

выпуск 2

ВРЕМЯ ЖИТЬ



апрель-июнь

2025 г.

г.Вязники

*Информационно - просветительский
журнал для получателей социальных
услуг государственного бюджетного
учреждения социального обслуживания*

Владимирской области

*«Вязниковский дом - интернат для престарелых и
инвалидов*

«Пансионат им. Е. П. Глинки»

Содержание:

- **Новости социальной защиты**
- **Калейдоскоп событий**
- **Это важно знать!**
- **Спасатель-33**
- **ПСИХОЛОГ советует**
- **Формула здоровья**
- **Спорт и активное долголетие**
- **Литературная гостиная**
- **Твоя жизнь в твоих руках**
- **По страницам нашей жизни**
- **Тропой добрых дел**
- **Вкусная страница**
- **Мозговой штурм**
- **С днем рождения!**



Юбилейная федеральная выплата - 80 000 рублей –

Граждане с инвалидностью и участники ВОВ, вдовы, узники

Юбилейная федеральная выплата - 55 000 рублей -

Труженики тыла, награжденные за труд, совершеннолетние узники

Ежегодная выплата ко Дню Победы - 10 000 рублей - Участники и

граждане с инвалидностью ВОВ

Ежемесячная доплата (Герои, кавалеры ордена Славы) –

27 658,23 рубля Герои СССР, РФ и полные кавалеры ордена Славы

Ежемесячная доплата - 1000 рублей - Участники, граждане с

инвалидностью ВОВ, несовершеннолетние узники

Ежемесячная доплата - 500 рублей - Вдовы, совершеннолетние узники, блокадники и другие

Региональные выплаты - 10 тысяч рублей - инвалидам и участникам

Великой Отечественной войны, бывшим несовершеннолетним узникам концлагерей, лицам, награжденным знаком «Жителю блокадного Ленинграда» и «Жителю осажденного Севастополя».

В 2025 году Россия отмечает 80-летие Победы в Великой Отечественной войне. К юбилею государство назначило ветеранам и другим категориям граждан повышенные выплаты. Деньги поступят автоматически в апреле и мае. Заявления для этого подавать не нужно.



9 мая
С праздником!

НОВОСТИ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

В преддверии празднования 80-летия Победы жители Вязниковского Пансионата стали участниками областной акции «Наследники Победы-33». Акция направлена на сохранение памяти об исторической правде героического времени 1941-1945гг.

Минутой молчания почтили память всех, кто ценой своей жизни отстоял свободу Родины в годы Великой Отечественной войны. Гости мероприятия стали: участник военной операции Николай Бубнов и поэтесса Валентина Зельцер. С поздравлением к ветеранам пришли юные артисты - учащиеся Санаторной школы и школы №2 и воспитанники детского сада №9. Артисты подготовили замечательную программу, в которой были и стихи, и песни, и танцы. С оживлением все приняли участие в викторине «Навстречу Победе». От нахлынувших чувств невозможно было сдержать слёзы...

Ветераны обратились с напутствующими словами к молодому поколению, пожелали здоровья, счастья и мирного неба, включились в программу с чтением патриотических стихов.

А в завершении - на фоне символов акции и под звучание песен о Победе с удовольствием сделали совместное фото.



**В ПАНСИОНАТЕ ПРОШЛА ОБЛАСТНАЯ АКЦИЯ
«НАСЛЕДНИКИ ПОБЕДЫ»**

КАЛЕЙДОСКОП СОБЫТИЙ

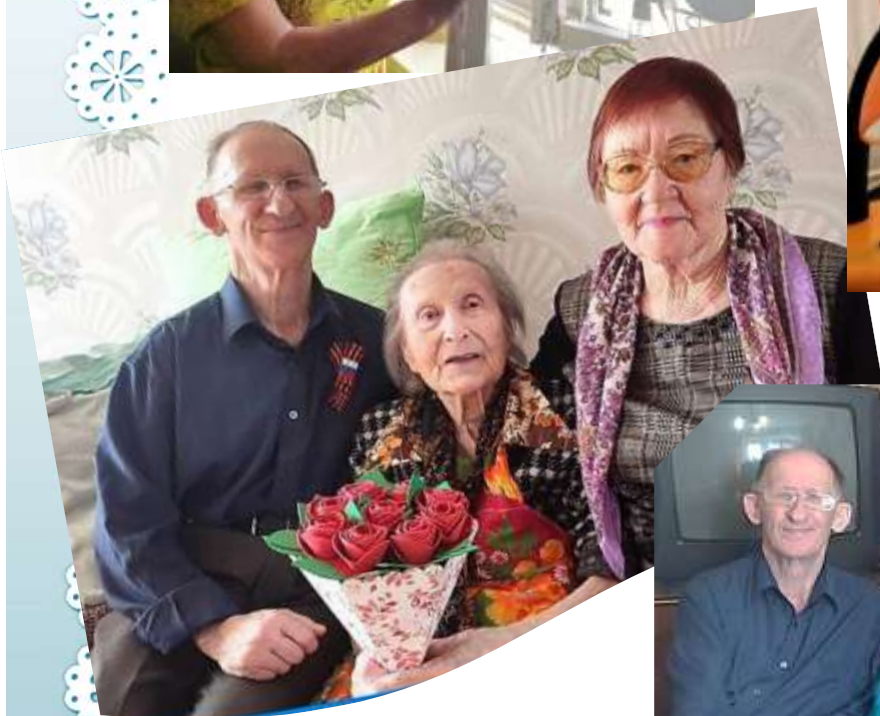
ЧИСТЫЙ ЧЕТВЕРГ
ПО-ВОЛОНТЕРСКИ

80



Забота о тружениках периода военного времени набирает обороты.

Вот и наши серебряные волонтеры отправились с трудовым десантом, к труженникам тыла - вязниковкам Музе Дмитриевне и Екатерине Григорьевне! Уже здоровье не позволяет помыть окна и отполировать зеркала в квартире, навести порядок к празднику.... Хозяйки рады нашему визиту За работой, да за разговорами не заметили, как пролетело время. Муза Дмитриевна отметила, что в квартире прямо дышать стало по-весеннему.



ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ!

В комнате здоровья Вязниковского Пансионата новые реабилитационно-восстановительные процедуры.

Оздоровительные сеансы направлены на профилактику и лечение гриппа, острых респираторных и вирусных заболеваний.

Для проведения таких процедур (по назначению врача!) используется специальный аппарат – облучатель ультрафиолетовый кварцевый ОУФК 240 – 1. Он предназначен для обеззараживания воздуха помещений и проведение местных (локальных) облучений взрослых пациентов. В процессе работы облучателя выделяется газ – озон, губительно действующий на микробы и вирусы. Через тубус идёт воздействие на слизистую оболочку носа, полости рта, зева.

Использование облучателя приводит к снятию отёка, боли, воспалительных процессов в носоглотке, положительно воздействует на обмен веществ, усиливает сопротивление организма заболеваниям и инфекциям, т.е. поднимает иммунитет.



**ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ ПРОТИВ
ГРИППА, ОРВИ И ОРЗ**

СПАСАТЕЛЬ - 33



С 1 апреля, во Владимирской области начинается

ПОЖАРООПАСНЫЙ СЕЗОН

Помните, что основным виновником возгораний является человек и его необдуманные действия, которые могут погубить природу и жизни людей!

За нарушение пожарной безопасности грозит штраф до 15 000 рублей, а также уголовная ответственность при нанесении ущерба чужому имуществу и здоровью.

Во Владимирской области с начала года зафиксирован резкий рост числа ландшафтных пожаров.

Огнём уничтожено более 856 га сухой травы.

Будьте бдительны и соблюдайте правила безопасности.

Телефоны вызова пожарной охраны:

101 и 112 с мобильного и 01 с городского

МЧС предупреждает: любой огонь может перерасти в крупный пожар, угрожающий домам и людям!



ПСИХОЛОГ советует: ПУТЬ К ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ ОСВОБОЖДЕНИЮ !

Терапия письмами – одна из эффективных психологических методик.

Иногда невысказанные мысли, непрожитые эмоции становятся тяжким грузом, мешая двигаться вперёд. На помощь приходит методика написания терапевтических писем. Она облегчает эмоциональную боль, помогает обрести ясность в сложных ситуациях и сбросить с себя груз прошлого, получив эмоциональное освобождение.

Участники занятия последовательно работают с эмоциями через письменный диалог, который раскрывает корни проблем и пути их решения. Для работы нужна только ручка и белый лист.

Предлагаемые вопросы психолога направляли внимание участников занятия на собственную историю жизни, помогая исследовать, каким образом те или иные факторы повлияли на их судьбу.



В рамках плана мероприятий, посвящённых Году защитника Отечества прошла патриотическая акция «Письмо солдату». Участники акции написали письма поддержки для военнослужащих участников специальной военной операции. Поначалу участники переживали за свой почерк, не знали, с чего начать, а потом, преодолев волнение, составили красивые трогательные строки и пожелали солдатам терпения, здоровья, сил и скорейшего благополучного возвращения домой. Каждая весточка вселяет в солдат веру и напоминает о том, что его ждут и любят.



ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ:

НАЧНИ

слышать советы врача

КАЖДОЕ УТРО В ОТДЕЛЕНИИ ИНТЕНСИВНОГО
УХОДА НАЧИНАЕТСЯ С УТРЕННЕЙ ЗАРЯДКИ

*Под контролем медицинского работника
жители пансионата выполняют несложный комплекс
упражнений, специально разработанный в соответствии
с возрастом и состоянием здоровья.*

*В выходные дни зарядку проводят традиционно на свежем воздухе.
Упражнения приводят в тонус незадействованные группы мышц,
увеличивают поступление кислорода в организм и, тем самым,
активируют работоспособность мозга. Зарядка под музыку поднимает
настроение на целый день и пробуждает интерес к жизни. После хорошей
зарядки у них исчезает чувство сонливости, вялости и слабости,
а настроение и активность сохраняется на весь день!*



СПОРТ и АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ:

Существуют виды спорта, разработанные специально для людей с определенными нарушениями. К ним относится БОЧЧЕ.

Что это за вид спорта? Бочче напоминает игру в боулинг или керлинг. Само название «бочче» произошло от итальянского «боссиа» — то есть «шары». Сегодня игра популярна в странах Европы, ее известность набирает обороты и в России.

Для игры в бочче нужны: специально созданная площадка размером 12 м в длину и до 2,5 м в ширину. Периметр ограничен деревянными бортиками около 15 см высотой. Играют пластиковыми или металлическими шарами без отверстий. Чтобы стать победителем, нужно закинуть свой шар дальше ближнего. Партия заканчивается тогда, когда все шары брошены.



В рамках мероприятий, посвящённых Году защитника Отечества, в Пансионате прошёл турнир по бочче под девизом «Равнение на Героев».

Турнир стал настоящим праздником спорта и дружбы! Почётные гости, они же судьи и арбитры, - ветераны боевых действий Владимир Александрович Скворцов и Василий Вячеславович Кузьмичев.

В состязании приняли участие жители Пансионата и члены клуба молодых инвалидов «Чайка».

Каждый участник боролся за звание победителя! Спортсмены с лучшими результатами заняли призовые места. И все они «чайковцы»!

Почётные гости вручили победителям заслуженные награды и призы.



!Мы гордимся нашими участниками и их невероятной энергией! Все большие молодцы!

ЛИТЕРАТУРНАЯ ГОСТИНАЯ:

Приближается 80-летие Победы нашего народа в Великой Отечественной войне. Мы помним и гордимся этим подвигом.

*Жители пансионата стали участниками
Всероссийской акции "Чтения Победы."*

Стихотворение Роберта Рождественского «Баллада о маленьком человеке» в рамках акции читает Овсянникова Фаина Викторовна.

*Всероссийская акция стала удивительным мероприятием,
объединившим людей разных возрастов и профессий
вокруг важной темы —
сохранения исторической памяти о Великой Отечественной войне.
Акция собирает людей вместе, создает атмосферу
единства и взаимопонимания.
дает возможность поделиться своими мыслями
и чувствами о войне.*



ТВОЯ ЖИЗНЬ - В ТВОИХ РУКАХ!

80

ВЯЖЕМ – НАШИМ!

Хобби жительницы пансионата
Смирновой Жанны Владимировны –
инвалида по зрению,
очень актуально и востребовано.
Вязать она научилась ещё в детстве,
будучи зрячей.

И это занятие быстро переросло в
увлечение. Сейчас Жанна
Владимировна каждый день
старается уделять время любимому
занятию.

Совместно с обществом инвалидов п.
Мстера, предоставившим пряжу,
наша рукодельница связала и передала
более десятка пар носков.

**Связанные носки – это не только
реальное тепло,
но и поддержка
НАШИХ воинов!**

**И это, несомненно, поднимает боевой
дух и настроение бойцов.**



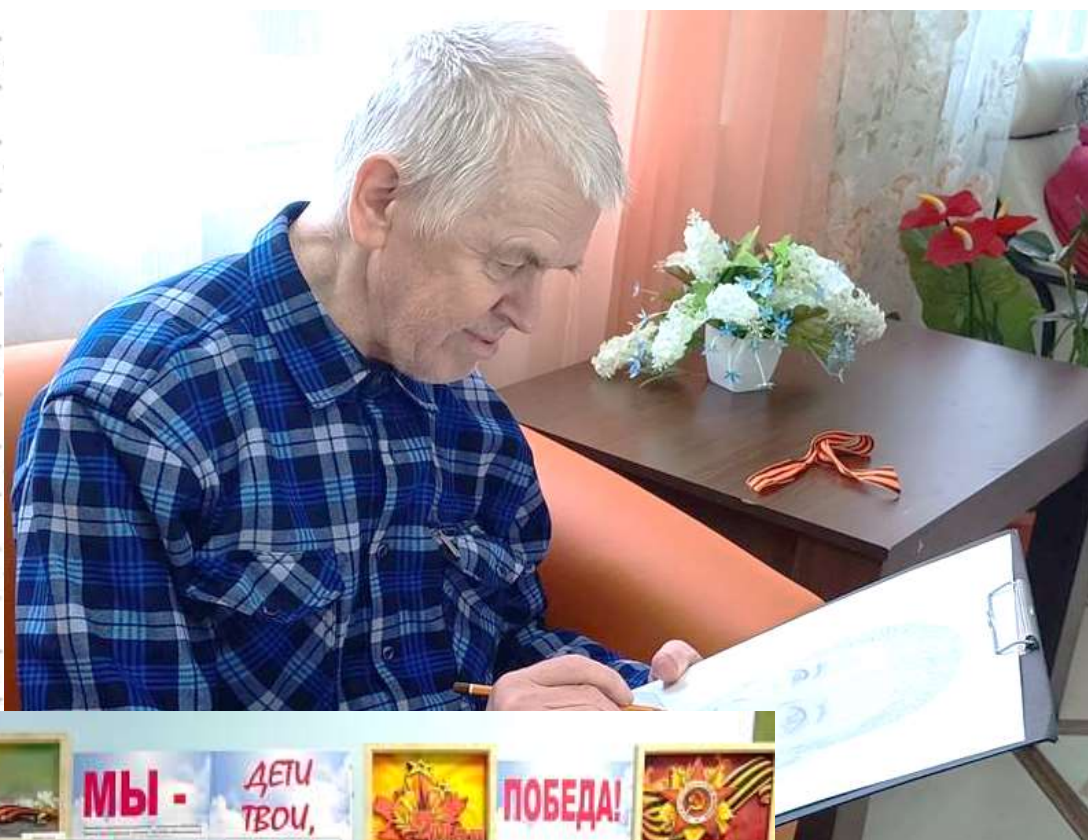
Жительница отделения интенсивного
ухода Вязниковского Пансионата (с.
Сарыево)

Надежда Николаевна Попова
с огромным удовольствием приняла
участие в акции «Частичка добра»,
организованной Министерством
здравоохранения Владимирской области.
Надежда Николаевна связала для
новорождённых малышей тёплые
пинетки.

**В каждую связанную
«пинеточку»
рукодельница вложила
любовь,
добро и радость.
Пусть эти пинетки
согреют ножки деток и
станут неким
своеобразным оберегом
от невзгод
и напастей.**



ПО СТРАНИЦАМ НАШЕЙ ЖИЗНИ



*В пансионате открылась
персональная выставка
НИКОЛАЯ КИСЕЛЕВА*

*Рисунки выполнены простым
карандашом...*

*Однако сколько чувства
художник вложил в каждый
портрет.*

В фокусе внимания – ДЕТИ ВОЙНЫ.

*Не знавшие счастливого детства, рано повзрослевшие, но невероятно
стойкие! Они пережили голод, смерть близких, взвалили на себя
непосильный труд в тылу. Они - тоже ГЕРОИ. Они своей жизнью доказали,
как нужно любить свою Родину и свой народ!*

*Мы должны помнить всех! Так же, как не должны забывать о том, что
благодаря этим людям, мы живем на этой земле!*

ТРОПОЮ ДОБРЫХ ДЕЛ



Уже стало доброй традицией творческого коллектива «Гармония» дарить людям праздник, своими концертными программами.

В рамках мероприятий посвящённых Году защитника Отечества и 80-летию Победы творческая группа серебряных волонтеров выехала в гости к жителям отделения милосердия Гороховецкого КЦСОН (д. Чулково) с праздничной программой «Победный май, священная весна».

На встрече много слов было сказано о мужестве и героизме российских воинов; боли и потерях, которые не обошли ни одну семью; памяти о тех, кто отдал свою жизнь за нас, сейчас живущих

Концертную программу украсили такие песни, как «Эх, путь-дорожка фронтовая», «Жди солдата», «Лизавета», «На побывку едет молодой моряк», «Лёгкий школьный вальс», «Снегири». Так же прозвучали стихи «У обелиска», «Нужен мир» и музыкальные композиции – вальс «На сопках Маньчжурии» и марш «Прощание славянки». Завершился концерт совместным исполнением песни «Катюша».



Программа прошла на одном дыхании. И зрители, и артисты получили от встречи максимальное количество положительных эмоций: жители благодарили артистов за прекрасный концерт, а гости – «за тёплый приём».



ВКУСНАЯ СТРАНИЦА

КОФЕ! ПОЛЬЗА или ВРЕД? В пожилом возрасте людям стоит быть весьма осторожными со своим рационом, чтобы не нанести себе лишний вред. При этом врачи говорят, что к употреблению кофе у пожилых людей нет противопоказаний. Главный внештатный специалист-гериатр Минздрава Ольга Ткачева объяснила, что пожилым можно пить в день даже несколько чашек кофе, и никаких противопоказаний для этого нет. По словам специалиста, гипертония не является противопоказанием для употребления кофе, к тому же любую гипертонию можно эффективно лечить медикаментозной терапией.

ПЛЮСЫ КОФЕ В СТАРШЕМ ЗДОРОВЬЕ

Исследования показали, что кофе содержит антиоксидантные элементы, а также минералы, такие как магний и калий, которые необходимы для здоровья. В результате активисты старшего звена рекомендуют его как обычный напиток. Регулярное употребление кофе может снизить риск развития определенных заболеваний, включая депрессию, болезнь Паркинсона, инсульт и некоторые виды рака. Кофе содержит кофеин, который улучшает различные функции мозга, такие как память и концентрация. Это также заставляет чувствовать себя менее уставшим, так как повышает уровень адреналина в крови. В дополнение к этому, это помогает в сжигании калорий и содержит защитные эффекты для печени.

МИНУСЫ КОФЕ В СТАРШЕМ ЗДОРОВЬЕ

Пить кофе также имеет негативные последствия. При употреблении в избытке, то есть более 4 чашек в день, кофеин в нем может вызвать проблемы у пожилых людей. Это может включать в себя беспокойство, тошноту, возбуждение, учащенное сердцебиение и частоту дыхания и бессонницу. Несколько исследований также связывают кофеин с приступами подагры и развитием кист молочной железы у женщин. Считается, что слишком много этого может вызвать расстройство желудка. Диабетикам второго типа может быть вредно для здоровья, поскольку это ухудшает метаболизм глюкозы.



МОЗГОВОЙ ШТУРМ

Филворд ПОБЕДА

80

П	О	Б	Е	Д	А	М	И	Р	П	П	В	Р	С
О	Т	Е	Ч	Е	С	Т	В	О	А	О	Е	О	А
М	А	И	Г	Е	Р	О	И	Г	Т	Б	С	Д	Л
М	У	Ж	Е	С	Т	В	О	О	Р	Е	Н	И	Ю
П	Р	А	З	Д	Н	И	К	Р	И	Д	А	Н	Т
И	С	Т	О	Р	И	Я	В	Д	О	И	П	А	С
Г	Е	Р	О	И	З	М	О	О	Т	Т	А	С	Л
Д	Е	Р	Ж	А	В	А	И	С	И	Е	Р	И	А
В	Е	Т	Е	Р	А	Н	Н	Т	З	Л	А	Л	В
Г	О	Р	Ж	У	С	Ь	А	Ь	М	Ь	Д	А	А
С	О	В	Е	Т	С	К	И	И	Н	А	Р	О	Д

**С ДНЕМ
РОЖДЕНИЯ!**

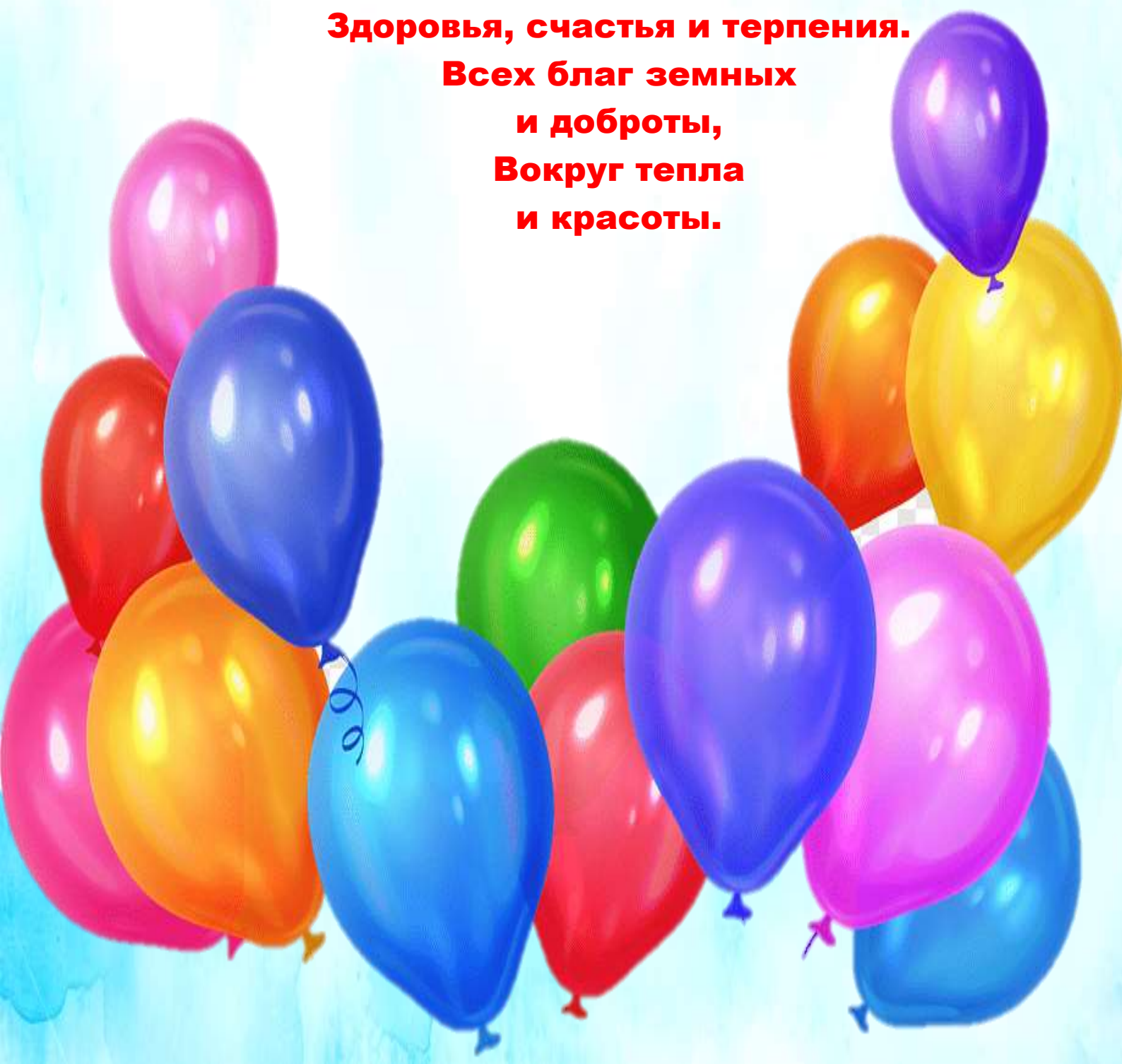
1.03.– Калашников Владимир
Александрович
9.03. – Самарина Руфима Ивановна
11.03.– Ситникова Нина Ивановна
15.03 – Комаров Андрей Сергеевич
18.03 – Поленок Полина Андреевна
22.03 Гаврилов Пётр Иванович
23.03– Малинина Галина Николаевна
25.03 – Федотов Николай Иванович
26.03 – Семушин Николай Николаевич
31.03 – Зайцев Анатолий Михайлович
31.03 – Митров Сергей Николаевич

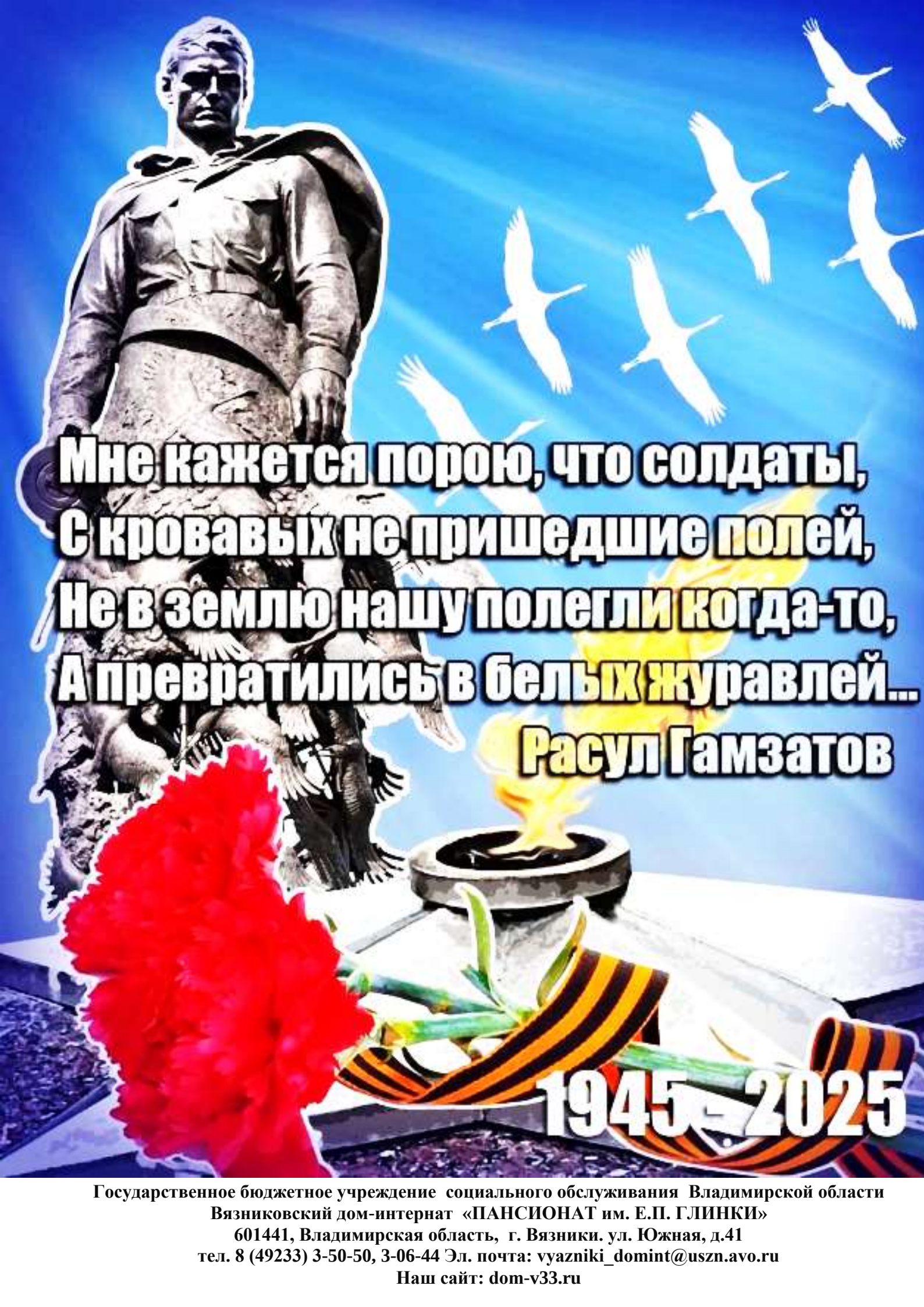
1.04 – Ивлева Зинаида Яковлевна
2.04 – Куликовец Сергей Васильевич
4.04 – Замякина Лидия Андреевна
12.04 – Вялова Зинаида Андреевна
13.04 – Хутчева Галина Валентиновна
15.04 – Витеев Сергей Иванович
16.04 – Глебов Павел Иванович
18.04 – Осипов Владимир Иванович
20.04 – Куликов Сергей Владимирович
21. 04 – Щелучкова Валентина Николаевна
24. 04 – Уханова Надежда Викторовна
24.04 - Забелина Светлана Юрьевна

1.05 – Маслов Николай Тимофеевич
3.05 – Гусев Валентин Михайлович
4.05 – Злобина Любовь Ивановна
11.05 – Якунин Владимир Александрович
13.05 – Николаев Алексей Евгеньевич
15.05 – Тимофеев Михаил Иванович
22.05 – Тутанова Нина Николаевна
24.05 – Михайлова Люзия Рахимьяновна



**Желаем
просто радоваться жизни
И в каждом дне
все лучшее искать,
И плыть вперед по морю оптимизма,
И в волнах счастья
сладко утопать!
Любви, удачи и везения,
Здоровья, счастья и терпения.
Всех благ земных
и доброты,
Вокруг тепла
и красоты.**





**Мне кажется порою, что солдаты,
С кровавых не пришедшие полей,
Не в землю нашу полегли когда-то,
А превратились в белых журавлей...**

Расул Гамзатов

1945 — 2025

Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания Владимирской области
Вязниковский дом-интернат «ПАНСИОНАТ им. Е.П. ГЛИНКИ»
601441, Владимирская область, г. Вязники, ул. Южная, д.41
тел. 8 (49233) 3-50-50, 3-06-44 Эл. почта: vyazniki_domint@uszn.avо.ru
Наш сайт: dom-v33.ru