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

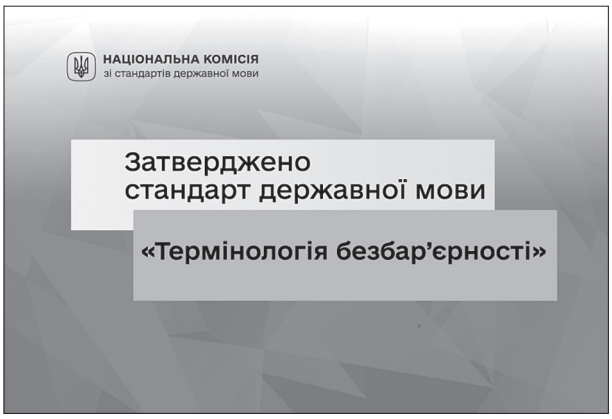
СИЛА ДУХУ

Видається з вересня 2003 року
5 жовтня 2026 року

Всеукраїнська організація «СОЮЗ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ УКРАЇНИ»

№ 40 (1092)

Стандарт державної мови «Термінологія безбар'єрності»



Є документи, які справді закладають підвалини для позитивних змін. Їхню вагу розумієш, коли бачиш, як слова переходять у рішення, а рішення — у щоденне життя людей.

Таким документом став стандарт державної мови «Термінологія безбар'єрності», затверджений Національною комісією зі стандартів державної мови.

Це важливий крок у розбудові України як життєвого простору, у якому кожна людина є найголовнішою цінністю. Її гідність. Її право на участь. Її можливість навчатися, працювати, отримувати послуги й ухвалювати рішення про власне життя.

Унормування термінології безбар'єрності дає нам спільну мову для цієї роботи. Допомагає узгодити вживання термінів у документах органів державної влади та місцевого самоврядування, підвищити результативність роботи фахівців і фахівчинь, полегшити обмін досвідом із міжнародними партнерами, розширити функціонування української мови.

За цим документом — велика спільна праця. Громадське обговорення. Пропозиції та висновки Інституту української мови Національної академії наук України, інших наукових і освітніх установ, органів державної влади та громадських організацій. Уважність до кожного визначення. Відповідальність за кожне слово.

Мала честь очолювати робочу групу, яка працювала над стандартом. Дякую Ярині Боренько, Руслані Величко-Трифонюк, Володимиру Висоцькому, Володимиру Голику, Тетяні Левченко, Оксані Ляльці, Богдану Мойсі, Марині Навальній, Юлії Павловій, Марії Плаксенко, Юлії Тищенко, Уляні Токарєвій, Людмилі Фурсовій та секретарю робочої групи Антону Янченку. А також дякуємо координатору групи - Ользі Новіковій. За знання, час і готовність шукати точні формулювання, за якими завжди стоять люди.

Дякуємо всім членам і членкиням Національної комісії зі стандартів державної мови. Нашим партнерам — ЮНЕСКО, Раді Європи, Всесвітній організації охорони здоров'я, Центру соціальних змін і поведінкової економіки. Міністерствам, науковим та освітнім установам, громадським організаціям — усім, хто долучився до розроблення й обговорення стандарту.

Окрема подяка НАДС і Міністерству культури. Попереду — важливе завдання: навчити застосовувати цей стандарт у щоденній роботі. Щоб його терміни стали мовою документів, управлінських рішень і публічної комунікації.

Затвердження стандарту закладає основу. Тепер маємо працювати, щоб вона тримала зміни. Дякуємо щиро голові Комісії Юлії Чернобров за ефективну і результативну співпрацю!

Щоб за точністю слова стояла точність дії. А в центрі цієї дії завжди була людина.

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

Анонс

2 стор.
Перша в Україні дитяча трансплантація легень!
3-4 стор.
Розмір субсидії на опалювальний сезон буде переглянутто
4 стор.
Візит до Горбанівського геріатричного пансіонату ветеранів війни та праці
6 стор.
Четвертий Всеукраїнський конгрес з фізичної терапії
7 стор.
Тетяна Кірієнко виступила на Всеукраїнському волонтерсько-молодіжному форумі

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!

Перша в Україні дитяча трансплантація легень!

Рятівну операцію виконали київські трансплантологічні команди — вони успішно провели втручання 13-річній Дані і вже виписали дівчинку додому.

Дана Дудник — із міста Черкаси. Дитина мала вроджену ваду серця: відкриту артеріальну, або боталову, протоку між аортою та легеневою артерією. Через це в дівчинки розвинулася легенева гіпертензія — підвищений тиск у судинах легень. Цьогоріч, у березні, батьки помітили в доньки задишку. Ба більше — через деякий час дівчинка стала просто задихатись! Тоді шансом на порятунок залишається трансплантація. Тож Дана від квітня очікувала на донорський орган.



Операцію провели на початку серпня в Інститут серця МОЗ України. Вона тривала близько восьми годин: спочатку медики закрили протоку, усунувши ваду серця, а потім — пересадили легені.

Це стало можливим завдяки посмертному донорству. Донором стала 11-річна дитина, батьки якої після констатації смерті мозку дали згоду на донорство органів. Їхнє рішення врятувало життя двом дітям: Дані пересадили легені, а 11-річному Денису, про якого ви могли читати раніше, — серце в Центрі кардіології та кардіохірургії.

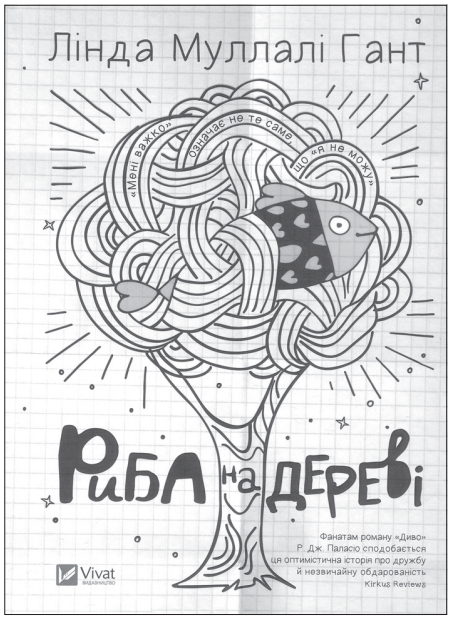
Після операції Дана почала дихати самостійно! А під час реабілітації вже навіть виходила на прогулянки. Зараз дівчинка вже повернулася додому, вона почувається добре. Бажаємо Дані міцного здоров'я та швидкого відновлення!

Нині на пересадку легень в Україні очікують 58 людей. Ще 40 потребують трансплантації комплексу «серце — легені». А від початку 2026 р. в Україні виконали вже понад 470 органних трансплантацій.

Дякуємо медичним командам за допомогу дітям і родині донора за рішення, яке врятувало два життя. Світла пам'ять дитині, яка стала донором.

Прес-служба Міністерства охорони здоров'я України

Якщо дитина не може навчатися так, як навчаємо ми – можливо, нам варто навчати так, як може вона?



Еллі – головна героїня книжки Лінди Муллалі Гант «Риба на дереві». Вона кмітлива, творча, чудово малює і має неабияку уяву. Проте читати й писати їй значно складніше, ніж однокласникам.

Еллі має дислексію. Та ні вона сама, ні дорослі поруч довгий час цього не розуміють. Її помилки сприймають як неуважність, небажання вчитися або недостатні здібності. Щоб ніхто не помітив її труднощів, дівчинка вигадує виправдання, порушує правила і поступово звикає думати, що просто не здатна бути успішною.

Ситуація змінюється, коли в класі з'являється вчитель, який бачить за поведінкою Еллі не «проблемну ученицю», а дитину, якій потрібен інший спосіб навчання.

Ця історія нагадує: не всі бар'єри можна побачити.

Часто дитина сидить за тією самою партою, користується тим самим підручником і виконує ті самі завдання, що й інші. Зовні здається, що умови для всіх однакові. Але рівні умови не завжди означають рівні можливості.

Комусь потрібно більше часу. Комусь – аудіоверсія тексту, зрозуміліша інструкція, інший формат завдання або можливість відповідати усно. Це не привілеї й не зниження вимог. Це розумне пристосування, яке допомагає людині навчатися та демонструвати свої знання на рівних.

«Риба на дереві» говорить і про силу слів. Коли дитина постійно чує, що вона лінива, неуважна чи недостатньо старається, оціночні судження поступово стають частиною її уявлення про саму себе. Проте один дорослий, який вчасно зможе помітити здібності й підтримати, може змінити значно більше, ніж оцінку в щоденнику.

Назва книжки відсилає читача до образа риби, яку оцінюють за здатністю лазити по деревах. За такими правилами вона завжди здаватиметься нездібною – адже від неї вимагають неможливого. Так само й дитина може зазнавати невдач не через відсутність знань чи старання, а через спосіб навчання, який не враховує її потреб.

Безбар'єрна освіта починається з розуміння, що діти засвоюють інформацію по-різному. Завдання школи – не змусити всіх рухатися одним шляхом, а дати кожній дитині можливість навчатися, розвиватися і не втрачати віру у власні здібності.

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

Законопроєкт про Базову соціальну допомогу

Комітет Верховної Ради України з питань соціальної політики та захисту прав ветеранів розглянув поправки народних депутатів і підтримав до другого читання урядовий законопроєкт про запровадження Базової соціальної допомоги (БСД).

Проходження другого читання — це ключовий етап перед винесенням документа на голосування в залу парламенту для остаточного ухвалення. Законопроєкт закладає нормативну базу для фундаментальної реформи системи державних виплат та створення єдиного адресного інструменту фінансової підтримки українських родин.

«Схвалення законопроєкту профільним комітетом — важливий крок до фінального ухвалення змін. Міністерство також долучилось до опрацювання проєкту закону, щоб БСД стала дієвим трампліном для родин: з єдиною виплатою, потрібними соцпослугами та шансом повернутися до стабільності», — зазначила заступниця Міністра соціальної політики, сім'ї та єдності Інна Солодка.

Базова соціальна допомога (БСД) — це перший крок до нової моделі підтримки для сімей з низьким доходом, у якій головним критерієм для надання допомоги є не належність людини до певної категорії, а реальні потреби родини, її доходи та життєві обставини.

Нова система об'єднує розрізнені виплати в єдиний зрозумілий механізм і підсилює грошову підтримку комплексним супроводом: соціальними послугами, кейс-менеджментом і допомогою з працевлаштуванням. Головна мета — допомогти родині подолати подолати складні життєві обставини та повернутися до економічної самостійності.



Ключові зміни:

- Допомога розраховується на родину з урахуванням середньомісячного сукупного доходу та майнового стану членів сім'ї, а не призначається окремо кожному члену сім'ї за різними критеріями.

- Розмір БСД вираховується індивідуально для кожної сім'ї — як різниця між базовою величиною для сім'ї та її середньомісячним сукупним доходом.

- Законопроєкт поєднує грошову підтримку із соціальними послугами та заходами сприяння зайнятості

- Соціальний менеджер забезпечуватиме оцінювання потреб та організацію ведення випадку, а для непрацюючих працездатних членів сім'ї передбачатиметься персоналізована підтримка для повернення до економічної активності.

Наступним кроком законопроєкт буде винесено на розгляд народними депутатами України в сесійній залі Верховної Ради.

Нагадуємо, раніше Міністр соціальної політики, сім'ї та єдності розповів, як нова модель допоможе сім'ям вийти зі складних обставин і чому змінюється підхід до допомоги.

Пресслужба Міністерства соціальної політики, сім'ї та єдності України

Розмір субсидії на опалювальний сезон буде переглянутто

Для більшості громадян розрахунок житлової субсидії буде проведено автоматично. Також автоматично перевизначать розмір субсидії домогосподарствам, у яких розмір субсидії в неопалювальний період становив 0,00 грн.

Важливо! Розмір житлової субсидії буде розраховано з урахуванням тривалості опалювального сезону з 16 жовтня по 15 квітня включно (пункт 70 Положення про порядок призначення житлових субсидій, затвердженого постановою КМУ від 21.10.1995 №848 "Про спрощення порядку надання населенню субсидій для відшкодування витрат на оплату житлово-комунальних послуг, придбання скрапленого газу, твердого та рідкого пічного побутового палива").

Розмір житлової субсидії розраховується індивідуально для кожного домогосподарства та залежить від кількості членів домогосподарства, їх доходів, переліку та вартості житлово-комунальних послуг, якими користується домогосподарство.

- За який період враховуються доходи?

- Під час розрахунку розміру житлової субсидії на опалювальний сезон 2026-2027 років враховуються доходи домогосподарства за I та II квартали 2026 р. Доходи у вигляді пенсії враховуються в розмірі нарахованої пенсії за серпень 2026 р.



Продовження на наступній сторінці

Початок на попередній сторінці

- Кому необхідно звертатись за призначенням субсидії?

- Громадянам, які планують вперше отримати житлову субсидію.

Також мають звернутись ті, хто отримував житлову субсидію, але станом на 1 жовтня у домогосподарстві відбулись зміни у складі зареєстрованих осіб; у складі сім'ї члена домогосподарства; в переліку житлово-комунальних послуг.

За призначенням житлової субсидії можуть ще звернутись люди, яким субсидія на неопалювальний період не була призначена, зокрема, через наявність заборгованості, яка вже погашена / оформлено договір реструктуризації або оскаржено питання заборгованості зі сплати ЖКП у судовому порядку.

- Які документи подаються?

- Для призначення житлової субсидії подаються заява та декларація (за встановленими формами).

Інші документи (за наявності) можуть надаватись залежно від обставин. Наприклад:

- договір найму (оренди) житла – у разі проживання заявника у житлі, що орендується;

- копія договору про реструктуризацію заборгованості – за умови наявності заборгованості та укладання відповідного договору;

- довідка ВПО – у разі звернення за призначенням житлової субсидії ВПО за місцем фактичного проживання.

- Куди та як подати документи?

- Подати документи про призначення житлової субсидії можна одним із способів (за вибором): особисто, звернувшись до сервісного центру Пенсійного фонду України або поштою на адресу територіального органу Фонду або онлайн через вебпортал електронних послуг ПФУ чи мобільний застосунок "Пенсійний фонд".

Крім того, документи на призначення субсидії можна подавати через уповноважених посадових осіб територіальних громад, центри надання адміністративних послуг, через "Портал Дія".

Терміни призначення субсидії. У разі подання документів у період з 1 жовтня до 30 листопада (включно) субсидію призначать з початку опалювального періоду (з 1 жовтня). Якщо звернення надійде пізніше, субсидію буде призначено з місяця звернення. Бачити менше

Пенсійний Фонд України

ІНФОРМУЄ директорка Департаменту соцзахисту населення Полтавської ОДА Людмила КОРНІЄНКО

Візит до Горбанівського геріатричного пансіонату ветеранів війни та праці

Забезпечення належних умов проживання, догляду та доступу до необхідних соціальних і медичних послуг для людей старшого віку, які через стан здоров'я потребують сторонньої допомоги, є важливим завданням органів соціального захисту. В області цю функцію значною мірою виконують пансіонати та будинки-інтернати. Загалом 1,9 тисячі людей старшого віку та осіб з інвалідністю отримують послугу стаціонарного догляду в 14 обласних закладах.

У Міжнародний день людей старшого віку відвідала Горбанівський геріатричний пансіонат ветеранів війни та праці. Поспілкувалася з отримувачами соціальних послуг, ознайомилася з умовами проживання, організацією догляду за маломобільними та ліжкохворими мешканцями, зокрема внутрішньо переміщеними особами, а також із забезпеченням їх засобами реабілітації. Надала відповідні доручення та рекомендації адміністрації закладу.



Нині в пансіонаті проживає 227 людей, серед них — 79 внутрішньо переміщених осіб, 11 з яких мешкають у закладі з 2022 р. Загалом від початку дії в Україні правового режиму воєнного стану пансіонат прийняв 135 людей, які вимушено залишили свої домівки внаслідок повномасштабного вторгнення. 100 мешканців закладу — люди віком понад 80 років. Найстаршій отримувачці соціальних послуг — 97 років.

Більшість внутрішньо переміщених осіб були евакуйовані спеціальними службами.

Зокрема, до пансіонату з Дружківки евакуювали 14 людей старшого віку, які перебували у важкому стані.

Для потреб внутрішньо переміщених осіб у 2023 р. за кошти обласного бюджету відремонтовано окреме крило житлового корпусу пансіонату.

На щоденному контролі керівництва закладу та Департаменту соціального захисту населення Полтавської ОВА перебувають питання сталого функціонування пансіонату в осінньо-зимовий період, зокрема забезпечення безперебійного тепло-, водо- та електропостачання для його мешканців.

Турбота про людей старшого віку — це не про окремі дати чи приводи. Це про щоденну підтримку, повагу до їхнього досвіду та небайдужість.

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

Ваша електронна медична історія стає повнішою:
в ЕСОЗ почали фіксувати інформацію про імпланти



Якщо вам встановлюють штучний суглоб, коронарний стент чи інший імплантований медичний виріб, відтепер лікар може внести інформацію про нього до електронної системи охорони здоров'я (ЕСОЗ).

Це означає, що важлива інформація про проведене втручання та імплант зберігатиметься у вашій електронній медичній картці. Вона буде доступною лікарям, які надалі надаватимуть вам медичну допомогу (за наявності відповідного доступу).

Для пацієнта це насамперед про безпеку, безперервність лікування та зручність.

Наприклад, якщо через кілька років вам знадобиться МРТ, повторна операція чи консультація іншого спеціаліста, лікар зможе побачити, який саме імплант вам встановили, його характеристики та врахувати цю інформацію під час лікування.

Це допомагає приймати більш обґрунтовані клінічні рішення та уникати ситуацій, коли важливу інформацію потрібно відновлювати лише зі слів пацієнта або шукати старі медичні документи.

Особливо це важливо, якщо ви змінили лікаря, звернулися до іншого медичного закладу або переїхали до іншого міста. Інформація про проведене втручання не загубиться та залишатиметься частиною вашої електронної медичної історії.

Також лікарі зможуть фіксувати інформацію про проблеми чи ускладнення, пов'язані з імплантованим медичним виробом. Це дозволить відстежувати стан імпланта в динаміці та враховувати ці дані під час подальшого лікування.

А якщо вам вже встановили один із таких виробів раніше, інформацію про нього також можна внести в ЕСОЗ. Під час наступного візиту до лікаря повідомте про наявність імпланта та, за можливості, надайте медичні документи. Лікар зможе внести цю інформацію до ЕСОЗ, щоб вона стала частиною вашої електронної медичної картки.

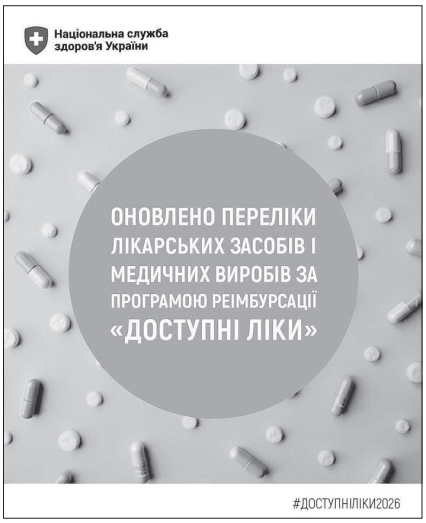
Нова можливість також робить використання медичних виробів більш прозорим. Якщо імплант закуплений за кошти державного бюджету, в ЕСОЗ буде підтверджено, що саме цей виріб використали під час надання медичної допомоги конкретному пацієнту. Це допомагає контролювати ефективне використання державних ресурсів.

На першому етапі облік запроваджується для визначеного Міністерством охорони здоров'я переліку медичних виробів. Зокрема, це:

- інтраокулярні лінзи (штучні кришталики);
- коронарні стенти;
- балонні катетери для імплантації стентів;
- компоненти ендопротезів суглобів.

Запровадження обліку імплантованих медичних виробів — це ще один крок до того, щоб електронна медична картка пацієнта містила повну історію лікування, а лікарі мали всю необхідну інформацію для безпечного й якісного надання медичної допомоги.

Оновлено переліки лікарських засобів і медичних виробів за програмою реімбурсації «Доступні ліки»



З 30 вересня 2026 р. діють оновлені переліки лікарських засобів і медичних виробів за програмою реімбурсації «Доступні ліки». Це чергове планове оновлення в межах року, затверджене наказом НСЗУ від 9 вересня 2026 р. №491.

До цих переліків увійшло: 663 позицій лікарських засобів (з них - 244 безоплатні), 63 позиції препаратів інсуліну, 42 позиції комбінованих лікарських засобів (з них - 13 безоплатні) та 37 позицій тест-смужок для визначення рівня глюкози в крові (з них - 4 безоплатні).

Водночас залишається чинним перелік лікарських засобів від липня 2026 року (наказ НСЗУ від 13 липня 2026 р. №361) в рамках розширення засобів для лікування серцево-судинних та цереброваскулярних захворювань, у тому числі з первинною та вторинною профілактикою інфарктів та інсультів, який включає 122 позиції лікарських засобів (з них — 92 безоплатні) та 140 позицій комбінованих лікарських засобів (з них — 83 безоплатні).

Нагадуємо, що програма реімбурсації «Доступні ліки» сьогодні включає лікарські засоби для лікування в амбулаторних умовах:

- серцево-судинних та цереброваскулярних захворювань, у тому числі з первин-

Продовження на наступній сторінці

РОЗ'ЯСНЕННЯ НСЗУ

Початок на попередній сторінці

ною та вторинною профілактикою інфарктів та інсультів;

- цукрового діабету (пероральні гіпоглікемізуючі лікарські засоби та препарати інсуліну);
- нецукрового діабету;
- хронічних хвороб нижніх дихальних шляхів;
- розладів психіки та поведінки, епілепсії;
- хвороби Паркінсона;
- стану, пов'язаного з наявністю трансплантованого органу чи тканини;
- болю та надання паліативної допомоги;
- хвороб ендокринної системи;
- метаболічних, аутоімунних та запальних захворювань;
- глаукоми, мігрені;
- дитячих захворювань;
- вагітних та породілей;
- а також медичні вироби (тест-смужки) для вимірювання в амбулаторних умовах рівня цукру в крові пацієнтами з діабетом I типу та з 01 вересня 2026 року пацієнтами з діабетом II типу з потребою в інсулінотерапії.

ТОЧКА ЗОРУ



Четвертий Всеукраїнський конгрес з фізичної терапії

Реабілітація працює як безперервний маршрут лише тоді, коли різні фахівці, заклади, громади та самі люди можуть діяти разом. В Україні з 2021 року триває робота в цьому напрямку, і, озираючись назад, треба сказати, що вже реалізовано неймовірний обсяг змін. Про те, що вже зроблено й що маємо зробити наступними кроками, ми говорили під час четвертого Всеукраїнського конгресу з фізичної терапії, який нещодавно відбувся у Львові.

Близько 500 учасників зібралися, щоб говорити про те, як зробити фізичну терапію якісною і доступною на різних етапах відновлення. 42% учасників цього року долучилися до конгресу вперше — до професійної розмови приходять нові люди, досвід і погляди.

Програма була насиченою: 57 доповідей і презентацій, 23 постерні презентації, 16 тематичних секцій, 14 практичних воркшопів та 4 панельні дискусії. До них долучилися 84 доповідачі, модератори, учасники панелей і ведучі воркшопів.

Говорили про якість і доступність реабілітації, доказову практику, фінансування та професійну автономію. Про взаємодію різних фахівців і наступність допомоги. Про те, як посилити реабілітацію у громадах і поєднати послуги в закладі з повсякденним життям людини.

Окремий напрям — реабілітація захисників і захисниць. Учасники й учасниці обговорили роль фізичних терапевтів у Силах оборони та необхідність відповідних посад, наближення допомоги до військовослужбовця, взаємодію військових і цивільних команд та безперервність відновлення після поранення, під час служби й після її завершення.

Окремо розглядали реабілітацію після травм, ампутацій та опіків, неврологічні стани й терапію болю, гостру, респіраторну та кардіореабілітацію, зокрема ранню мобілізацію та роботу у відділеннях інтенсивної терапії.

У дитячій реабілітації говорили про раннє виявлення порушень розвитку, участь дитини та родини у визначенні цілей і рішеннях щодо допомоги, комунікацію та перехід від дитячої до дорослої системи.

«Важливо розуміти, що є нормою для певного віку й етапу розвитку дитини: як відбувається її руховий розвиток і як ми можемо йому сприяти», — наголосив фізичний терапевт, амбасадор безбар'єрності МОЗ Сергій Худря.

Ще один важливий напрям — реабілітація в громадах. Йшлося про амбулаторні та домашні послуги, доступність допомоги та зв'язок між медичним закладом і життям людини після повернення додому.

А для розвитку всієї системи потрібні фахівці, які мають сучасні знання, можуть обмінюватися досвідом і працювати в міждисциплінарних командах. Тому окремо говорили про освіту фізичних терапевтів, професійний розвиток, міжнародний досвід і комунікацію з пацієнтами та суспільством.

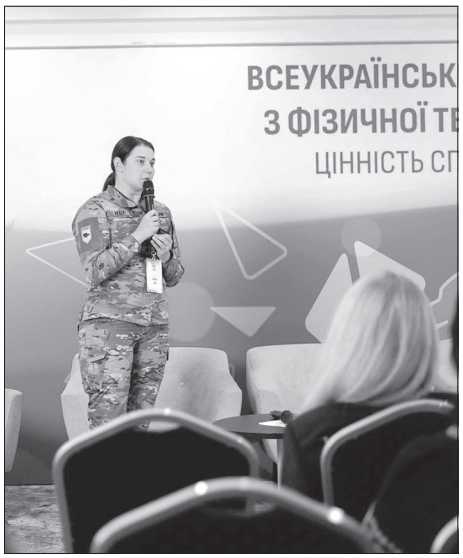
За два дні у Львові було багато професійних дискусій, клінічних випадків, практичних навичок і нових контактів. Але важливо, що ці розмови не залишилися в межах конгресу. Учасники повернулися до своїх лікарень, громад, команд та університетів із досвідом і питаннями, які можна далі перетворювати на конкретні зміни.

Конгрес завершився. Спільнодія триває.

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

СЬОГОДЕННЯ

Тетяна Кірієнко виступила на Всеукраїнському волонтерсько-молодіжному форумі



За роки війни волонтерство стало однією з опор нашої стійкості. Волонтери часто першими бачать потребу і першими реагують на неї — підтримують наших захисників і захисниць, внутрішньо переміщених осіб, людей, постраждалих від війни, та громади, які зазнали серйозних випробувань.

Про розвиток волонтерства, залучення молоді та партнерство держави з громадським і благодійним сектором говорила заступниця Міністра соціальної політики, сім'ї та єдності України Тетяна Кірієнко під час Всеукраїнського волонтерсько-молодіжного форуму.

«Наше завдання як держави — створити умови, за яких волонтери можуть безпечніше та ефективніше допомагати тим, хто цього потребує. Їхні запити та пропозиції мають бути почуті, а взаємодія з громадами й органами влади має відбуватися за зрозумілим та ефективним механізмом. Важливо також забезпечити належний соціальний захист самих волонтерів та заохочувати молодь до волонтерства. Молоді люди активно долучаються до волонтерських ініціатив, створюють власні проєкти, об'єднують однодумців і допомагають своїм громадам», — зазначила Тетяна Кірієнко.

Одним із ключових інструментів розвитку волонтерства є Державна цільова соціальна програма з розвитку волонтерської діяльності в Україні на період до 2030 року. Вона передбачає не один окремий захід, а комплекс напрямів, які стосуються і залучення молоді, і розвитку волонтерства в громадах, і вдосконалення законодавства, і підтримки самих організацій.

Водночас держава розвиває постійний діалог із волонтерським сектором. Зокрема, створюються ради волонтерів як майданчики для комунікації між державою та волонтерською спільнотою. Постійний канал комунікації вже об'єднує понад 350 представників організацій, які можуть обговорювати актуальні питання та долучатися до робочих процесів.

Також створено робочу групу з питань нормативно-правових актів у сфері волонтерства. Її завдання — забезпечити безпосередню участь представників волонтерського та благодійного сектору у визначенні проблем, які потребують нормативного врегулювання, та напрацюванні відповідних змін.

До реалізації Програми вже висловили готовність долучитися понад 200 громадських і благодійних організацій. Наразі триває збір інформації про їхні напрями роботи, людські, організаційні та ресурсні спроможності.

Таким чином, Міністерство працює над тим, щоб розвиток волонтерства був системним через реалізацію Програми до 2030 року, постійний діалог із волонтерським сектором та залучення громадських і благодійних організацій до напрацювання рішень. Окремий напрям цієї роботи полягає у створенні можливостей для активної участі молоді у волонтерській та громадській діяльності.

Пресслужба Міністерства соціальної політики, сім'ї та єдності України

Сік, що знижує рівень цукру в крові і захищає від утрати зору

Це томатний сік, користь якого важко переоцінити. У цьому продукті міститься купа вітамінів – А, С, В6, РР, мінерали та антиоксидантні сполуки. Томатний сік знижує ризик захворювання на діабет, онкологію, нормалізує рівень холестерину та покращує еластичність судин.

Корисні властивості томатного соку. Антиоксидантна властивість. Найголовніша користь напою – це захист організму від вільних радикалів, які є причиною різних видів раку.

Покращує імунітет. Підвищує опірність організму до вірусних захворювань, зміцнюючи імунну систему.

Підтримує роботу серця й судин. Знижує рівень «поганого» холестерину, налагоджує роботу серцево-судинної системи, нівелюючи ризик серцевого нападу.

Здоров'я шкіри. Якщо пити томатний сік із додаванням оливкової олії, можна захиститися від упливу УФ-променів та усунути плями на шкірі.

Налагоджує роботу травної системи, знімає здуття живота й гострі болі, допомагає при запорах.

Корисний для здоров'я очей. Якщо регулярно вживати томатний сік, можна покращити зір та захиститися від хвороби очей.

Допомагає швидко та безпечно схуднути. Томатний сік містить достатньо клітковини, що надовго забезпечує відчуття ситості. Тому напій допомагає швидше схуднути за рахунок зменшення споживання калорій.

Заряджає енергією. Якщо пити томатний сік зранку, можна почуватися бадьорими та енергійними упродовж цілого дня.

Здоров'я шкіри. Якщо нанести томатний сік на прищі, рани чи опіки, це допоможе швидкому загоєнню та нівелює утворення рубців.

АСТРОЛОГІЧНИЙ ПРОГНОЗ НА НАСТУПНИЙ ТИЖДЕНЬ



ОВЕН. Тиждень вимагатиме швидкої реакції та ініціативи. Не варто брати на себе чужі обов'язки. У фінансах — менше спонтанних покупок, у стосунках — більше стриманості. В середені тижня можливі несподіване знайомство або новина, що змінить плани. Наприкінці тижня можливе несподіване фінансове везіння. Вихідні краще провести активно, але без перевантаження.



ЛЕВ. З'явиться можливість проявити ініціативу й привернути увагу до своїх ідей. Не намагайтеся контролювати всіх навколо. У фінансах варто уникати витрат заради враження. Можливий важливий разговор, який допоможе закрити старе непорозуміння. Вихідні принесуть бажання яскравих вражень, але відпочинок теж буде важливим. Можлива інформація, яка змінить плани на жовтень.



СТРІЛЕЦЬ. Цього тижня вам може захотітися змінити обстановку або спробувати щось нове. На початку тижня ймовірні пропозиції щодо поїздки, навчання чи нового проєкту, але умови варто перевірити заздалегідь. Не забувайте завершувати поточні справи. У стосунках стане легше говорити про майбутнє. Наприкінці тижня може з'явитися новий напрямок для розвитку.



ТЕЛЕЦЬ. Не піддавайтеся на чужу поспішність і дотримуйтеся перевіреного плану. Імпульсивність може підвести: спалах гніву легко перетворити на конфлікт. Робота вимагатиме уваги до деталей, а фінанси залишатимуться стабільними. У стосунках важливими будуть надійність і вчинки. Середина тижня сприятлива для побутових справ, а ближче до п'ятниці можлива приємна новина.



ДІВА. Тиждень сприятиме порядку й завершенню дрібних справ. У роботі уважність допоможе вчасно помітити помилки. Добре переглянути бюджет і навести лад у документах та робочому просторі. Наприкінці тижня можливі корисна інформація або невелика фінансова новина. Найлегший день тижня для вас — середа, коли справи рухаються швидко і без опору.



КОЗЕРІГ. Продуктивність залежатиме від уміння правильно розподілити сили. Особливу увагу приділіть документам, термінам і домовленостям. Фінанси залишатимуться стабільними за умови дотримання плану. У стосунках важливо знаходити час не лише для обов'язків, а й для простого спілкування. П'ятниця може принести довгоочікуваний результат.



БЛИЗНЮКИ. На вас чекає багато повідомлень, розмов і завдань. Вдалі перемовини допоможуть закрити питання, що тягнулося місяцями. Важливо правильно розставляти пріоритети та перевіряти деталі. Контролюйте дрібні витрати. Уникайте пліток у колективі — ближче до вихідних вони можуть обернутися проти вас.



ТЕРЕЗИ. Доведеться чіткіше говорити про свої бажання та інтереси. У роботі не відкладайте важливі розмови, а у фінансах будьте поміркованими. В особистому житті можливі запрошення або знаки уваги. У вівторок відверта розмова допоможе вирішити особисту проблему. До п'ятниці може прояснитися питання, яке давно залишалося невизначеним.



ВОДОЛІЙ. Тиждень принесе нові ідеї та бажання змінити звичний підхід. Не варто одразу погоджуватися на незвичайні пропозиції — спочатку оцініть їхні умови. У фінансах контролюйте витрати на техніку, підписки та нові захоплення. У стосунках важливими будуть чесність і особистий простір. Одна з нових ідей може перетворитися на конкретний план.



РАК. Тиждень допоможе краще зрозуміти власні потреби. Домашні та сімейні питання можуть потребувати уваги, але не варто брати на себе все. У стосунках краще відкрито говорити про свій стан. Середина тижня підходить для домашніх справ і документів. П'ятниця може принести приємне повідомлення або запрошення. Вихідні краще присвятити собі.



СКОРПІОН. Тиждень допоможе розібратися з питаннями, які давно забирали сили. Не поспішайте з висновками, якщо бракує інформації. У фінансах краще уникати витрат і нових зобов'язань. У стосунках не варто надмірно аналізувати кожну деталь. Середина тижня сприятлива для зустрічей і переговорів. Вихідні варто провести спокійніше, щоб відновити сили.



РИБИ. Тиждень допоможе відновити рівновагу й краще зрозуміти власні бажання. Не беріть на себе зайві турботи. У роботі допоможуть послідовність і дисципліна, а у фінансах — обережність з імпульсивними покупками. В особистому житті можливий важливий відвертий разговор. П'ятниця може принести приємну новину, а вихідні краще провести у спокійному ритмі.

Випуск підготовлено у межах Проєкту «Імпульс», що реалізовується Міжнародним фондом «Відродження» та Фондом Східна Європа за фінансування Норвегії (Norad) та Швеції (Sida). Зміст матеріалу не обов'язково відображає позицію Міжнародного фонду «Відродження», Фонду Східна Європа, Уряду Норвегії та Уряду Швеції.

Norway Швеція Sverige МІЖНАРОДНИЙ ФОНД ВІДРОДЖЕННЯ Фонд Східна Європа

Газета «Сила духу»

Ідентифікатор медіа: R30-05272
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: м. Вінниця, вул. Гетьмана Мазепи, 12-б.
Тел.: (0432) 55-63-97, 55-63-98.
Підписано до друку: 04.10.2026 р.
Тираж: 4570 шт.
Замовлення: № 26 13 40