



СОЦИАЛЬНЫЙ ВЕСТИНИК



НЕ ЖАЛЕЙТЕ, ЧТО СТАРЕЕТЕ

В первый день октября а может и в 70 не прийти. *весь мир чувствует людей* Все зависит от того, *пожилого возраста.* насколько человек соста-

Празднование этого дня - рился в душе. Ощущение *знак признания демографи-* внутреннего *ческого вступления челове-* возраста *ка в пору зрелости.* напрямую зависит от характера: оптимисты

Услышать хорошее дольше остаются молодыми душами. Самый сложный момент — суметь полюбить себя таким, какой ты есть, на любом отрезке жизни. «Если человек занимается самообразованием и самоотрицанием, его душа быстро стареет». Если человек будет относиться к себе с уважением, внутренне ощущать свою «шикарность», то и по земле, вдыхали запах свежих яблок? все свои недостатки, подстраиваться под окружающих. У пенсионеров больше времени на созерцание — то, на что так не хватает времени у вечно бегущих куда-то работающих людей. Спросите себя, когда вы в последний раз рассматривали листья на деревьях, ощущали, как ступают ноги по земле, вдыхали запах свежих яблок?

Категоричность афоризма делает мне было 20 лет, я была молодая и глупая, а сейчас учитывает всей сложности я не состарившаяся, а помудревшая и от этого еще более привлекательная» – таков примерный позитивный образ мыслей о грядущем возрасте.

Медики свидетельствуют, что физиологическое старение организма начинается после 35 лет, при этом многое зависит от образа жизни человека. Объективно у пожилых людей все меньше поводов быть несчастными.

А непосредственно старость начинается исключительно тогда, когда человек начинает ощущать себя старым. «Старость может наступить и в 30 лет, С выходом на пенсию снижается критичность смотреть не как на дефект, а как на достижение. Вы этого достигли,



Человек должен готовить себя к старости так, чтобы ему было нескучно и одному. Надо сразу ставить правильные цели в жизни. И научиться самому себя развлекать!

«Любить свой возраст - талант. Важно не отказываться от себя, ведь увядание — не постыдный поступок, это опыт и мудрость!». На возраст надо учиться смотреть не как на дефект, а как на достижение. Вы этого достигли,

Важно не отказываться от себя, ведь увядание — не постыдный поступок, это опыт и мудрость!». На возраст надо учиться смотреть не как на дефект, а как на достижение. Вы этого достигли,

На возраст надо учиться смотреть не как на дефект, а как на достижение. Вы этого достигли,

а значит — стали мудрее. — это нечто гораздо большее, чем возможность оставаться физически крепким. Это сохранение целе-

устремленности и интереса к жизни. Представьте себе, может быть и старость в равнине будущего, считая, что все лучшее уже позади. Разве это жизнь — с такими мыслями? И в 60, и в 80 лет стоит ставить перед собой цели и достигать их. Тогда будет к чему стремиться, и заполнится та самая пресловутая пустота.

Счастлирое старение — это зитивный настрой и внут-

ренняя гармония — залог счастливого существования в любом возрасте.

Уважаемые пенсионеры, люди старшего поколения! Комплексный центр социального обслуживания населения Вейделевского района поздравляет вас с праздником, желает вам крепкого здоровья, долголетия, взаимопонимания, любви ваших близких и вечно молодой души!

Пожарная безопасность в быту

Часто можно услышать, что пожар — это случайность, от которой никто не застрахован. Но это не так. В большинстве случаев, пожар — результат беспечности и небрежного отношения людей к соблюдению правил пожарной безопасности. Основные причины пожаров в быту — это, прежде всего, неосторожное обращение с огнем (в том числе, при курении), неисправность электрооборудования, нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации печей и бытовых электронагревательных приборов.

Частой причиной пожаров является воспламенение горючих материалов, находящихся вблизи от включенных и оставленных без присмотра электронагревательных приборов (электрические плиты, кипятильники, камины, утю-

ги, грелки и т.д.), а также использование горючих материалов в качестве абажуров для электрических ламп.

Перед уходом из дома на длительное время обязательно убедитесь, что все электронагревательные и осветительные приборы выключены и обесточены.

В случае появления запаха газа в квартире запрещается включать и выключать электрические приборы и освещение, зажигать спички, пользоваться газовым оборудованием. Выключите все газовые приборы, перекройте краны подачи газа, проветрите все помещения, включая подвалы. Если запах газа не исчезает или, исчезнув при проветривании, появляется вновь, необходимо вызвать аварийную газовую службу. Не храните на видном месте спички и зажи-

галки. Воспитывайте у детей осторожность в обращении с огнем! Не оставляйте без присмотра кухонные плиты, тостеры, печи при приготовлении пищи! Не пользуйтесь неисправными электрическими приборами, с поврежденными электропроводами, с плохими контактными соединениями, без предохранителей в электрических сетях.

Электронагревательные приборы, камины и т.д. должны быть установлены на расстоянии не менее чем за метр от мебели, других горючих веществ и материалов. Ежегодно проверяйте противопожарное состояние дома, квартиры. Своевременно очищайте дом от горючих веществ и материалов. Не загромождайте балконы, лоджии, кладовые, сараи, чердаки, гаражи и т.п.