



## Конкурс-дефиле "Осенние кружева"

Жительница Дзержинского района, наш социальный партнер - библиотечарь филиала № 13 Центральной городской библиотеки Петрикова Ольга Юрьевна приняла участие в отборочном этапе областного конкурса-дефиле бальных костюмов «Осенние кружева».



Ольга Юрьевна представила на конкурс три уникальных изделия. "Костюм "Лазурный берег" - это воспоминание о лете, о морских путешествиях, о россыпях цветов на клумбах южных городов, - вдохновенно рассказывает мастерица о своих чудесных работах, исполненных в технике современного ирландского кружева. - Костюм и платье "Коралловые россыпи" связаны крючком из хлопка, платье "Ягодный микс" сшито из тонкого трикотажа. Кружевные мотивы связаны из хлопка, а между ними располагается нерегулярная сетка из тонкого швейного полиэстера в два сложения. Теплое бабье лето, мое любимое время года. Осень. Пожелтевшие, налившиеся багрянцем листья, падающие с деревьев, по-осеннему ласковое солнце – что может быть прекраснее. Щедрая, богатая на урожай золотая осень и навеяла мне дизайны этих изделий".

Итоги конкурса будут подведены 1 октября 2018 года в ходе мероприятия, посвященного Международному Дню пожилых людей, которое состоится в Уральском государственном Театре эстрады по адресу: г. Екатеринбург, ул. 8 марта, 15

## Есть в этом мире красота...

Ветераны центра "Золотая осень" Иосип Рувимович Ельник и Людмила Петровна Придорогина приняли участие в городском этапе областного фотоконкурса "Гляжу в озера синие", в номинациях "Мой родной Урал" и "Счастливые морщинки". Иосип Рувимович представил на конкурс великолепные фотографии Челябинской области "Золотое руно уральских берез", "Затишье на берегу озера Зюраткуль" и "Страда в разгаре". Людмила Петровна отправила на конкурс свои уникальные фотоработы "Золотые восходы Мурзинки", "Закат на Нейве", "Заглядывая в небо", "Мне 88 лет! Я могу!". Работы оценивались членами жюри городского конкурса по таким критериям, как технические качества цифровой обработки, композиционное, цветовое решение, оригинальность, сюжет, точность соответствия заявленной номинации.

Председатель Совета ветеранов центра Людмила Александровна Калинина приняла участие в выставке "Сад-огород", проходящей в рамках городского фестиваля "Салют Победы". Она представила овощную композицию "Все фиолетово", составленную из фиолетовой моркови сорта "Королева", фиолетового гороха, перца Биг папа", баклажана "Король Севера", листовой горчицы "Чудеса в решете" и салата.

Сотрудники и ветераны центра Г.С. Русских, Л.П. Придорогина, Л.А. Калинина, И.Р. Ельник, О.А. Долбакова, Е.А. Финансова, а также обслуживаемые центром пенсионеры Н.М. Корякова, В.Д. Дридигер, Г.В. Мурач, Н.Л. Тюшева, Л.А. Старикова продемонстрировали свое творчество в выставке декоративно-прикладного творчества, посвященной Дню города, которая состоялась во Дворце культуры им. И.В. Окунева. Все участники выставки награждены благодарственными письмами и сладкими подарками.



**Редакция:** Государственное автономное учреждение социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения «Золотая осень» г. Нижний Тагил». Наш адрес: ул. Правды, 9 а, телефон (3435) 33-59-37. Тираж: 200. Распространяется бесплатно.



Сентябрь,  
2018 год № 47(4)

# СОЦИАЛЬНЫЙ вестник



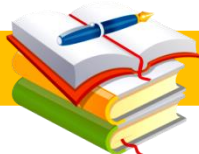
Уважаемые ветераны Дзержинского района! Примите самые искренние поздравления с Международным днем пожилых людей! Этот праздник – замечательная возможность для нас сказать вам искренние слова благодарности за ваше терпение, доброту и любовь, за неравнодушие и стремление помочь в решении сложных задач!

## С праздником уважения, мудрости, добра!

Забота о пожилых гражданах всегда была неотъемлемой составляющей жизни любого общества. Особое внимание уделяется повышению уровня и качества жизни пенсионеров, предоставлению мер социальной поддержки. Всей своей жизнью вы заслужили право на достойный отдых. Многие из вас и сегодня по-прежнему принимают активное участие в жизни города и района, передают свой бесценный профессиональный опыт, выступают в качестве наставников молодежи, являются хранителями истинных ценностей. Спасибо за вашу отзывчивость, мудрость и оптимизм! Мы не перестаем вами гордиться!

От всей души хочется пожелать вам крепкого уральского здоровья, благополучия, стабильности вашим семьям, хорошего настроения, тепла и уюта в доме! Живите долго и счастливо, радуйтесь успехам своих детей и внуков. Пусть как можно чаще в ваши дома приходит праздник!

**А.А. Горбунова, директор  
Центра «Золотая осень»**



### Сегодня в номере:

**Встречайте "золотую"  
молодость, 2 стр.**



**Праздник урожая в центре  
"Золотая осень", 3 стр.**



**Айрис фолдинг -  
радужная техника, 6 стр.**





## Встречайте с улыбкой "золотую" молодость!

В целях повышения уровня социальной поддержки данной категории населения, формирования условий для активного долголетия, на основании Указа Губернатора Свердловской области от 30.07.2013 № 403-УГ «О проведении Дня пенсионера в Свердловской области» с 26 августа по 1 октября 2018 года в Свердловской области прошел месячник, посвященный Дню пенсионера.

Для пенсионеров, обслуживаемых отделением дневного пребывания центра "Золотая осень" были организованы концертные программы, культурно-развлекательные мероприятия, спартакиады, экскурсии, психологические тренинги, лекции и беседы о здоровом образе жизни, круглые столы с участием представителей ГО и ЧС, Роспотребнадзора, Управления социальной политики и Пенсионного фонда РФ.

Представители "золотого" возраста приняли активное участие в соревнованиях по боулингу "Все на старт!" Соревнования прошли в культурно-развлекательном центре "Россия". Участники разделились на три команды "Бумеранг", "Олимп" и "Комета". В ходе соревнований наибольшее количество баллов получили: Горбунова Анна Ивановна - 112 баллов, Анатолий Федорович Ваулин - 101 балл и Малышева Нина Ивановна - 98 баллов. С неподдельным детским азартом участвовали в развлекательной викторине "Никогда не старейте душой!" Участники команд "Улыбка" и "Чебурашки" с большим удовольствием принимали участие в конкурсах "Цветочная викторина", "Придумай образ для модели", "Назови женское и мужское имя на определенную букву", "Закончи фразу из любимых кинофильмов 70-80-х годов". В итоге победила дружба. Все игроки получили сувениры. На спортивной площадке центра "Золотая осень" прошли спортивные состязания "Я всё могу". Энтузиасты, активные любители спорта приняли участие в турнире по дартсу, забивали мяч в футбольные ворота, играли в баскетбол, участвовали в конкурсах "Кольцеброс", "Следки", "Передай мяч другому", "Вращай обруч". В августе побывали на Оленьей ферме, в п. Висим, а в сентябре отправились на экскурсию по г. Нижний Тагил.



Для представителей старшего поколения была организована концертная программа "Почитаем возраст золотой" воспитанников дошкольного учреждения № 87 "Одуванчик". Нарядные ребятки читали наизусть стихотворения о детском саде, о золотой осени, о любимых бабушках и дедушках. Под чутким руководством педагогов детского сада представили замечательную театральную постановку "Гости ходят в огород", исполнили очаровательный танец "Маленькие куколочки". Кошкина Виталина под бурные аплодисменты зрителей спела песню "Вишенки-сережки".

По просьбе пенсионеров состоялась концертная программа "У каждого из нас своя Россия!" солиста Дворца культуры им. И.В. Окунева Валерия Николаевича Трегубова. Он великолепно исполнил арии из оперы "Тост графа Орловского", песни "Пшеница", "Ніч яка місячна", "Я люблю тебя, Россия!". Вместе с представителями старшего поколения исполнил песни "Катюша", "Прощайте, скалистые горы!" и "Бухенвальд", декламировал авторские стихи. Под большим впечатлением от замечательного концерта пенсионеры расспрашивали полюбившегося ими певца про его жизнь и творчество.

Воспитанники Дворца детского и юношеского творчества: участники объединения клуба любителей музыки "Музыкальная палитра", под руководством Татьяны Николаевны Островской, и участники театральной студии "Балаганчик", под руководством Слуцкой Ларисы Николаевны выступили с концертной программой "Куда уходит детство?". Ребята из "Музыкальной палитры" исполнили музыкальные произведения Бориса Гонаго "Зеркало", "Мамочка", "Родники", "Три кита", завершили свое выступление знакомой всем с детства песенкой "Солнечный круг". Участники студии "Балаганчик" прочитали стихи Эдуарда Асадова "Рыжая дворняга" и "Нежные слова", представили театральную постановку А.П. Чехова "Сватовство". Юные артисты получили сладкие призы и сфотографировались с представителями "золотого" возраста на память.

**Л.А. Биюшкина,**  
специалист по социальной работе



## Спортивные и трудовые достижения Н.Л. Сопина



Житель Дзержинского района, труженик тыла Сопин Николай Леонтьевич обслуживается на дому в центре "Золотая осень" с 23 мая 2011 года. Социальный работник Скороходова Любовь Викторовна попросила ветерана Великой Отечественной войны рассказать о своей непростой судьбе, общественной деятельности, трудовых и спортивных достижениях, и он охотно согласился.

"Родился 3 января 1931 года в Курской области, Мантуровском районе, с. Второе Засемье, - вспоминает Николай Леонтьевич. - Во время Великой Отечественной войны будучи 10-летним мальчуганом испытал голод и холод, мне не в чем было даже ходить в школу, я был сильно истощен и стал похож на детей из концентрационных лагерей Германии. В 1944 году несовершеннолетним подростком был принят на Уралвагонзавод, в цех № 790 электриком, где проработал до 1946 года.

После войны учился в школе № 9, окончил 7 классов. Военные годы меня закаляли, пробудили тягу к знаниям. Я успешно окончил Горнометаллургический техникум, затем - Уральский политехнический институт, Университет марксизма-ленинизма и партийную школу. Отслужил в армии, в воздушно-десантных войсках. Имею воинское звание "Старший сержант", был заместителем комвзвода разведки.

Награжден знаком "парашютист-отличник", совершил 32 прыжка с парашютом, мне присвоен второй разряд по парашютному спорту, статус общественного инструктора. Кроме того, 10 лет занимался альпинизмом. Совершил сорок восхождений на вершины гор Тяньшаня и Северного Кавказа, участвовал в восхождениях класса "Технически сложные" на первенство Советского Союза по альпинизму. Будучи инструктором по альпинизму, подготовил в альпинистских лагерях 100 начинающих альпинистов, был дважды на Эльбрусе.

В производственной деятельности прошел путь от помощника мастера до начальника ОТК металлургического завода, мой трудовой стаж насчитывает свыше 51 года. Являюсь заслуженным работником металлургического производства, Почетным металлургом, награжден дипломом и нагрудным знаком "Отличник качества СССР". Я ветеран труда, ветеран тыла и ветеран оборонной промышленности. За свою трудовую деятельность имею 29 наград и поощрений.

Девять лет был председателем общества "Знание", семь лет работал лектором-международником, имею множество почетных грамот и благодарственных писем за активное участие в лекционной пропаганде".

## Фронтовые и трудовые заслуги В.В. Семенова

Ветерану Великой Отечественной войны Виталию Васильевичу Семенову в июле 2018 года исполнилось 95 лет, а его жене Нине Алексеевне отметили 95-летие в августе. С юбилейными датами чету Семеновых поздравили представители администрации Дзержинского района, центра "Золотая осень", Совета ветеранов УХП. На сегодняшний день семейная пара находится на социальном обслуживании на дому.

Семенов родился в 1923 году в деревне Казанцевской Гаринского района Свердловской области. У него немало фронтовых наград и трудовых заслуг в леспромхозе. "В нашей семье было пятеро детей, - вспоминает Виталий Семенович. - Отец умер в 40 лет. Учился я в селе Андрушино до 7 класса, а затем - в Гаринской школе. Когда началась Великая Отечественная война, я добровольцем ушел на фронт, а мама осталась с ребятишками. Ей трудной было одной справляться по хозяйству, она не выдержала испытаний и умерла, а детей отправили в детский дом. В то время, когда я проходил военную подготовку в полковой школе, началась Сталинградская битва, и меня вместе с



молодыми бойцами направили в Сталинград. Воевал в 221-й мотострелковой дивизии, 505-м батальоне связи. Через полтора месяца я получил ранение, во время военных действий мне прострелили левую руку, и я попал в госпиталь Саратовской области. Мне присвоили звание старшины, а после окончания училища города Аткарск - звание лейтенанта. Направили в город Елец Липецкой области, где стоял полк резерва командного состава, там я прошел военную подготовку, стал полковым разведчиком, участвовал в битве под Курской дугой. С боевыми товарищами ходили в разведку на территорию Финских болот, были в Белоруссии, в Польше, узнавали о дислокации вражеских войск, брали в захват пленных. После контузии, попал в госпиталь. Войну закончил капитаном, командовал ротой, а победу встретил под Кенигсбергом. Приехал на Урал, в г. Североуральск, там меня назначили начальником лагеря военнопленных. После демобилизации устроился в леспромхоз Гаринского района, перешел в трест "Серволес". Тогда открывали железную дорогу "Ивдель-Обь", новые леспромхозы открывали. Я ушел в новый леспромхоз. Сначала у нас было только три барака, постепенно люди приезжали, строились, поселок расширился до 1,5 тысячи человек, а потом и до 3 тысяч жителей. Так я проработал в этом леспромхозе 20 лет, занимался лесоводством и лесозаготовкой, был начальником лесопункта. Вышел на пенсию, переехал со женой Ниной в г. Нижний Тагил. Вот живем с ней уже 39 лет. Лет 8 назад заезжал ко мне бывший помощник, рассказывал, что тот лес, который я посадил, стал в 3-4 раза выше человеческого роста". Приглашенные пожелали замечательной семейной паре благополучия, здоровья и уюта в доме.

И.Н. Пилипец, методист



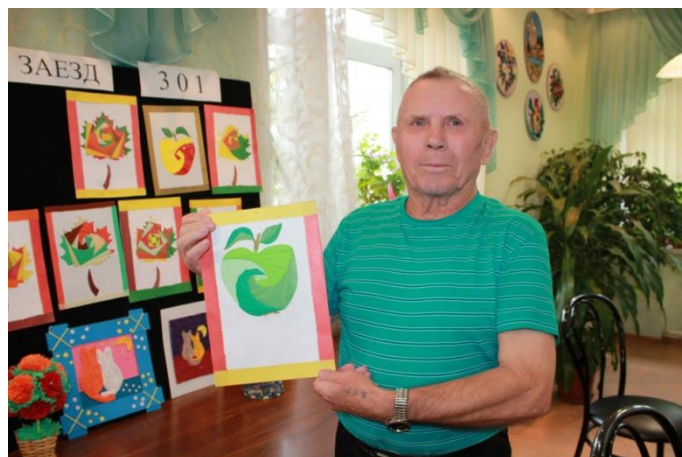
## "Айрис фолдинг" - радужная техника

Осень - прекрасная пора, когда можно любоваться осенними пейзажами, прогуляться по парку, собрать букет осенних листьев, а ещё осень - это пора сбора урожая. Наливные яблочки, ароматные груши, спелая смородина, помидоры, огурцы, морковь и капуста поспевают в саду. В отделении дневного пребывания центра "Золотая осень" представители "золотого" возраста готовятся к встрече с осенью, осваивают новую технику декоративно-прикладного творчества "Айрис фолдинг", для создания праздничного настроения изготавливают красочные открытки "Чудо-яблочки".



Инструктор по труду Наталья Евгеньевна Петрова руководит творческим процессом и подробно объясняет пенсионерам, желающим приобщиться к прекрасному, этапы освоения новой технологии: "Название техники "Айрис фолдинг" можно перевести как «радужное складывание». Рисунок заполняется тонкими бумажными полосками, которые, накладываясь друг на друга под определённым углом, создают интересный эффект закручивающейся спирали. Для выполнения открытки мы используем лист цветного картона или плотной бумаги, тонкую цветную бумагу разных цветов, она может быть однотонная или пёстрая, готовый айрис-шаблон в форме яблока и клеящий карандаш".

Для особо любознательных следует отметить, что техника Айрис фолдинг ("Iris folding") зародилась в Голландии, местные мастера выполняли свои работы из цветной бумаги. В настоящее время для работы в данной технике используются не только различные виды цветной бумаги и картона, но и ленты. Сегодня Айрис фолдинг применяют для украшения открыток, записок, книг, фотоальбомов, коллажей. Конструкции, выполненные



с применением данной техники, смотрятся весьма необычно, могут быть самостоятельным способом выполнения декоративно-прикладных работ, либо использованы частично, как элементы декора, в качестве дополнения к работам, выполненным с применением других техник.

Пенсионер Бердников Владимир Михайлович уже освоил такие техники, как модульное оригами и бумагоплетение, а теперь вместе с мастерицами сконструировал замечательную открытку: "Мне очень интересно было осваивать данный вид техники. Время для изготовления требуется немного, а результат впечатляет. Открытка, сделанная своими руками, может порадовать родных и знакомых, удивить оригинальностью".



А это первая работа Риммы Михайловны Красновой. В течение заезда она очень увлеклась декоративно-прикладным творчеством, но эта техника приглянулась рукодельнице с первого взгляда. И правда, волшебный мир творчества никого не оставляет равнодушным.

**И.Н. Пилипец, методист**



# Праздник урожая в центре "Золотая осень"

12 сентября 2018 года в центре «Золотая осень» состоялась Праздник урожая. Сотрудники центра и представители старшего поколения, обслуживаемые отделением дневного пребывания, оформили цветочные, овощные и фруктовые композиции, принесли разносолы, оставили тёплые отзывы о каждой композиции.

**ОСО на дому № 3 - «Осеннее раздолье».** Радует взор декоративно оформленный поднос с осенними овощами - дружной семейкой из моркови, свеклы, репы, редиски, огурца и томата. А какой импозантный садовод-огородник из кабачка в соломенной шляпке, видимо, хозяин ярмарки или председатель коллективного сада! Какой же это великолепный праздник! На дачной поляне расцвели роскошные букеты, манят грибные разносолы и восхищает чаша овощного осеннего раздолья!

**ОСО на дому № 4 - «Погребок изобилия».** Нашим дачницам не страшны никакие санкции. Они запасли на зиму картофель, засолили огурцы и капусту, приготовили вкуснейшую аджику и маринованные грибочки, наполнили погреба вызревшими аппетитными овощами. Ведь свое, домашнее гораздо лучше импортной продукции. С энтузиазмом садоводы провожают дачный сезон, ставший по-настоящему удачным! Остается только гордиться неутомимыми труженицами и славными тагильскими земледельцами.

**ОСО на дому № 5 - «Осенняя рапсодия».** Осенний натюрморт покорила свежестью и изысканностью. На портрете улыбается ясноокая чаровница-осень, и слагают ей дифирамбы знаменитые барды и поэты. Прелестные ежики собирают диковинные грибы из томатов. Садовод из капусты печально вздыхает над крохотным, так и недоспевшим в уральском климате астраханским арбузом, напевавая перезревшим огурцам осеннюю рапсодию вслед уходящему на юг кораблю.

**ОСО на дому № 6 - «Веселый урожай».** Потрясающий осенний праздник! На пестрой лужайке из рябиновых ягод закружили в хороводе солнечные яблочки, приплясывают гусеницы-красавицы из маленьких помидор, под облепиховой веткой отдыхает заморский гость - сеньор-апельсин. Осенние часы неспешно отмеряют ход времени, сказочная осень пройдет, а вместе с ней и радужный праздник урожая, но останутся в памяти яркие впечатления и замечательные стихи об осени.

**ОСО на дому № 7 - «Золотая молодость».** "И была я молодойю триста лет тому назад", - напевает известную нам с детства песенку черепаха Тортилла. А вот и садоводы едут в далекие края на кабачковом автомобиле собирать урожай. Декоративный букет из яблок, шишек и разнотравья чарует воображение. Даже пингвины пожаловали на осеннюю ярмарку, и детки-яблочки приехали на праздник. Зачинщики торжества с добрыми пожеланиями встречают гостей осеннего пиршества, несут на подносах различные яства.

**ОСО на дому № 8 - «Роскошной осени букет».** Шикарный букет из ярко-желтых шафранов и сиреневых астр величественно возвышается над морем овощей. Ах, какие сочные, сладкие и жгучие красные перцы, спелые томаты, ароматные яблоки, слива и огурцы, украшенные дубовыми и кленовыми листьями! Хлебосольные хозяйюшки поделились рецептом лечо со свеклой, смастерили из баклажана социальное такси, на котором чудесные лягушата из перцев едут в соседнее село за урожаем. Ну как тут не присоединиться к этой поездке!



**ОМО - «Жар-птица осень».** Златокудрая красавица-осень спешит порадовать яркими красочными нарядами. В шляпке из декоративного винограда, в платье из космеи, бархатцев, пестрых осенних листьях, с бусами из калины. С ней очаровательный белоснежный пудель из цветной капусты. В поэтическом хороводе кружат осенние листья, красуются букеты из астр и овощей, а под ними - гномики из картошки. Завершает композицию волшебная жар-птица, оформленная из кабачка, лука, папоротника, желто-алых листьев и цветов.

**ОССО, УСС - «Краски сентября».** Вот и наступила долгожданная осень. Какими же урожайными красками нас радует сентябрь? Малиновыми и сиреневыми астрами, оранжевой морковью, изумрудными кабачками и огурцами, бордовой свеклой, желтыми перцами, ярко-красными помидорами, янтарными сливами, яблоками и грушами. Травяной чай с душицей и ароматным вареньем скрасит зимний вечер, напомнит о чудесном лете и сказочной осени.

**ОДП - «Красота спасет мир!».** Солнечная розовощекая дива из подсолнуха пленяет своим оптимизмом и жизнерадостным настроем. Настоящий символ отделения, девиз хозяйственных сотрудниц: "Улыбка радует всегда!" Встречают гостей персонажи из русской народной сказки "Репка". Только большой и дружной семьей можно вырастить такой богатый урожай. Пенсионеры, обслуживаемые отделением дневного пребывания, присоединились к участию в выставке и наполнили огромную чашу различными овощами, припасенными на зиму. Так и хочется попробовать любимые овощные закуски, получить в подарок букет из гладиолусов, украсить дома праздничный стол фантазией из лотосов.

**Хозяйственный отдел - «Щедрая осень!».** Грандиозный урожай собрал работник хозяйственного отдела Сергей Валерьевич Агишев. Он вырастил на своем садовом участке огромные тыквы, прямо как в сказке "Золушка". А какой крупный "молоденький" картофель! Впору жарить картошечку с грибами! Пленяют своим ароматом наливные румяные яблочки. Сотрудники отдела принесли на выставку овощные заготовки, сделанные с любовью по домашним рецептам. Очень вкусные и аппетитные. Так и хочется нам всем добавки!

И.Н. Пилипец, методист



## Садоводческая выставка "Дары осени"

5 сентября 2018 года в Дзержинской районной организации ООО "Всероссийское общество инвалидов" состоялась традиционная выставка урожая "Дары осени". В ней приняли участие члены общественной организации, садоводы-любители. Они принесли на выставку выращенные на садовых участках огурцы, помидоры, яблоки, кабачки и капусту, ягодные варенья и приготовленные на зиму запасы из консервированных овощей. Садоводы радовали гостей кулинарными изысками, душистыми пирогами, украсили выставочные столы роскошными букетами цветов. В ходе мероприятия приглашенные читали любимые стихи, разгадывали загадки, участвовали в познавательной викторине. В качестве членов жюри выступили сотрудники центра "Золотая осень" - специалисты по социальной работе участковой социальной службы В.В. Елисеева, Е.А. Меркушева и методист организационно-методического отделения И.Н. Пилипец. Они передали от Станции юных техников № 2 сделанные добровольцами трости для нуждающихся маломобильных граждан с ограниченными возможностями в передвижении.



По итогам бурных обсуждений жюри выбрали 6 лучших участников выставки. Победителем в номинации "Осенний калейдоскоп" стала Попова Ирина Алексеевна, в номинации "Кулинарные шедевры" - Яровая Валентина Ивановна, в номинации "Овощная композиция" - Н.Н. Кушнарченко, в номинации "Осенний букет" - Л.П. Радионова, в номинации "Заготовки на зиму" - Т.Н. Лузина, в номинации "Приз от жюри" - Т.Е. Розина. Председатель Всероссийского общества инвалидов И.Ю. Постоногов вручил всем участникам осеннего торжества сувениры, каждому победителю - диплом и подарочное блюдо, а членам жюри - конфеты, пожелал всем благополучия, щедрой и теплой осени.

## Вечер ностальгии "Деревенька моя"



13 сентября 2018 года прошел вечер ностальгии "Деревенька моя" для членов клуба "Встреча" в филиале № 8 Центральной городской библиотеки. Специалисты по социальной работе участковой социальной службы центра "Золотая осень" Юркина Лидия Геннадьевна и Светлана Алексеевна Варакина пригласили представителей старшего поколения на культурно-познавательное мероприятие.

Сотрудники библиотеки Храпина Олеся Геннадьевна и Шмагина Людмила Васильевна представили ретроспективу деревенской жизни, рассказали о древнерусском зодчестве, народных традициях и обычаях, свадебных обрядах. Подготовили из "жемчужин творчества" знаменитых писателей поэтическую панораму о русской глубинке, пейзажах родного края, деревенских жителях.

Член клуба Николай Михайлович Грачев прочитал авторское стихотворение "Деревенька моя". Фадюшина Римма Николаевна поддержала мужа и продекламировала трогательные стихи о любви к земле-матушке известных писателей. Тарникова Валентина Андреевна сочинила и исполнила заливчатскую частушку. Пенсионеры с особой ностальгией слушали песни в исполнении Надежды Кадышевой "Клен ты мой опавший", Валентины Толкуновой "Я деревенская", "Домик в деревне" и Сергея Беликова "Синится мне деревня", принимали участие в конкурсах "Прошей рукавицу", "Земля - воздух - вода", "Колечко".

**И.Н. Пилипец, методист**



## Путешествуем с "Вдохновением"



6 августа 2018 г. на площадке филиала «Санаторий-профилакторий «Гранатовая бухта» р.п. Верхняя Сысерть микрорайона Сосновый Свердловской области состоялся обучающий семинар для руководителей и слушателей «Школы пожилого возраста» по направлению «Социальный туризм». Организаторами мероприятия выступили Министерство социальной политики Свердловской области и ГКУ СОИ СО «Организационно-методический центр социальной помощи». В семинаре приняли участие представители старшего поколения, члены клуба «Вдохновение» ГАУ «КЦСОН «Изумруд» г. Кировграда, а также руководители отделения «Социальный туризм» из Тагилстрояевского, Ленинского, Дзержинского районов г. Нижний Тагил, г. Невьянск и г. Кировграда. Деятельность клуба путешественников «По родному краю» представили сотрудники центра «Золотая осень», специалисты по социальной работе участковой службы Н.В. Алтушкина и О.В. Семушина.

Команда Горнозаводского округа «Вдохновение» приняла участие в представлении участников туристических команд Свердловской области «Визитная карточка», в конкурсе стенгазет, в квесте «LIFE HACKING: мудрости жизни». Любители путешествий с энтузиазмом и вдохновением выполняли все конкурсные задания, получили массу положительных эмоций, заряд бодрости и оптимизма. Руководитель Центра социального предпринимательства и туризма «Серебро», сертифицированный бизнес-тренер Наталья Владимировна Данчевская. Рассказала об особенностях виртуального, анимационного туризма, фототуризма, помогла объединить туристический опыт участвующих конкурсантов. Команда Горнозаводского округа заняла почетное третье место. Награждена дипломом за первое место в обучающем квесте LIFE HACKING: мудрости жизни», дипломом за третье место в конкурсе методических работ среди преподавателей «Школы пожилого возраста» награждена Лизунова Нина Николаевна из ГАУ КЦСОН «Новоуральский КЦСОН».

**О.В. Семушина,**  
специалист по социальной работе

## Тренажер "Оксицикл - III"

В отделении дневного пребывания центра "Золотая осень" внедрен новый вид занятий лечебной физкультурой, который осуществляется с помощью тренажера "Оксицикл III". Огромное значение при немедикаментозном лечении имеет правильный двигательный режим и регулярные занятия лечебной физкультурой - ЛФК. Суставам жизненно необходимо движение. При этом основная нагрузка при занятиях ЛФК должна быть направлена на циклические движения в суставах и укрепление мышц конечности, без существенной осевой нагрузки на пораженные суставы. Такую тренировку позволяет проводить тренажер «Оксицикл III», который относится к виду лечебной физкультуры – механотерапии. Пассивная тренировка основана на запрограммированных параметрах работы двигателя, во время активной тренировки пожилой человек вращает педали за счет собственных сил, преодолевая при этом силу сопротивления, плавно регулируемого в диапазоне от 1 до 5 уровня на пульте управления» - поясняет инструктор по физической культуре И.Г. Левенец.



Ветеран труда Механошина Галина Васильевна неоднократно проходила реабилитацию в отделении дневного пребывания центра "Золотая осень", об эффективности занятий на тренажере "Оксицикл III" рассказывает с особой признательностью: "У меня очень болел сустав левой руки. Обращалась в поликлинику, использовала различные лечебные мази. Ничего не помогло. Ирина Григорьевна Левенец порекомендовала занятия на тренажере "Оксицикл". Она очень внимательный и вежливый специалист, определила мне нагрузку, периодичность тренировки. И действительно уже после 5 занятий я почувствовала значительное улучшение, боль в суставе левой руки утихла. Раньше на оздоровительной гимнастике по утрам я не могла поднять вверх руки, а теперь поднимаю без усилий. Спасибо за занятия, тренажер "Оксицикл" очень помог".

Инструктор по физической культуре Ирина Григорьевна Левенец подтверждает, что занятия на тренажере очень востребованы, улучшение состояния здоровья чувствуют многие пенсионеры и инвалиды.

**И.Н. Пилипец, методист**