

## Заняття 17-18. Методичні рекомендації щодо ефективного застосування заходів, спрямованих на здоровий спосіб життя.

1. Рекомендації щодо ефективного застосування заходів, спрямованих на здоровий спосіб життя серед сучасної молоді.
2. Психосоціальні проблеми - тривожність, депресія, ПТСР, схильність до заподіяння собі шкоди та суїцидальної поведінки.
3. Психосоціальна адаптивність — виховання стійкості до ризиків. Біоетичні практики підтримки.

Інтегровані теми: Стратегії, які допомагають/гли пережити період пандемії. Практики роботи з «уразливістю». Уразливі групи: методика роботи + Біоетичні практики підтримки.

*Як пов'язані пандемія і соціальна нерівність? Ділимося підбіркою текстів про віруси та соціальну (не)справедливість. Епідемії поглиблюють нерівності?*

- Чому через кризу непропорційно страждають мігрант\_ки, орендар\_ки і прекаризовані працівни\_ці, а також пропонуємо політики, які можуть покращити ситуацію і вже зараз, і за наступних криз  
➡ [https://cedos.org.ua/uk/articles/sotsialna-spravedlyvist-i-koronavirus-analiz-naslidkiv-dlia-dobrobutu?fbclid=IwAR3bWDCdbgvA0fb63s3BrmXWVkcKQDChMOQ4utvoCUZQ-1Bz\\_ztRgKnIAow](https://cedos.org.ua/uk/articles/sotsialna-spravedlyvist-i-koronavirus-analiz-naslidkiv-dlia-dobrobutu?fbclid=IwAR3bWDCdbgvA0fb63s3BrmXWVkcKQDChMOQ4utvoCUZQ-1Bz_ztRgKnIAow)
- “Нью-Йорк Таймс” пишуть про зв’язок між соціальною вразливістю і вразливістю до хвороби. На думку автор\_ок, епідемії поглиблюють нерівності, і водночас нерівності сприяють швидкому поширенню хвороб. У статті також можна знайти декілька посилань на дослідження про зв’язок хвороб і соціальної вразливості ➡ [https://bit.ly/N\\_Y\\_times](https://bit.ly/N_Y_times)
- Джудіт Батлер у своїй колонці розмірковує: коронавірус сам по собі не дискримінує людей. До дискримінації й нерівностей призводить капіталістичне ставлення до речей, які мають бути універсальними, зокрема, до системи охорони здоров’я ➡ [https://bit.ly/Verso\\_Butler](https://bit.ly/Verso_Butler)
- Для бездомних немає безпечних місць, підкреслює “Vox” у статті про бездомних під час пандемії ➡ [https://bit.ly/Vox\\_homeless](https://bit.ly/Vox_homeless) Допомогти українським бездомним у ситуації, що склалася, можна тут ➡ <https://bit.ly/Dopomogty>

- Ода мігрантк\_ам, які працюють у сфері послуг. Так можна назвати блог дослідниці в сфері міграції на Medium про те, як в часи боротьби з коронавірусом змінюється ставлення до мігрант\_ок. Як “не дуже цінні”, "одноразові" низькокваліфіковані мігрант\_ки в багатих країнах, зайняті в сфері послуг, тепер опиняються серед працівни\_ць-герої\_нь, які мусять виходити на роботу під час карантину. Наприклад, Великобританія використовує поняття "ключових працівни\_ць", діти яких можуть відвідувати школи під час карантину. Спочатку до них належали працівни\_ці охорони здоров'я, поліції, але пізніше з'явилося роз'яснення, що це і воді\_йки, працівни\_ці служб доставки тощо. Серед цих людей багато мігрант\_ок ➡ □ [https://bit.ly/Medium\\_ode](https://bit.ly/Medium_ode)
- Для того, щоби мити руки, потрібна вода. Для того, щоби залишитися вдома, треба дім. Коронавірус нагадує нам про тих людей, у яких нема дому для самоізоляції на карантин, нема медичного страхування на випадок хвороби, нема стабільної роботи з соціальними гарантіями, пише для українського видання “Політична критика” Анастасія Рябчук ➡ □ [https://bit.ly/Polit\\_Kryt](https://bit.ly/Polit_Kryt)
- На тій же “Політичній критиці” - переклад блогу британця пакистанського походження Умаїра Хака. Підкреслюючи перспективу “людини родом зі Сходу”, Хак пояснює: навіть сама поява COVID-19 у людей - наслідок сильної суспільної нерівності. “Несправедливий світ є дуже небезпечним. Він невірноважений економічно, екологічно, соціополітично, психологічно. Якщо я можу підхопити те, чим ти хворієш, то несправедливий світ є найнебезпечнішою річчю з усіх” ➡ □ [https://bit.ly/Polit\\_Kryt2](https://bit.ly/Polit_Kryt2)
- Справедливість корисна для нашого здоров'я. Так стверджує стаття “Boston Review” не про коронавірус, а загалом про (не)забезпеченість і здоров'я. Рівний доступ до медичних сервісів у країнах, де загалом великі соціальні та економічні нерівності, не дуже допомагає людям з вразливих груп: “На момент, коли шістдесятилітня жертва інфаркту опиняється в пункті невідкладної допомоги, тілесні ушкодження вже накопичилися за час життя. Для такої людини медичне забезпечення - це, образно кажучи, “машина швидкої, яка чекає внизу урвища”. Щоб підвищити якість життя і здоров'я людей, вважають автор\_ки, потрібно збільшувати доступ не лише до медичних сервісів, а й до інших благ: освіти, житла, гідних умов праці, політичної залученості тощо ➡ □ <https://bit.ly/BostonR2>
- “Boston Review” пояснюють, як децентралізована система надання медичної допомоги в США виключає вразливі групи людей. Як цьому завадити? На думку автор\_ок, допомогти можуть більш інклюзивні соціальні політики і мережа соціального захисту (social safety net) ➡ □ <https://bit.ly/BostonR>

- Жінки мають більше шансів постраждати від коронавірусу, ніж чоловіки? На питання відповідають в “Нью-Йорк Таймс” ➡ [https://bit.ly/NY\\_times2](https://bit.ly/NY_times2)
- Про гендерний аспект сучасних пандемій пише також “The Atlantic”. Поліцимейкери не враховують рекомендації дослідни\_ць і застосовують гендерно нейтральний підхід у своїх рішеннях, стверджують автор\_ки. Через такі рішення, зокрема, втрачається можливість зібрати дані, які б свідчили про гендерований вплив пандемій на суспільства ➡ [https://bit.ly/The\\_Atlantic](https://bit.ly/The_Atlantic)

*Кілька автор\_ок з розміщеної підборки сходяться на тому, що пандемія може мати і позитивні соціальні наслідки. Незважаючи на жахливий вплив на незахищені категорії населення зараз, пандемія робить більш зрозумілим поширення політик, спрямованих на подолання соціальних нерівностей.*