

Читайте в  
номере:

- 2 **ИНФОРМАЦИЯ**  
ПО МЕСЯЧНИКУ
- 3 **ШКОЛЬНАЯ ПОРА**
- 4-5 **ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА**  
НЕТ ВОЗРАСТА
- 6 **БЕРЕТ ТУРЕЦКИЙ**
- 7 **СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ**
- 8 **ФОТОТЕРАПИЯ**

«Фраза  
номера»

«Была бы цель поставлена,  
а цепочка проб  
и ошибок всё равно  
приведёт к успеху...»

Харуки Мураками

## Уважаемые читатели!



### А горячий чай был нарасхват!

Хорошо, когда у человека есть цель. Замечательно, если она совпадает, хотя бы на время, с желаниями, чаяниями, устремлениями коллектива. Это идеальное условие для осуществления какого-то массового мероприятия, общего проекта, когда идея одного должна реализоваться многими.

Главное условие для осуществления любого проекта - правильно выбранная цель! Есть, конечно, цели недостижимые. Мы, например, не можем полететь на... Марс. Но в наших силах сделать жизнь чуть-чуть светлее, добрее, радостнее!

Так и случилось в один из августовских дней – пасмурных и дождливых, когда на площади Верхнего Тагила были установлены столы для мастер-классов, разместились торговые палатки Центра «Изумруд», наших добрых друзей и гостей.

Благодарим за деятельное участие в празднике «Изумрудная шкатулка-2017» казаков, их помощниц из «Куренья «Чистый», кировградских «Рукодельниц», мастеров-умельцев из верхнейвинского «Благого дела», активистов Центра.

Да, аттракционы для детей, выступления самодеятельных артистов-тагильчан, соревнования между семьями, все действия на центральной площадке, были не так зрелищны, как в прошлом году. Но акции такого рода - не «развлекаловка»! Наша ярмарка была задумана 4 года назад как семейно-досуговое мероприятие, как, в основном, **благотворительный проект**, а, значит, главная цель была достигнута.

Изумрудные праздники, а также многочисленные, переходящие из лета в осень мероприятия, приуроченные ко Дню пенсионера Свердловской области, - это те самые коллективные дела, которые дают силы для новых свершений!

**Наталья СМАГИНА**

директор ГАУ «КЦСОН

«Изумруд» города Кирова»



# Пенсионер! Это звучит...

Мы не иронизируем. Быть пенсионером, при условии, что ты бодр, здоров, деятелен, вовсе не плохо. А если НЕ бодр, НЕ здоров? Всё равно хорошо! Потому что специалисты Центра «Изумруд» помогут, научат, заинтересуют, вдохновят, словом, каждому найдут дело по душе и по силам.

В течение МЕСЯЧНИКА ПЕНСИОНЕРА в «Изумруде» проводятся не только обычные, но и дополнительные занятия, консультации, тематические беседы, информационные и праздничные встречи.

## ПСИХОЛОГИЯ В ПОМОЩЬ

Для пожилых клиентов отделения общего типа еженедельно проводятся занятия – психологические



тренинги, когнитивная гимнастика. Пожилым гражданам предлагаются упражнения, сохраняющие память, внимание,

мышление, воображение. Такие занятия, особенно, если они проводятся в игровой форме, поддерживают психоэмоциональное состояние клиентов Центра, помогают гармонизировать личность, порой улучшают и физическое состояние человека.



## Всё по плану!

Традиционно в план мероприятий, приуроченных к празднованию Дня пенсионера Свердловской области, включается акция «Чистый двор». Помощь, оказанную по инициативе социальных работников ОСО на дому №1 (заведующий А.А.Воробьева), скорее можно назвать «Чистая грядка».

Прополка огородов у Екатерины Фоминичны Максютиной, Прасковьи Андреевны Топорковой – это та помощь, которая так нужна пожилым клиентам Центра.



А в отделении общего типа 23 августа состоялось тематическое занятие «Три Великих Спаса». Наши клиенты хоть и не вкусили мёда, яблок и орехов, но благодаря культорганизатору Г. Ю. Драчёвой обогатились интеллектуально. Пожилые люди всегда охотно включаются в разговор о народных обычаях, о праздниках Православного календаря.



24 августа заместитель начальника УПФР в городе Кировграде – Лариса Васильевна Блинова ознакомила клиентов отделения общего типа Центра с некоторыми направлениями деятельности Управления, рассказала об изменениях пенсионного законодательства, подробно ответила на вопросы слушателей, провела индивидуальное консультирование.

Наши клиенты, как никто другой нуждаются в подробных разъяснениях. Их волнуют вопросы обеспечения социальных прав и гарантий. Поэтому информационная встреча побила все рекорды посещаемости среди проведённых августовских мероприятий.



## Триятно было слушать, подпевать, вспоминать...

День пенсионера Свердловской области отмечается в последнее воскресенье августа. Но подготовка к этому Дню, а затем и Месячник пенсионеров расширяют границы праздника. Да не пора ли уже подумать о б о б ъ я в л е н и и « Г О Д А ПЕНСИОНЕРА » ?!

Такая мысль зародилась у меня на очередной предпраздничной встрече, организованной 25 августа для пожилых клиентов



Центра. При активной поддержке наших добрых друзей, сотрудников городской библиотеки, действительно удалось создать атмосферу праздника. Спасибо Светлане Николаевне Юферовой и певице Екатерине Поляковой за такую интересную – познавательную и музыкальную – программу!

Ирина ШАМАНАЕВА

## Своевременные советы

Начинается учебный год. Школьники любого возраста обязательно проходят период адаптации к школе. Причём этот период длится достаточно долго: у первоклашек - 1,5 месяца, у пятиклассников - месяц, учащиеся остальных классов привыкают к школе 2-3 недели. По мнению многих родителей, ребёнок должен проучиться два-три дня и привыкнуть к школе. На деле всё гораздо сложнее. С началом учёбы коренным образом меняется образ жизни ребёнка. Три летних месяца он отдыхал, спал - сколько хотел, гулял - когда хотел! А теперь ему необходимо учиться, подчиняться жёстким требованиям педагога и выполнять домашние задания. При этом его время должно быть расписано по минутам, а сделать это безумно сложно. Если даже взрослому человеку требуется неделя, чтобы включиться в работу после отпуска, что говорить о ребёнке...

В результате могут возникать различные трудности. У детей старше 10-12 лет они носят психологический характер, а вот младшие школьники могут испытывать и проблемы со здоровьем. Помогать ребёнку втягиваться в учебный процесс после длительных летних каникул лучше заблаговременно. Уже с середины августа надо бы менять режим дня, - раньше ложиться спать и раньше вставать. Причём бесполезно требовать от детей соблюдения режима, если сами родители засиживаются далеко за полночь.

Задумайтесь, а хорошо ли ребёнок отдохнул летом. Ведь хорошо работает тот, кто хорошо (а главное - правильно) отдыхает. Активный отдых (особенно на свежем воздухе) лучше всего помогает подготовиться к предстоящей учёбе. Напротив, бесцельное времяпрепровождение может только ещё больше утомлять. Нужно ограничивать время просмотра телевизионных передач и игры за компьютером.

За лето детская рука забывает, как писать, скорость письма в начале года существенно отличается от весенних показателей. Попишите с ребёнком диктанты, лучше, если в этот процесс включится вся семья от папы до бабушки. Разные голоса приучают подстраиваться, а значит, сосредоточиваться. Повторите таблицу умножения. На лето ученикам, обычно, дают список литературы для чтения - можно проверить, как ребёнок справился с этим заданием. Сходите всей семьёй на «Школьный базар». Покупка школьных принадлежностей, одежды для школы - занятие, как правило, приятное и в то же время настраивающее на учебный лад.

С началом учебного года не стоит сразу загружать учеников дополнительными занятиями в секциях и кружках. Время школьника надо расписать так, чтобы он не бежал с одного урока на другой, едва переведя дух. Ребёнок должен прийти из школы, пообедать, час-полтора отдохнуть, а уж после этого идти на дополнительные занятия. При этом у него должно оставаться время и на выполнение домашних заданий, причем, лучше в дневное время.

Прогулки на свежем воздухе обязательны. Младшим

школьникам ежедневно положено проводить на воздухе 3,5 часа, ученикам средней школы - 2 часа, а старшеклассникам - 1,5 часа. Без воздуха вообще нельзя говорить о нормальном развитии и отдыхе детей.

Поможет и правильное питание. Холин и лецитин - защитники и строители нервной системы. Продукты, богатые этими веществами (яйца, печень, рыба, а также молоко) считаются «пищей мозга». Не каждый соглашается есть печень или рыбу, но большинство любят яйца и молоко. Если же ребёнок невосприимчив к молоку и при этом ест мало мяса и не любит рыбу, родителям, возможно, придется покупать в аптеке добавки лецитина и холина и придумывать блюда, в которые можно было бы их добавить. Также важно, чтобы в рационе ребенка наряду с полноценной нормальной белковой пищей присутствовал такой элемент, как магний. Он содержится в орехах, семечках, какао, гречке, богаты им также рожь, овес и зародыши пшеницы, бобовые, включая арахис, печёный картофель, бананы, шпинат и другая зелень.

Какие симптомы могут служить признаками того, что у детей возникли какие-то проблемы в школе, учёбе? Что должно насторожить родителей? Прежде всего, это беспокойный сон. Если ребёнок вскрикивает во сне или разговаривает, если утром он с трудом просыпается и жалуется на головную боль или боль в животе, на этом основании отказывается от завтрака, значит, что-то не так. Многие родители просто не обращают на это внимания. А бывает, что усугубляют ситуацию и говорят: «Когда тебе уроки учить или идти в школу, у тебя болит живот, а вот завтра воскресенье, и живот болеть не будет!» Но они должны понять, что живот действительно болит из-за сильного напряжения, из-за тревоги или просто ребёнку неудобно, что-то трудно даётся.

Ещё один признак - страхи самого разного характера. Случаются и так называемые «близкие слёзы», когда ребёнок без видимой на то причины начинает плакать, особенно если до этого он никогда не был плаксивым. И вообще любые резкие перепады настроения - это тоже плохой знак. Родителям следует обратить внимание и на возникший консерватизм, например, в еде. Это когда ребёнок вдруг ни с того ни с сего говорит, что будет есть только то, что привык, - сосиску или котлету, ничего нового не хочет. Что делать в подобных ситуациях?

Первая заповедь для родителей - уметь наблюдать за поведением детей. Вторая - уметь говорить, слышать и слушать. Прогулка перед сном - самое подходящее время для разговора по душам, когда ребёнок не боится, что вы будете его за что-то ругать. Важно очень тонко подойти к ситуации, выяснить, какие отношения с ребятами, с учителем. Ребёнок всё расскажет, будьте уверены!

Наблюдать за своими детьми-школьниками надо не полчаса, а в течение недели или двух. А ещё лучше не терять бдительность, постоянно общаясь с сыном, дочкой, сохраняя интерес к их учебным делам.

**Наталья КОБЕКИНА,**

заведующий отделением психолого-педагогической и правовой помощи



## ПОЗДРАВЛЯЕМ ВСЕХ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА С ДНЁМ ПЕНСИОНЕРА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ!

ЖЕЛАЕМ ВАМ БОДРОСТИ И ЗДОРОВЬЯ, ЧТОБЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ БЫЛ НАСЫЩЕН  
ХОРОШИМИ ВПЕЧАТЛЕНИЯМИ, БЫЛ ПРОЖИТ ДОСТОЙНО, ДОСТАВЛЯЯ ИСТИННОЕ  
УДОВОЛЬСТВИЕ ВАМ И ВАШИМ БЛИЗКИМ!

*Когда творчество вдохновляет...*

Замечательные мастерицы-рукодельницы под руководством Надежды Николаевны Воронцовой, во-первых, 12 августа стали участницами нашей «Изумрудной шкатулки - 2017», во-вторых, представили образцы изделий на мини-выставку Центра.



Творчество пожилых вдохновляет! Витрины притягивали взгляд, имели нарядный вид. Сотрудники, клиенты, посетители, проходя мимо, могли рассмотреть каждый экспонат. Самые любознательные из пожилых заинтересовались работой клуба «Рукодельница»



## Рассуждения о смысле жизни

Однажды ученик спросил Учителя:

- Учитель, в чем смысл жизни?
- Чьей? – удивился Учитель.

Ученик немного подумав, ответил:

- Вообще. Человеческой жизни. Учитель глубоко вздохнул, а потом сказал ученикам:

- Попробуйте ответить.

Один ученик сказал:

- Может быть, в любви?  
- Неплохо, – сказал Учитель, – но, неужели одной любви достаточно, чтобы на склоне лет сказать «я жил не зря?»

Тогда другой ученик сказал:  
- По-моему, смысл жизни в том, чтобы оставить после себя что-то на века. Как, например, ты, Учитель.

- Ух, улыбнулся Учитель, – если бы я знал тебя похуже, мог бы принять это за лесть. Ты хочешь сказать, что большинство людей живет зря?

Третий ученик неуверенно предположил:

- А может быть, его и не надо искать, этот самый смысл?

- Ну- ка, ну- ка, заинтересовался Учитель, – объясни, почему ты так думаешь?

- Мне кажется, сказал ученик, – что если задаваться этим вопросом, то, во – первых, точного и окончательного ответа все равно не найдешь, будешь все время сомневаться, а, во – вторых,

какой бы ты ответ ни нашел, все равно всегда найдется кто-нибудь, кто будет с ним спорить. Так вся жизнь пройдет в поисках ее смысла.

- То есть, что, – улыбнулся Учитель, – смысл жизни в том, чтобы...

- Жить? – неуверенно сказал ученик.

- По-моему, это ответ! – и Учитель жестом показал, что сегодня занятия окончены».

С этой притчи мы начали разговор на августовском методическом объединении социальных работников Центра «Изумруд».

А как понимают смысл жизни пожилые получатели социальных услуг, с которыми работают наши специалисты?

Есть те, кто смысл жизни видел в трудовой деятельности: «Я работал на заводе, давал план. Всегда оставался на сверхурочную работу. Мой цех был призёром. Получал грамоты, премии. А сейчас? Что я могу? Работа ушла - и смысла нет».

Для других важным было общение, лишившись его, человек теряет смысл: «Всё было: семья, родственники, друзья. Теперь один. Смысл жизни связан с людьми. А где они? Нет людей, нет смысла и цели жить».

Некоторые пожилые клиенты отмечают как значимую потерю –

отсутствие удовольствий. «Был смысл. Были цели в жизни. Много было желаний. А теперь всё для чего? Какие удовольствия? У меня желудок болит, печень, почки. Даже поесть в удовольствие нельзя».

Большинство же наших клиентов на вопрос отвечают философски: «Смысл жизни – просто жить и оставаться в любых ситуациях порядочным человеком. Смысл жизни – это много целей, которые человек осуществляет, пока живёт»; «Смысл жизни – быть всегда верным себе».

Люди по-разному переживают период старения и адаптируются в нем. Одни пытаются оставаться активными, если не физически, то через познание, общение с окружающими, творческие планы. Другие смирились с трудностями и ведут пассивный образ жизни. Третьи пребывают в унынии и грустно или агрессивно воспринимают современный мир и свое место в нём.

Обсудив подробно эту сложную тему, проанализировав индивидуальные особенности, взгляды, суждения пожилых людей, социальные работники поразмышляли над тем, каким образом и где найти сферы самореализации клиентов, наладить общение, поддержать творческий, социальный и интеллектуальный потенциал клиентов.

Лидия СТАРИКОВА

# ТВОРЧЕСТВО ОТ ЮБИЛАРОВ, ТВОРЧЕСТВО ДЛЯ ЮБИЛАРОВ!

Когда-то, в далёком 1972 году **Нина Михайловна Кириченко** написала стихи:

Гроздь красной рябины,  
Облепили пучок,  
Светло-жёлтый, как дыня,  
Налитой кабачок.  
Вот что дарит нам лето,  
Вот что осень даёт,

И красивые песни  
здесь слагает народ!  
О просторах Урала,  
О лесах и садах,  
И поют эти песни  
Соловьи на кустах...

Уважаемая **Нина Михайловна**! Мы поздравляем Вас с замечательным ЮБИЛЕЕМ и, в свою очередь, дарим Вам свои поэтические строчки:

Всё проходит, всё проходит,  
всё проходит, ну, и пусть!  
День за днём, за годом годы...  
Ни к чему сегодня грусть!  
Ранней осени не спрятать  
всех красот, они - для ВАС!  
И сентябрьские закаты,  
И листья летящей вальс!



Пусть бежит за годом год,  
Каждый знает наперёд:  
да, от осени не скрыться,  
всё туманней небосвод,  
птицам грезится отлёт,  
по утрам на лужах лёд...  
Но ещё проглянет СОЛНЦЕ,  
разольёт свой жёлтый мёд  
и теплом лучей прольётся,  
золотом листья мелькнёт!

**27 августа –  
1 октября**

**Здесь вас ждут!**

**День  
пенсионера**  
в Свердловской области

А завершим мы «Поэтическую страничку» стихами **Натали Васильевны Хубровской**:

И вот ещё один заветный день в саду.  
Дай Бог, чтоб этих дней череда не прерывалась,  
Хоть не известно, сколько их осталось  
И что несут нам: радость или беду.  
В любом явлении есть и то, и это...  
Так будем философски подходить:  
Среди добра и зла, крошечной тьмы и света  
Добро и свет в судьбе своей хранить.  
(май 2000 года)



**04 сентября 8-00** Ретро-выставка «Взгляд в прошлое» («Центр «Изумруд», ул. Дзержинского, д. 18)

**05 сентября 10-00** Кросс наций (Дом спорта, стадион)

**07 сентября 15-00** Кинолекторий «Наше старое, доброе кино» («Центр «Изумруд», ул. Свердлова, д. 66а)

**14 сентября 14-00** Спортивное мероприятие для пожилых людей (техникум ПТС)

**23 сентября 10-00** Выставка даров сада и огорода (в ЦДТ)



– !

С **31 августа** в клиентской службе Центра «Изумруд» работает выставка **«Пусть не старят нас года»**, на которой представлены авторские фотографии. Изделия прикладного творчества граждан пожилого возраста на выставке –

**«Наши руки не знают скуки»** будут демонстрироваться в сентябре.

Приглашаем всех желающих посетить клиентскую службу Центра по адресу: **г. Кировград, ул. Свердлова, 66а**

**ПОЗДРАВЛЯЕМ  
МАРАТА РЕНАТОВИЧА  
АХМАТГИРЕЕВА!**

25 августа Марат был приглашён на церемонию награждения победителей Областного конкурса «Возможности без границ» и получил заветный ДИПЛОМ.

Конкурсные мероприятия охватили все округа региона. Всего участие в конкурсе приняли 200 человек со всей Свердловской области. Но делегатами первого Всемирного конгресса людей с ограниченными возможностями здоровья стали лишь 40 лауреатов.





## ЛЕТНЯЯ ЛЕТОПИСЬ

*Наше уральское лето капризно. Правда, в этом году удивляли и Радовали грозовые дни, - с ливнями, радугами! Но было мало тепла. Красота не всегда и не всех согревает, поэтому вновь обратимся к жарким Впечатлениям наших коллег-путешественников.*

Турция – это исламская страна, одна часть которой находится в Азии, а другая в Европе. Страна омывается тремя морями Черным на севере, Эгейским на западе и Средиземным на юге.

Ее площадь составляет 814 тысяч квадратных километров. Столица Турции – Анкара, а раньше был Стамбул — самый крупный город в стране.

Население Турции составляет около 63-х миллионов человек, из них 10 миллионов — это курды, арабов около миллиона, несколько тысяч представителей других национальностей, остальные - турки.

Та часть Турции, что находится в Азии, имеет название Анатолия или малая Азия. Европейская часть Турции очень маленькая и составляет всего лишь 3 %, её называют Румелией или Восточной Фракией. Она имеет холмистую местность, граничит с Болгарией и Грецией.

На протяжении последних десяти лет Турция стала очень популярным курортом.

Город Алания, наверное, знает каждый, кто хоть раз ездил в Турцию или заинтересовался поездкой. Алания – это не очень большой, но довольно живописный городок, который располагается возле Торосских гор, почти у самого их подножия.

Каньон Сападере – один из каньонов Турции, который расположен в сорока восьми километрах к северу от Алании. Каньон стал довольно популярным среди туристов после того, как в 2008 году муниципалитет Алании оборудовал специальную пешеходную дорожку. Пешеходный маршрут составляет около семисот метров. Благодаря этой дорожке туристы могут открыть для себя замечательную по красоте природу, великолепные виды, насладиться горным воздухом.

Каньон образует необычные водопады, где оборудованы специальные места для купания. Стоит отметить, что в каньоне всегда царит прохлада, а температура воды не превышает +6°С даже в самые тёплые дни. Туристический пешеходный маршрут предполагает остановку в кафе или ресторане, где можно отдохнуть после прогулки и попробовать блюда национальной турецкой кухни.

Памуккале — местность в Турции

с геотермальными источниками, аналогов которым нет нигде в мире. Это уникальный курорт и потрясающая природная достопримечательность. Комплекс из 17

минеральных источников, известный ещё с античных времён, внесён в список Всемирного наследия ЮНЕСКО и представляет собой окраину древнего вулканического плоскогорья, возвышающегося над равниной на 100 метров.

Минеральная вода, нагретая недрами земли от +30 до +100 (!) градусов, тысячелетиями стекала по склонам плато, образуя травертины — небольшие природные бассейны

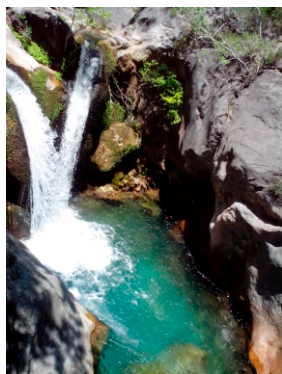
причудливой формы с бортиками из известняка, в которых, по преданию, купалась сама Клеопатра. Источники, перенасыщенные бикарбонатом кальция, образуют на поверхности осадок чистейшего белоснежного цвета.

Кроме кальция, вода богата и другими химическими элементами и соединениями: магнием, углеводородом, сульфатом натрия. Сегодня белый покров устилает весь склон плоскогорья, и сегодня Памуккале, что в переводе с турецкого обозначает «хлопковый замок», действительно выглядит как громадная гора хлопка, разложенного мифическими великанами для просушки. На самом деле природный феномен образовался благодаря сильнейшим землетрясениям, сдвигавшим горные породы и образовавшим разломы, через которые подземные воды устремились на поверхность.

Во II веке римляне построили рядом с травертинами город Иераполис, ставший впоследствии курортом. На протяжении многих десятилетий в окрестностях источников ведутся раскопки, проливающие свет на историю древнего поселения. В 2012 году археологи нашли могилу святого Филиппа, а через год обнаружили пещеру Плутона — место, считавшееся в древности входом в Преисподнюю.

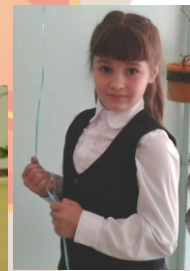
Если вам нравится древняя и современная история, если вы любите посещать памятники архитектуры, а, может быть, базары, красивые пляжи с золотистым песком, то тогда Страна Турция - для вас!

Елена МАРЬИНА



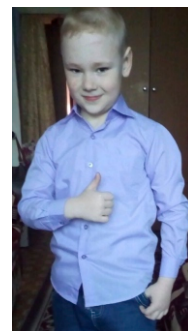


A young girl with light brown hair in two pigtails, wearing a red jacket over a white collared shirt and a backpack, is smiling and holding a bouquet of pink and white daisies. She is standing outdoors, and other children in similar costumes are visible in the background.



Нам не раз звонил звонок, приглашая на урок!  
В школу вы пойдёте тоже...  
Мы советом вам поможем!

# СОВСЕМ НЕ ВРЕДНЫЕ СОВЕТЫ!



Вместо них клади конфеты или лучше – БУТЕРБРОД!

Если ты безмерно счастлив, став беззубым первоклашкой,  
Береги свою улыбку и задор, и оптимизм!  
Может быть, ты очень скоро... обалдеешь от уроков,  
Вот тогда и пригодятся ЧУВСТВО ЮМОРА и СМЕХ!

НАПУТСТВИЕ ОТ ДИНАРА:  
У вас всё получится!

**ПОЖЕЛАНИЕ ОТ АНИ:**  
Дорогие первоклассники!  
Желаю вам учиться на  
одни пятёрки, не болеть и  
не пропускать занятия.  
Ещё желаю, чтобы класс  
у вас был дружный, а  
учительница добрая. И  
дл-и-и-и-нные каникулы!



Помните, что поведение – это зеркало, в котором отражается истинный облик каждого!



# Приглашаем!

Специалисты Центра «Изумруд» применяют в своей работе метод фототерапии. В психологии это направление нацелено на гармонизацию состояния человека, профилактику депрессии, страхов, личностных, профессиональных и семейных проблем. Когда мы смотрим на фотографии, анализируем их, вспоминаются какие-то приятные события, встречи с друзьями, праздники. ФОТОГРАФИИ и процесс ФОТОГРАФИРОВАНИЯ – это способ лучше узнать окружающий мир и себя в этом мире, ощутить уникальность каких-то событий, мест.

Незабываемой оказалась наша выставка 2014 года «Красота и мудрость зрелого возраста». Сколько замечательных фотографий пожилых людей украсили тогда Кировградский историко-краеведческий музей! Сколько радости своими улыбками сумели доставить герои фотовыставки посетителям!

В Центре «Изумруд» мы постоянно устраиваем мини-фотовыставки. Даже те из них, что недолго украшали выставочные стационарные витрины, а это – «Наши праздники», «Подари свою улыбку», «Это мы!», «Мама, бабушка и я», «Ах, какие мы смешные!» – запомнились сотрудникам и посетителям «Изумруда».

Наши специалисты применяют метод фототерапии в работе с клиентами Центра. Вместе с

ними рассматривают фотографии и обсуждают то, что запечатлено. При анализе фотоснимков психологи стараются понять и разрешить личностные проблемы подопечных, расширить эмоциональный кругозор граждан пожилого возраста, людей, в силу обстоятельств ведущих малоподвижный образ жизни.

И вновь метод фототерапии мы решили использовать, организовав в сентябре фотовыставку **«Как прекрасен этот мир!»** в Кировградском историко-краеведческом музее. Авторы фотоснимков, специалисты Центра «Изумруд», наши друзья, социальные партнёры рады подарить всем жителям и гостям города своё творчество - прекрасные виды природы России и свой авторский взгляд на окружающий мир.

Посетители выставки смогут принять участие и в конкурсе эссе, что будет замечательным откликом на увиденное. Вас ждут положительные эмоции! Приходите!

Выставка работает с 1 по 29 сентября.

*То, что неспешное, вдумчивое созерцание творческих фоторабот действует позитивно, я испытала на себе, ведь хорошие фотографии сродни картинам.*

ИССЭ

На фотографии жёлтый прозрачный берёзовый листок, освещённый лучами ещё тёплого осеннего солнца. Он ассоциируется у меня с красотой внешности человека позднего возраста. Это когда лицо его как будто освещается внутренним светом от воспоминаний о своих добрых делах, победах.

Мысли о милых родных людях, друзьях, любимой работе вызывают улыбку и придают красоту и обаяние лику старца. Хочется общаться с этим человеком, слушать его, слушать и слушать, стараясь постигать мудрость жизни...

**Лидия СТАРИКОВА**



Я считаю, что у природы нет хорошей или плохой погоды, нет «хорошего» или «плохого» времени года.

Взглянув на представленные фотографии, я мысленно и чувственно переносилась в то время и место, в котором свершилось это чудо - рождение вечной памяти - фотографии. Какие чувства были рождены в человеке, авторе фотографии, какие струны его души отозвались на окружавшую его красоту?

Я могу судить на основе своих впечатлений, полученных от просмотра результата этого священного действия. И точно знаю, пока есть такие порывы у авторов, и они отзываются в сердцах и душах благодарных зрителей, - мы с природой едины. И красота вокруг нас, внутри нас.

Красота не бывает «плохой» или «хорошей». Она просто есть, и она спасает мир!

**Анастасия ЕРМОЛАЕВА**

