



# «ЛЮБАВА»

№ 23  
22 февраля  
Газета издается с  
07.04.2021г.

Клуб активного долголетия «ЛЮБАВА» и Совет ветеранов Горьковского МО Автономное учреждение Тюменской области  
«Комплексный центр социального обслуживания населения Тюменского района»



## Дорогие, любимые наши мужчины!

Дорогие наши мужчины, наши храбрые и отважные защитники! Вы наша опора, надежда и защита! Поздравляем вас с Днем защитника Отечества! Дорогие, любимые, родные, спасибо вам за смелость, ответственность и надежность. Мы ценим всё, что вы для нас делаете, и очень гордимся вами, ведь за вашими широкими спинами нам ничего не страшно! Желаем вам, наши смелые, заботливые и любимые мужчины, крепкого здоровья, удачи во всём, сил, терпения и мужественности. Будьте всегда такими сильными и храбрыми. Счастья, любви, благополучия и, конечно же, мирного неба над головой желаем вам и вашим семьям, наши защитники!

КАД «Любава» и совет ветеранов



Фото Попов Н.А.  
участник трудового фронта

Дорогой Николай Алексеевич! Поздравляем с Днем Защитника Отечества! Выражаем свою глубокую и признательность настоящему герою, достойному самых высоких наград, званий и почета. Желаем стабильного, крепкого здоровья. Много жизненных радостей, мирного и ясного неба дорогой наш ветеран!

## Уважаемые семьи мобилизованных!

Обращаясь к вам, к семьям мобилизованных земляков, хочется пожелать вам терпения. Ваша выдержка, ваша любовь, это самое важное для воинов – участников специальной военной операции на Украине. Мы готовы поддержать вас и словом, и делом. Ваши семьи в сложный период не одни. Крепка традиция в нашей стране справляться с проблемами вместе в сложные времена. Десять наших горьковских воинов уже стали для каждого из нас героями. Они честно выполняют боевые задачи. Наша обязанность поддержать их семьи. На территории Горьковского МО женщины организовали сбор средств, гуманитарную помощь, которые направляются в воинские части, где служат ваши мужья и сыновья. Эта работа не прекращается. Каждый из вас может обратиться со своими вопросами и проблемами в администрацию Горьковского МО. Все, что от нас зависит, мы сделаем. Ваши сыновья, мужья - это гордость нашего села, которые мужественно выполняют свой воинский долг. Все мы искренне верим, что все наши герои вернуться домой живыми и здоровыми. Все мы вместе с вами отпразднуем победу.

Глава Горьковского МО Н.Г. Шведова

**Масленица** – один из самых веселых праздников в году, который широко отмечается по всей России. Он отражает вековые традиции, бережно хранимые и передаваемые из поколения в поколение. Это недельный праздник-обряд с хороводами, песнями, плясками, играми, посвященный прощанию с зимой и встрече весны

**26 февраля 2023 года приглашаем всех жителей села Горьковка на праздник «Встречаем Масленицу»**  
Место проведения площадь ДК «Родник» в 12.00 час



## НАШИ МЕРОПРИЯТИЯ

### Участие в акции

#### «Маскировочные сети для солдат»

По всей России реализуется инициатива, которая связала тех, кто в тылу, с бойцами, выполняющими воинский долг в зоне спецоперации. И наши горьковские, неравнодушные «серебряные» волонтеры также плетут маскировочные сети, которые очень нужны военнослужащим. Акция объединяет и старшее, и молодое поколение. Мы оказываем значительную помощь в реализации акции по плетению маскировочных сетей, в рамках волонтерского движения «#МЫВМЕСТЕ»



Фото «серебряные» волонтеры

### СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА-прогулка к здоровью!



Фото «серебряные» волонтеры

Скандинавская ходьба один из немногих видов спорта, который имеет минимум ограничений и прекрасно подходит для физических занятий людей «серебряного» возраста. Зимние прогулки в умеренном темпе способствуют тренировке всех систем организма. Регулярные занятия благотворно влияют на работу нервной системы и эмоциональное состояние. Регулярные занятия дисциплинируют, помогают держать себя в тонусе.

подготовила Тамара Клинк

### Школа здоровья



3 февраля 2023 года в клубе активного долголетия «Любава» с. Горьковка прошло познавательное занятие в рамках «Школы здоровья». Занятие провел врач-кардиолог Виктор Петрович. Он провел беседу о том, что такое гипертония, какие причины и факторы способствуют её возникновению у человека, как эту болезнь можно предупредить и избежать. Так же Виктор Петрович рассказал, как вести здоровый образ жизни, какое должно быть питание, чтобы избежать повышенного артериального давления. Участники занятия с интересом слушали доктора, делали для себя записи и задавали множество вопросов.

подготовила Надежда Кадулина

### «Утренняя гимнастика продолжается....»

Улучшить качество жизни и продлить ее, укрепить здоровье, в общем, поможет зарядка для тех, кому за 60. Регулярная зарядка помогает укрепить нервную систему и кровеносные сосуды, улучшает работу сердца, сохраняет осанку и походку, борется с лишним весом, улучшает метаболизм и дает бодрость. В Горьковском спортивном комплексе «Союз», еженедельно в среду и четверг проходят занятия по физической культуре. Наши «серебряные» волонтеры регулярно и с удовольствием посещают занятия. Инструктор по физической культуре, Татьяна Решетникова проводит не только «зарядку», но и эстафеты соревновательного характера.



Фото занятия в спортивном комплексе подготовила Раиса Сторожева

**ПОЗДРАВЛЯЕМ С ЮБИЛЕЕМ!****Уважаемые и дорогие юбиляры!**

**От всей души и с большой радостью поздравляем Вас юбилеем! Желаем крепкого здоровья, радости, успехов, терпения, сил, выдержки и отличного настроения при любых обстоятельствах! Мира, чистого неба над головой, веры в лучшее и благополучия!**

-  Коврову Александру Яковлевну, с 75 летием!
-  Цой Воикторв Григорьевича, с 75- летием!
-  Воронцову Надежду Михайловну, с 70-летием!
-  Карпова Николая Васильевича с 65 – летием!
-  Магмет Романа Романовича, с 65- летием!
-  Размазину Светлану Павловну с 65- летием!
-  Уркина Алексея Николаевича, с 65 – летием!
-  Рыжову Любовь Дмитриевну, с 60- летием!
-  Мешалкина Сергея Николаевича с 60- летием!

**МАСТЕР - КЛАСС****«Поздравительная открытка с 8 матра»**

Оригинальные поздравительные открытки ко дню 8 марта приготовили наши «серебряные» волонтеры, для дорогих участниц трудового фронта. Надеемся, что ветераны будут рады получить на праздник красивые и трогательные открытки.

Надежда Захарченко

Верстка и дизайн Т.И. Клинк

Редактор газеты специалист по социальной работе служба сопровождения по месту жительства: Т.И. Клинк  
Редакционная коллегия:

В.Л. Скорнякова, Н.Н. Неверкович. Р.М. Сторожева  
Фотокорреспондент Н.Ф.Захарченко

ТИРАЖ 65 экз.

**«Доброй души человек...»**

Я хочу вам рассказать и выразить слова благодарности Шилиевой Ирине Александровне, которая обслуживает нас, граждан пожилого возраста находящиеся на социальном обслуживании на Дому.

Я, Екимова П. И. инвалид первой группы по зрению, нахожусь на социальном обслуживании, на дому. За мной ухаживает более двух лет Ирина Александровна. Она мои «глаза», «руки» и «ноги». Я благодарна, что со мной рядом находится внимательный, доброжелательный, чуткий человек с «большой буквы». Несмотря на ее занятость с другими гражданами, которые находятся на социальном обслуживании, Ирина Александровна всегда на связи. Выражаю слова благодарности и специалистам АУ ТО «Комплексному центру социального обслуживания населения Тюменского района» за их доброе и благородное дело для граждан пожилого возраста.

В преддверии праздника, Международного женского дня поздравляю нашу дорогую Ирину Александровну и всех специалистов Центра. Желаю вам всем крепкого здоровья и долгих лет жизни!

Екимова П.И. и сама очень добродушный человек. Ежемесячно покупает продукты питания для солдат, участвующих в специальной военной операции и передает их в пункт сбора гуманитарной помощи Горьковского МО.

подготовила Тамара Клинк

**ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

16 марта 2023 года приглашаем желающих граждан пожилого возраста 65+ пройти диспансеризацию в «Областная больница №19», транспорт АУ «КЦСОН Тюменского района»

по всем вопросам звонить 83452-766-433

С 13 марта по 17 марта приглашаем всех желающих граждан пожилого возраста на бесплатные компьютерные курсы с получением сертификата. Курсы будут проводить специалисты города Тюмени в здании администрации, «Штаб - квартира «серебряных» волонтеров, по всем вопросам звонить 83452-766-433