

Доброта Отзывчивость Милосердие

Выпуск 22

Апрель 2017 год

Упорно и с трудом осуществляя
О звёздах затаянную мечту,
Сегодня мы по космосу шагаем
Всего пятидесятиую версту.

Тропинку в космос

протоптали малость
Поплысили землян из разных стран.
Совсем не просто это получалось,
Не мало жизней потеряли там.

Всего пол века лишь с того апреля
Когда простой советский

парень наш.

От грандиозности судьбы хмелёя,
Впервые космос взял на бордаж.

А звали паренька Гагарин Юра
Его послала Русская земля.
Талантищем Сергея Королёва
Он стал матросом космокорабля.

Века пройдут и люди по планетам
Ходить начнут, как нынче

по гостям.

Но не забудут никогда об этом,
О первом шаге к звёздным адресам.

Станислав Колосников



Космос и Ярославия.

12 апреля наша страна в очередной раз отметит День космонавтики. Это всенародный праздник. Для нас кажется привычным, что стартуют с Земли космические корабли. В высоких небесных далах происходятстыковки космических аппаратов. Месяцами в космических станциях живут и трудятся космонавты, уходят к другим планетам автоматические станции. Но ведь совсем недавно о космических полетах говорили как о фантастике. Древняя Ярославия причастна к освоению космоса трудами своих земляков.

Валентина Владимировна Терешкова вписала в историю космонавтики свое имя золотыми буквами. Действительно, полет человека в космическое пространство – отнюдь не ординарное событие, способное впечатлить весь мир. Особенно если космонавт этот — хрупкая женщина, такой шаг в глазах общественности выглядит сродни подвигу! 6 марта отпраздновала 80-летие самая важная женщина Земли — Валентина Владимировна Терешкова. Знаменитая «Чайка» родилась в 1937 году в Ярославской области. После окончания школы пошла, работать на завод, одновременно училась в вечерних классах школы рабочей молодёжи, занималась парашютным спортом в Ярославском аэроклубе (более 90 прыжков). Свой космический полёт, первый в мире полёт женщины-космонавта, Терешкова совершила 16 июня 1963 года на космическом корабле Восток-6. Полет продолжался почти трое суток. Неоценим вклад Валентины Владимировны в развитие Ярославской земли. При содействии и участии Терешковой в Ярославле открыт университет, построены новое здание техникума лёгкой промышленности, речной вокзал, планетарий, благоустроена набережная Волги.



Дважды летал в космос и выполнял работы в открытом космосе Токарев Валерий Иванович (род. 29 октября 1952, Капустин Яр, Астраханская область) — космонавт-испытатель Центра подготовки космонавтов им. Ю. А. Гагарина. С 2008 года Валерий Иванович был главой Ростовского района Ярославской области. 8 сентября 2013 года избран главой Звёздного городка.

180 суток провёл на орбите в прошлом году 2016 году рыбинец подполковник военно-воздушных сил Алексей Овчинин. Его выбрали среди семидесяти соотечественников. Долгих 9 лет Алексей Овчинин проходил серьезнейшую подготовку. 19 марта 2016 года состоялся старт ракеты, экипажем которой командовал, наш земляк.



Общественный совет нашего дома.

27 марта 2017 года в Ярославском областном геронтологическом центре на общем собрании получателей социальных услуг был переизбран Общественный совет, в состав которого вошли наиболее активные и ответственные проживающие:



- Волкова
Ирина Николаевна



- Лингер
Мария Сергеевна



- Семенова
Тамара Дмитриевна



- Корнева
Лидия Викторовна



- Новикова
Людмила Александровна



- Карсалова
Елена Владимировна



- Мозикова
Лидия Александровна



- Калмыкова
Татьяна Васильевна



- Климов
Евгений Александрович



- Марков
Владимир Александрович.



- Куприянов
Сергей Александрович, избран **Председателем
Общественного совета**

Напомним, что Общественный совет был создан для оказания помощи администрации в решении бытовых, хозяйственных и иных вопросов нашего дома, а так же для создания благоприятного морального и психологического климата. Его основными направлениями деятельности являются работа по улучшению условий проживания, организация досуга и труда, контроль за исполнением соблюдения условий договора об оказании социальных услуг, как стороны администрации, так и со стороны получателей социальных услуг, проживающих в нашем центре.

«Именно любовь, — ни вера, ни догматика, ни мистика, ни аскетизм, ни пост, ни длинные моления не составляют истинного облика христианина. Все теряет силу, если не будет основного — любви к человеку.»

(Святитель Лука (Войно-Ясенецкий))



Аллергия на весну! Как ее пережить?

Это **сезонное заболевание**, которое проявляется себя в период цветения растений. Среди **деревьев** сильными аллергенами являются тополь, ольха и береза. **Аллергическую реакцию** могут вызывать **луговые цветы и растения**: подсолнух, одуванчик, амброзия, лебеда и ромашка. **Аллергикам** стоит избавиться на период цветения от таких комнатных растений: begonия, диффенбахия, плющ, фикус, герань и жасмин.

Симптомы аллергии – схожи с признаками простудных заболеваний. Это сильный насморк, кашель, частое чихание, покраснение и отечность глаз, слизистой оболочки носа, зуд и кожные высыпания. **Фактор**, позволяющий отличить аллергию от простуды: *при аллергии температура тела не повышается. В сухую и жаркую погоду симптомы аллергии обостряются. Аллергий человек страдает ежегодно, почти в одно и то же время. Длительность состояния* 1-2 месяца. Аллергию на цветение деревьев и растений невозможно вылечить, но с ней можно бороться. **Меры предосторожности:** аллергикам **противопоказано нюхать** полевые и луговые цветы. В жаркие дни с присутствием сухого ветра, когда в воздухе много пыли и пыльцы, желательно оставаться дома. Зайдя с улицы, лучше помыть голову и переодеться, т. к. все аллергены оседают в основном в волосах и на одежде. **Проветривать помещение** следует **только перед сном** или после выпадения осадков. **Рекомендуем заранее обратиться к врачу** и начинать прием противоаллергических препаратов. **Ни в коем случае нельзя заниматься самолечением.**

Клещ - это опасно! Будь осторожен!



С приходом весны, мы как можно больше стараемся находиться на свежем воздухе. Но следует оставаться бдительными в этот период. Весна пришла не только для нас, но и для насекомых, многие из которых **опасны**. Один из них **клещ - переносчик энцефалита** особенно активизируется в период с апреля до конца июня.

Средой обитания клещей: высокая трава и небольшие кусты. Редко они могут находиться на высоте больше одного метра. **Атакуют клещи** человека довольно просто. Они располагаются на стебле, травинке или ветке, находясь в полной готовности к нападению, расставляя термочувствительные лапы в разные стороны. Когда человек, проходя мимо, случайно задевает место, где находится клещ, насекомое мгновенно оказывается на одежде человека или на его коже. **Самыми оптимальными условиями для активности клещей является** сухая, солнечная погода. **Заболевание клещевым энцефалитом проявляются неожиданно и быстро.** **Основными симптомами** являются сильный озноб, головные боли, повышенная температура тела, тошнота, рвотные позывы. Иногда отмечаются сильные боли мышц в области шеи и плеч.

Правила защиты от укуса клещей:

Проходить вакцинацию от заражения клещевым энцефалитом;

Химические аэрозоли или другие вещества, отпугивающие насекомых. Перед непосредственным выходом на опасную территорию обработайте ими одежду и открытые участки кожи;

При походах в лес рекомендуется **надевать светлую одежду**, которая закрывает максимальное количество кожи (длинные рукава, панама, высокий воротник и т.д.), чтобы затруднить проникновение насекомого на кожу. Свитера, сорочки и футболки следует заправлять в штаны, а штанины - в обувь. **Обязательно покрывайте голову панамой или платком.**

Придя из леса домой, внимательно изучите каждый сантиметр тела и одежду на предмет наличия клещей. Снятую одежду необходимо тщательно вытряхнуть. Правильные действия предотвратят укус клеща и его последствия.

«Искусство старения заключается в том, чтобы быть для молодых опорой, а не препятствием, учителем, а не соперником, понимающим, а не равнодушным.» (Моруа А.)

В ожидании Пасхи.



Вот и подходит к завершению самый продолжительный, самый строгий пост в году. Время покаяния, активной работы над собой. Скоро, очень скоро встретим мы светлый радостный праздник **Христова Воскресенья**. Девятого апреля праздновали **Вербное воскресенье**. Его ещё называют **Вход Господень в Иерусалим**. Радостно и торжественно встречал Господа народ, устилал пальмовыми ветвями и своими одеждами его путь. **Спаситель** кротко на ослёнке въезжает в город, где через несколько дней будет предан, схвачен и подвергнут страшной, мучительной, позорной по тем временам смерти. Свою святою кровью омоет наши грехи, откроет нам дверь в бессмертие. **Спаситель** знал, что ему предстоит и всё же прошёл весь путь до конца. Какой сильной должна быть его любовь к нам людям, чтобы одолеть такое!

16 апреля встретим светлый и радостный праздник Пасхи.

Пасха - символ торжества жизни, победы над смертью. **Пасха, день Воскресения Христова** – самый главный праздник Православной Церкви. Именно в нем заключается основной смысл Православной веры - сам **Бог** стал человеком, умер за нас и, воскреснув, избавил людей от власти смерти и греха. **Пасха – это праздник праздников!** История **Пасхи** своими корнями уходит в глубокую древность. Примерно 5 тысяч лет назад иудейские племена отмечали ее весной как праздник отела скота, затем **Пасху** связывали с началом жатвы, позднее – с уходом евреев из Египта. Христиане же вложили в этот день иной смысл и отмечают его в связи с воскресением **Христа**.

На первом Вселенском соборе Христианских церквей в Никее (325 г.) было решено перенести православный праздник на неделю позже еврейского. Постановлением этого же собора **Пасха** должна отмечаться в первое воскресенье, следующее за первым полнолунием после весеннего равноденствия. Таким образом, праздник кочует во времени и выпадает каждый год на разные дни в период с 22 марта по 25 апреля по старому стилю.

Придя на Русь из Византии, христианство принесло и ритуал празднования **Пасхи**. Всю неделю, предшествующую этому дню, принято называть **Великой**, или **Страстной**. Особо выделяют последние дни **Страстной** недели: **Великий Четверг** – как день духовного очищения, принятия таинства, **Страстная Пятница** – как еще одно напоминание о страданиях **Иисуса Христа**, **Великая Суббота** – день печали, и наконец, **Светлое Воскресение Христово**.

Те, кто соблюдал пост, смогут порадовать себя крашеным яичком и сдобным куличом. И вновь напоминаем о необходимости соблюдать умеренность в трапезе, чтобы после семи недельного воздержания от продуктов животного происхождения, не спровоцировать обострения хронических заболеваний.

Открыты царские врата пред нами...

*Открыты царские врата пред нами,
 Святой огонь сияет от свечи...
 Кругом опять расставили во храме
 Цветные яйца, пасхи, куличи,
 Еще темно, но солнышко играет,
 Играет всеми красками небес.
 И радостно друг другу повторяем:
 «Христос воскрес!».
 «Воистину воскрес!».*
(Иерей В. Шамонин)

Четырьмя вещами помрачается душа: ненавидением ближнего, уничижением его, завидованием ему, и ропотом на него. «Добротолюбие»

