

Что такое активное долголетие?

Это значит жить не только долго, но и быть бодрым, востребованным, вести активный образ жизни.

Есть старая и добрая истина: возраст определяется не количеством прожитых лет, а состоянием души. Когда мы видим активных, не уставших от жизни пожилых людей, мы понимаем - как им повезло. Но есть и другие примеры, когда люди достигнув определенного возраста, испытывают чувства одиночества, их круг общения становится все более узким. И здесь очень важно, напомнить им, что они нужны близким и обществу. Наше старшее поколение нуждается в нашей любви, заботе и внимании.

В ТЦСОН города Речица повод проявить участие к людям серебряного возраста есть всегда. Для них проводится множество мероприятий, работают клубы и кружки по интересам. Особым интересом среди людей старшего поколения является клуб «Оздоровление», где проходят занятия не только гимнастикой, но занятия на спортивных тренажерах. Каждую субботу они имеют возможность посещать бассейн на бесплатной основе.

Сейчас, в это не простое время, мы не должны останавливаться на достигнутом. Как и прежде стараемся проводить встречи и занятия с одной лишь разницей, больше быть на свежем воздухе.

Дорогие друзья! Мы всегда найдем время, чтобы позвонить, навестить наше старшее поколение, быть к ним особенно чуткими и внимательными.

Мы всегда рады видеть вас в ТЦСОН города Речица, где вы всегда найдете теплоту, доброту и поддержку.



