

ЖЕНЩИНЫ БЕЗ ВОЗРАСТА

Когда женщины так умны, элегантны и так красивы, как Валентина Яковлевна Вахрушева и Алевтина Михайловна Ершова, то с возрастом они становятся ещё обаятельнее и привлекательнее!

Эти прекрасные дамы отмечают в сентябре не просто дни рождения, а значимые ЮБИЛЕЙНЫЕ даты!

Мы желаем и Валентине Яковлевне, и Алевтине Михайловне так же гордо, красиво, с достоинством, удивляя и восхищая окружающих, продолжать свой жизненный путь! Здоровья, благополучия, семейного счастья Вам, дорогие женщины!

Наша жизнь подобна песне...

В детстве песенка звенит;

Всем мотив её известен,

Тайны детство не хранит!

В юности – фонтаном бьётся,

Нашу песню не унять!

Так несётся, так поётся,

Чуть утихнет и... опять!

Но в ином с годами ритме

И в тональности иной

Песня будто говорит нам:

«Стал спокойней голос мой!»

И хотя утихли страсти,

Остаётся тот куплет,

Где мы Вам желаем счастья!

И любви! И ДОЛГИХ ЛЕТ!



Психологи считают, что самый романтичный период в жизни представительниц прекрасного пола – это 18 – 20 лет, самый чувственный от 20-ти до 30-ти лет, а самый цветущий – от 30 до 45 лет. Однако после наступления тридцатилетнего рубежа любая дама может выглядеть как **женщина без возраста**, что означает сохранение её неотразимости и привлекательности на долгое-долгое время. **Женщина без возраста**, справив своё пятидесяти-, шестидесяти- (и так далее) -летие, будет смотреться значительно моложе!

С наступлением сорокалетия умудренная жизненным опытом и состоявшаяся женщина начинает всё больше уделять внимание себе любимой, заниматься своей внешностью и здоровьем, чтобы соответствовать не только своему социальному статусу, но и выглядеть моложе. Многим удаётся добиться отличных результатов при помощи современных средств красоты, а кому-то благодаря индивидуальным секретам. Поэтому **женщина без возраста** – вечная загадка для мужчин и менее удачливых соперниц.

Несмотря на то, что некоторые медики постоянно твердят о наступлении возрастного кризиса уже в 25

лет, будущая **женщина без возраста** не поддастся на сочувственные пожелания искренних друзей и язвительные поздравления завистливых подруг на каждый новый день рождения. Сбить с толку может только навязчивое общественное мнение и переоценка собственной личности. Тогда дама будет сомневаться в себе и своих силах. Ведь давно доказано, что как женщина себя чувствует, настолько она и выглядит!

Поэтому душевный настрой играет далеко не последнюю роль. Как правило, к 35-40 годам смысл жизни определён, а цели могут быть достигнуты, если не все, то многие. Самое время кардинально измениться, показать себя с наилучшей стороны. Теперь не требуется что-то и кому-то часто доказывать, регулярно спорить, гоняться за модой и кумирами, а также каждый сезон менять гардероб.

Это не значит, что нужно ходить по дому в старых тренировочных штанах мужа и с растрёпанными волосами, а в гости идти с наспех нанесенным макияжем и в плохо отглаженном платье. **Женщина без возраста** всегда на высоте! Мудрость, духовное равновесие, сила воли и чувство меры – вот главные помощники такой женщины!

А ЗОЛОТОЕ правило гласит: «Если хочешь быть моложе – БУДЬ!»

«Изумруд» - информационный печатный орган ГАУ «КЦСОН «Изумруд» города Кировграда

Адрес: 624140, Свердловская область, г. Кировград, ул. Дзержинского 18, тел.: 8 (34357) 3-27-06, 3-11-36, 3-12-11

e-mail: gazeta-izumrud@bk.ru сайт: www.kcson-izumrud.ru

Тираж: 550 экз.

Руководитель проекта:

Главный редактор:

Технический редактор:

Наталья СМАГИНА

Ирина ШАМАНАЕВА

Анатолий БЕЛЯКОВ

Денис АБРАМОВ

Ирина ШАМАНАЕВА

Лидия СТАРИКОВА

Галия КАДЦИНА

Нина КУЗНЕЦОВА

Наталья МАКУРИНА

Наталья ХУБРОВСКАЯ

Наталья САФОНОВА

ИЗУМРУД

дарит надежду

18 сентября

2018

№ 9 (62)

Печатное издание ГАУ «КЦСОН «Изумруд» города Кировграда»

Читайте в
номере:

2

О ВЫСТАВКАХ

3

ДА БУДЕТ

ТВОРЧЕСТВО!

4-5

УДИВИТЕЛЬНЫЕ

ЛЮДИ

6

ПЕРСОНА

7

ДОСТУПНОСТЬ

И КОМФОРТ

8

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Стихи номера:

Осыпал лес свои вершины,

Сад обнажил своё чело,

Дождь сентябрь,

и георгины

Дыханьем ночи обожгло...

Афанасий Фет

Уважаемые читатели!

Поэтические строки, вынесенные на первую страницу нашей газеты, навевают соответствующее настроение. Очарование «осени первоначальной», ожидание необыкновенных красот, особое, лишь этой поре свойственное, вдохновение...

Но ведь прибавилось и забот! Сентябрь действительно наполнен делами и событиями. Молодые родители вместе с детьми-школьниками вспоминают забытые за летние месяцы хлопоты учебной жизни. Пожилые граждане день за днём отмечают в своём календаре мероприятия Месячника пенсионеров, в которых приняли участие, а перечень таковых обширен и разнообразен!

Приятно, что многие горожане уже побывали на фотовыставке «Чудные мгновения». Посетили организованную специалистами Центра выставку и гости города. На заседания методических секций в «Изумруд» 6 сентября съехались представители двенадцати учреждений социального обслуживания населения Горнозаводского округа. Чёткое планирование работы методических секций позволило участникам из разных городов посетить нашу выставку, впечатлиться и оставить хорошие отзывы.



Кинолектории, мастер-классы, конкурсы, запланированные на сентябрь, привлекли внимание и пенсионеров, и молодых людей. А сколько же ещё (до первого октября есть время) интересных, приятных, познавательных, и не мгновений, а часов, ждёт нас впереди!

«Изумруд» дарит надежду! И не только! «Изумруд» организует интересную жизнь, досуг, проявляя заботу о вас, дорогие земляки!

Наталья СМАГИНА

директор ГАУ «КЦСОН

«Изумруд» города Кировграда»

Выставочный бум!

Ежегодно к Месячнику пенсионеров сотрудники Центра «Изумруд» на базе историко-краеведческого музея проводят общегородские выставки. Выставочные проекты разной тематики реализуются с 2014 года. Неизменен интерес городской публики, и не только пенсионного возраста, к нашим выставкам. Почему? Да потому что многие граждане становятся не просто зрителями, а и участниками выставочных творческих проектов.

Нынешняя выставка «Чудные мгновения» - это фотовыставка. На этот раз работы в основном выполнены сотрудниками Центра или ближайшими родственниками сотрудников. Напоминаем, что у нас нет фотографий из интернета, а только авторские снимки! Вы удивитесь, но география путешествий изумрудовцев так обширна, что на некоторых фотографиях запечатлены мгновения, сценки, сюжеты, происходящие в очень и очень отдалённых от Урала местах. Тем интереснее и познавательнее будет для посетителей процесс изучения наших «чудных мгновений»!



Вообще, подобные проекты настолько увлекли сотрудников Центра, что в течение всего календарного года витрины и кубы, размещённые в главном административном здании и в клиентской службе, не пустуют. Идеи постоянных мини-выставок самые разные! Мы показываем достижения наших детей или сами вспоминаем детство, размещая свои давние фотографии, значки, сувениры. Бывают выставки патриотической направленности, а иногда в витринах выставляются открытки или магнитики, привезённые сотрудниками из разных городов и стран.

Часто мы представляем образцы художественно-прикладного творчества пожилых людей. Именно такие изделия и украшали выставки, оформленные к Месячнику пенсионеров - «Зеркало души» и «Назад в прошлое».

Экспонаты первой представляла семья Синюгиных из Верхнего Тагила. Иконы, вышитые бисером, миниатюрные храмы из спичек,



оформленные в различных техниках сувениры не оставили равнодушными клиентов и гостей Центра «Изумруд». А изделия выставки «Назад в прошлое» были исполнены в технике «вышивание». Выставки состоялись по инициативе специалиста отделения социальной реабилитации - Галии Кадциной.



А инструктор по труду отделения социальной реабилитации Центра Ксения Зиятдинова удивляла нас новыми творческими идеями. Помимо мастер-классов, проведённых в августе для участников клубов «Рукодельница» и «Берегиня», ею был организован конкурс «Осенний букет», и конкурсные работы также стали экспонатами небольшой, но очень красивой выставки.



У творчества нет границ! И уже в сентябре специалисты отделения психолого-педагогической

и правовой помощи Елена Летушева и Елена Марьина собрали новые экспонаты и фотографии. Спасибо умельцам-пенсионерам, предоставившим своё рукоделье на выставку «Волшебная мастерская» и работы на фотовыставку «Во саду ли, в огороде».

Ирина ШАМАНАЕВА

Мы уверены, что все, кто придёт в историко-краеведческий музей на фотовыставку «Чудные мгновения» или станет гостем «Изумруда» и зрителем размещённых на стендах и в витринах работ, захотят присоединиться к нашим выставочным проектам!

Заботимся обо всех

Ежедневно нам приходится сталкиваться с проблемами, преодолевать трудности. Но пока есть силы и здоровье, мы в состоянии обеспечивать себе комфортную среду проживания в социуме. Однако, функциональные изменения организма, старение, болезни, нередко приводящие к инвалидности, серьёзно осложняют жизнь многих людей. Из проблем медицинских постепенно вырастают проблемы социальные.

Важнейшая задача нашего общества состоит в выявлении и устранении затруднений, осложняющих жизнь людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. К сожалению, для них и сегодня не создана так называемая безбарьерная среда, где они могли бы полноценно жить, работать, отдыхать.

Решение данной проблемы зависит от многих факторов: экономических возможностей региона, зрелости гражданского общества, в котором должно быть сформировано правильное отношение к инвалидам. Какие задачи стоят на повестке дня учреждений социального обслуживания населения? Во-первых, разработка и реализация комплексных программ, нацеленных на повышение качества жизни инвалидов и граждан пожилого возраста. Во-вторых,



информацию, добраться до учреждений, организаций;

оперативное реагирование на запросы и нужды указанных категорий граждан.

Для маломобильным, имеющим инвалидность подчас трудно получить актуальную для них

порой бывают проблемы и с элементарным самообслуживанием. Для этого существуют, в том числе и при Центре «Изумруд», пункты проката технических средств реабилитации и ухода. Например, средства, облегчающие передвижение:

- кресло-коляска инвалидная,
- трость опорная,
- опоры-ходунки для взрослых и детей,
- ходунки прогулочные,
- костыли для взрослых и детей.

Из средств для проведения мероприятий медико-



социальной реабилитации имеется аппарат «Алмаг-001». Можно воспользоваться и малыми средствами

реабилитации. Есть, например:

- захваты для надевания чулок, носков, одежды,
- приспособление для надевания обуви,
- приспособление для застёгивания пуговиц и молний.

Можно воспользоваться также средствами ухода за больными и престарелыми людьми, например, надувной ванной для мытья головы, матрасом от пролежней.

Для консультирования об использовании ТСР и средств ухода, для их индивидуального подбора следует обращаться к ответственным специалистам социального пункта проката Центра «Изумруд» - Оксане Михайловне Ширяевой, Наталье Леонидовне Ипатовой (телефоны в Кировграде и Верхнем Тагиле: 3-29-86, 2-63-65).

Для получения информации о возможностях реабилитации в стационарных отделениях Центра звонить по телефону 3-12-11.

Здоровья на долгие годы!

ОСЕННЕЙ ПОРОЮ НЕ ЖДЁМ УВЯДАНИЯ!
ВЗБОДРИМСЯ!

НАСТРОИМ ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ!

Или третье?! Вы, уважаемые читатели, уже прочли на 4-5 страницах газеты статьи об удивительных людях, пенсионерах-долгожителях. Есть такие не только среди наших клиентов, получающих помощь и поддержку на дому, но и в стационарных отделениях Центра «Изумруд».

Например, 95-летний рубеж преодолели Агафья Николаевна Писарь и Николай Фомич Карпенко! За девяносто перевалило Вере Петровне Дмитрук и Клавдии Александровне Задориной. Чуть моложе – Анфиса Романовна Коробейникова и Миннимухамат Фатхетдинович Фатхетдинов.

Мы желаем им и всем нашим пожилым клиентам ЗДОРОВЬЯ, ЗДОРОВЬЯ, ЗДОРОВЬЯ!



Этот выпуск нашей газеты посвящён теме «Творческие, физические, интеллектуальные возможности граждан пожилого возраста». А выражаясь не официальным, но поэтическим языком, можно сказать так:

«Персона грата»

Рапия Фамутдиновна Халимова, медсестра отделения милосердия, сегодня героиня рубрики «Персона грата». Человек она ответственный, чуткий и позитивный.

- Рапия Фамутдиновна, профессия медицинской сестры для Вас случайная или осознанно выбранная?

- Случайная, я с детства крови боялась. Мечтала быть учителем математики, но не справилась с одним экзаменом.

- В чем специфика Вашей профессиональной деятельности именно в стационарном отделении центра «Изумруд»?

- В стационарном отделении живут люди пожилые, больные и инвалиды, которые нуждаются в повседневной заботе. Всем нужна поддержка и внимание. Просто надо любить людей.

- За долгие годы работы Вы достигли профессионального мастерства, есть ли у Вас потребность в каких-либо знаниях, как Вы удовлетворяете эту потребность?

- Учиться надо всегда, везде и постоянно. Сейчас есть интернет, но люблю перебирать свои старые студенческие записи и книги. Всегда покупаю новую литературу по медицине.

- Ваши детские и юношеские годы где проходили? Какие эмоции возникают при воспоминаниях об этом времени?

- Я родилась и выросла в башкирской деревне. В семье - пятая из детей. Была семейной любимцей! Детство и юность – это самые лучшие времена в моей жизни. Зимой «до сосулек» катались с горки и играли в снежки. Летом играли «в домики», собирали красивые стекляшки из разбитой посуды. Из травки и цветочков «варили суп» и ходили друг к другу в гости. Любила свою сельскую школу и своих учителей. Ходили в деревенский клуб смотреть кино, а потом и потанцевать...

- Чем Вас привлекает Кировград, есть ли особенно любимые места?

- Люблю гулять у пруда и в парке.

- Ваш оптимизм, доброта, улыбка... где Вы берете силы, энергию для жизни?

- Сила и энергия приходят, когда есть возможность посидеть в тишине.

- Как семья относится к Вашей работе?

- Вся моя семья знает, что я люблю свою работу, люблю быть нужной людям, и всегда поддерживают меня.

- Есть ли в Вашей семье какие-то традиции?

- Традиционно встречаем Новый год всей нашей большой семьей.

- Что для Вас счастье?

- Счастье – это когда все здоровы и у всех всё хорошо (у детей, внуков и у нас самих). И когда рядом крепкое плечо мужа.

- Как Вы проводите свое свободное время?

- Если оно появилось, люблю почитать, люблю посидеть в тишине или просто прогуляться у пруда.

- Рапия Фамутдиновна, очень интересны будут Ваши краткие ответы на некоторые вопросы анкеты 19 века, вошедшей в историю под именем Марселя Пруста.

- Ваша самая характерная черта?

- Честность

- Что Вы больше всего цените в людях?

- Честность и трудолюбие

- Что является Вашим главным недостатком?

- Вспыльчивость

- Ваш любимый цвет?

- Белый

- Ваш любимый цветок?

- Ромашки

- Ваши любимые писатели, поэты?

- Михаил Пришвин и Сергей Есенин

- Музыка, которую Вы любите слушать?

- С возрастом люблю спокойную и тихую музыку

- Способность, которой Вам хотелось бы обладать?

- Я не романтик, но хочу им быть!

- Ваше любимое изречение?

- Сделал дело - гуляй смело!

Спасибо, Рапия Фамутдиновна! Вы уже немного романтик!

Вопросы задавала **Лидия СТАРИКОВА**



ЧЕЛОВЕК УВЛЕЧЁННЫЙ

Валерий Романович Мухамадеев родился в 1951 году в посёлке Шабры Свердловской области, потом уехал на север в Ханты-Мансийский автономный округ, в город Белоярский, где работал сварщиком. Сейчас он на пенсии, но отдыхать ему некогда! Вот что он рассказал специалисту отделения социальной реабилитации нашего Центра – **Галие Кадциной**:

«Ещё в 1984 году занялся я резьбой по дереву, и по сей день это увлечение вдохновляет меня на новые работы. Вырезаю я из любых пород деревьев, но, конечно, в приоритете - липа. Когда мы вернулись на Урал уже в пенсионном возрасте, я стал заниматься внуками, фотографией, рыбалкой, но по-прежнему тянет к дереву.



Когда беру дерево в руки и начинаю резать, получаю удовольствие и отдыхаю. Я, если честно, не люблю выставлять свои работы, но специалисту центра «Изумруд» не смог отказать!

В основном свои работы дарю родным и друзьям, чтобы оставить о себе добрую память. За 30 лет мои работы разлетелись по всей стране. Хочется обратиться к молодежи, чтобы они больше занимались творчеством и видели красоту в природе и окружающем их мире, а не в гаджетах. Для себя хочу одного – здоровья и долголетия, ведь с возрастом приходят другие ценности.

Хочу вам пожелать процветания, ведь вы работаете на радость и благо людей!»

Да не покинет нас вдохновение!

Творческие увлечения, будь то фотография, рукоделие, сочинение стихов, поддерживают нас, сохраняют душевное равновесие, подпитывают энергетически и эмоционально. Будем откровенны, не всё в нашей жизни складывается удачно, тем более, что в пожилом возрасте к разного рода неурядицам и внешним раздражителям добавляются проблемы со здоровьем. Но, принимая жизнь такой, какая она есть, размышляя о разных её аспектах, умея видеть радость в обыденном, мы снова и снова благодарим судьбу за то, что даровано нам свыше!

В солнечном свете луга утонули,
Ярко горит разноцветный ковёр,
Ивы над речкою ветви нагнули,
Тишь... только слышится птиц перезвон.

Слышишь, как чудно кукует кукушка
Там, за изгибом реки, во леске.
Вьётся вдоль берега речки дорожка,
Чьи-то большие следы на песке...

Рыба играет, кузнечик стрекочет,
В речке, как в зеркале, чистое небо,
Кто-то в лугах безмятежно хохочет,
Милости просим сюда, если не был.

Солнца тепло, ту летящую утку,
Эти луга, птиц, речушку и иву
Хоть на денёк, ну хотя б на минутку
Взять бы с собою в холодную зиму!

Нина КУЗНЕЦОВА

Мелькают стаи птиц в огне рябиновом,
Потом с небес опустятся снега,
На память сохраню закаты рубиновый
И зиму полюблю наверняка.
Как улыбалась я дождю весеннему,
Так с осенью туманной загрузу,
И, подпевая Блоку и Есенину,
Слова, как тополь листья, от- пу- шу...

Да, для нас вопрос не праздный:

«Возраст есть у красоты?»

И ответов много разных
сразу вспомним - я и ты.

Красота, мол, - это зрелость,
Мудрость, образ жизни твой,
А ещё, конечно, смелость
Не бояться быть собой!

Убежит походкой летней
Молодость за горизонт.
Осень жизни незаметно
Развернёт над нами зонт...
Не считай напрасно годы.
Всем проблемам скажем «НЕТ!»
Вот рецепт от непогоды
надвигающихся лет.

Ирина ШАМАНАЕВА

Не всё у нас бывает хорошо.
И часто мы торопим PROVIDENCE:
Скорее бы звонок!
Скорей бы день прошёл!
Скорей бы наступило воскресенье!
Скорей бы отпуск
или хоть весна!
Скорей с больничного!
На пенсию скорее!
Зачем?

Зачем?
И так придет она
Нелепо, беспощадно, не жалея...
А что потом?
Ведь если б мы могли
Отдаться власси тому, что не успели
В далекие и молодые дни,
Осуществить мечту на самом деле!
Но нет уж сил,
здоровья тоже нет,
Энтузиазм не тот,
сломались взгляды...

Перевернулось всё в родной стране,
И близких нет людей с тобою рядом.
НЕТ, время нам не стоит торопить,
Пускай течёт размеренно и круто.
А просто надо научиться ЖИТЬ.
Жить каждым часом,
каждою минутой.

И сколько б ни осталось впереди,
Ловить с восторгом жизни проявления,
Чтобы всечасно мыслить: Погоди!
Повремени! Остановись, мгновенье!

Наталья ХУБРОВСКАЯ

С праздником, дорогие пенсионеры!

Девяносто девять!!!

Это удивительно, но Зинаида Васильевна Колеватова, жительница Верхнего Тагила, действительно будет принимать поздравления с 99-летием! Вот что о ней написала дочка.

Моя мама родилась в далеком 1919 году, в городе Семипалатинске Казахской ССР. Отец - Купчинов Василий Нилыч работал начальником Сельхознаба, мама - Евстолия Ивановна была домохозяйкой. Семья была большая, четверо детей, и все - девочки.

Зина поступила в школу и окончила 7 классов. В то время было только 7-летнее школьное образование. А в 1932 году пошла учиться дальше, в автодорожный техникум, 2 года проучилась и поняла, что это не её призвание. Переехала на Урал к сестре. Хотела продолжить образование, но поблизости не было учебных заведений, нужно было ездить в Свердловск. Времена были тяжёлые, и чтобы прожить, пришлось идти работать. Так началась её трудовая биография.

С 1939 года по 1945 год она работала на Среднеуральской ГРЭС. Всю войну трудилась на этом предприятии. Работали по вахтам, дисциплина была строгая, в каждом цехе стояла военная охрана. Проверяли, чтобы не было опозданий, за опоздания передавали дело в суд. А до работы надо было идти пешком 20 километров!

В 1939 году мама вышла замуж, родились дети: Борис в 1941 году, Георгий в 1943, Елена в 1945 году. Декретный отпуск в то время был 2 месяца до родов и 2 месяца после родов. Дети были в яслях, и в обеденный перерыв приходилось бегать, чтобы их кормить. То, что давали в столовой мама экономила, съедала только первое, а второе несла домой. Всё было по карточкам. На рабочую карточку давали 1 кг хлеба, 400 г сахара. На карточку служащего - 600г хлеба, на детей - 400г хлеба, но из них 200 г отдавали в садик. Карточки-то были, но купить на них ничего было нельзя. В магазинах было пусто, а когда появлялись продукты, стояли огромные очереди.

В связи с переводом мужа на другую работу семья переехала в Верхнюю Пышму, а в 1951 году переехали в

Нижнюю Туру. Там Зинаида Васильевна работала мастером в электроцехе. В 1953 году родилась дочь Наталья.

Это был сложный период в жизни: из-за болезни пришлось долго лечиться. Болезнь удалось победить, но работу пришлось оставить. В 1955 году семья переехала в Верхний Тагил. Работал один муж, а семья была большая. Чтобы как-то прокормиться, завели хозяйство: корову, кур, поросят. Был огород, сад, садили картошку на полях. Трудиться приходилось много, за всем нужен был присмотр, уход.

Но дети выросли, все получили высшее образование. Пока были студентами, тоже надо было помогать, а учились одновременно трое. Сейчас дети и внуки всегда со своей мамочкой и бабушкой! Все приезжают по очереди и ухаживают, поддерживают. Хотя жизнь и разбросала, - кто в Ставропольском крае живёт, кто в Харькове, кто в Екатеринбурге.

У Зинаиды Васильевны четверо детей, девять внуков и четырнадцать правнуков! Зинаида Васильевна прожила долгую жизнь. Она ветеран Великой Отечественной войны, ветеран труда. Награждена медалью «За доблестный труд в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.», юбилейными медалями в честь Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.

Спасибо сотрудникам отделения социального обслуживания города Верхний Тагил. Социальный работник - Мушкатело Валентина Ивановна, которая помогает

Зинаиде Васильевне, очень внимательный, отзывчивый и добросовестный человек

Жизнь продолжается!!!

Н. А. САФОНОВА

Зинаида Васильевна! Коллектив Центра «Изумруд» восхищён Вашей стойкостью и жизнелюбием! Мы желаем Вам тепла, уюта, радости! Пусть в сердце и на душе будет легко и спокойно!



ЮБИЛЯРЫ

Поздравляем тех, кто в сентябре встречает 90-летие:

Кочева Геннадия Петровича 14.09.

Зуеву Антонину Васильевну 16.09.

Глагольеву Надежду Екимовну 17.09.

Замятину Надежду Панфиловну 17.09.

Сметанину Лидию Алексеевну 17.09.

Салову Марию Григорьевну 17.09.

Конышеву Людмилу Викторовну 21.09.

Бузунову Зинаиду Николаевну 25.09.

Возжаеву Любовь Васильевну 30.09.

Ракине Зиннатовне Хайдаровой исполнилось 90 лет!

Родилась Ракина Зиннатовна 2 сентября 1928 года в Башкирии. Её юность пришлось на годы Великой Отечественной Войны. Все тяготы военной жизни легли на хрупкие плечи девушки. В 14 лет она начала работать почтальоном. До сих пор ей снится сон, как она заходит в дом и несёт в этот дом похоронку, а рука не поднимается достать из почтовой сумки эту злую бумагу! Вот как она это вспоминает: «Помню, что люди плакали, кричали, падали в обморок от таких известий. Чем могла помочь им я - маленькая девочка? Тяжело было...»

После войны, в 1949 году, Ракина Зиннатовна приехала в Кировград. Страна восстанавливалась после тяжелой, кровопролитной войны. Поэтому работать приходилось, не покладая рук. Устроилась она на завод твёрдых сплавов формовщиком; работа была не из легких. Жизнь только-только стала налаживаться, но новая беда! В 1953 году отправили бригаду на сенокос в деревню. На обратном пути машина, в которой ехали,

попала в аварию. Погибли все, кроме шофёра и Ракины Зиннатовны. Восстановление было тяжёлым и трудным, с чередой операций.



После лечения Ракина Зиннатовна уже не могла работать на тяжёлом производстве. Она устроилась в ОТК, где и проработала до пенсии.

Она гордится, что воспитала троих дочерей, и сейчас у нее 6 внуков и 6 правнуков. Родственники не забывают женщину, помнят о ней и часто навещают. Вот и свой 90-летний юбилей она

отметила в кругу родных и близких. Даже родственники из Башкирии приезжали.

За добросовестный труд в военное и послевоенное время Ракина Зиннатовна награждена медалью «Труженик тыла», «Ветеран труда». Мы поздравляем её с 90-летием и желаем ей здоровья, оптимизма, бодрости духа и всего самого наилучшего!

Наталья МАКУРИНА

Воспоминания – богатство старости

Одним из способов социальной помощи пожилым людям является использование ими собственных жизненных ресурсов, среди которых немаловажное значение приобретают воспоминания.

Общаясь с пожилой больной женщиной стационарного отделения, я вижу, как разглаживаются ее морщинки, как она заразительно смеется, когда вспоминает что-то приятное из прошлой жизни.

В стационарном отделении нашего Центра специалисты часто применяют терапию воспоминаниями. Беседуем с клиентами, проводим «Капустники», «Посиделки», различные занятия. Пожилые люди с удовольствием рассказывают о том интересном, что было в их жизни, просматривают фотографии прошлых лет. С радостью поют песни и танцуют под музыку времён молодости. Всё это улучшает эмоциональное состояние и общее самочувствие.

Некоторые клиенты не хотят вспоминать прошлое. Были горестные военные годы, тяжёлый послевоенный период. Сложные это были времена для всей страны и для каждого человека. Да и сейчас всё не просто. Специалисты, работающие в стационарных отделениях, социальные работники стараются внести нотки позитива в настроение клиентов. Помогает нам в работе и мудрость притч:

Старый мудрый китаец шел по заснеженному полю, когда увидел плачущую пожилую женщину.

- Почему вы плачете? – спросил он.

- Потому что я думаю о своей жизни, молодости, красоте, которую я видела в зеркале, и о мужчине, которого я любила. Бог жесток, что дал способность помнить. Он знал, что я вспомню весну своей жизни и заплачу.

Мудрец стоял на снежном поле, пристально смотрел в одну точку и думал.

Неожиданно женщина перестала плакать:

- Что вы видите там? – спросила она.

- Поле роз, - ответил мудрец. – Бог был великодушен ко мне, когда он дал мне способность помнить. Он знал, что зимой я всегда могу вспомнить весну и улыбнуться.

Мы сами выбираем, что нам вспоминать и «видеть» в своем прошлом, тем самым выбираем мир своих эмоций.

Так, опираясь на мудрость жизни, свои профессиональные знания, опыт и желание помочь человеку в преодолении трудностей, мы стараемся повышать жизненный тонус наших пожилых клиентов.

Лидия СТАРИКОВА