

Івано-Франківський національний технічний університет
нафти і газу

Інститут економіки та менеджменту

Кафедра туризму, рекреації та регіонального розвитку

САМОЙЛЕНКО ДІАНА ОЛЕКСІЇВНА

(прізвище, ім'я, по батькові)

УДК 338.48

(індекс)

БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА

«Удосконалення елементів туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації населення у
Івано-Франківській області»

(назва роботи)

(назва освітньої програми)

242-Туризм і рекреація

(шифр і назва спеціальності)

Робота містить результати власних досліджень, використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело:

Здобувач освітнього ступеня



Самоїленко Д.О.

(підпис, ініціали та прізвище здобувача)

Науковий керівник

к.геол.н., доцент Коробейникова Ярослава Степанівна

(підпис, прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання керівника)

Допущено до захисту

Завідувач кафедри

(посада) (підпис) (дата) (ініціали та прізвище)

м. Івано-Франківськ - 2025 рік

Івано-Франківський національний технічний університет нафти і газу

(повне найменування закладу вищої освіти)

Інститут Економіки та менеджменту

Кафедра Туризму, рекреації та регіонального розвитку

Освітній рівень Бакалавр

Спеціальність 242 — Туризм і рекреація

(шифр і назва)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

Коробейникова Ярослава Степанівна

« ____ » _____ 2025 року

З А В Д А Н Н Я НА БАКАЛАВРСЬКУ РОБОТУ СТУДЕНТОВІ

Самойленко Діана Олегівна

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема роботи «Удосконалення елементів туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації населення у Івано-Франківській області»

Керівник роботи к.геол.н., доцент Коробейникова Ярослава Степанівна

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом закладу вищої освіти від “ ____ ” _____ 2025 року № ____

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи статті, тези та монографії стосовно рекомендацій по психологічної реабілітації військових, туристичні довідники по Івано-Франківській області, нормативно-правова база, методичні вказівки для розробки бакалаврської роботи.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити)

1. Ресурсні передумови проектування туристичного продукту

2. Проектування туристичного продукту та пакету макетів рекламних матеріалів

3. Економічне обґрунтування туру

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) бакалаврська робота містить 27 рисунків, 6 таблиць, 67 сторінки друкованого тексту.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Розділ 1	Коробейникова Я.С. в.о.зав.кафедрою, доцент		
Розділ 2	Коробейникова Я.С. в.о.зав.кафедрою, доцент		
Розділ 3	Сімків Л.Є. професор кафедри туризму, рекреації та регіонального розвитку		
Антиплагіат	Коробейникова Я.С. в.о.зав.кафедрою, доцент		
Нормоконтроль	Побігун О.В. доцент кафедри туризму, рекреації та регіонального розвитку		

7. Дата видачі завдання _____ 2025 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів бакалаврської роботи	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1.	Огляд літературних джерел	25.09.2024 – 15.11.2024	
2.	Вступ	16.11.2024 – 05.12.2024	
3.	Розділ 1. Ресурсні передумови туристичної діяльності з метою психологічної реабілітації населення	06.12.2024 – 10.01.2025	
4.	Розділ 2. Проектування елементів туристичної інфраструктури для реалізації програм реабілітації населення	11.01.2025 – 28.02.2025	
5.	Розділ 3. Методика складання калькуляції витрат. Розрахунок витрат на створення туристичного маршруту. Розрахунок витрат на створення рекреаційного пункту	01.03.2025 – 30.04.2025	
6.	Написання висновків	01.05.2025 – 09.05.2025	
7.	Здача кваліфікаційної роботи на кафедру		
8.	Попередній захист на кафедрі		
9.	Перевірка кваліфікаційної роботи на наявність текстових співпадінь та помилок.		
10.	Подання кваліфікаційної роботи на затвердження завідувачу кафедри		

Студент



(підпис)

Самойленко Д.О

(прізвище та ініціали)

Керівник роботи



(підпис)

Коробейникова Я.С

(прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

Самойленко Д.О. «Удосконалення елементів туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації населення у Івано-Франківській області»».

Бакалаврська робота на здобуття ступеня бакалавра за спеціальністю 242 «Туризм і рекреація». — Івано-Франківський національний технічний університет нафти і газу «Інститут економіки та менеджменту». Кафедра «Туризму, рекреації та регіонального розвитку» — Івано-Франківськ, 2025. — ? с., ? табл., список використаних джерел із ? найменувань, три розділи, 9 підрозділів.

Бакалаврська робота присвячена розробці реабілітаційного маршруту та рекреаційного пункту на базі Медичного реабілітаційний центру МВС України «Кремінці» у Ворохтянській ТГ. Актуальність теми зумовлена зростанням потреб у відновленні психологічного стану населення в умовах воєнних дій, що тривають в Україні.

У першому розділі охарактеризовано загальні передумови створення психологічного туру, проаналізовано попит на такі тури в Україні, а також вивчено роль туристичних ресурсів Івано-Франківської області у психологічній реабілітації.

Другий розділ присвячено проектуванню елементів туристичної інфраструктури, а саме розроблення маршруту для потреб психологічної реабілітації у межах Івано-Франківської області. А також розроблено проект рекреаційного пункту для проведення психологічних тренінгів на відкритому просторі. Розроблений проект рекреаційного пункту буде реалізований у Ворохтянській територіальній громаді як частина туристично-реабілітаційної інфраструктури.

Третій розділ присвячено економічному обґрунтуванню рекреаційного пункту, а також здійснено розрахунок витрат на його будівництво та складено попередню калькуляцію з урахуванням поточних ринкових цін.

Ключові слова: психологічний туризм, війна, Івано-Франківська область, психологічна реабілітація, населення, маршрут, рекреаційний пункт, реабілітаційний центр.

ABSTRACT

Samoilenko D.O. ««Improvement of elements of tourist infrastructure for psychological rehabilitation of the population in Ivano-Frankivsk region»»».

Bachelor's thesis for a bachelor's degree in specialty 242 «Tourism and recreation». — Ivano-Frankivsk National Technical University of Oil and Gas «Institute of Economics and Management». Department of «Tourism, Recreation and Regional Development» — Ivano-Frankivsk, 2025. — ? p., ? tables, list of used sources from ? titles, three sections, 9 subsections.

The bachelor's thesis is devoted to the development of a rehabilitation route and a recreational point on the basis of the Medical Rehabilitation Center of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine «Kremintsi» in Vorokhtyansk TG. The relevance of the topic is due to the growing needs for restoring the psychological state of the population in the conditions of ongoing military operations in Ukraine.

The first section describes the general prerequisites for creating a psychological tour, analyzes the demand for such tours in Ukraine, and also studies the role of tourism resources of the Ivano-Frankivsk region in psychological rehabilitation.

The second section is devoted to the design of elements of the tourist infrastructure, namely, the development of a route for the needs of psychological rehabilitation within the Ivano-Frankivsk region. And also developed a project of a recreational point for conducting psychological trainings in the open space. The developed recreational point can be implemented in the Vorokhtya territorial community as part of the tourist and rehabilitation infrastructure.

The third section is devoted to the economic justification of the recreational point, and also calculated the costs of its construction and compiled a preliminary calculation taking into account current market prices.

Keywords: psychological tourism, war, Ivano-Frankivsk region, psychological rehabilitation, population, route, recreation center, rehabilitation center.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
1 РЕСУРСНІ ПЕРЕДУМОВИ ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З МЕТОЮ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ.....	10
1.1 Загальні передумови створення маршруту для психологічного туру.....	10
1.2 Аналіз попиту на тури в Україні.....	13
1.3 Характеристика туристичних ресурсів Івано-Франківської області та їх роль у психологічній реабілітації	16
2 ПРОЕКТУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ТУРИСТИЧНОЇ ІНФРАСТРУКТУРИ ДЛЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ.....	26
2.1 Розроблення туристичного маршруту для потреб психологічної реабілітації.....	26
2.2 Розробка технологічної документації туру.....	30
2.3 Розроблення проекту рекреаційного пункту для занять психологічної реабілітації у Ворохтянській ТГ.....	31
3 ЕКОНОМІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ТУРИСТИЧНОЇ ІНФРАСТРУКТУРИ	44
3.1 Методика складання калькуляції витрат.....	44
3.2 Розрахунок витрат на створення туристичного маршруту.....	45
3.2 Розрахунок витрат на створення рекреаційного пункту.....	48
ВИСНОВКИ.....	51
ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ НА ДЖЕРЕЛА.....	53
Додаток А Технологічна карта туристської подорожі	56
Додаток Б Інформаційний листок до путівки туристської подорожі.....	62
Додаток В Програма туру.....	64
Додаток Г Схема рекреаційного пункту.....	67

ВСТУП

Сьогоднішні реалії потребують приділення особливої уваги до психологічного здоров'я населення України. З початком повномасштабного вторгнення все більша кількість людей потребують психологічної підтримки. Жертвами війни стають як військовослужбовці, що перебувають безпосередньо у зоні бойових дій, так і цивільне населення: родини загиблих воїнів, переміщенні особи та біженці, що були змушені покинути свій дім, також дорослі та діти, котрі пережили окупацію, втратили рідних або отримали травми внаслідок ворожих ракетних ударів.

Усвідомлюючи все вищезазначене, стає очевидним, що військові події залишають сліди не лише на фізичному здоров'ї, але й у психіці постраждалих. Це може призводити до розвитку посттравматичних стресових розладів (ПТСР), тривожних розладів, депресій та інших психічних станів, що потребують невідкладної психологічної реабілітації.

Психологічна реабілітація засобами туризму є ефективним методом для відновлення фізичних та психологічних сил людини, що зазнала травматичних подій, стресу, емоційних потрясінь. Для перезавантаження, подолання соціального відчуження, покращення психоемоційного стану особливо актуальним є залучення саме природних ресурсів.

Івано-Франківська область володіє потужною ресурсною базою, що робить її вдалим місцем для проведення ментального оздоровлення. Карпати, як і інші великі гірські масиви, вважаються «місцем сили», що дарують життєву енергію. Це ідеальне місце, де можна усамітнитись із своїми думками, а при організованому маршруті із психологом та облаштованому місці є чудовим способом для реабілітації.

Актуальність теми дослідження зумовлена тим, що на даний час в Україні є проблема недостатньої кількості спеціально облаштованих рекреаційних зон, відсутність адаптованих туристичних маршрутів та обмеженість можливостей для проведення терапевтичних занять у природному середовищі. Тому, в результаті вище зазначеного, є необхідність удосконалення елементів туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації.

Метою роботи є розроблення туристичного маршруту для реабілітації та облаштування рекреаційного пункту для психологічних тренінгів в Івано-Франківській області, що сприятиме фізичному та емоційному відновленню.

Виходячи з поставленої мети визначено та вирішено такі завдання:

- дослідити загальні передумови проектування нового продукту;
- обґрунтувати попит на психологічно-реабілітаційні тури;
- проаналізувати туристичні ресурси Івано-Франківської області та охарактеризувати їх роль у реабілітації населення;
- розробити маршрут для потреб психологічної реабілітації;
- розробити проект рекреаційного пункту для занять психологічної реабілітації у Ворохтянській ТГ;
- виконати розрахунки витрат на створення рекреаційного пункту та туристичного маршруту.

Об'єктом дослідження виступає туристичний потенціал Івано-Франківської області для психологічної реабілітації населення.

Предметом дослідження є удосконалення елементів туристичної інфраструктури через розробку туристичного маршруту та створення проекту рекреаційного пункту для реабілітації.

Методи дослідження. В процесі написання було використано ряд методів дослідження: метод опису та характеристики, метод системного аналізу та синтезу, класифікації, моделювання та порівняння, а також узагальнення.

Практична значущість роботи полягає у можливості впровадження розробленого маршруту у процесі реабілітації населення, для покращення їхнього психологічного стану. Розроблений рекреаційний пункт **буде** реалізований у Ворохтянській територіальній громаді як частина туристично-реабілітаційної інфраструктури. Результати дослідження можуть бути корисними для туристичних компаній, реабілітаційних центрів та органів місцевого самоврядування.

Результати бакалаврської роботи були апробовані під час участі в конкурсі студентських туристичних проєктів і стартапів, організований Департаментом міжнародного співробітництва та євроінтеграції громад Івано-Франківської обласної

державної адміністрації 27 березня 2025 року. Поданий проєкт на тему: «Удосконалення рекреаційної інфраструктури для психологічної реабілітації в с.Татарів Ворохтянської ТГ» був обраний для фінансування та реалізовується в даний час.

Структура роботи. Бакалаврська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Повний обсяг праці становить 67 сторінок, список використаної літератури налічує 29 джерел.

РОЗДІЛ 1

РЕСУРСНІ ПЕРЕДУМОВИ ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З МЕТОЮ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ

1.1 Загальні передумови створення маршруту для психологічного туру

Ситуація в Україні на тлі війни стає дедалі складнішою, оскільки бойові дії продовжуються вже декілька років, руйнуючи життя та психологічне здоров'я громадян України. Тривала війна спричиняє численні негативні наслідки, що впливають як на фізичне здоров'я, так і на психологічний стан. В таких умовах існує високий ризик щодо розвитку стресових розладів та в подальшому посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який може проявлятися у тривожних станах, емоційній нестабільності, порушеннях сну, відчуженні від інших людей, депресіях, зловживання психоактивних речовин.

Проблема реабілітації полягає в тому, що більша частина населення України з початку повномасштабного вторгнення потребує психологічної підтримки після пережитого травматичного досвіду, а традиційних методів реабілітації, таких як медикаментозне лікування або психотерапія у кабінеті, часто є недостатніми для комплексного відновлення. Потреба у розробленні нового продукту полягає у тому, що людям потрібно перезавантажуватись, отримати нові сили, відчувати атмосферу довіри та бути вислуханими, а саме таке гармонійне поєднання природи та психологічних засобів стане у нагоді.

Психологічний туризм (психо-туризм) – це поєднання відпочинку у нових цікавих місцях та набуття корисних психологічних умінь і навичок, спрямованих на відновлення та підтримку психічного здоров'я людини. Цей напрям передбачає супровід туристичної групи кваліфікованим психологом на протязі всього туру, який завчасно розробляє програму туру із ефективними практиками [17].

Метою такого туру є досягнення гармонійного психологічного стану, наповнення життя сенсом, повне розслаблення та подолання негативних емоційних наслідків, шляхом занурення в атмосферу природи, взаємодії з однодумцями та участі в комплексних реабілітаційних практиках.

Психологічний туризм у розвинених країнах є досить популярним, і більше відомий як еко-туризм та тревел-терапія. В Україні, психологічні тури є відносно новим і перспективним напрямом, який потребує активного розвитку та впровадження. Перші спроби застосування таких турів почалися ще з 2014 року, коли через початок військових дій на сході України, постало питання про збереження не лише фізичного, а також психологічного здоров'я учасників антитерористичної операції.

Психологічний туризм має значний потенціал для комплексної реабілітації населення, що враховує специфічні потреби, які відрізняються від потреб звичайного туриста. Цей тур буде поєднувати відвідування туристичних місць, а також терапевтичні програми (індивідуальні та групові сесії з психологом). Програма туру буде поєднувати такі реабілітаційні заходи:

- природотерапія (реабілітація через взаємодію з природою);
- фізична активність (піші походи, каякінг, підйом на гору);
- релаксаційні практики (йога, медитації);
- арт-терапія;
- іпотерапія (верхова їзда, взаємодія з кіньми);
- ароматерапія (різноманіття запахів навколишньої природи, має позитивний вплив на психіку людини);
- звукова терапія (пташки, шум води, звуки природи);
- індивідуальні та групові сесії з психологом [16].

Фізична активність на свіжому повітрі сприяє зменшенню рівню кортизолу (гормону стресу) в організмі людини, а також покращує настрій і знімає напруження. Піші походи серед природи, зокрема перебування біля озер, у горах та лісах, також дозволяють заспокоїти внутрішній стан, зосередитись на власних відчуттях, а також знайти гармонію з навколишнім світом. При фізичних навантаженнях на природі людина більше розкривається, саме подолання труднощів об'єднує людей, відбувається формування довіри один до одного, виникає бажання допомогти та формується атмосфера підтримки.

Релаксаційні практики направлені на заспокоєння розуму та відновлення емоційної рівноваги, а також навчають керувати стресом. Медитації забезпечують очищення розуму від нав'язливих думок, знижують рівень тривожності та підвищують усвідомленість моменту.

Арт-терапія є одним з найефективніших методів психологічного відновлення, що допомагає за допомогою творчості пережити внутрішні конфлікти, тривогу, страхи, що турбують, а також допомагає заспокоїти нервову систему та вивільнити емоції.

Іпотерапія, або терапія за допомогою верхової їзди, має глибокий терапевтичний ефект та є важливою частиною емоційного відновлення. Контакт із конем вимагає встановлення довіри та взаємодії, що стане в нагоді для відновити вміння будувати стосунки з іншими. Контакт з конем дарує відчуття турботи, тепла та безпеки, що в свою чергу знижує емоційну напругу. Верховна їзда також дає можливість досягти нових успіхів, особливо якщо це перший такий досвід, що посприяє впевненості в собі. Зменшення ізоляції за рахунок взаємодії тваринами та іншими учасниками, дає відчуття себе частиною спільноти.

Ароматерапія — це метод впливу на організм людини через вдихання природних летких сполук, які містяться в повітрі. У Карпатах цей ефект посилюється завдяки великій кількості хвойних лісів, чистому гірському повітрю та цілющим травам, що ростуть у регіоні. А саме різноманіття запахів навколишньої природи, має позитивний вплив на психіку людини.

Карпатський регіон має чудові ресурси для звукової терапії, гармонійні звуки гірського середовища: дзюрчання гірських річок і водоспадів, спів птахів та шелест лісу, сприяють зниженню рівня стресу та створюють відчуття безпеки та гармонії.

Важливою складовою туру є соціальна адаптація та взаємодія з іншими учасниками. Спільні досвід, командні вправи та тренінги створюють атмосферу довіри, в якій кожен учасник відчуває розуміння та підтримку серед однодумців. На спільних зборах, у затишній атмосфері, учасники зможуть ділитися своїм досвідом, що посприяє зниженню почуття самотності та дасть відчуття підтримки, серед людей зі схожими досвідом і цінностями, що є важливими кроками на шляху до відновлення.

Отже, такий комплексний підхід до реабілітації, через психологічний туризм, дозволить учасникам перезавантажитись, покращити психоемоційний стан, отримати необхідну підтримку, налагодити нові соціальні зв'язки, вийти із зони закриття у собі та одночасно усамітнитись із своїми думками та краще пізнати себе під час подорожі.

1.2 Аналіз попиту на тури в Україні

Під час війни психічне здоров'я страждає в усіх людей, відтак Міністерство Здоров'я України прогнозує, що після закінчення військових дій, психологічна допомога буде необхідна близько 14 мільйонам українцям, через наслідки війни. З яких, чотири мільйони будуть мати певний розлад психологічного здоров'я. Після завершення бойових дій, щонайменше кожен п'ятий матиме негативні наслідки для ментального здоров'я, а приблизно від трьох до п'яти мільйонів людей потребуватимуть призначення медикаментозного лікування.

Якщо аналізувати людей, що пережили травматичну подію, це близько третини населення України, може розвинути посттравматичний стресовий розлад. З кожним роком, це буде призводити до зростання кількості осіб, що матимуть залежності. Через постійне перебування у стресовому стані, покоління постарішає на 10-15 років раніше, що призведе до швидшого набуття хвороб, ніж це було раніше.

На думку експертів, понад 10 млн українців перебувають у зоні ризику розвитку таких психічних розладів, як депресія та посттравматичний стресовий розлад, спричинених війною. А також кожен третій громадянин України може мати труднощі у сфері психічного здоров'я [2].

Таким чином, для ментальної реабілітації після завершення війни знадобиться не менше ніж 20 років.

Однак для військовослужбовців, які побували в зонах активних конфліктів, це питання стає особливо гостро. Практично кожен з них потребує допомоги, навіть якщо з боку здається, що все добре.

За час перебування на полі бойових дій трапляється багато таких ситуацій, які часто призводять до синдрому посттравматичного стресу, депресії та інших важких

станів, які зазвичай діагностуються у військових. Без сторонньої допомоги це часто виливається в алкоголізм чи наркоманію, соматичні розлади та значно підвищує ризик суїциду. Тому психологічна допомога є надзвичайно важливою не лише для ветеранів, які через поранення чи з інших причин не повернуться на поле бою, але й для діючих військовослужбовців.

Зважаючи на міжнародний досвід реабілітації військових за допомогою туризму, таких як Ізраїль, Канада та США, можна з впевненістю сказати, що застосування туризму для реабілітації військових є дієвим методом, який втілюють провідні країни світу для своїх ветеранів.

Дослідження показують, що значна кількість учасників бойових дій стикаються з психологічними проблемами, після їх тривалого перебування на війні. Ознаки гострої травми помічено у 60 % військових, які стали свідками смерті побратимів або мирних жителів, або бачили тіла загиблих. Після повернення до мирного життя вони страждають від депресії, нав'язливих думок, залежності (алкоголь, ігри, наркотики).

У майже 15% військовослужбовців виявляють симптоми ПТСР, а найвищий ризик розвитку психічних розладів спостерігається у військових віком від 18 до 25 років, серед яких виявлено симптоми депресії, а також зловживання спиртних напоїв.

Статистика також показує, що від 20 % до 40 % Захисників та Захисниць потребують психологічної допомоги, адже всі бійці отримують психологічну травму вже під час свого першого бою. [15]

Після бойової травми, симптоми посттравматичного стресового розладу виникають у 10-20% військових, які не звернулися за психологічною підтримкою через страх осуду, осудження за виявлення вразливості від побратимів, а також через загрозу їхній військовій службі. Це співвідношення показано на рисунку 1.1.

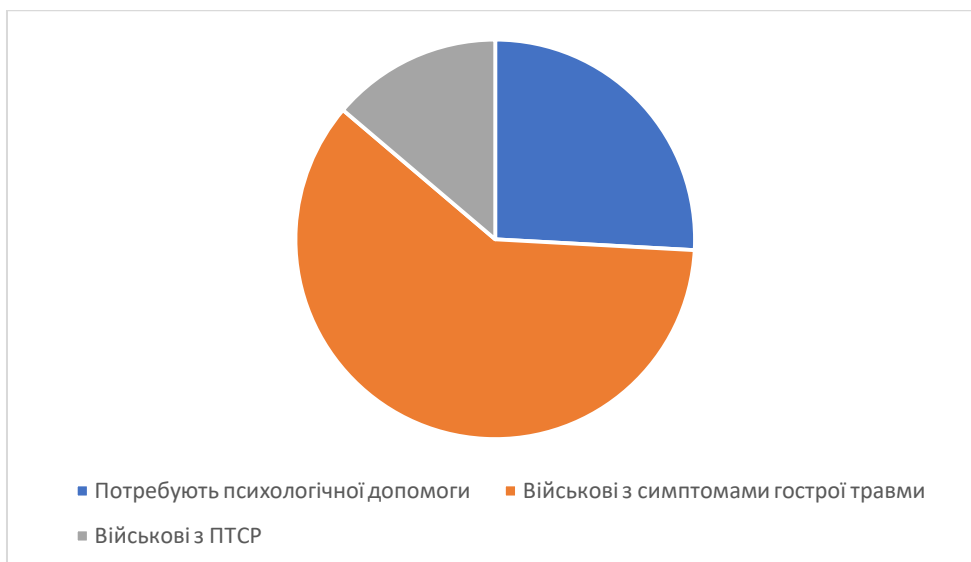


Рисунок 1.1 – Психологічний стан військових після бойових дій
(складено автором за [15])

Отже, враховуючі такі невтішні прогнозування, є негайна потреба у створенні ефективних програм для психологічної реабілітації. Одним із перспективних напрямків може стати психологічного туру, що буде поєднувати активні форми відпочинку із застосуванням рекреаційних ресурсів та ефективні практики з урахуванням потреб учасників, що допоможе у комплексному відновленні. А також, розробка рекреаційного пункту, що стане місцем для реабілітації в умовах природного середовища.

Популяризація даного маршруту та інфраструктурних удосконалень є вкрай важливим для майбутнього країни, адже в Україні зараз є велика кількість людей, які потребують психологічної та фізичної реабілітації.

Для тих учасників, які мають страх сеансів із психологом, це може стати чудовою нагодою для розкриття, за рахунок участі у груповій терапії. Також, психологічні консультації у просторах кабінету можуть бути недостатньо ефективними, а саме фізичні навантаження у природньому середовищі допомагають зняти психологічні бар'єри та розкритись, краще зрозуміти власні відчуття та віднайти внутрішні ресурси для відновлення.

Реабілітаційний тур для повноцінного одужання після емоційних потрясінь, поранень, а також при бажанні перезавантажитись серед природи є вдалим рішенням,

адже поєднання традиційної терапії з альтернативними методами, зокрема туризмом, має значний потенціал як інструмент для відновлення. Це також змінить сприйняття реабілітації в суспільстві, де традиційні методи ще досі переважають.

Отже, актуальність впровадження удосконалень туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації населення, характеризується попитом, який зростає через війну та її наслідки. Також, розробка такого маршруту може не лише допомогти населенню у реабілітації, а також стати важливим напрямом розвитку туризму в країні. А розроблення рекреаційного пункту, посприє ефективності тренінгів на свіжому повітрі, де природа допоможе зменшити стрес і сприятиме відновленню. Такі зони допоможуть знайти своє місце для спокійного відновлення.

1.3 Характеристика туристичних ресурсів Івано-Франківської області та їх роль у психологічній реабілітації

Івано-Франківська область, розташована в західній частині України, на території Передкарпаття та Українських Карпат, займаючи площу 13,9 тис. км². На півдні область межує з Румунією, на заході — Львівською, Чернівецькою, Тернопільською, та Закарпатською областями. На рис.1.2 представлено територію Івано-Франківської області та туристичні об'єкти в її межах. [\(посилання\)](#)



Рисунок 1.2 - Карта Івано-Франківської області ([\(посилання\)](#))

Івано-Франківська область характеризується контрастністю ландшафтів, який можна поділити на декілька зон: гірську (Карпати), рівнинну, передгірську (Передкарпаття). Висота рельєфу поступово зростає від північного сходу до південного заходу, змінюючись у межах від 230 до 2061 м над рівнем моря, що створює контрастність у природних умовах.

Рівнинна територія області охоплює північно-східну частину області й прилягає до річки Дністер. Для ландшафтів тут характерний рівнинно-хвилястий рельєф із широкими полями, лісовими масивами та луками, висоти тут коливаються від 230 до 300 м. Тут знаходиться обласний центр - місто Івано-Франківськ.

Гірська зона представлена Східною частиною Українських Карпат, що займають майже половину території області. Зона поділяється на численні гірські масиви та хребти, серед яких відомі Горгани, Чивчинські та Гринявські гори, а також Покутсько-Буковинські Карпати. Найвищою точкою України є гора Говерла (2061 м), що розташована на Чорногірському хребті [4].

Передкарпаття є унікальною зоною, що утворює перехідний пояс між рівнинною частиною області та гірськими масивами Українських Карпат. Ця територія вирізняється горбистим передгір'ям із висотами від 400 до 600 м. Значна частина цієї зони покрита мішаними лісами, луками та заболоченими ділянками, що створює різноманітний ландшафт.

Івано-Франківська область має комфортний помірно-континентальний клімат, що сприяє цілорічному розвитку туризму в області. Передгірська зона характеризується м'якою зимою з середньою температурою у січні - 4 °С, та теплим літом з середньою температурою у липні + 19°С, з дощовою весною. Середньорічна кількість опадів на рівнинній частині становить 600-800 мм на рік. Період із температурою понад +10° триває— 130 днів.

У Карпатах клімат є суворішим і змінюється із наростанням висот, а на схилах гір сніг лежить понад п'ять місяців на рік. Середня температура на 2—5°С є нижчою, ніж у передгірській зоні. На кожні 100 м висоти температура знижується на 0,5°С, а тривалість стійкого снігового покриву в горах триває з початку листопада по травень,

із середньорічною кількістю опадів від 600 до 1000 мм, що зумовлено гірським рельєфом. Улітку тут часто випадають дощі, що спричиняють катастрофічні повені .

Івано-Франківська область характеризується густою гідрографічною мережею, що нараховує 8294 річки загальною довжиною 15657 км, що належать до басейнів двох річок: Пруту (річки південної та східної частини) та Дністра (річки північної та західної частини області). Найвідоміші з них річки сягають довжини понад 100 км - Свіча, Лімниця, Пістинька, Бистриця, Рибниця та Черемош [8].

Річка Прут бере свій початок із-під гори Говерли, що є типовим для регіону, адже більшість річок області мають гірський характер та швидко протікають, створюючи каскади та водоспади. Наявність гірських річок створює ідеальні умови для водного туризму. Загалом в області близько 75 водоспадів, найвідоміші з них: Манявський водоспад у с.Манява, водоспад Пробій у с.Яремче та Нарінецький водоспад у с.Татарів, висота якого сягає десять метрів. (див рис 1.3)

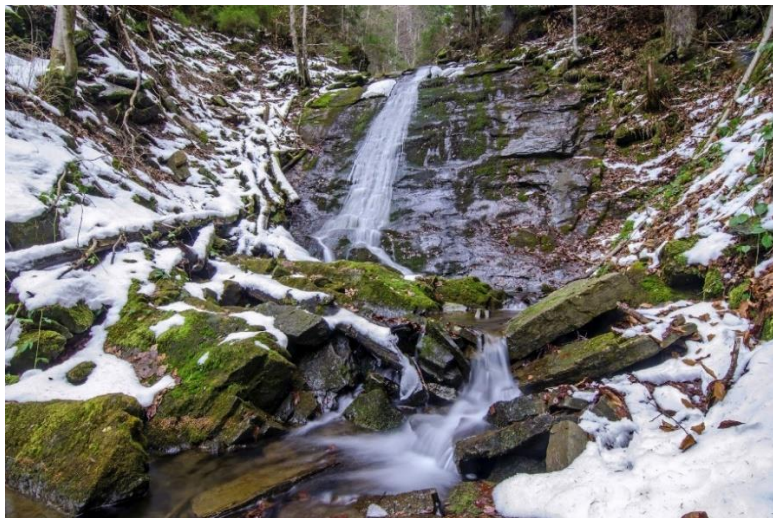


Рисунок 1.3 – Нарінецький водоспад ([посилання](#))

Манявський водоспад розташований в Карпатських горах у масиві Горгани, біля села Манява. Висота водоспаду становить 20 метрів, що робить його найвищим в Україні (див рис.1.4). Вода в ньому особливо чиста і прозора, а також вважається цілющою.

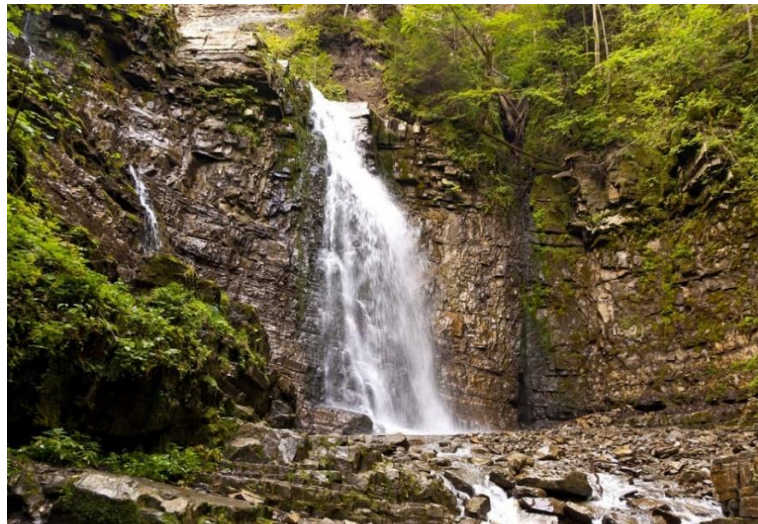


Рисунок 1.4 – Манявський водоспад [\(посилання\)](#)

Водоспад Пробій розташований у самому центрі села Яремче, який можна побачити з пішохідного мосту біля місцевого сувенірного ринку. Це один із небагатьох карпатських водоспадів до якого легко дістатись, зважаючи на його розташування. Водоспад виник на річці Прут, що наприкінці своєї течії з оглушливим шумом зривається вниз з висоти восьми метрів, і складається таке враження, що водоспад вирує (див рис.1.5).



Рисунок 1.5 – Водоспад Пробій [\(посилання\)](#)

В Івано-Франківській області є кілька природних озер, більшість з яких знаходяться в гірській частині, серед яких особливе значення мають такі водойми – Лебедин, Несамовите, Марічейка та Бребенескул. Одне із мальовничих озер в Українських Карпатах - озеро Несамовите, що розташоване на висоті 1750 м над

рівнем моря, в межах Чорногірського хребта. Дзеркальна поверхня озера відображає навколишні ліси і гори, створюючи атмосферу спокою та гармонії. [14]

Івано-Франківська область є однією з найбільш лісистих в Україні, лісові угіддя тут займають 46% території. Значна частина території, особливо Карпатський та Передкарпатський райони, покрита густими лісами. У гірській частині області поширені ялинові та букові ліси, а меншу частину площі займають ялицеві, соснові та мішані хвойно-широколисті ліси. На рівнинній та передгірській частині області поширені грабово-букові, мішані широколистяні та дубово-букові ліси. На висотах понад 1500 м зустрічаються субальпійські луки, відомі як полонини.

Одна із найвідоміших є полонина «Залім», що знаходиться поблизу села Татарів, на висоті 975 метрів. Галявина оточена смерековими лісами та Горганськими вершинами, що вражає неповторними видами (див рис.1.6). На території полонини розташований Нарінецький водоспад, велика карпатська гойдалка, а також величезна трьохсотрічна смерека «Валах».



Рисунок 1.6 - Полонина «Залім» [\(посилання\)](#)

Область нараховує близько 474 природоохоронних територій, що відіграють неабияку роль у збереженні природного різноманіття, рідкісних видів флори і фауни, а також у розвитку туризму. Всього область налічує 120 видів рослин, які занесені до Червоної книги України. Однією із найвідвідуваніших природоохоронних територій області є Національний парк «Карпатський», що займає площу понад 50 тис. га. (див рис 1.7) Парк налічує близько 47 туристичних маршрутів різної складності, що ведуть до вершини Говерли, з якої відкривається неймовірний краєвид.

Найпопулярнішим шляхом до вершини є маршрут із туристичної бази «Заросляк» області, що має середній рівень складності та добре промаркований.



Рисунок.1.7 – Гора Говерла(посилання)

Загалом, область налічує 3943 культурно-історичних пам'яток, що включають унікальні церкви, стародавні замки та інших видатних пам'яток.

Урочище Скит Манявський є найдавнішим у Карпатах гірським православним чоловічим монастирем, що був заснований у 1611 році. Він розташований у селі Манява, Івано-Франківської області, у мальовничому карпатському міжгір'ї та поєднує прикмети музею і монастиря. Манявський скит є не лише релігійним осередком, але також важливим культурним символом регіону, який асоціюється з духовними практиками, що проводилися монахами та паломниками, які шукали внутрішнього спокою в умовах суворої природи Карпат. (див рис.1.8).



Рисунок 1.8– Манявський скит (посилання)

Манявський Блаженний камінь - це унікальна природна пам'ятка, розташована за кілометр від Манявського скиту, де капає цілюща вода. Камінь приховує цілюще джерело, вода з якого, згідно з легендою, врятувала монахів від спраги, коли вони переховувалися у печері (див рис.1.9). До Блаженного каменю приходили такі історичні постаті як Захар Беркут і благословенний князь Данило Галицький. Місцеві вірять, що Блаженний камінь має надзвичайну силу: якщо умитися водою, що стікає з каменю, то можна покращити зір, а ніч у печері приносить щастя у родину. Доторкнувшись до каменю з покайням, можна відчутти душевне полегшення та спокій.



Рисунок 1.9 – Манявський Блаженний камінь

Франківщина також славиться своїми традиційними ремеслами, серед яких лозоплетіння, різьба по дереву, писанкарство, килимарство та гончарство. Центрами традиційних ремесел є такі міста: Коломия, Яворів, Кути, Шешори та Косів. Етнографічно населення Івано-Франківщини поділяється на Опілля, Покуття, Бойківщину та Гуцульщину. Їх мешканці зберегли деякі відмінності в мові, одязі, культурі та побуті й уже цим привертають увагу туристів [28].

Одне з ключових центрів самобутніх звичаїв, побуту і культури гуцулів, та їх декоративно-прикладного мистецтва є саме місто Косів, де знаходиться відомий косівський базар (див рис.1.10), на якому можна придбати унікальні вироби ручної роботи.



Рисунок 1.10 – Косівський базар [\(посилання\)](#)

Національний природний парк “Гуцульщина”, що розташований в межах Косівського району, займає територію 32,2 тис. га. Парк оточений мальовничими лісами Покутсько-Буковинських Карпат, територією парку протікають численні річки та потоки, найвідоміша з них річка Черемош. Ця територія є однією з наймальовничіших частин Карпат, де збереглися унікальні природні комплекси, мальовничі ландшафти та багатий рослинний і тваринний світ (див рис.1.11).

Парк пропонує дванадцять екологічних стежок для пішохідного, велосипедного та кінного туризму, що дозволяють насолодитися природною красою Карпат. Також на території знаходиться музей народного мистецтва, де можна ознайомитися з культурою й побутом гуцулів. В національному природному парку знаходиться кінний центр «Гуцулик», де можна здійснити прогулянку верхи, чи у бричці на конях місцевої породи [7].



Рисунок 1.11 - Національний природний парк “Гуцульщина” [\(посилання\)](#)

Отже, Івано-Франківська область має усі необхідні ресурси для проведення психологічно-реабілітаційного туру. Рекреаційними ресурсами будуть слугувати гірські ландшафти, численні річки та густі ліси. Ці природні багатства, сприяють повноцінному психологічному відновленню, допомагають позбутися нав'язливих думок, відчутти гармонію із собою та довкіллям, особливо у поєднанні з дієвими практиками.

Кліматичні ресурси Івано-Франківської області є невід'ємним ресурсом реабілітації: сприятливий мікроклімат в гірських та лісових зонах мають величезний терапевтичний потенціал, що відновлює емоційний стан та покращує здоров'я.

Рельєф Івано-Франківської області створює ідеальні умови для різних методів реабілітації, зокрема гірські локації, що сприяють фізичній активності, допомагають зняти стрес та відновити м'язовий тонус. Подолання перешкод, в свою чергу, дає відчуття перемоги над собою та віру в свої можливості, а участь у колективному сходженні формує відчуття взаємодопомоги та єдності, що є не менш важливим для соціалізації.

Поєднання чистого гірського повітря, природних ландшафтів та спокійної атмосфери, допомагає знизити рівень стресу, перезавантажитись та відновити внутрішній баланс. А лісові масиви та полонини забезпечують умови для природотерапії, ароматерапії та медитацій.

Знайомство з багатством культурної спадщини посприяє зниженню рівню стресу, буде створювати відчуття належності до спільноти, сприятиме емоційному відновленню та соціальній адаптації.

Річкові долини та каньйони дають змогу здійснювати сплави, які сприяють релаксації, командній роботі та боротьбі з тривожністю. Загалом, вода має потужний терапевтичний ефект завдяки своєму впливу на нервову систему. Івано-Франківська область має велику кількість гірських річок, водоспадів, озер та мінеральних джерел, що будуть включені для терапевтичних практик біля води.

Окремо треба виділити Верховинський національний парк та Національний природний парк "Гуцульщина" для проведення занять із верхової їзди, що стане новим позитивним досвідом при реабілітації, адже буде сприяти відновленню

уважності, допоможе подолати агресію, страх та стане частиною при поверненні до повноцінного життя. Заняття також мають позитивний вплив на фізіологічне відновлення завдяки своєрідній амплітуді рухів та позитивній біоенергетиці коня.

Івано-Франківська область також багата на «місця сили», серед них можна виділити: Манявський Скит, Манявський водоспад та гора Говерла. Включення таких місць до рекреаційного маршруту буде сприяти ментальному, фізичному, а також емоційному відновленню реабілітантів, адже такі місця володіють сильною енергетикою.

РОЗДІЛ 2 ПРОЕКТУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ТУРИСТИЧНОЇ ІНФРАСТРУКТУРИ ДЛЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ

2.1 Розроблення туристичного маршруту для потреб психологічної реабілітації

В результаті проведеного аналізу природних ресурсів у першому розділі, Івано-Франківська область має значні можливості для розробки маршруту, спрямованого на психологічну реабілітацію. Унікальне поєднання природних та культурних ресурсів регіону, зокрема гірські ландшафти, лісові масиви, водоспади та озера, сприяє гармонізації внутрішнього стану та створенню умов для терапевтичних практик. Окрім того, наявність численних сакральних місць, а також місця сили є важливим аспектом, оскільки такі локації мають здатність позитивно впливати на психоемоційний стан людини.

У ході проектування туристичного маршруту «Терапія місцями сили» використовувались такі вихідні дані:

- Мета: комплексне відновлення психоемоційного та фізичного стану учасників шляхом інтеграції активного відпочинку, занурення в унікальну культурно-історичну спадщину Івано-Франківської області та практик, спрямованих на зниження стресу та розвиток внутрішньої гармонії.
- Тривалість: 5 днів/4 ночі;
- Сезонність: цілорічний;
- Цільова аудиторія: група з 12 чоловік;
- Туристичний маршрут: м.Івано-Франківськ – с.Яремче – смт.Ворохта – с.Яремче - с.Манява – с.Яремче - м.Косів - с.Яремче – м.Івано-Франківськ;
- Розміщення: Садиба «Гостинець» [26];
- Харчування: напівпансіон;
- Транспортування: наземне (автобус);

— Екскурсійні послуги: гора Говерла, Манявський скит, Блаженний камінь, Манявський водоспад, Косівський базар, Національний природний парк «Гуцульщина», річка Черемош.

Основні послуги:

- Психологічні групові тренінги;
- Супровід професійного психолога;
- Підйом на Говерлу (в теплий сезон) / Нарінецький водоспад + Полонина Залім (взимку);
- Іпотерапія (катання на конях);
- Майстер-клас з гончарства;
- Сплав по Черемошу (в теплий сезон);
- Джипінг (взимку).

Додаткові послуги:

- Індивідуальні консультації з психологом;
- Сауна.

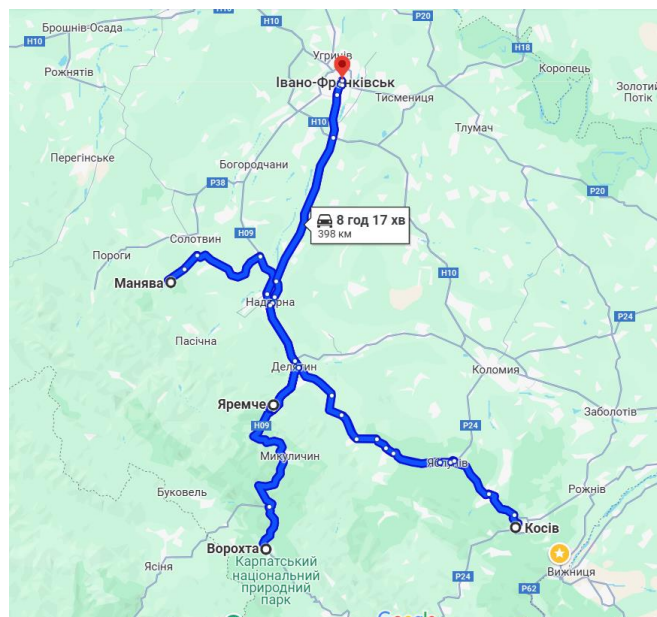


Рис.2.1 - Схема маршруту туру

Програма туру

День 1

12:30-12:50 – Зустріч групи на автовокзалі Івано-Франківська, посадка на автобус

12:50-14:00 – Переїзд до Яремче

14:00–14:30 – Поселення

14:30–16:30 - Знайомство із групою та психологом. Організаційні питання.

16:30 – 18:30 - Вільний час на індивідуальну консультацію із психологом, відвідання водоспаду Пробій.

18:30 – 19:30 - Вечеря

19:30–21:00 – Групові практики із психологом.

21:00 – 22:00 – Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 2

07:00–07:30 – Сніданок

07:30–08:40 – Виїзд до бази «Заросляк»

08:40–12:00 – Підйом на Говерлу (в теплий сезон) / Нарінецький водоспад + Полонина Залім (взимку)

12:00–12:30 – Вільний час для фото на вершині

12:30–14:30 – Спуск

14:30–15:30 – Обід-пікнік

15:30–17:00 – Повернення до готелю

17:00–19:00 – Вільний час на відпочинок, сауну, чан або масаж

19:00–20:00 – Вечеря

20:00 – 22:00 - Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 3

07:30–08:00 – Сніданок

08:00–09:00 – Виїзд до Маняви

09:00–11:00 – Відвідування Манявського скиту, знайомство з історією

11:00–12:00 – Прогулянка до Блаженного каменя, відпочинок біля джерела

12:00–13:00 – Обід у монастирській трапезній

13:00–13:30 – Переїзд до Манявського водоспаду

13:30–15:00 – Прогулянка, релакс біля водоспаду

15:00–16:30 – Повернення до Яремче

16:30–18:30 – Вільний час на відвідання сувенірного ринку, індивідуальну консультацію з психологом.

18:30 – 19:30 – Вечеря

19:30 – 21:00 – Групові практики із психологом.

21:00 – 22:00 – Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 4

07:30–08:00 – Сніданок

08:00–09:30 – Виїзд до Косова

09:30–11:30 – Відвідування Косівського ринку

11:30–12:30 – Майстер-клас з гончарства

12:30–13:30 – Обід в рсеторані «Veranda»

13:30–14:00 – Виїзд на кінний комплекс

14:00–16:00 – Іпотерапія (катання на конях у горах)

16:00–17:00 – Повернення до готелю

17:00–18:30 – Вільний час на індивідуальну консультацію з психологом, прогулянку до річки Прут.

18:30 - 19:00 – Вечеря

19:00 – 21:00 – Групові практики із психологом.

21:00 – 22:00 – Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 5

07:30–08:00 – Сніданок

08:00–09:00 – Виїзд до місця сплаву

09:00–10:00 – Інструктаж, екіпірування

10:00–12:00 – Сплав по Черемошу (в теплий сезон) / Катання на джипах(взимку)

12:00–13:00 – Обід в ресторані «Колиба Ведмежа гора»

13:00–13:20 – Повернення до готелю

13:20 - 14:20 – Час на збори

14:20–16:00 – Завершальний тренінг із психологом

16:00 – 17:20 - Повернення до Івано-Франківська.

2.2 Розробка технологічної документації туру

Для чіткої, оперативної та гнучкої роботи співробітників фірми, а також для можливості постійного контролю за вмістом туру, його виконанням і для роботи над його вдосконаленням, описана документація, яка покликана повністю описати сам тур, процеси його виробництва та послуги, що надаються туристам. Тур «Терапія місцями сил» відповідає нормативним вимогам (ГОСТ 28681.1- 95. «Туристсько-екскурсійне обслуговування. Туристські послуги. Проектування туристських послуг»), спрямований на захист прав споживачів.

Інформаційно-методичне забезпечення туристичного маршруту «Терапія місцями сили» включає:

1. Технологічна карта туристської подорожі за маршрутом – це документ, що визначає зміст туристичної подорожі та умови обслуговування туристів на даному маршруті. Містить такі дані: вид маршруту, термін подорожі, число туристів, початок обслуговування туристів на маршруті першої групи та закінчення обслуговування, вартість путівки, програма туру зазначено у додатку А;

2. Інформаційний листок до путівки туристської подорожі - містить розділи обов'язкової та додаткової інформації за маршрутом «Терапія місцями сили», призначеної для туристів, показано у додатку Б;

3. Програма туру – документ, що містить щоденний розпорядок усіх заходів, які включені у даний тур, дивитись у додатку В.

2.3 Розроблення проекту рекреаційного пункту для занять психологічної реабілітації у Ворохтянській ТГ

Одним із важливих елементів у процесі психологічної реабілітації учасників реабілітаційних програм, які пережили важкі стресові ситуації, є облаштування рекреаційних пунктів, що сприяють ефективному відновленню психоемоційного стану та фізичного здоров'я через взаємодію природних ресурсів, терапевтичних практик із психологом та комфортних умов перебування.

Після початку російсько-української війни в Івано-Франківській області активно відновлюється рекреаційно-оздоровча сфера, яка в минулому опиралася на належну інфраструктуру. Територія санаторію, як основа для створення рекреаційного пункту для психологічної реабілітації є оптимальним рішенням, за рахунок здатності поєднувати відпочинкові можливості з медичною та терапевтичною допомогою.

Ворохтянська територіальна громада, що була утворена сполученням Ворохтянської селищної ради та Татарівської сільської ради, в останні роки стала однією із найбільш активних туристичних дестинацій Івано-Франківської області, що активно розвиває рекреаційно-оздоровчу сферу завдяки сприятливим природним ресурсам.

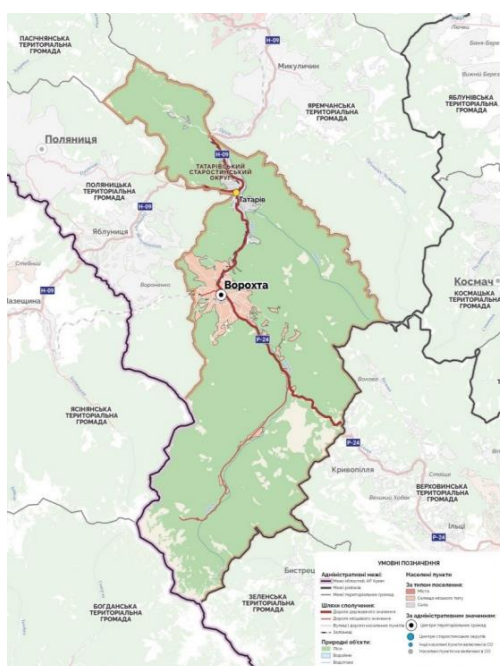


Рисунок 2.2 – Територія Ворохтянської ОТГ

Статистичні показники туристичних потоків Ворохтянської ОТГ свідчать про стабільне зростання популярності регіону серед туристів. У 2023 році громаду відвідало понад 130 тисяч туристів, з яких значна частина – одноденні мандрівники та сім'ї з дітьми .

Прогнозовано, що у 2024 році ця кількість туристів тільки зростає, цьому сприяють не лише природні ресурси території, а і активність громади в напрямку розвитку туристичної галузі: реалізація проектів з промоції громади, брендинг громади як туристичної дестинації, ряд цікавих інфраструктурних проектів [27].

Так в громаді функціонують декілька закладів рекреаційного спрямування:

- Медичний реабілітаційний центр МВС України «Кремінці»;
- Спеціалізований санаторій «Гірське повітря»;
- Ворохтянський обласний кістково-туберкульозний санаторій "Смерічка" (який найближчим часом реорганізують як реабілітаційний центр Обласної клінічної лікарні Івано-Франківської обласної ради).

Серед проблем розвитку рекреаційної сфери в ТГ є відсутність належної інфраструктури для споживачів рекреаційних послуг, а саме рекреаційних пунктів для тимчасового відпочинку. Удосконалення елементів рекреаційної інфраструктури у Ворохтянській територіальній громаді є нагальним завданням на фоні зростання кількості рекреантів.

Санаторій «Медичний реабілітаційний центр МВС України «Кремінці» є одним із ключових реабілітаційних закладів регіону, що спеціалізується на лікуванні, фізичному та психологічному відновленні військових, ветеранів та цивільного населення, а також постраждалих від війни.

За статистичними даними у 2024 році в санаторії пройшли реабілітацію 531 військовослужбовець (НПУ, НГУ, ДПСУ, ДСНС, ЗСУ).

Санаторно-курортне лікування отримали 1 661 пацієнт, з яких значну частину становлять поліцейські, пенсіонери силових структур та їхні сім'ї.

Медичний реабілітаційний центр МВС України «Кремінці» зображено на рисунку 2.3



Рисунок 2.3 - Медичний реабілітаційний центр «Кремінці»

Санаторій має вигідне розташування: у безпосередній близькості до реабілітаційного центру протікає гірська річка Прут, всього за 10 км знаходяться популярні гірськолижні курорти Буковелю та Яблуниці. Влітку доступні похідні маршрути на Говерлу, Піп Іван, Петрос та Хом'як, а також екскурсії до водоспадів, Манявського скиту, Косівських ярмарків та солоних озер у Солотвино.

Медико-реабілітаційний центр «Кремінці» спеціалізується на наданні таких послуг:

- Фізична реабілітація;
- Медико-психологічна реабілітація;
- Санаторно-курортне лікування;
- Відпочинок осіб органів внутрішніх справ, пенсіонерів МВС України та членів їх сімей.

Для надання комплексної реабілітаційної допомоги санаторій має розвинену медичну базу, що включає: фізіотерапію (тубус-кварц, УВЧ-терапія, УЗТ-терапія, магнітотерапія, електрофорез, лазеротерапія, електроміостимуляція тощо), галотерапію, ароматерапію, масажі, інгаляційні процедури, сухі вуглекислі ванни, пресотерапію та лабораторну діагностику [10].

МРЦ «Кремінці» розрахований на 100 ліжко-місць, де пропонуються різні категорії номерів, що відрізняються рівнем комфорту та набором зручностей. Основні типи номерів подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1 – Категорії номерів у МРЦ «Кремінці»

Назва категорії номера	Фото	Зручності в номері
Двомісні номери з частковими зручностями		Wi-fi, набір постільної білизни, набір рушників, стіл, стільці, шафа для одягу.
Напівлюкси для двох осіб із підвищеним комфортом		Телевізор, Холодильник, Електрочайник, Праска, Фен, Набір посуду, Wi-fi, Набір постільної білизни, Душ, Балкон, Вбиральня, Двоспальне ліжко, Диван, Стіл, Стільці, Парковка для автомобілів, Шафа для одягу, Стіл журнальний.
Тримісні та чотиримісні номери для сімейного або групового розміщення.		Wi-fi, Набір постільної білизни, Умивальник, Набір рушників, Стіл, Стільці, Неповторні краєвиди на річку та гори.
Котеджі підвищеної комфортності		Телевізор, Холодильник, Електрочайник, Праска, Фен, Сейф, Набір посуду, Wi-fi, Набір постільної білизни, Душ, Балкон, Вбиральня, Двоспальне ліжко, Диван, Стіл, Стільці, Парковка для автомобілів, Шафа для одягу, Стіл журнальний, Дзеркало.

Інфраструктура санаторію «Кремінці» включає:

- Лікувальний корпус: триповерхова будівля з лікувально-діагностичними кабінетами, палатами для проживання та їдальнею.
- Адміністративний корпус;
- Банно-пральний комплекс;
- Клуб із кіноконцертним залом;
- Зал для лікувальної фізкультури;
- Котеджі та будиночки: два котеджі зі всіма зручностями та сауною; будинок із трьома двомісними номерами зі зручностями;
- Спортивні майданчики на відкритому просторі;
- Сауна.

Їдальня

В центрі організовано триразове харчування, яке враховує дієтичні та індивідуальні потреби пацієнтів, сприяючи ефективному оздоровленню та відновленню.



Рисунок 2.4 – Їдальня санаторію

Інфраструктура для дозвілля на території санаторію:

- Дитячий майданчик

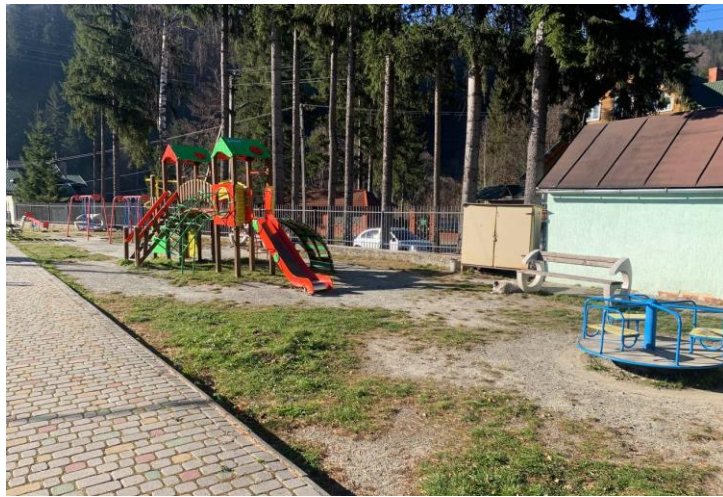


Рисунок 2.5 – Дитячий майданчик

Дитячий майданчик: створений для наймолодших відвідувачів, забезпечує безпечне та цікаве місце для ігор і розвитку на свіжому повітрі.

— Міні-футбольне поле



Рисунок 2.6 – Футбольне поле зі штучним покриттям

Міні-футбольне поле призначене для активного відпочинку та спортивних ігор на свіжому повітрі, сприяє покращенню фізичної форми та командної взаємодії.

— Спортивний зал



Рисунок 2.7– Спортивний зал

Спортивний зал: оснащений сучасними силовими тренажерами, біговими доріжками, велотренажерами, орбітреками, гантелями та іншим необхідним інвентарем для фітнесу. Тренування проходять під наглядом кваліфікованого тренера, який коригує навантаження та стежить за правильністю виконання вправ.

— Сауна

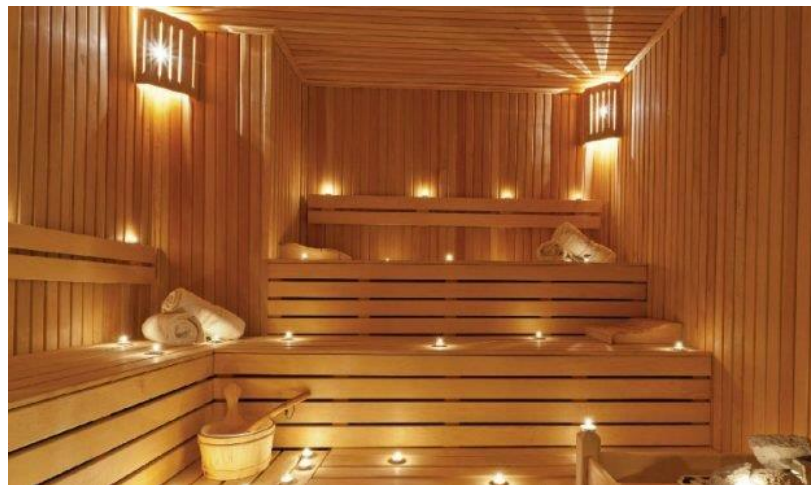


Рисунок 2.8 – Сауна

На території санаторію є сауна, відвідування якої сприяє зміцненню імунітету, зняттю стресу та підвищенню життєвого тону. Високі температури та прискорення обміну речовин сприяють виведенню токсинів, покращенню кровообігу та розслабленню м'язів.

— Спортивний майданчик



Рисунок 2.9 – Спортивний майданчик

На території санаторію МВС "Кремінці" розташоване мальовниче озеро, яке створює сприятливі умови для відпочинку та реабілітації (див рис.2.10).

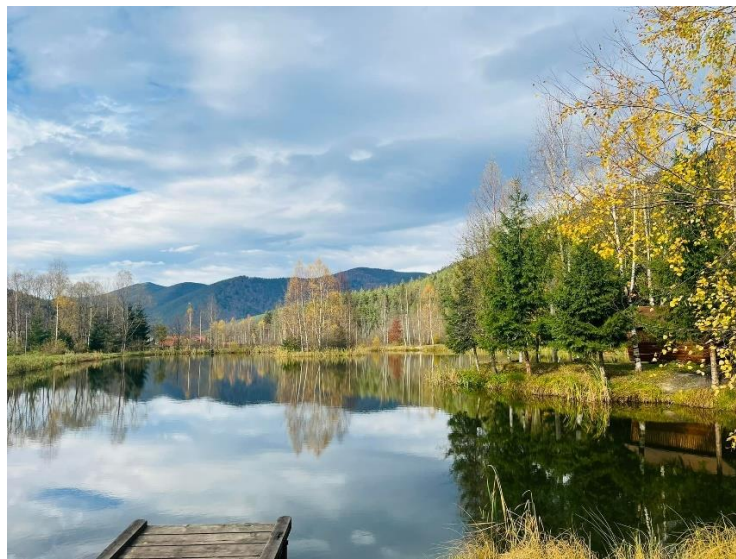


Рисунок 2.10 - Озеро санаторію МВС "Кремінці"

Отже, наявна інфраструктура Медичного реабілітаційного центру "Кремінці" забезпечує якісні умови для реабілітації та відпочинку, поєднуючи природні ресурси з сучасними медичними технологіями. Такі можливості дозволяють пацієнтам не лише відновлювати здоров'я, а також активно проводити час, підтримувати фізичну форму в комфортних умовах. Однак для підвищення ефективності лікування та комфорту відвідувачів необхідне розроблення реабілітаційного пункту для проведення психологічних тренінгів на відкритому просторі.

Частина території санаторію є власністю Ворохтянської селищної ради, проте санаторій «Кремінці» має право постійного користування.

Категорія земель – землі водного фонду.

Вид використання – для культурно-оздоровчих, рекреаційних, спортивних та туристичних цілей.

Це доволі значна ділянка 1,5 га паркової зони, яка простягається довкола озера та є місцем відпочинку не лише рекреантів санаторію, а також місцевого населення і туристів. Проте відсутнє облаштоване місце для тимчасового відпочинку. В санаторії проходить реабілітація військових, в тому числі і психологічна реабілітація, яка потребує облаштованих місць для групових занять на свіжому повітрі.

Невідповідність між збільшеними туристичними потоками на території громади та неможливістю належної організації надання послуг створює значну проблему розвитку туризму у громаді та неготовність її до збільшення туристичних потоків загалом. Жителі с.Татарів відчувають дискомфорт через неорганізованість простору та хаотичне зростання кількості туристів і рекреантів. Роки війни зумовили необхідність збільшення кількості облаштованих територій для надання рекреаційних послуг оздоровлення та реабілітації військового та цивільного населення, в тому числі і психологічної. Місцева влада прагне вирішувати цю проблему, але на сьогодні відсутні необхідні для цього ресурси.

Наявність спеціально облаштованого простору в цій рекреаційній зоні покращить якість надання психологічної допомоги постраждалим від війни. Проведення психологічних тренінгів на свіжому повітрі є найбільш ефективним методом психологічної реабілітації, завдяки кільком факторам:

- Покращення настрою та самопочуття: Контакт із природним середовищем стимулює вироблення ендорфінів (гармонів щастя), що сприяє піднесенню настрою і загального самопочуття;
- Зниження стресу та тривоги: Перебування на природі допомагає послабити психоемоційне навантаження, що позитивно відбивається на загальному стані учасників реабілітації.

Благоустрій території також посилить її туристичну привабливість та забезпечить комфортне місце для відпочинку громади. Кількість рекреантів та туристів у громаді зростає, тому виникає необхідність упорядкування цієї зони та створення додаткової інфраструктури.

Для розвитку інфраструктури Медичного реабілітаційного центру «Кремінці» пропонується створення рекреаційного пункту «Relax Кремінці», де пацієнти санаторію проведуть заняття психологічної реабілітації, а рекреанти ТГ зможуть відпочивати в облаштованому рекреаційному пункті.

Реабілітаційний пункт буде знаходитись біля озера, територія буде вирівняна, відсипання щебнем, зацементована. До реабілітаційного пункту прокладені асфальтовані доріжки, що робить це місце інклюзивним для всіх категорій населення.

Макет рекреаційного пункту представлено на рис.2.11.



Рисунок 2.11 – Макет рекреаційного пункту

Посередині буде розташоване кострище, яке стане центральним та найголовнішим елементом рекреаційного пункту. Кострище створюватиме атмосферу тепла і затишку, що буде сприяти розслабленню учасників і створюватиме сприятливу атмосферу для психологічних тренінгів.

1. Лавка напівколом:

Дерев'яна лавка буде розташована з правого боку напівколом біля кострища, створюючи ідеальні умови для комфортного споглядання на місцеве озеро та спілкування. Таке розташування дозволить всім гостям зручно спостерігати за вогнем та взаємодіяти між собою. Лавка виготовлена з природних матеріалів, що дозволяє органічно поєднуватись з ландшафтом і відповідати місцевій стилістиці забудови.

2. Дерев'яні крісла зі спинками:

Для тих, хто прагне більшого комфорту, ліворуч від кострища будуть розміщені дерев'яні крісла зі спинками. Ці крісла забезпечать додаткову підтримку для спини, гарантуючи комфортне сидіння протягом тривалого часу, що важливо для відпочиваючих, які хочуть насолоджуватися природою, не переймаючись фізичною незручністю. Кожне крісло буде виготовлене з екологічно чистих матеріалів, з використанням натурального дерева, що підходить по стилю до рекреаційної пункту і створює гармонійний вигляд з місцевістю.

Крісла зі спинками також забезпечують рівень комфорту для людей з обмеженими можливостями, що робить це місце інклюзивним для кожного відвідувача, незалежно від фізичних можливостей.

Ця концепція з кострищем, лавочками та кріслами не тільки забезпечить комфорт для відпочиваючих, але й стане важливим елементом для створення унікального простору для психологічних тренінгів, що сприятиме психоемоційному розслабленню, відновленню сил і соціалізації між людьми.

Схему рекреаційного пункту представлено у Додатку А.

Очікувані результати розроблення проєкту рекреаційного пункту для занять психологічної реабілітації:

1. В результаті реалізації проєкту очікується покращення матеріального забезпечення процесу реабілітації, що позитивно вплине на якість оздоровчих послуг для військовослужбовців та цивільного населення санаторію «Медичний реабілітаційний центр МВС України «Кремінці». Також, прогнозується збільшення

кількості осіб, які проходять реабілітацію. Після реалізації проєкту кількість пацієнтів, які більш якісно зможуть проходити реабілітацію щороку буде зростати.

2. Відбудеться удосконалення рекреаційного облаштування місць відпочинку в с. Татарів Ворохтянської ТГ, так як створення рекреаційних зон забезпечує комфортне перебування учасників реабілітаційних програм, туристів та мешканців громади. Нові просторові рішення дозволять проводити групові заняття з психологічної реабілітації та фізичної терапії на відкритому повітрі, що відповідає сучасним медичним практикам. Ми зможемо забезпечити доступність більш якісного відпочинку для ширшого кола відвідувачів.

3. Реалізований проєкт підвищить привабливість території для туристів, сприяючи зростанню потоку відвідувачів Ворохтянської громади. Реалізація проєкту дозволить удосконалити рекреаційну інфраструктуру громади, територія стане більш доступною також для одноденних відвідувачів, сприяючи розвитку екотуризму та рекреації. Розвиток рекреаційної зони біля санаторію сприятиме розширенню туристичних маршрутів Ворохти. Очікується збільшення кількості туристів у Ворохтянській ТГ на 15-20% у перші роки після реалізації проєкту.

Зацікавлені сторони у вирішенні проблеми через розроблення проєкту рекреаційного пункту:

1. Спільнота військового та цивільного населення, яка проходить реабілітацію в санаторії «Медичний реабілітаційний центр МВС України «Кремінці»».
2. Орган місцевого самоврядування Ворохтянської територіальної громади - сприяння виконанню їх місії (підтримка, розвиток туризму, як стратегічного напрямку господарського розвитку на підвідомчій території, організація туристичної діяльності на якісному рівні).
3. Громада с. Татарів та навколишніх сіл - облаштування території для проведення психологічної реабілітації покращить простір для відпочинку та покращить соціально-психологічний клімат в громаді.
4. Туристична спільнота регіону, які отримують більше вигод в результаті створення облаштованого рекреаційного простору в регіоні.

5. Орган управління у сфері туризму – виконання власних рішень щодо розширення туристично-рекреаційної інфраструктури, збільшення туристичних потоків на їм підвідомчій території.

Отже, при проєктуванні елементів туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації населення було розроблено туристичний маршрут по Івано-Франківській області у поєднанні з психологічними тренінгами та відвідуванням екскурсійних об'єктів, а також спроектовано рекреаційний пункт на базі Медичного реабілітаційного центру «Кремінці» для проведення психологічних тренінгів на свіжому повітрі. Обидва ці елементи є взаємодоповнюючими, що формують цілісну систему реабілітаційного туризму, здатну відповідати різним запитам та потребам населення, кожен з яких виконує специфічну функцію.

Рекреаційний пункт «Relax Кремінці» є сталим просторовим об'єктом, який в свою чергу є інклюзивним та дозволяє системно впроваджувати реабілітаційні тренінги, забезпечуючи необхідну інфраструктуру для психоемоційного відновлення. Такий підхід відповідає як цілям сталого розвитку Ворохтянської громади, так і практичним завданням соціальної інтеграції та підтримки постраждалих від війни категорій населення.

В свою чергу, розроблений маршрут по Івано-Франківській області має мобільний характер, що поєднує групові активності та індивідуальний підхід, взаємодія з природою, відвідання «місць сил», а також знайомство з культурними аспектами, що виводить учасників за межі звичних середовищ і стимулює їхнє емоційне включення, активність та соціалізацію.

Розроблені стаціонарна та мобільна туристична інфраструктури дозволяють створити багатовекторну модель психологічної реабілітації. Їх роль полягає в принципах доступності, інклюзивності, індивідуального підходу та глибокого занурення у процесі відновлення. Це рішення дозволяє ефективніше задовольняти потреби різних груп населення та підвищує ефективність реабілітації.

РОЗДІЛ 3 ЕКОНОМІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ТУРИСТИЧНОЇ ІНФРАСТРУКТУРИ

3.1 Методика складання калькуляції витрат

Статті витрат при екскурсійному обслуговуванні туристів:

1. Витрати на розробку екскурсій. туру
2. Оплата праці гίδα (керівника групи) організатора екскурсій, психолога.
3. Відрахування на соціальні заходи з фонду оплати праці, всього 36,68% (пенсійний фонд – 31,8 %, фонд загальнообов’язкового державного соціального страхування у зв’язку з тимчасовою втратою працездатності - 2,9 %, фонд загальнообов’язкового державного страхування на випадок безробіття – 1,3 %, фонд соціального страхування від нещасних випадків на виробництві (для туризму) – 0,68 %).
4. Транспортне обслуговування екскурсій.
5. Вхідна плата в музеї, на виставки тощо.
6. Ціна (вартість) додаткових послуг і обслуговування.
7. Адміністративно-управлінські витрати.
8. Витрати на рекламу і пропаганду екскурсій.
9. Інші витрати.
10. Сума пунктів 1-9 складає собівартість екскурсійного обслуговування. Туристичного обслуговування
11. Прибуток з урахуванням рівня рентабельності.
12. Сума пунктів 10,11 – вартість екскурсійних послуг.

13. Відрахування і обов'язкові платежі (комунальний податок, відрахування у Фонд охорони навколишнього середовища, інші місцеві податки та збори).
14. Податок на додану вартість.
15. Сума пунктів 12-14 – вартість екскурсії.
16. Ціна екскурсії туру для одного туриста визначається шляхом розподілення вартості екскурсії на кількість туристів у групі.

3.2 Розрахунок витрат на створення туристичного маршруту

Розрахунок вартості туру «Терапія місцями сил» є складною багатофакторною процедурою. На ціноутворення туристичного продукту впливає попит споживачів, маркетингова стратегія, розвиненість ринку туристичних послуг, місце туристичної фірми на ньому та оцінка конкурентного середовища. Також ціна залежить від терміну, сезону подорожі, кон'юнктури ринку, класу обслуговування, реклами турпродукту. Розрахунок вартості туру створюється шляхом підсумовування собівартості кожної окремої послуги, й нормативно закладеного відсотка прибутку, а також відрахування обов'язкових платежів, подано у таблиці 3.1.

В ціну турпакета обов'язково включається прибуток туроператора, який встановлюється в процентах до собівартості і залежить від рентабельності туру, що планується. Туроператор встановлює норму рентабельності (%) і чим вона є вищою, тим більша сума прибутку. Ціна, таким чином, визначається в обрахунку на одного туриста як добуток витрат по туру і норми прибутку.

Таблиця 3.1 - Розрахунок вартості туру «Терапія місцями сил»

№ зз/п	Назва статті	Вартість за одиницю (грн)	Кількість (од.,діб)	Загальна вартість (грн)
1	Вартість проживання:			

1.1	2-місний номер в садибі «Гостинець»	2600	4	31 200
2	Вартість харчування:			
2.1	Сніданок в корчмі садиби «Гостинець»	800	4	9600
2.2	Перекус під час сходження на Говерлу	150	1	1800
2.3	Обід в монастирській трапезній	200	1	2400
2.4	Обід в ресторані «Veranda»	520	1	6240
2.5	Обід в ресторані «Колиба Ведмежа гора»	500	1	6000
2.6	Вечеря в корчмі садиби «Гостинець»	800	4	9600
3	Трансфер	912	5	10 942
4	Екскурсійна програма:			
4.1	Екскурсія «Манявський скит та водоспад»	690	1	8280
4.2	Екскурсія на Говерлу	595	1	7140
4.3	Сплав по Черемошу	600	1	7200
4.4	Майстер-клас з гончарства	350	1	4200

4.5	Верхова їзда в Національному парку «Гуцульщина»	150	1	1800
4.6	Вхідний квиток для сходження на Говерлу	100	1	1200
5	Оплата праці персоналу:			
5.1	Організатор екскурсії	833	5	10 000
5.2	Психолог	1000	5	12 000
Загальна вартість оплати праці: 22 000 грн				
6	Відрахування на соціальні заходи з фонду оплати праці, всього 36,68%	672	1	8 069,60
7	Витрати на рекламу і пропаганду екскурсій	410	1	4 928
8	Розробка програми туру	250	1	3000
9	Адміністративно- управлінські витрати	167	1	2000
10	Ціна (вартість) додаткових послуг і обслуговування:			
10.1	Індивідуальна консультація із психологом	1000	4	4000
10.2	Сауна	167	1	2000
11	Собівартість екскурсійного обслуговування	12 800	1	153 600

12	Прибуток з урахуванням рівня рентабельності (15%)	1920	1	23 040
12	Вартість екскурсійних послуг	14 720	1	176 640
14	Відрахування і обов'язкові платежі:			
14.1	Комунальний податок (водопостачання, електроенергія, опалення, вивезення сміття)	375	1	4500
14.2	Туристичний збір (0,5%)	370	5	4 440
15	Податок на додану вартість 20%	2 944	1	35 328
				Разом податки: 44 268 грн
16	Вартість екскурсії для групи 12 осіб: 276 000 грн			
17	Ціна екскурсії для одного туриста: 23 000 грн			

3.3 Розрахунок витрат на створення рекреаційного пункту

Розрахунок витрат на створення рекреаційного пункту включає в себе оцінку вартості розроблення самого проєкту, облаштування основи майданчику, придбання необхідних елементів та встановлення усіх необхідних елементів.

У цьому підрозділі будуть розглянуті всі основні витрати, пов'язані з облаштуванням рекреаційного пункту для проведення психологічних занять, що дозволить оцінити економічну доцільність його будівництва. Розрахунки наведені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2 – Розрахунок бюджету рекреаційного пункту

№ з/п	Найменування заходу	Сума, тис. грн.
1.	Розроблення проекту планувальної організації рекреаційного пункту- майданчику для групових психологічних занять.	8 000
2.	Облаштування основи майданчику (вирівнювання, відсіпання щебенем, цементування тощо)	39 000
3	Придбання матеріалів.	48 550
4	Монтування та встановлення лавочок, крісел та кострища	24 000
ВСЬОГО		119 550

Матеріали необхідні для облаштування майданчика:

Кострище — 6500 грн

Матеріал для лавок:

1. Профільна труба 3 мм × 200 грн × 65 м/л = 13 000 грн
2. Електроди 3 мм 2 шт × 350 = 700 грн
3. Круг по металу 5 шт × 50 грн = 250 грн
4. Саморізи 1 лис × 400 = 1600 грн
5. Грунт фарба антрацит 5 л = 1200 грн
6. Пропитка для дерева 10 л = 3000 грн
7. Оброблена модрина для терас 20 м² × 1500 = 30 000 грн

Робота:

1. Зварювальні роботи = 7000 грн

2. Монтаж в землю = 3000 грн
3. Фарбування та збір = 5000 грн
4. Укладання по ребрах 50 а/л × 180 грн = 9000 грн
5. Трамбування щебня 80 м² × 100 грн = 8000 грн

Основа:

1. Відсів 10 т = 4000 грн
2. Цемент 1 т = 5000 грн
3. Поробрик 50 мм × 150 = 7500 грн
4. Щебінь 5/20, 20 м³ × 80 = 16 000 грн

Разом: 119 550 грн

У ході проведених економічних розрахунків було визначено витрати на створення туристичного маршруту та облаштування рекреаційного пункту. Вартість туристичного маршруту «Терапія місцями сил» на 5 днів/4 ночі для потреб психологічної реабілітації на групу дванадцять осіб склала 276 000 грн, у розрахунку на одну людину 23 000 грн. У вартість туру включено: проживання в двомісному номері, харчування, трансфер під час туру, екскурсійна програма, психологічні тренінги з фахівцем та додаткові послуги: індивідуальна консультація з психологом, а також відвідування сауни. Чистий прибуток туру складає 78 132 грн, з яких 6 511 грн на одну особу.

Окремо розглянуто витрати на облаштування рекреаційного пункту «Relax Кременці» на базі Медичного реабілітаційного центру «Кременці», бюджет якого склав 119 550 грн. Об'єкт має довгострокову перспективу окупності та сприяє підвищенню якості надання реабілітаційних послуг.

Проведені розрахунки дозволили оцінити економічну доцільність реалізації удосконалення елементів туристичної інфраструктури для психологічної реабілітації населення в Івано-Франківській області.

ВИСНОВОК

У процесі дослідження було досягнуто поставленої мети – розроблення туристичного маршруту для реабілітації та облаштування рекреаційного пункту для психологічних тренінгів в Івано-Франківській області, що сприятиме фізичному та емоційному відновленню.

У першому розділі було досліджено загальні передумови створення маршруту для психологічного туру, проаналізовано попит на такі тури, що виявився позитивним, а також проведено аналіз сучасного стану туристичного потенціалу області. Базою дослідження було обрано Івано-Франківську область, що має усі необхідні ресурси для проведення психологічно-реабілітаційного туру. Рекреаційними ресурсами будуть слугувати гірські ландшафти, численні річки та густі ліси. Ці природні багатства, сприяють повноцінному психологічному відновленню, допомагають позбутися нав'язливих думок, відчутти гармонію із собою та довкіллям, особливо у поєднанні з дієвими практиками.

У другому розділі для вдосконалення туристичного потенціалу області було запропоновано розроблення туристичного маршруту для потреб психологічної реабілітації, а також спроектовано рекреаційний пункт для занять психологічної реабілітації у Ворохтянській територіальній громаді.

Орієнтація націлювалась на психологічно-реабілітаційний туризм, оскільки на даний час в Україні є проблема недостатньої кількості спеціально облаштованих рекреаційних зон для проведення терапевтичних занять у природному середовищі, а також відсутність адаптованих туристичних маршрутів з психологічним спрямуванням.

Для розвитку інфраструктури Медичного реабілітаційного центру «Кремінці» було створено проєкт рекреаційного пункту «Relax Кремінці», де пацієнти санаторію проходилимуть заняття психологічної реабілітації, а рекреанти ТГ зможуть відпочивати в облаштованому рекреаційному пункті. Адже, проведення психологічних тренінгів на свіжому повітрі є найбільш ефективним методом реабілітації. Реабілітаційний пункт буде знаходитись біля озера, територія буде

вирівняна, відсипання щебнем, зацементована. Посередині буде розташоване кострище, яке стане центральним та найголовнішим елементом рекреаційного пункту. З лівого та правого боку розташовуються дерев'яна лавка напівколом та крісла зі спинками для забезпечення інклюзивності. Бюджет на облаштування пункту склав 119 550 грн.

З урахуванням такої перспективності було розроблено новий напрям психологічного туру Івано-Франківською областю у поєднанні психологічних групових тренінгів з природними та історичними надбаннями області – «Терапія місцями сил».

Маршрут даного туру проходить за маршрутом «м.Івано-Франківськ – с.Яремче – смт.Ворохта – с.Яремче - с.Манява – с.Яремче - м.Косів - с.Яремче – м.Івано-Франківськ». Загальна довжина маршруту становить 475,8 кілометрів. Транспортним засобом, що буде обслуговувати туристичну групу з дванадцяти осіб обрано Mercedes-Benz Sprinter, оскільки цей автомобіль є містким, економним та мобільним. Тривалість маршруту, в календарних днях: 5 днів/4 ночі.

У третьому розділі, на основі проведених розрахунків було визначено і встановлено, що вартість туру на одну особу складає 23 000 грн. З урахуванням рівня отримання прибутковості туристичного підприємства, вартість продажу туру складатиме 6 511 грн на одну особу. Така сума порівняно невелика, враховуючи те, що в плани подорожі входить проживання в двомісному номері, харчування, трансфер під час туру, екскурсійна програма, психологічні тренінги з фахівцем та додаткові послуги: індивідуальна консультація з психологом, а також відвідування сауни. Було також визначено, що запровадження туру «Терапія місцями сил» є доцільним, адже туристичне підприємство за 5 днів туру отримає 78 132 грн чистого прибутку.

ПЕРЕЛІК ПОСИЛАНЬ НА ДЖЕРЕЛА

1. Агафонова Л. Г. Туризм, готельний та ресторанний бізнес: ціноутворення, конкуренція, державне регулювання : навч. посіб. / Л. Г. Агафонова, О. Є. Агафонова. – Київ : Знання України, 2002. – 358 с.
2. В Україні презентували результати дослідження психологічного стану населення [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://yur-gazeta.com/golovna/v-ukrayini-prezentuvali-rezultati-doslidzhennya-psihologichnogo-stanu-naselennya.html>
3. Ворохтянська територіальна громада [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vorokhtianska-rada.gov.ua/>
4. Габорак, Мирослав Михайлович. Назви гір Івано-Франківщини. Словник-довідник / М. М. Габорак ; відп. ред.: В. В. Грещук ; Прикарпатський нац. ун-т ім. В. Стефаника . — Івано-Франківськ: Місто НВ, 2005 . — 351 с. : 8 л. іл. — Бібліогр.: с. 330—340.
5. Джи́пінг тури у Яремче [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.karpatskyi-kraievyd.com.ua/yaremche-podoroji-na-pozashlyakhovykah-v-gory.html>
6. Закон України "Про туризм" (15 вересня 1995 р.). - К., 1995.
7. Іпотерапія на «Гуцульщині» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://hutsulshchyna-park.in.ua/ipoterapiia-dlia-viyskovykh-na-hutsulshchyni/>
8. І. Ф. Дячишин, Р. Я. Іваницький. Івано-Франківська область // Енциклопедія сучасної України / ред. кол.: І. М. Дзюба [та ін.] ; НАН України, НТШ. — К. : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2001--2025.
9. Й. Гілецький. Водоспади Українських Карпат як об'єкти пізнавального туризму // Географія та туризм: Науковий збірник. — 2013. — Т. 26. — С. 108–123.
10. Медичний реабілітаційний центр МВС України «Кремінці» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mrc-medical.mvs.gov.ua/uk/kreminci>
11. Мицик Ю. А. Манявський скит [Електронний ресурс] // Енциклопедія історії України : у 10 т. / редкол. : В. А. Смолій (голова) та ін. ; Інститут історії України НАН України. — Київ : Наукова думка, 2009. — Т. 6 : Ла — Мі. — С. 501.

12. Нарінецький водоспад [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D1%96%D0%BD%D0%B5%D1%86%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%B4
13. Національний природний парк “Гуцульщина” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://hutsulshchyna-park.in.ua/>
14. Озера Івано-Франківської області: географія, особливості, рекреаційне значення [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://ua.igotoworld.com/ua/poi_catalog/1041-237-lakes-rivers-ivano-frankivsk-oblast.htm
15. Оренда Mercedes Sprinter у Івано-Франківську [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://luxservis.com.ua/lviv/arenda-mercedes-sprinter>
16. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. – Київ, 2018. – С. 46–54.
17. Подмаркова І.П. Аналіз опыта и перспектив развития психологического туризма в Украине / И.П. Подмаркова // Вісник ДІТБ. 2013. №17. С.168-173.
18. Посттравматичний синдром: прихована загроза [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://tyzhden.ua/posttravmatychnyj-syndrom-prykhovana-zahroza/>
19. Полонина «Залім» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.active-rest.in.ua/polonyna-zalim-vidpochynok-foto-ta-yak-doikhaty/>
20. Посттравматичний стресовий розлад [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://kpt-center.com.ua/poslugi/posttravmatichnij-stresovij-rozlad/>
21. Проведення майстер-класу по гончарству у Косові [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://kosiv.life/honcharstvo/>
22. ПТСР та загострення хронічних хвороб: як війна вплине на здоров'я українців. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.slovoidilo.ua/2022/11/01/infografika/suspilstvo/ptsr-ta-zahostrennya-xronichnyx-xvorob-yak-vijna-vplyne-zdorovya-ukrayincziv>
23. Рафтинг у Яремче [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://transferdokarpat.com.ua/rafting/>

24. Ресторан «VERANDA» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://verandakosiv.choiceqr.com/>
25. Ресторан «Колиба Ведмежа гора» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vedmezhagora.com/kolyba-vedmezha-gora/>
26. Садиба «Гостинець» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.karpaty.info/ua/uk/if/nd/jaremche/houses/hostynets/?fa>
27. Стратегія розвитку Ворохтянської територіальної громади Івано-Франківської області на 2022-2027 роки [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vorokhtianska-rada.gov.ua/wp-content/uploads/2022/01/proyekt-strategiyi-rozvytku.pdf>
28. У межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я визначили пріоритетні проєкти. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3695613-u-mezah-vseukrainskoi-programi-mentalnogo-zdorova-viznacili-prioritetni-proekti.html>
29. Я. В. Верменич. Івано-Франківська область // Енциклопедія історії України у 10 т. / редкол.: В. А. Смолій (голова) та ін. ; Інститут історії України НАН України. — К. : Наукова думка, 2005. — Т. 3 : Е — Й. — С. 403.

ДОДАТОК А
ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА
 туристської подорожі за маршрутом
 «Івано-Франківськ-Яремче»
 на 2025 р.

1. Основні показники маршруту:

Вид маршруту – кільцевий

(за конфігурацією маршруту, за формою організації, за видом транспорту)

Термін подорожі (дн./ночівель) – 5 дн./4 ночі

Число туристів в групі – 12

Початок обслуговування на маршруті першої групи – 10.01.2025

Початок обслуговування на маршруті останньої групи – 10.12.2025

Закінчення обслуговування останньої групи – 25.12.2025

Вартість путівки – 23 000 грн (змінюється в залежності від обраного розміщення)

Таблиця А.1 – Технологічна карта

Місяць року	Кількість туристів в місяць	Графік заїзду туристських груп за датами місяця	Кількість груп в місяць
Січень	24	10.01.2025–15.01.2025 20.01.2025–25.01.2025	2
Лютий	24	10.02.2025–15.02.2025 20.02.2025–25.02.2025	2
Березень	36	05.03.2025–10.03.2025 15.03.2025–20.03.2025 25.03.2025–30.03.2025	3
Квітень	48	01.04.2025–06.04.2025 10.04.2025–15.04.2025 18.04.2025–23.04.2025 26.04.2025–01.05.2025	4

Продовження табл. А.1

Травень	60	05.08.2025–10.08.2025 11.08.2025–16.08.2025 17.08.2025–22.08.2025 23.08.2025–28.08.2025 29.08.2025–03.09.2025 31.08.2025–05.09.2025	5
Червень	72	01.06.2025–06.06.2025 07.06.2025–12.06.2025 13.06.2025–18.06.2025 19.06.2025–24.06.2025 24.06.2025–29.06.2025 30.06.2025–05.07.2025	6
Липень	72	05.07.2025–10.07.2025 11.07.2025–16.07.2025 17.07.2025–22.07.2025 23.07.2025–28.07.2025 29.07.2025–03.08.2025 31.07.2025–05.08.2025	6
Серпень	72	05.08.2025–10.08.2025 11.08.2025–16.08.2025 17.08.2025–22.08.2025 23.08.2025–28.08.2025 29.08.2025–03.09.2025 31.08.2025–05.09.2025	6
Вересень	60	05.09.2025–10.09.2025 11.09.2025–16.09.2025 17.09.2025–22.09.2025 23.09.2025–28.09.2025 29.09.2025–04.10.2025	5

Закінчення табл. А.1

Жовтень	48	05.10.2025–10.10.2025 11.10.2025–16.10.2025 17.10.2025–22.10.2025 23.10.2025–28.10.2025	4
Листопад	36	05.11.2025–10.11.2025 15.11.2025–20.11.2025 25.11.2025–30.11.2025	3
Грудень	24	10.12.2025–15.12.2025 20.12.2025–25.12.2025	2

Адреса туристського підприємства, з якого починається подорож:

вулиця Володимира Великого, 14, Івано-Франківськ, Івано-Франківська область,
Україна, Турагенство «Travel Start»

Проїзд до початкового туристського підприємства: трансфер

2. Програма обслуговування туристів за маршрутом

«Терапія місцями сил»

Таблиця А.2 – Програма обслуговування туристів за маршрутом

Населені пункти, відстань між ними, способи пересування, час прибуття до пункту та виїзду з нього	Найменування туристських підприємств та умови розміщення	Заплановані туристські послуги	Внутрішньомар- шрутні перевезення на маршруті (в місці перебування) здійснюються
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------

Продовження таблиці А.2

<p>м.Івано-Франківськ - м.Яремче; 57,9 км; Виїзд о 12:30. Прибуття о 14:00</p>	<p>Розміщення в садибі «Гостинець». Проживання у 2-х та 4-х місних номерах. Харчування: вечеря у садибі.</p>	<p>Проведення вступного інструктажу з техніки безпеки. Організація зустрічі з психологом (знайомство, вступна сесія). Екскурсійна прогулянка до природного об'єкта – водоспаду Пробій. Проведення групових психологічних практик на відкритому повітрі.</p>	<p>Mercedes-Benz Sprinter 12 місць</p>
<p>м.Яремче-сmt.Ворохта; 47,9 км; Виїзд о 07:30. Прибуття о 09:00. Повернення виїзд о 15:30. Прибуття о 17:00; 47,9 км</p>	<p>Розміщення в садибі «Гостинець». Проживання у 2-х та 4-х місних номерах. Харчування: сніданок, перекус та вечеря у садибі.</p>	<p>Підйом на Говерлу (в теплий сезон) / Нарінецький водоспад + Полонина Залім (взимку) Спуск та обід-пікнік.</p>	<p>Mercedes-Benz Sprinter 12 місць</p>
<p>м.Яремче-с.Манява; 42,6 км; Виїзд о 08:00. Прибуття 09:00. Повернення виїзд о 15:00. Прибуття 16:30.</p>	<p>Розміщення в садибі «Гостинець» . Проживання у 2-х та 4-х місних номерах. Харчування: сніданок та вечеря у садибі. Обід в монастирській трапезній.</p>	<p>Екскурсійне обслуговування на Манявському скиті; Організація пішої прогулянки до Блаженного каменя та Манявського водоспаду; Час на відвідування сувенірного ринку; Проведення групових психологічних практик.</p>	<p>Mercedes-Benz Sprinter 12 місць</p>

Продовження таблиці А.2

<p>м.Яремче-м.Косів; 62,9 км; Виїзд о 08:00. Прибуття о 09:30. Повернення виїзд о 16:00. Прибуття о 17:00.</p>	<p>Розміщення в садибі «Гостинець» . Проживання у 2-х та 4-х місних номерах. Харчування: сніданок та вечеря у садибі. Обід в ресторані «Veranda»</p>	<p>Відвідування Косівського сувенірного ринку (базару); Проведення майстер-класу з традиційного гуцульського гончарства; Проведення сеансу іпотерапії; Вільний час для індивідуальних консультацій з психологом та прогулянки до річки Прут; Проведення вечірніх групових психологічних практик.</p>	<p>Mercedes-Benz Sprinter 12 місць</p>
<p>м.Яремче-м.Івано- Франківськ; 57,9 км; Виїзд о 16:00. Прибуття о 17:20</p>	<p>Розміщення в садибі «Гостинець» . Проживання у 2-х та 4-х місних номерах. Харчування: сніданок в готелі, обід в ресторані "Колиба Ведмежа гора".</p>	<p>Проведення інструктажу з техніки безпеки, видача екіпірування; Організація активного дозвілля відповідно до сезону: – в теплий період – сплав по річці Черемош; – у зимовий сезон – катання на джипах карпатськими маршрутами; Проведення завершального групового психологічного тренінгу.</p>	<p>Mercedes-Benz Sprinter 12 місць</p>

Короткий опис подорожі (повторюється в інформаційному листку до туристської путівки)

Тур розрахований на групу з 12 чоловік вартість 23 000 грн в розрахунку на одного туриста.

Ця туристична подорож розрахована для осіб віком від 25-55 років. Цільова аудиторія – дорослі, які зацікавлені в емоційному відновленні, потребують психологічною підтримки та самопізнання через поєднання подорожі, психологічних практик, відпочинку на природі та групових занять з кваліфікованим психологом.

Тур «Смак Закарпаття» проходить за маршрутом «м.Івано-Франківськ – с.Яремче – смт.Ворохта – с.Яремче - с.Манява – с.Яремче - м.Косів - с.Яремче – м.Івано-Франківськ», включає в себе розміщення в садибі «Гостинець» у м.Яремче, у 2-х та 4-х місних номерах. Харчування: сніданки та вечері в садибі «Гостинець», обіди в ресторані «Veranda», «Колиба Ведмежа гора», перекус під час сходження, обід в монастирській трапезній.

У вартість туру включено переїзд, трансфер, проживання в готелі, харчування (сніданок, обід, вечеря), страхування, прибуток туроператора, супровід психолога, екскурсійна програма: гора Говерла, Манявський скит, Блаженний камінь, Манявський водоспад, Косівський базар, Національний природний парк «Гуцульщина», річка Черемош.

Тур передбачає відпочинок з січня по грудень.

Головними пунктами є міста відпочинку: смт.Ворохта, м.Яремче, с.Манява, м.Косів.

Керівник туристського підприємства, що обслуговує маршрут:

Самойленко Д.О

П.І.Б

Підпис

ДОДАТОК Б
ІНФОРМАЦІЙНИЙ ЛИСТОК
до путівки туристської подорожі
«Терапія місцями сил»

1.Обов'язкова інформація

1. «Терапія місцями сил» - це психологічний тур для осіб віком від 25-55 років. Даний тур дозволить учасникам перезавантажитись, покращити психоемоційний стан, отримати необхідну підтримку, налагодити нові соціальні зв'язки, вийти із зони закриття у собі та одночасно усамітнитись зі своїми думками та краще пізнати себе під час подорожі.

Протяжність маршруту – 475,8 км

Тривалість подорожі – 5 днів/4 ночі

2. Поїздка включає проживання в готелях в садибі «Гостинець» (м.Яремче), у 2-х та 4-х місних номерах зі всіма зручностями.

3. Перевезення туристів відбувається по автостраді Н09/Т-09-02

м.Івано-Франківськ – с.Яремче – смт.Ворохта – с.Яремче - с.Манява – с.Яремче - м.Косів - с.Яремче – м.Івано-Франківськ.

У перший день на туристів очікує зустріч із психологом (знайомство, вступна сесія). Екскурсійна прогулянка до природного об'єкта – водоспаду Пробій. Проведення групових психологічних практик на відкритому повітрі.

Другого дня туристів очікує підйом на Говерлу у супроводі психолога (в теплий сезон) / Нарінецький водоспад + Полонина Залім (взимку), вільний час для фото на вершині, обід-пікнік на свіжому повітрі, вільний час на відпочинок, сауну, чан або масаж.

Третій день присвячений оглядовій екскурсії по селу Манява: відвідання Манявського скиту, обід на території, піша прогулянки до Блаженного каменя та переїзд до Манявського водоспаду на джипі. Вільний час на відвідування сувенірного ринку. Повернення до садиби та участь у групових психологічних практиках.

Четвертого дня на туристи вирушають до Косова, де буде можливість відвідування Косівського сувенірного ринку (базару), участь у майстер-класі з традиційного гуцульського гончарства, відвідання Національного парку «Гуцульщина», де буде проходити сеанс іпотерапії (верхової їзди). Після повернення вільний час для індивідуальних консультацій з психологом або прогулянки до річки Прут. Ввечері туристів очікують групові психологічні практики.

П'ятий день – завершальний, туристів очікує активний відпочинок: сплав річкою Черемош, у зимовий сезон – катання на джипах карпатськими маршрутами. Після чого смачний обід в ресторані "Колиба Ведмежа гора", завершальний психологічний тренінг та повернення додому.

4. Садиба «Гостинець» розташована в живописному місці Яремче, у Карпатах, на відстані лише 10 хвилин пішки від центру міста та 1 км від знаменитого водоспаду Пробій. Гостям пропонуються комфортні номери з усіма необхідними зручностями: телевізор, безкоштовний Wi-Fi, міні-бар, а також простора зона для відпочинку з відкритим басейном та корчмою на території.

5. Послуги, що надаються за додаткову плату:

- прасування одягу;
- пральня;
- масажні послуги;
- оренда велосипедів та спортивного інвентарю.
- сауна на 6 осіб з кімнатою відпочинку;
- транспортні послуги;
- сніданок в номер.

6. Туристична подорож починається з автовокзалу м.Івано-Франківськ (Привокзальна площа, 30).

2.Додаткова інформація:

1.Тур розрахований на осіб віком від 25-55 років, у супроводі організатора екскурсії, екскурсовода, психолога.

ДОДАТОК В
ПРОГРАМА ТУРУ
«Travel Start»

вулиця Володимира Великого, 14, Івано-Франківськ

+380509502888

Терапія місцями сил (5д/4н)

Опис програми туру:

День 1

12:30-12:50 – Зустріч групи на автовокзалі Івано-Франківська, посадка на автобус

12:50-14:00 – Переїзд до Яремче

14:00–14:30 – Поселення

14:30–16:30 - Знайомство із групою та психологом. Організаційні питання.

16:30 – 18:30 - Вільний час на індивідуальну консультацію із психологом, відвідання водоспаду Пробій.

18:30 – 19:30 - Вечеря

19:30–21:00 – Групові практики із психологом.

21:00 – 22:00 – Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 2

07:00–07:30 – Сніданок

07:30–08:40 – Виїзд до бази «Заросляк»

08:40–12:00 – Підйом на Говерлу (в теплий сезон) / Нарінецький водоспад + Полонина Залім (взимку)

12:00–12:30 – Вільний час для фото на вершині

12:30–14:30 – Спуск

14:30–15:30 – Обід-пікнік

15:30–17:00 – Повернення до готелю

17:00–19:00 – Вільний час на відпочинок, сауну, чан або масаж

19:00–20:00 – Вечеря

20:00 – 22:00 - Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 3

07:30–08:00 – Сніданок

08:00–09:00 – Виїзд до Маняви

09:00–11:00 – Відвідування Манявського скиту, знайомство з історією

11:00–12:00 – Прогулянка до Блаженного каменя, відпочинок біля джерела

12:00–13:00 – Обід у монастирській трапезній

13:00–13:30 – Переїзд до Манявського водоспаду

13:30–15:00 – Прогулянка, релакс біля водоспаду

15:00–16:30 – Повернення до Яремче

16:30–18:30 – Вільний час на відвідання сувенірного ринку, індивідуальну консультацію з психологом.

18:30 – 19:30 – Вечеря

19:30 – 21:00 – Групові практики із психологом.

21:00 – 22:00 – Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 4

07:30–08:00 – Сніданок

08:00–09:30 – Виїзд до Косова

09:30–11:30 – Відвідування Косівського базару

11:30–12:30 – Майстер-клас з гончарства

12:30–13:30 – Обід

13:30–14:00 – Виїзд на кінний комплекс

14:00–16:00 – Іпотерапія (катання на конях у горах)

16:00–17:00 – Повернення до готелю

17:00–18:30 – Вільний час на індивідуальну консультацію з психологом, прогулянку до річки Прут.

18:30 - 19:00 – Вечеря

19:00 – 21:00 – Групові практики із психологом.

21:00 – 22:00 – Вільний час для особистих справ та відпочинку.

22:00 - Нічліг

День 5

07:30–08:00 – Сніданок

08:00–09:00 – Виїзд до місця сплаву

09:00–10:00 – Інструктаж, екіпірування

10:00–12:00 – Сплав по Черемошу (в теплий сезон) / Катання на джипах(взимку)

12:00–13:00 – Обід в ресторані «Колиба Ведмежа гора»

13:00–13:20 – Повернення до готелю

13:20 - 14:20 – Час на збори

14:20–16:00 – Завершальний тренінг із психологом

16:00 – 17:20 - Повернення до Івано-Франківська.

Вартість туру

Проживання	Кількість днів (4 дні)	
Садиба «Гостинець»	Двомісний номер	650 грн
	Чотиримісний номер з кухнею	500 грн

Вартість проїзду - 912 грн (в обидві сторони).

У вартість туру включено: трансфер, проживання в готелі, екскурсійна програма, психологічні групові тренінги харчування (сніданок, обід, вечеря), страхування, прибуток туроператора.

Додатково оплачується: індивідуальні консультації з психологом, прасування одягу, пральня, масажні послуги, сауна, оренда велосипедів та спортивного інвентарю, транспортні послуги, сніданок в номер.

ДОДАТОК Г

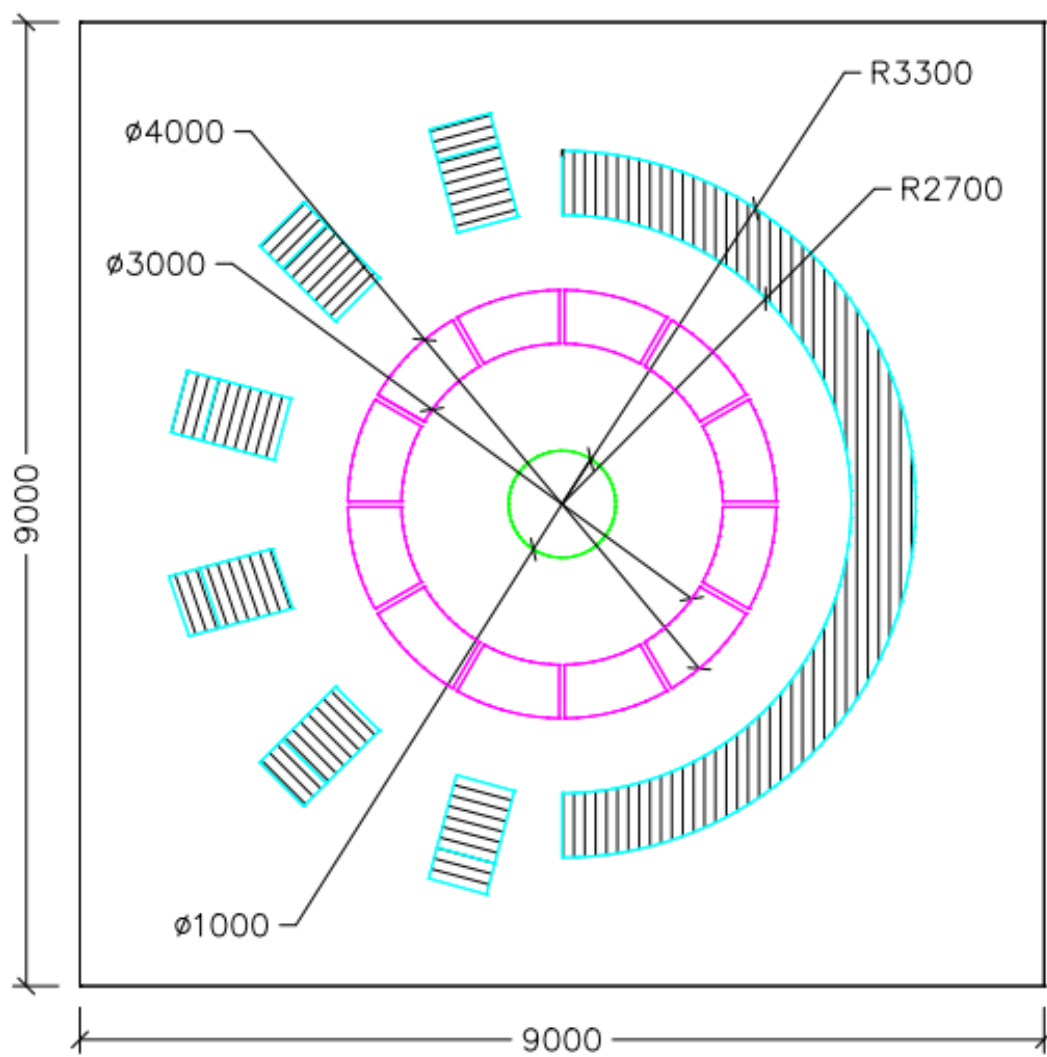


Рисунок Г.1 - Схема рекреаційного пункту