



Отделение Социального фонда России по Костромской области

Более 40 мероприятий прошло с начала лета в Центрах общения старшего поколения

Лето — идеальное время для активного досуга. Посетители Центров общения старшего поколения, организованных на базе клиентских служб Отделения Социального фонда России по Костромской области в Нее и Шарье, знают, как увлекательно и с пользой провести свое свободное время. С начала лета здесь прошло более 40 мероприятий: от спортивных соревнований, совместных путешествий, поэтических вечеров, лекций и занятий рукоделием до уроков финансовой и компьютерной грамотности. В них приняли участие более 500 человек.

С пользой для здоровья проводят свой досуг активисты центра «Серебряный возраст» из Нее. Здесь всерьез увлеклись дыхательной гимнастикой по методу Стрельниковой, занятия проводятся три раза в неделю, а летом — на свежем воздухе. Руководит группой профессиональный медик **Галина Дрешер**. Благодаря гимнастике участники группы стали себя чувствовать бодрее и энергичнее. Более того, они были рады поделиться своим опытом, поэтому в июне провели зарядку в прямом эфире для всей страны — к видеотрансляции подключились 85 Центров общения из разных регионов России.

Центр общения «Серебряный возраст» тесно взаимодействует с администрацией Нейского округа, районным советом ветеранов, Домом культуры, библиотекой и центром соцобслуживания населения. Это позволяет вовлечь в совместные мероприятия не только людей старшего возраста, но и молодежь. Очень популярны в Нее семейные путешествия и экскурсии, встречи за «круглым столом» представителей разных поколений, акции с юными участниками «Движения Первых». Результатом такого взаимодействия становятся яркие и запоминающиеся мероприятия, а сам Центр стал местом притяжения для нейчан всех возрастов.

Общее настроение постоянных посетителей Центра общения выразила пенсионерка **Галина Милушкова**: *«Благодаря общению в Центре, мероприятиям и совместным делам мы как-то сплотились, стали активнее. Например, дыхательная гимнастика поднимает нас рано утром, бежим в парк. Буквально вчера съездили в*

Чухлому, восхитились красотой и просторами нашей малой родины. Такое неформальное общение очень вдохновляет!»

Встречи в Центрах общения, как правило, проходят в неформальной дружеской обстановке. Так, например, в Шарьинском Центре серьезные вопросы финансовой грамотности обсуждали со специалистами одного из банков за чашкой чая. Разбирать конкретные ситуации, связанные с предупреждением мошенничества, на собственном жизненном опыте оказалось проще в доверительной атмосфере.

В Шарьинском Центре общения специалисты клиентской службы Отделения СФР по Костромской области раз в неделю проводят уроки компьютерной грамотности, присоединиться к которым может каждый. Еще здесь придумали «зарядку для ума» — с активистами работники городской библиотеки и заместитель руководителя клиентской службы **Ольга Селезнева** проводят интеллектуальные игры «Кто кого», «Квиз-игра», тренирующие память, логическое мышление, быстроту реакции. Для людей «серебряного возраста» это очень важно, поскольку интеллектуальные занятия заставляют мозг работать, а значит — отодвигают его старение.

Для многих костромичей Центры общения старшего поколения на базе клиентских служб Отделения СФР по Костромской области стали настоящим вторым домом.

Напомним их адреса:

г. Нея Костромской области, ул. Любимова, д.21а

г.Шарья Костромской области, ул.Ленина, д.15

План мероприятий на последний летний месяц и расписание работы Центров можно найти на региональной странице Отделения СФР по Костромской области официального сайта СФР в специальном разделе <https://sfr.gov.ru/branches/kostroma/info/~0/9478>

Если у вас остались вопросы, вы всегда можете обратиться к специалистам Отделения СФР по Костромской области, позвонив по телефону: 8 800 200 07 44 (звонок бесплатный, режим работы — с 8 до 17 часов по будням).

Пресс-служба ОСФР по Костромской области

8 (4942) 39-06-07