

Заседания не для галочки

Говорят: молодость приходит с годами. Не верите? Я бы тоже не верила, если бы не была знакома с членами социального клуба «Кому за 55» станицы Зольской.

Каждый участник клуба открыт миру, новым знакомствам, эмоциям и впечатлениям. Посетители социальной комнаты всегда находят неисчерпаемое количество тем для общения. У них общие увлечения и хобби. Для реализации безграничных идей участников клуба в станичном отделении социального обслуживания на дому открыты танцевальный и художественный кружки; организуются поездки по достопримечательностям Кавказских Минеральных Вод, Северной Осетии, Кабардино-Балкарии, Карачаево-Черкесии; прово-

дятся занятия в рамках программы народного университета «Третий возраст».

Встречаются клубники каждый первый четверг месяца, а кружки посещают по расписанию. В августовские жаркие дни сотрудникам отделения удалось удивить посетителей социальной комнаты, проведя заседание клуба в неформальной обстановке в живописном месте. Таким местом стал ретритный центр «Дом солнца» в станице Зольской. Встреча прошла под девизом «Здоровый четверг».

Заведующая Зольской библиотекой **Вера Ерохина** провела информационный час на тему «Здоровое питание – залог долголетия». После теории в прохладной тени голубых елей перешли к практике. За-

нятия провела фитнес-тренер **Елена Ядрина**. Она показала упражнения, которые легко можно выполнять в домашних условиях, а после спела под гитару и прочла стихи собственного сочинения.

В рамках инновационной технологии «ландшафтотерапия» участники клуба смогли насладиться ароматом сжюшенной травы, прогулялись босиком по тактильным дорожкам и сфотографировались на фоне высеченных из дерева фигур.

Встреча завершилась чайной церемонией: всем гостям предложили маффины, украшенные фруктами и ягодами, и чай в глиняной посуде, где по-особому раскрывается аромат чайных листьев, а напиток долго остаётся горячим.

Елена ЧЕРКАСОВА.