віктор Ляшко.

Що входить до гарантованого пакету послуг?

- консультація лікаря-офтальмолога;
- передопераційна діагностика;
- операція з видалення катаракти;
- імплантація штучного кришталіка (включно з імплантом);
- післяопераційне спостереження.

Як скористатися цією послугою?

Щоб скористатися послугою з безоплатної операції з видалення катаракти та імплантації кришталіка, пацієнту необхідно звернутися до свого сімейного лікаря. Фахівець допоможе обрати медичний заклад, який має договір з НСЗУ за відповідним напрямом, та оформить електронне направлення до лікаря-офтальмолога.

На основі цього направлення пацієнт зможе отримати всю необхідну допомогу.

Міністерство охорони здоров'я України наголошує: надання цієї послуги є повністю безоплатним!

Через звернення пацієнтів про вимагання коштів в окремих закладах охорони здоров'я, МОЗ провело селекторну нараду з керівниками медичних установ, які надають офтальмологічну допомогу в межах Програми медичних гарантій.

У разі порушень або вимагання коштів за послугу, яка повинна бути безоплатною, просимо звертатися до контакт-центру Національної служби здоров'я України (16-77) або інформувати Міністерство охорони здоров'я (0 800 505 201).

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України

ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соціального захисту населення Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО

Гроші ходять за людиною: представники ДСЗН відвідали Диканський територіальний центр соціального обслуговування



Підтримка соціальної включеності для осіб з інвалідністю та осіб похилого віку є важливим елементом в процесах організації надання соціальних послуг на рівні громади. Адже особи, які потребують допомоги в самообслуговуванні або стороннього догляду не повинні бути відокремлені від активного життя своєї громади. Збереження їх соціальних зв'язків та ментального самопочуття також має вплив на загальний стан здоров'я та якість життя людини.

Для внутрішньо переміщених осіб, з числа уразливих категорій зміна місця проживання, втрата домівки та звичного соціуму також мала додатковий травмуючий вплив.

З осені 2024 року Полтавщина активно долучилась до реалізації експериментального проекту Міністерство соціальної політики України «гроші ходять за людиною», який полягає в новому механізмі організації надання соціальних послуг окремим категоріям ВПО.

У фокусі: надання соцпослуг «стаціонарного догляду» та «підтриманого проживання» внутрішньо переміщеним осо-

бам з числа похилого віку та з інвалідністю, шляхом грошової компенсації з державного бюджету, яку особа перераховує надавачу послуг-учаснику проекту.

«Участь в цій ініціативі це дозволяє вирішити питання проживання внутрішньо переміщеним особам, а також забезпечити надання кваліфікованої допомоги від соціальних працівників та стороннього догляду. Наразі ця ініціатива впроваджується на базі Територіального центру соціального обслуговування Диканської селищної ради, де послугу стаціонарного догляду отримують для 7 осіб з числа ВПО.» – коментує Директор Департаменту соціального захисту населення ПОВА Людмила Корнієнко.

В рамках робочого візиту представників Департаменту до надавача соціальних послуг Диканської громади, Людмила Василівна ознайомилась з умовами проживання та обслуговування отримувачів послуг, поспілкувалась з мешканцями центру та підкреслила важливість постійного вдосконалення роботи закладу відповідно до Державних стандартів та вимог сьогодення.

Продовження на наступній сторінці



Початок на попередній сторінці

Територіальний центр, до якого окрім стаціонарного також входять відділення: соціальної допомоги вдома, денного перебування, організації надання натуральної допомоги, діє в громаді вже п'ятий рік. Щороку заклад охоплює послугами понад 1,7 тисяч мешканців громади відповідно до їх потреб. Станом на сьогодні догляд «на дому» отримують 334 одинокопроживаючі особи з інвалідністю та похилого віку.

«Розвиток соціальних послуг на рівні громад через нові форми та механізми, створюючи оселі підтриманого проживання, міні-пансіонати у вигляді стацвідділень – це майбутнє для соціальної сфери громад, адже затребуване серед мешканців та відповідає вимогам сьогодення.

Наразі, Департамент зі свого боку докладає максимум зусиль та сприяння для забезпечення масштабування ініціативи Мінсоцполітики «гроші ходять за людиною» на рівні інших громад. Є попередні напрацювання щодо Котелевської громади. Перспективним є розвиток і послуги підтриманого проживання в інших громадах області» - підкреслила Людмила Корнієнко.

Департамент соціального захисту населення ОВА го-



товий забезпечити методичний та технічний супровід територіальних громад та їх надавачів щодо участі в ініціативі Мінсоцполітики «гроші ходять за людиною» відповідно до Постанови КМУ від 6 серпня 2024 р. № 888.

Додаткова інформація та консультації надаються профільним відділом Департаменту за телефоном (0532) 68-12-64.

ВІСТІ З РЕГІОНІВ

Безбар'єрна автошкола у Кропивницькому запрошує на навчання людей з інвалідністю!

У Кропивницькому працює «Безбар'єрна автошкола», яка створена на виконання Стратегії створення безбар'єрного простору України. Її реалізовує Донецький державний університет внутрішніх справ.



Нещодавно автопарк школи поповнився ще одним спеціально обладнаним автомобілем, тож тепер навчання відбувається на трьох машинах - з автоматичною та механічною коробкою передач. Це дозволяє залучати ще більше охочих до водійської освіти, включно з людьми з порушеннями опорно-рухового апарату.

Навчання в автошколі - це не лише про права. Це про впевненість, мобільність і нові можливості!

Як записатися? Підготуйте:

- копію паспорта або іншого посвідчення особи;
- копію ідентифікаційного коду;
- довідку про місце проживання;
- дві фотокартки 3,5 x 4,5 см;
- медичну довідку (форма №083/о).

Дізнатися більше та подати заявку можна за телефоном: 096 082 49 21 (Кропивницький).

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

«Доступні ліки» мають бути справді доступні

З 1 липня 2025 р. всі ліцензовані аптечні заклади зобов'язані приєднатися до програми реімбурсації відповідно до постанови КМУ №1417. Це означає, що «Доступні ліки» мають бути справді доступні - не лише за переліком, а й географічно, у кожній аптеці.

Для пацієнтів це:

- більше аптек поблизу, де можна отримати «Доступні ліки»;
- ширший перелік препаратів, включно з новими діючими речовинами;
- гарантований безперервний доступ до лікування незалежно від місця проживання.

Що робити пацієнту, якщо в аптеці відмовили у відпуску

ліків за програмою:

- якщо аптека не має договору з НСЗУ – повідомте на гарячу лінію Міністерство охорони здоров'я України за номером - 0800 505 201. Ваше звернення буде передане до Держлікслужби для подальшої перевірки аптеки.

- якщо аптека має договір з НСЗУ, але не відпускає ліки за програмою реімбурсації - зверніться до контакт-центру НСЗУ - 16-77 або подайте скаргу онлайн: <https://cutt.ly/nrUyDqs2>.

Щодня до програми долучаються нові учасники. НСЗУ, зі свого боку, забезпечує максимально оперативний розгляд поданих заяв.



РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

З 1 липня до програми вже приєдналися 118 нових аптечних закладів.

Станом на 9 липня 2025 р.:

- укладено 1 984 договори з аптечними закладами;
- з них 103 - комунальні, 828 - приватні, 1 048 - ФОП;
- 1 807 аптек позначили в ЕСОЗ хоча б одне місце відпуску;
- 16 616 - загальна кількість місць (аптек, аптечних пунктів), де пацієнти можуть отримати ліки за програмою реімбурсації.

Програма «Доступні ліки» є стратегічним інструментом

держави для підтримки здоров'я населення та посилення фінансового захисту в умовах війни й економічної нестабільності. Кожен рецепт у межах програми - не просто компенсація вартості препарату, а реальна можливість зберегти якість життя для мільйонів українців. Лише у 2025 році нею вже скористались понад 2,1 млн пацієнтів, а за весь період дії - більше 5,5 млн.

Залучення всіх аптек до програми - це черговий системний крок до того, щоб кожен пацієнт мав гарантований та безперервний доступ до необхідних ліків.

СЬОГОДЕННЯ

Догляд за куксою у спеку

У спекотну пору шкіра в зоні контакту з протезом особливо вразлива. Піт, висока температура, тертя – усе це може призвести до подразнень, натертостей або навіть вторинної інфекції. Як цього уникнути? Експерти Protez Hub зібрали для вас базові поради, які дійсно працюють (і рекомендовані лікарями).

- Щоденна гігієна – обов'язкова. Мийте куксу щодня теплою водою з м'яким, нейтральним (без ароматизаторів і спирту) милом. Після миття – акуратно промокніть рушником (не терти!) і дайте шкірі висохнути на повітрі.

- Перерви в користуванні протезом. Якщо є можливість, знімайте протез 1–2 рази на день хоча б на 15–30 хвилин. Це дасть шкірі можливість «подихати», зменшить мацерацію (розм'якшення тканин через вологу) та знизить ризик подразнень.

- Спостереження за шкірою. Оглядайте куксу щодня. Якщо помічаєте почервоніння, ознаки мацерації (надмірно волога, змінена шкіра), тріщини, виразки або неприємний запах – не зволікайте. Зверніться до лікаря або протезиста.

- Не використовуйте антиперспіранти в зоні контакту з лайнером або поруч без рекомендації лікаря – це може спричинити подразнення навіть при частковому контакті. Більшість засобів можуть викликати подразнення або алергію, осо-

бливо в умовах підвищеної температури. За потреби використовуйте спеціальні медичні засоби (за рекомендацією лікаря), а не звичайну косметику.

- Догляд за лайнером. Щодня мийте лайнер м'яким антисептичним засобом або згідно з інструкцією виробника. Не використовуйте гарячу воду чи агресивну хімію – це псує матеріал. Після миття обов'язково висушіть лайнер м'яким рушником і залиште на відкритому повітрі, щоб повністю просох.

- Натуральні тканини та часта зміна білизни. Обирайте білизну з бавовни або технічних тканин з ефектом «dry-fit», які швидко відводять вологу. Міняйте її щонайменше 1–2 рази на день, особливо після фізичної активності.

- Пам'ятайте про зволоження шкіри, але лише ввечері, після зняття протеза. Якщо немає пошкоджень, можна використовувати легкий нейтральний зволожувальний крем. Але не перед надяганням протеза, бо це може спричинити ковзання або мацерацію.

Влітку догляд за куксою потребує трохи більше уваги. Але якщо зробити це щоденно звичкою – можна зменшити ризик появи більшості типових проблем. І головне: будь-яке нове подразнення – це привід не терпіти, а звернутися по допомогу!

Перфекціонізм - це не риса характеру, а стратегія

Ви колись ловили себе на думці: «Я краще взагалі не почну, ніж зроблю абияк», «Якщо не ідеально - значить, не готово», «Спочатку все зроблю ідеально - тоді подумаю про відпочинок».

Прагнення до якості - це добре. Але іноді воно непомітно перетворюється на внутрішнього критика, який не дає спокою. Зовні все під контролем, а всередині - втома, тривожність і вічне «чи це воно». Щоб краще зрозуміти, наскільки у вашому житті присутній щоденний перфекціонізм – спеціалісти платформи Prometheus підготували невеликий чек-лист із 7 запитань.

Чек-лист: «Чи живе у вас перфекціоніст?»

Поставте «так» біля пунктів, які вам відгукуються:

1. Я відкладаю справи, бо не впевнений/-а, що зроблю їх ідеально.
2. Я часто переписую, переробляю або правлю те, що й так було достатньо хорошим.
3. Мені важко делегувати, бо я не довіряю, що хтось зробить як треба.
4. Після завершення проєкту я частіше відчуваю втому та сумнів, ніж задоволення.
5. Критику сприймаю дуже болісно, навіть якщо вона конструктивна.
6. Я рідко хвалю себе - завжди знаходиться щось, що можна було зробити краще.
7. Я відкладаю відпочинок або задоволення до «потім» - коли все буде зроблено ідеально.

Результати:

0–2 «так» - Перфекціонізм поруч, але не керує вами. Варто бути уважним до першого дзвоника.

3–5 «так» - Ознаки перфекціонізму. Можливо, він починає ходити поруч, але ще не є частиною життя.

6–7 «так» - Ваш перфекціонізм з вами в одній кімнаті.

Перфекціонізм - це не риса характеру, а стратегія виживання, яка колись нам допомогла. Але якщо зараз вона шкодить - варто шукати нові способи взаємодії із собою.



АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН. Період внутрішніх конфліктів: хочеться діяти, але обставини заважають. Краще перегляньте старі стратегії та не піддавайтеся на провокації. Можливий контакт із людиною з минулого, яка сколихне старі почуття. Тиждень кличе до переоцінювання того, куди ви вкладаєте свою енергію. У справах та стосунках можливі повтори старих сценаріїв. Не рубайте з плеча — конфлікти приведуть вас у глухий кут.



ЛЕВ. Багато енергії, але куди її направити, не завжди зрозуміло. Саме час приділити увагу думкам та почуттям, яких ви уникали. Можливо, настав час чесних розмов із партнером. Любовні теми можуть проявити себе красиво, головне бути собою, а не грати ролі. Не поспішайте з висновками, перегляньте стосунки — це шанс повернутися на колишнє місце роботи або відновити романтичний зв'язок.



СТРЕЛЕЦЬ. Вас тягне в дорогу — буквально чи ментально. Але тиждень може сплутати маршрути. Краще перегляньте старі ідеї, поверніться до незавершених курсів чи поїздок. Не сперечайтесь з авторитетами, особливо якщо відчуваєте внутрішній протест. Можливо, вам доведеться переосмислити свій шлях. Минуле нагадає про себе, але не для того, щоб ви повернулися, а щоб зрозуміли, куди не варто йти знову.



ТЕЛЕЦЬ. Важливо переглянути плани і старі контакти — напевно, є те, що потребує доопрацювання та переосмислення. Тиждень може відкрити новий напрям у професійній галузі життя. Хвилювання завдадуть розмови про минуле, необхідність повернення до старих сімейних питань. Цей тиждень дасть шанс заново прожити ніжні почуття або завершити розмову, на яку раніше не вистачало душевної сміливості.



ДІВА. Ви відчуваєте, що багато чого відбувається за лаштунками, а вас, на жаль, не інформують щодо нюансів. Тим не менше, не варто переживати з цього приводу — займайтеся своїми справами, відпустіть контроль, особливо у стосунках. Зосередьтеся на тому, що дійсно приносить задоволення. Якщо помічаєте, що вами хтось маніпулює, — це знак переглянути, чому саме ви дозволяєте це.



КОЗЕРІГ. Це тиждень самоаналізу, можливих «зовнішніх іспитів». Люди та обставини можуть перевіряти ваші межі. Обережніше з фізичним навантаженням та конфліктами: енергія цього періоду може бути руйнівною для вас. Але це чудовий час для того, щоб обрамити гострі думки та перевести їх у творчість. Можливі «відкатні» емоційні стани: повернення до старих залежних моделей, романтичних фантазій.



БЛИЗНЮКИ. Ви в епіцентрі подій: на вас чекає повернення до тем любові, краси, натхнення. Обережно з фінансами: старі зобов'язання можуть нагадати про себе. Подумайте, що дійсно варто зберігати, а що час відпустити. Не поспішайте ухвалювати рішення, краще займіться переглядом простору навколо себе. Вівторок дає шанс налагодити діалог, особливо з тими, з ким давно не спілкувалися.



ТЕРЕЗИ. Ваш фокус уваги розвертається усередину. Тиждень підходить для перегляду: планів, навичок, партнерств. Ви можете відчути втому від чужих очікувань — добре, якщо цього тижня ви приділите увагу собі. Період допомагає пом'якшити гострі кути, особливо в коханні, але важливо бути чесним: чого ви насправді хочете? Соціальні зв'язки активні, але не всі з них щирі.



ВОДОЛІЙ. Цей тиждень, як дзеркало: ви бачите себе в інших. Будьте обережними у стосунках: не повертайтеся туди, де вже все сказано. Деякі представники знака отримують можливість ще раз прожити стару закоханість або завершити роман, що давно тягнеться. У професійній сфері можлива перевірка на міцність: хто поряд із почуттям обов'язку, а хто — із справжнього інтересу. Дайте відповідь на це чесно.



РАК. Фінансові та емоційні теми переплітаються. Можливе повернення до старих витрат або зобов'язань. Важливо не йти шляхом маніпуляцій. Не звалюйте на себе чужі борги — ні емоційні, ні матеріальні. І самі не позичайте гроші, й не беріть у користування чужі речі. Ви можете відчути потребу віддалитися, щоб почути себе. Повернення до минулого може прийти у вигляді людини, спогаду чи ситуації.



СКОРПІОН. Можуть розкритися амбіції, які ви давно пригнічували. Це час перегляду кар'єрних рішень та взаємин із грошима. Можливо, ваші підходи застаріли і потрібно вивчати щось нове, щоб ефективно використати наявні ресурси. Ви можете відчути бажання змінити світ або взяти реванш. Можливі ключові зустрічі, особливо з людьми минулого. Через них ви зрозумієте, як зросли.



РИБИ. Тиждень тонкого налаштування. Він про уповільнення та турботу про тіло. Ви можете відчувати чужі стани майже фізично. Намагайтеся більше відпочивати, фільтруйте інформацію та людей навколо. Ви на порозі важливого особистого усвідомлення. Можливо, настав час переглянути питання, пов'язані з самоцінністю. Тиждень допомагає поживити душевні таланти: пишіть, малюйте, співайте.



**ПРЯМУЄМО
РАЗОМ**

G | M | F

Transatlantic
Foundation

Випуск створено за фінансової підтримки
Європейського Союзу та Німецького фонду
Маршалла Сполучених Штатів Америки –
Transatlantic Foundation (GMF TF).

Його зміст є виключною відповідальністю
Полтавського регіонального осередку
Громадська організація «Всеукраїнська
організація Союз осіб з інвалідністю України»
і не обов'язково відображає погляди
Європейського Союзу та/або GMF TF.

erim
Equal Rights
& Independent
Media

PROELECT
PROMOTING ACCOUNTABILITY IN ELECTORAL PROCESSES



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

Підписний індекс: 91664

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

Підписано до друку: 14.07.2025 р.

Тираж: згідно заявки.

Замовлення: № 2513428